**ДЕРЖАВНИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД «РЕГІОНАЛЬНИЙ ЦЕНТР ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ ШВЕЙНОГО ВИРОБНИЦТВА ТА СФЕРИ ПОСЛУГ ХАРКІВСЬКОЇ ОБЛАСТІ»**

**Розробка проведення заняття групи початкового рівня першого року навчання гуртка «Театру сучасного танцю»**

**ТЕМА ЗАНЯТТЯ:**

**«Класична хореографія у сучасному танці»**

***Підготувала:***

***Наталія Яковлєва***

***керівник гуртка***

**2020**

**Тема: «Класична хореографія у східному танці».**

**Мета:**

* формувати теоретичні знання та практичні уміння і навички з класичної хореографії;
* удосконалювати танцювальну майстерність та віртуозність при виконанні рухів;
* виховувати інтерес і розуміння класичного танцю – основи хореографічного мистецтва; заохочувати до праці та формувати свідоме відношення до занять.

**Тип заняття:** комбінований

**Форма:** групове

**Завдання:**

* ознайомити з видами хореографічного мистецтва;
* порівняти класичний та сучасний танець;
* повторити та вдосконалювати техніку виконання опанованих рухів з экзерсису класичного танцю біля станка і на середині залу, відпрацювати навички, набуті при виконанні allegro;
* вчити вихованців чути та розуміти музику;
* розвинути пізнавальний інтерес через творчість і позитивні емоції.

**Обладнання та матеріали**: хореографічна зала; CD – програвач, аудіо записи класичної музики, ноутбук

**План заняття**

Організаційний момент.

Оголошення теми та мети заняття.

Розминка по колу.

Актуалізація опорних знань учнів.

Вивчення нового матеріалу.

Практична частина.

Підведення підсумків.

**ХІД ЗАНЯТТЯ**

Лунає музика.

***Керівник гуртка:***

Добрий день!(*вихованці виконують уклін).* Сьогодні ми продовжимо знайомство з класичним танцем. З минулого заняття ви пам’ятаєте, що класична хореографія це універсальна, загальноприйнята система вправ та рухів в усьому світі. Завдяки регулярному виконанню вправ класичного танцю активно розвивається і зміцнюється тіло, формується правильна постава. Класична хореографія виховує нас, як танцівниць з високим рівнем виконання.

Сьогодні в нас буде багато цікавого. Але спочатку, щоб наші руки та ноги стали слухняними, ми виконаємо розминку по колу.

**Розминка по колу:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Назва вправи** | **Методичні рекомендації керівника** |
| Простий танцювальний крок | Руки на поясі. Спину тримаємо рівно. Шия подовжена. Дивимося прямо. |
| Крок на півпальцях | Вдих – руки піднімаємо вгору. Видих – руки вниз. |
| Крок з підніманням ноги на 25 | Руки на поясі. Слідкуємо за поставою. Ступні натягуємо. |
| Крокуємо на п’ятках | Виконуємо старанно. Плечі опущені. |
| Біг із захлистом гомілок | Тримаємо спину рівно. Натягнутою ступнею намагаємося торкнутися сідниць. |
| Біг з високим піднімання колін | Руки за спиною. Корпус утримуємо вертикально. |
| Біг приставним кроком | Спочатку обличчям у середину кола, а потім спиною. |
| Кроки на півпальцях | Відновлюємо дихання. Руки виконують хвильку. Постава пряма. |
| Простий танцювальний крок | Уповільнюємося. Спокійний вдих – руки підняти вгору. Спокійний видих – руки опустити вниз. |

По завершенню розминки, вихованці шикуються біля станка. Остаточно відновлюють дихання і слухають керівника.

***Керівник гуртка:***

Давайте згадаємо, що означає слово «хореографія»? *(Орієнтовні відповіді вихованців: хорео – танець, графо – пишу).*

***Керівник гуртка:***

Ви всі відповіли правильно. Хореографія це загальне поняття, що поділяється на багато видів та стилів. Давайте розглянемо основні. *(Демонстрація презентації та обговорення слайдів).*

Отже, ви бачите, яка велика кількість танцювальних напрямків існує. І класична хореографія є базовою для грамотного і майстерного виконання будь-якого стилю. Адже, комплекс вправ класичного екзерсису збирався і відшліфовувався протягом багатьох століть у хореографічних школах різних країн світу.

Давайте згадаємо з яких частин складається заняття класичного танцю? *(Орієнтовні відповіді вихованців: екзерсис біля опори, перегини корпусу біля опори, екзерсис на середині , адажіо, алегро).*

Пригадаймо, які рухи ми опанували на минулих заняттях? *(Орієнтовні відповіді вихованців:* I, II, III *позиції ніг, позиції рук, демі пліє, реліве, батман тандю, пассе пар тер, батман тандю жете).*

Зараз запрошую вас повторити і удосконалити вивчені вправи.

*Учні виконують вправи класичного екзерсису обличчям до опори*. *Перед виконанням вправ керівник запитує: «Що означає та чи інша вправа екзерсису?».*

* **Demi-plie** (Музичний розмір 3/4) по I, II, III позиціях ніг. *(Орієнтовні відповіді вихованців: розтягуючи зв’язки, готуємо стопу для подальшого навантаження на неї, зміцнюємо м'язи і «виворітність»)*
* **Releve** (Музичний розмір 2/4) по I, II, III позиціях ніг. *(Орієнтовні відповіді вихованців: Рух добре розвиває силу ніг, еластичність м'язів, сприяє зміцненню ступні, готує ноги до виконання рухів на півпальцях).*
* **Battements tendus** (Музичний розмір 2/4). по I позиції ніг. *(Орієнтовні відповіді вихованців: розвиваємо «виворотність», силу ніг, натягнутісь підйому при ходінні, краса кроку).*
* **Battements tendus jetes** (Музичний розмір 2/4) по I позиції ніг.*(Орієнтовні відповіді вихованців*: *розвиває натягнутість ніг у повітрі, силу і легкість)*
* **Rond de jambe par terre en dehors, en dedans** (Музичний розмір 3/4). *(Орієнтовні відповіді вихованців: колоподібний рух - виробляє правильний, красивий рух ноги в різних напрямках).*

***Керівник гуртка:***

Приступаємо до роботи на середині танцювальної зали.

**• Екзерсис на середині. Основні позиції рук і ніг у класичному танці.**

***До методики додається аудіо та відео матеріал.***

***Цілі: формування правильної постави корпусу, позицій ніг, рук на найпростіших вправах класичного тренажу, розвиток елементарних навиків координації руху***

***Позиції ніг***

|  |  |
| --- | --- |
| ***Перша позиція ніг: п'яти разом, носки нарізно, ступні стикаються п'ятами і розгорнуті носками назовні, утворюючи на підлозі пряму лінію.(відео1впрва 1)*** | ***Ballet_feet_first_position*** |
| ***Друга позиція: стопи вивернуті і розташовані на одній прямій лінії, відстань між п'ятами складають довжину стопи (тобто приблизно на 33 см). (відео1впрва 2)*** | ***Ballet_feet_first_position*** |
| ***Третя позиція: ступні прилягають одна до одної так, що п'ята однієї ступні стикається з серединою іншого ступні (тобто одна стопа наполовину закриває іншу). Ця позиція в даний час використовується рідко. .(відео1впрва 3)*** | ***Ballet_feet_first_position*** |
| ***Четверта позиція: виворітні ступні, розташовуючись паралельно, відстоять один від одного на довжину стопи (33 см). П'ятка однієї ступні повинна перебувати прямо перед носком інший; таким чином, вага розподіляється рівномірно. .(відео1впрва 4)*** | ***Ballet_feet_first_position*** |
| ***П'ята позиція: ступні, щільно прилягаючи один до одного, розташовані поруч, п'ята однієї ноги стикається з носком інший. Ця позиція схожа з четвертою, з тією різницею, що ступні щільно прилягають одна до одної. .(відео1впрва 5)*** | ***Ballet_feet_first_position*** |

***Шоста позиція: ноги розташовані звичайним паралельним чином. .(відео1вправа 6)***

**• Вправа для рук і постави.**

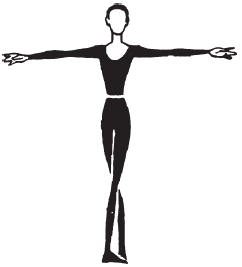
**Позиції рук в класичному танці.**

***Основна позиція рук: кисті рук розслаблені, великий і вказівний пальці паралельні, решта зближені, але при цьому вільні, не впритул.***

***Позиції рук (фр. port de bras) не так категорично обумовлені.***

***Французька балетна традиція користувалися сімома позиціями рук в заокругленій (фр. arrondi) і подовженій (фр. allongé) формах. Вони визначалися так:***

*** Перша позиція рук: руки опущені вниз і округлені, долоні спрямовані вгору. .(відео 2 вправа 1)***

***Друга позиція рук: руки з першої позиції плавно розкриваються у сторони .(відео 2 вправа 2)***

***Третя позиція рук: руки з другої позиції плавно піднімаються вгору над головою, кисті зберігають балетну позицію. .(відео2 вправа 3)***

***Четверта позиція: одна рука у другій позиції (на рівні живота), інша рука у третій позиції (над головою). .(відео2 вправа 4)***

***П'ята позиція: одна рука у третій позиції, інша - пряма, трохи в стороні від корпусу. .(відео2 вправа 5)***

Музичний розмір 3/4. Темп помірний. Виконується на 32 такти.

Вступ — 4 такти. Прийняти підготовче положення.

1—4-й такти. З підготовчого положення перевести руки в першу позицію.

5—8-й такти. Руки в першій позиції.

9 —12-й такти. Перевести руки з першої позиції в третю.

13—16-й такти. Опустити руки з третьої позиції в другу.

17—20-й такти. Руки в другій позиції.

21—24-й такти. Повернути кисті рук долонями вниз (друга позиція).

25—28-й такти. Опустити руки в підготовче положення.

29— 32-й такти. Підготовче положення рук.

На останні 4 такти вивільнити руки й тіло, відпочити.

***Керівник гуртка:***

Зверніть увагу: починати опускати руку з третьої позиції слід пальцями і тильним боком кисті, так, щоб у зап'ясті кисть не відхилялася назад. Підтримується рука, як завжди, м'язами плеча. Розкривши руку між третьою і другою позиціями, треба на 4 такти опускати передпліччя ребром кисті до висоти другої позиції. При цьому плече майже залишається на місці, лише трохи повертаючись разом із передпліччям. Якщо цього правила дотримуватися, то плече не падатиме і лікоть не зависатиме, що конче необхідно для класичної форми.

**• Прості повороти на місці з утримуванням точки.**

***Керівник гуртка:***

Я бачу, ви дуже старалися. Давайте перейдемо до веселої та активної частини заняття **Allegro.**

* **Трамплінні стрибки по VI позиції;**
* **Розніжка;**
* **Saute по I позиції.**

***Керівник гуртка:***

Чим починається і закінчується кожен стрибок у класичному танці? *(Орієнтовні відповіді вихованців: з демі-пліє, з маленького присідання).* Що розвивають стрибки, які якості покращують? *(Орієнтовні відповіді вихованців: тренується дихання, витривалість, танцювальність).*

***Керівник гуртка*** *(роз’яснює і демонструє)* ***:***

Молодці. Отже розпочнемо: ноги в першій позиції, корпус підтягнутий, коліна сильно витягнуті, руки у підготовчому положенні, голова ан фас.

На «раз-і» — демі-пліє, п'ятки щільно притиснуті до підлоги, корпус пря­мий та підтягнутий.

На «два-і» — ноги сильно відштовхнути від підлоги, одночасно витягнувши у стрибку коліна. Підйом і пальці фіксують у повітрі першу позицію.

На «три-і» — стрибок закінчити на демі-пліє, ноги перевести з носка на всю ступню.

На «чотири-і» — коліна, зберігаючи виворітність, повільно витягнути і повернути у вихідне положення.

*Вихованці діляться на дві підгрупи і почергово виконують стрибки.*

**Підведення підсумків.**

Прошу усіх зайняти свої місця. Скажіть, будь ласка, чи сподобалось вам сьогоднішнє заняття? Що нового ви дізнались? Які основні відмінності між східним та класичним танцем ви б могли виділити? *(Вихованці відповідають).*

Наше заняття час закінчувати. Я дякую вам за працьовитість та вашу увагу. До наступної зустрічі!