

Battement tendu- первичный и основной элемент экзерсиса.

Составитель Коткова Ираида Викторовна –
педагог дополнительного образования гимназии
№402

Обучающий урок

Цель:

- формирование системы знаний, по основам классического танца;

Задачи:

- изучение методики исполнения движения батман тандю;
- развитие натянутости ног, выворотности, устойчивости;
- воспитание эстетического вкуса.

Battement tendu

- Батмáн тандю - «вытянутый»- выворотное отведение и приведение ноги в танцевальном движении.



развивает силу ног

Battement tendu

1. Встать в исходное положение;
2. Выведение ноги - скольжение ступни с отделением пятки от пола, без упора на носок в конечной точке;
3. Возвращение ноги - плавно, без толчков в позицию с вытянутым коленом с носка на всю ступню.



Упражнение

- Выполнение упражнений лицом к станку движение ноги в сторону, от пятки опорой ноги к носку отведенной ноги, и обратно.



Упражнения на середине класса

- развитие устойчивости (aplomb)



Упражнения в партере

- ❑ развитие эластичности мышц;
- ❑ снятие психологической нагрузки.



Обсуждение

- Что понравилось, и что показалось вам сложным?
- В чём отличие этого упражнения от изученных ранее?
- За что вы хотите себя похвалить?
- Зачем учить это движение?



Вывод

- Battement tendu - необходим для изучения более сложных движений танца.



Спасибо за внимание

