**Конспект открытого занятия в группе дополнительного образования**

**"Бальный танец"**

**Педагог:** Пашлакова М.И.

**Блок:** Техника исполнения танца европейской программы "Медленный вальс"

**Тема занятия:** Танец "Медленный вальс"

**Тип занятия:** комбинированный

**Форма занятия:** обучающее

**Цель:** Овладение танцевальной техникой танца европейской программы "Медленный вальс"

**Задачи:**

***для педагога:***

* формировать устойчивую мотивацию у обучающихся к изучению танцев европейской программы;
* содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движение с музыкой.
* развивать мышечную силу, выносливость, скоростно-силовые способности.
* формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности танцевальных движений.
* воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движениях.

***для обучающихся:***

* подготовить (разогреть) мышцы шеи, рук, корпуса, ног к занятию;
* разучить и самостоятельно исполнить партию дамы и партнера;
* вспомнить и закрепить изученный ранее материал.

**Методы и формы обучения:** видео-фрагмент танца профессиональной пары, беседа с элементами проблемного обучения, показ, объяснение с анализом ошибок исполнения, рефлексия в форме аргументированных ответов на вопросы

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Этапы и временные рамки** | **Цель (прообраз) образовательного результата** | **Деятельность обучающихся (методы учения)** | **Формы организации деятельности обучающихся** | **Деятельность педагога (методы обучения, воспитания и контроля, способы предъявления учебного материала обучающимся)** | **Показатели достижения образовательного результата** |
| **1. Вводная часть(1 мин.)** | настрой на занятие | * расстановка пар по линиям * приветствие педагога, поклон | Фронтальная | Приветствие обучающихся | Готовность обучающихся к занятию. Внимание всех детей. |
| **2. Мотивация и целеполагание (2 мин.)** | активизация познавательных потребностей обучающихся | * ответы на вопросы * определение темы занятия * совместное целеполагание | Фронтальная | Беседа с обучающимися о танце «Медленный вальс» с использованием проблемных вопросов и на основе видеосюжета | Замотивированность обучающихся, степень включенности в занятие |
| **3. Разминка (10 минут)** | подготовить (разогреть) мышцы шеи, рук, корпуса, ног к занятию | Общая физическая, хореографическая подготовка.  - положение корпуса;  - наклоны головы вперёд, назад, вправо, влево;  - повороты головы вправо и влево;  - вращения плечевого сустава вперёд, назад;  - вращения рук (маленькие вращения кистей, от локтя);  - вращения (большие круговые) рук вперёд и назад;  - повороты корпуса вправо, влево;  - наклоны корпуса вперёд, назад, вниз;  - вращения корпуса;  - вращение стопы вправо,влево;  - Saute по 6 позиции;  - Соте из плие (Saute, Plie);  - прыжки вперёд (с выносом пн и лн);  - прыжки в сторону (с выносом пн и лн);  - прыжки назад (с подъёмом пн и лн);  - комбинация из прыжковых упражнений. | Фронтальная | Координация и руководство разминкой | Мышцы танцоров разогреты и готовы к занятию |
| **4. Актуализация изученного ранее материала** | вспомнить и закрепить изученный ранее материал | Опорные вопросы | фронтальная | Анализирует ответы | Предыдущие знания и навыки актуализированы |
| **5. Основная часть ( мин.)**  **5.1.** Демонстрация видеосюжета выступления профессиональной пары  5.2. Демонстрация партии дамы педагогом  5.3. Демонстрация партии партнера педагогом  5.4. Работа обучающихся в парах по разучиванию основных шагов медленного вальса  5.9. Вариации выполнения основного движения | познакомиться с танцем «Медленный вальс»  Выявить особенности партии дамы  Выявить особенности партии партнера  Научиться основному движению самбы  Научиться импровизировать | Наблюдение за парой  Наблюдение за педагогом  Наблюдение за педагогом  Выполнение движений  импровизация | фронтальная | Комментирование элементов фигур  Анализ ошибок, помощь в отработке движений  Комментирование выступления детей | Предъявлены элементы танца «Медленный вальс»  Предъявлены партии партнера и дамы  Разучено основного движения танца «Медленного вальса» в парах |
| **8. Рефлексия (3 мин.)** | Получить обратную связь | Аргументированные ответы на вопросы | Фронтальная | Добиваться аргументированного ответа | Рефлексия занятия |

**Ход занятия**

**1.Вводная часть занятия.**

- расстановка пар по линиям

- приветствие, поклон

**2. Мотивация и целеполагание.**

**Педагог:** Внимание на экран! Наблюдаем за профессионалами!

*Демонстрируется видеосюжет с выступлением профессиональной пары, после чего педагог спрашивает, для чего были продемонстрированы эти танцевальные фигуры. Дети сами отвечают, что это новый танец, который предстоит разучить, и делают предположения, как он называется. Затем педагог совместно с детьми формулирует тему занятия.*

**3.Разминка**

Общая физическая, хореографическая подготовка.

- положение корпуса;

- наклоны головы вперёд, назад, вправо, влево;

- повороты головы вправо и влево;

- вращения плечевого сустава вперёд, назад;

- вращения рук (маленькие вращения кистей, от локтя);

- вращения (большие круговые) рук вперёд и назад;

- повороты корпуса вправо, влево;

- наклоны корпуса вперёд, назад, вниз;

- вращения корпуса;

- вращение стопы вправо, влево;

- Saute по 6 позиции;

- Соте из плие (Saute, Plie);

- прыжки вперёд (с выносом пн и лн);

- прыжки в сторону (с выносом пн и лн);

- прыжки назад (с подъёмом пн и лн);

- комбинация из прыжковых упражнений.

**4. Актуализация изученного ранее материала**

Педагог: Молодцы ребята, а теперь давайте мы с вами вспомним то, что изучали раньше.

**5.Основная часть**

**Вальс** — это танец, который исполняется под музыку с тремя ударами в такте. Каждый такт начинается с ударного счета, а заканчивается менее выделенным.

Вальс считается одним из любимейших танцев во все времена. Им часто открывают балы, и им же заканчивают. Кружась в про­щальном танце, покидают паркет под звуки венского вальса пары на конкурсах спортивных бальных танцев. Обычно молодожены выбирают в качестве свадебного танца именно вальс. Первый свой бал Ната­ша Ростова открыла вальсом, так восхитительно описанным Львом Толстым в романе «Война и мир». И покидают школьный двор выпускники под звуки: «Когда уйдешь со школьного двора под звуки нестареющего вальса...»

Вальс зародился в окрестностях Вены и альпийской области Австрии. Вальс танцевали на балах при Габсбургском дворе ещё в начале XVII столетия. Гораздо ранее этого времени «кружащиеся танцы» исполняли австрийские и баварские крестьяне. Множество легко узнаваемых вальсовых мотивов можно проследить в простых крестьянских напевах.

В середине восемнадцатого столетия немецкая разновидность вальса была очень популярна во Франции. Первоначально этот танец танцевали как одну из фигур контрданса (кадрили) с переплетенными руками на уровне плеч, но вскоре вальс стал самостоятельным танцем, и была введена «закрытая позиция». К концу XVIII столетия этот старо-австрийский крестьянский танец был принят высшим обществом с музыкальным размером 3/4 (три четверти).

К концу XIX столетия окончательно сформировались две разновидности вальса. Первая – Вальс-Бостон, медленный вальс с длинными скользящими шагами. Хотя данный стиль исчез после Первой Мировой Войны, он стимулировал развитие Английского или Международного стиля, который существует и сегодня. Вторая разновидность – вальс с задержкой шага, который включает в себя один шаг в три такта музыкального размера. Шаги с задержкой до сих пор широко используются в вальсе.

К счастью, сильное сопротивление постепенно исчезло, и вальс пережил захватывающий и разносторонний успех. На сегодняшний день существуют две наиболее распространенные формы, обе отражающие основные характеристики танца. Они известны как Современный вальс и Венский (Быстрый) вальс.

**5.1. Демонстрация видеосюжета выступления профессиональной пары**

Техника исполнения шагов медленного вальса

Исходная позиция ног в медленном вальсе — шестая. Шаги исполняются плавно, слитно, нога как бы скользит по паркету. Для вальса характерно покачивание вверх-вниз. Этот эффект достигается благодаря подъемам на полупальцы и опусканиям, которые имеют определенную последовательность. На такт мягко опускаются на всю ступню, слегка сгибая ногу в колене, подъем начинается в конце первой четверти, а опускание — в конце третьей четверти. В высшей точке подъема ступни ног соединены, колени выпрямлены, но не напряжены. При этом очень важно сохранять баланс в корпусе.

1. *Практическая часть.*

Показ основных шагов, при этом каждый шаг подробно комментируется педагогом в сопровождении иллюстраций.

Шаг вперед

Шагать вперед нужно с каблука. Но для того чтобы получился мягкий скользящий шаг, нужно учитывать некоторые тонкости. Шаг исполняется «от бедра», скользя сна­чала подушечкой стопы вдоль паркета (но не шаркая). Корпус «идет» вместе с ногой. Затем надо проскользнуть на каблук, потом сделать мягкий перекат на всю ступню с переносом на нее веса.

Шаг назад

Вначале стопа скользит по полу подушечкой, постепенно при удлинении шага, нос ком и опять подушечкой с мягким перехо­дом на всю ступню и переносом на нее веса корпуса.

Шаг в сторону

Исполняется с носка на подушечку с мягким переходом на всю ступню.

Для того чтобы почувствовать основную формулу вальса, советую начать разучивать этот танец с приведенных ниже упражнений.

**Упражнение 1.**

Выполняется отдельно партнером и партнершей. Станьте в стойку. Колени чуть согнуты. Сохраняя стойку, медленно на счет раз, два, три поднимитесь на носки, выпрямляя колени. Затем на счет раз, два, три опуститесь на всю стопу, чуть согнув колени.

Ноги должны пружинить, но не резко, а плавно. Следите за равновесием. Поставьте музыку вальса и делайте это упражнение под музыку.

**Упражнение 2.**

Станьте в стойку. Колени чуть согнуты. Во время движения корпус движется вместе с ногой. Вначале все шаги учатся отдельно партнером и партнершей под счет, затем под музыку. Когда шаги будут выполняться под музыку без ошибок, партнеры могут стать в пару в закрытую позицию вальса и потренироваться уже в паре вначале под счет, потом только под музыку. Партнер начинает с шага под номером 1, партнерша с шага под номером 4. Начало каждого такта подчеркивается сильным, более интенсивным движением, по­этому в таблице каждый счет раз выделен жирным шрифтом.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Такт  3/4 | Доли  такта | Шаги | Движение | Счет |
| 1 | 1 | 1 | Шаг вперед правой ногой, каблук скользит вдоль паркета, и нога ставитстся на каблук, вес переносится на всю стопу | Раз |
| 1 | 2 | Широкий шаг в сторону левой ногой, нога ставится на носок, тело приподнимается вверх, ноги выпрямляются | Два |
| 1 | 3 | Правая нога приставляется к левой в шестую позицию, при сближении ног происходит опускание с носка на каблук | Три |
| 2 | 1 | 4 | Шаг назад левой ногой, ноги слегка согнуты, носок левой ноги скользит вдоль паркета, и в конце движения вес переносится на всю стопу | Раз |
| 1 | 5 | Шаг в сторону правой ногой, нога ставится на носок, тело приподнимается вверх, ноги выпрямляются | Два |
| 1 | 6 | Левая нога приставляется к правой в шестую позицию происходит опускание с носка на каблук | Три |

Правый поворот

Основа вальса - кружение в паре, которое получается в результате многократного повторения поворота. Кружение должно быть соединено с продвижением пары вперед по линии танца.

Полный поворот состоит из двух поворотов. Но это деление условно — кружение должно быть плавным и непрерывным. И помните, что в вальсе все должно быть без резких подъемов и опусканий, на мягких (не жестких) пружинистых ногах. На 2 и 3-м шагах небольшой наклон корпуса: у партнера вправо, у партнерши влево. На 5-6 шагах — небольшой наклон корпуса: у партнера влево, у партнерши вправо.

Партнер. Исходное положение лицом по диагонали' к стене. Начинает с первой половины поворота, т. е. с шага под номером 1. Заканчивает поворот — лицом диагонально к центру.

Партнерша. Исходное положение — спиной по диагонали к стене. Начинает со второй половины .поворота. Заканчивает поворот — спиной диагонально к центру.

Партнер должен вести партнершу опорной ногой. Чтобы получилось красивое синхронное движение, партнерша при подъемах и опусканиях должна на счет два подниматься сама, на счет один опускаться следом за партнером, на счет три ждать партнера, чтобы опу­ститься вместе с ним.

Левый поворот

Партнер. Исходное положение — лицом по диагонали к центру. Начинает с первой половины поворота, т. е. с шага под номером 1. Заканчивает поворот — лицом диагонально к стене.

Партнерша. Исходное положение — спиной по диагонали к центру. Начинает со второй половины поворота, т. е. с шага под но­мером 4. Заканчивает поворот — спиной.

**6.Рефлексия.**

Педагог предлагает ответить на вопросы:

1.Что вы ожидали от занятия и что получилось?

2. Какие этапы занятия вы считаете наиболее удачными и почему?

3. Какие события (действия, мнения и т.п.) вызвали наиболее яркие ощущения?

4. В чем вы видите собственное приращение?

5. Перечислите основные проблемы и трудности, которые вы испытывали во время занятия. Какими способами вы их преодолевали?