

Конспект занятия

Педагог и дети к занятию готовы: занятие начинается с поклона.

Педагог объявляет тему урока: «БАЛЬНЫЙ ТАНЕЦ - ВАЛЬС».

Рассказ педагога:

Появление вальса относится к 70-м годам 18 века. Своим рождением вальс обязан многим танцам разных народов Европы. Корни его находятся в популярном для своего времени танце «матеник» и его разновидности «фуртанте», исполняемых на праздниках в чешской деревни, во французском танце «вольт» и, наконец, в австрийском «линдлере», самом близком к вальсу из его предшественников.

Вначале 19 века вальс широко распространился в Европе, а затем и во всём мире.

Пожалуй, ни один танец не может соперничать с ним в столь длительной и постоянной популярности, которая безусловно связана с прекрасной музыкой Штрауса, Чайковского, Глинки, Прокофьева. Тема вальса продолжает звучать и в творчестве современных композиторов.

В результате развития музыкальной формы вальса в начале 20 века появились новые танцы – вальс-бастон, медленный вальс. Движения вальса входят как составная часть во многие бальные танцы \в фигурный вальс, вальс-мазурка, вальс-гавот, краковяк и другие \. Наряду с традиционным вальсом, движения которого исполняются по 3-ей позиции, получил распространение вальс по 6-ой позиции. Эта разновидность танца требует значительного поступательного движения, имеет свои особенности и в технике исполнения шагов, и в движении корпуса, и в позиции партнёров в паре.

Танцевальная музыка вальса имеет следующую структурную форму: 4 такта вступления, а затем фразы по 8 тактов.

Описание фигур вальса по 6-ой позиции построено следующим образом.

Вначале даётся основная схема выполнения всех шагов фигуры, а затем подробно излагаются снижения и подъёмы, наклоны корпуса и работа ступней ног на каждом шаге этой фигуры.

Цель урока: познакомить детей с разновидностью танцевальных форм и ритмов, скоординировать их движения, и разнообразить их представления о видах танца.

Задачи:

- подготовить \ разогреть \ мышцы рук, ног, корпуса к занятиям во избежание случайных травм;
- развивать координацию движений;
- способствовать физическому и духовному развитию учащихся;
- вырабатывать лёгкость и точность исполнения танцевальных движений.

Подготовительная часть урока:

Разминка на середине зала, она включает в себя комплекс упражнений, который подготавливает и разогревает все мышцы ученика.

Разминка по кругу:

- шаги на полупальцах;
- вальсовая дорожка вперёд \ один шаг большой, два маленьких \;
- Бег по кругу;
- подскоки;
- боковой шаг лицом в круг;

- боковой шаг спиной в круг.

По линиям:

- релее-подъем на полупальцы по 6 позиций и со сменой ног.
- деми, гранд плие-полуприседание, полное приседание по 1, 2, 3 -ей позициях;
- батман тандю - выдвигание ноги из 1-ой позиции в трех направлениях \вперед, в сторону, назад \;
- батман жете – бросок ноги в трёх направлениях \ вперёд, в сторону, назад\.
- комбинация – работа ног, гармошка.
- пасса пар тер – подготовка к ронд де жамб пар тер, растяжка назад, в сторону.
- Пор де бра- упражнение для рук, корпуса и головы.

Тренировочная часть урока окончена.

Переходим к творческой работе.

Основная позиция – партнёры стоят друг против друга. Корпус подтянут и закреплён в таллии. Левая рука партнёра и правая рука партнёрши соединены, локти согнуты под углом несколько больше прямого. Его правая рука – на спине партнёрши под правой лопаткой. Ладонь левой руки партнёрши находится немного ниже правого плеча партнёра. Ноги в 6-ой позиции, носок правой ноги размещён между носками ступней партнёра, таким образом, танцующие стоят, слегка сместившись вправо друг от друга. Взгляд направлен через правое плечо партнёра.

Правый поворот, \ 2 такта \

Движение партнёра.

1-ый такт.

Исходное положение лицом по линии танца.

РАЗ – сделать шаг правой ногой вперёд;

ДВА – продолжая поворот, сделать длинный шаг левой ногой в сторону с пересечением линии танца.

ТРИ – продолжая поворот вправо на подушечке левой ноги, приставить правую ногу к левой, закончить поворот спиной по линии танца.

2-ой такт.

РАЗ – сделать шаг левой ногой назад, продолжая поворот вправо.

ДВА – продолжая поворот, сделать шаг правой ногой в сторону по линии танца.

ТРИ – приставить левую ногу к правой, закончить поворот лицом по линии танца.

Движение партнёрши.

1-ый такт.

Исходное положение спиной по линии танца.

РАЗ, ДВА, ТРИ – движение партнёра \ 2-ой такт \.

2-ой такт.

РАЗ, ДВА, ТРИ – движение партнёра \ 1-ый такт \, закончить спиной по линии танца.

Балансе.

Исходное положение – ноги в 3-ей позиции, правая нога впереди.

ЗАТАКТ – приподнять вытянутую правую ногу вправо.

РАЗ – сделать небольшой шаг правой ногой в сторону, мягко опускаясь с носка на всю стопу и сгибая колено; левую ногу приподнять и, согнув в колене, подвести стопу к щиколотке правой ноги сзади.

ДВА – выпрямляя колени, переступить на низкие полупальцы левой ноги, приставляя её в 3-ью позицию сзади.

ТРИ – переступить на всю стопу правой ноги, оставив её впереди левой. Левую вытянутую ногу приподнять влево.

И всё повторить с начала.

Заметка:

Разучивать движения необходимо сначала в медленном темпе. По мере усвоения данного материала соединять их в комбинации. Все упражнения исполняются как с правой, так и с левой ноги, чередуясь.

Подведение итогов:

И так, ребята, вы немного познакомились с техникой исполнения:

Вальсового поворота и балансе.

Вальс по праву относится к танцам бальной классики. Изучая его Вы проходите необходимую «школу» пластической культуры, усваивая хорошую осанку, мягкость, лёгкость вращения, красивые движения рук.

Наше занятие подошло к концу.

Встаём на поклон, \ дети и педагог делают традиционный поклон \.

ЗАНЯТИЕ ОКОНЧЕНО. ВСЕМ СПАСИБО.