

Рецензия на методическую разработку
«Знакомство с культурой и элементами историко-бытовых танцев»,
составленную педагогом дополнительного образования
Муниципального автономного учреждения дополнительного образования
Центр дополнительного образования для детей «СИБ» г.Сочи
Патенко Ларисой Васильевной

Методическая разработка «Знакомство с культурой и элементами историко-бытовых танцев» педагога дополнительного образования Л.В.Патенко направлена на формирование общей культуры обучающихся, музыкального вкуса, развитие двигательного аппарата, навыков коллективного общения, фантазии, раскрытие индивидуальности.

Данная методическая разработка включает в себя четыре обучающих мастер-класса по подготовке учащихся старших классов общеобразовательных организаций к исполнению танцев различных эпох для участия в культурно-массовых школьных мероприятиях: балах, тематических вечеринках, музыкально-литературных вечерах.

Реализация мастер-классов позволит старшеклассникам снять психологические зажимы, разбудить их познавательный интерес, приобрести практические умения и навыки для исполнения вальса, менуэта, полонеза и польки.

Знакомство с хореографическими элементами происходит через актуализацию жизненного опыта обучающихся, активизацию аналитического мышления и развитие их образного мышления. Педагог заостряет внимание школьников на точном эстетичном и эмоционально наполненном выполнении танцевальных движений и элементов.

Актуальность и педагогическая целесообразность данной методической разработки заключаются в предоставлении равных возможностей для творческого самовыражения подростков независимо от их академических способностей и успехов, уровня подготовки.

Структура методической разработки «Знакомство с культурой и элементами историко-бытовых танцев» соответствует требованиям, предъявляемым к данному виду методическим материалам.

Выбранные педагогом образовательные формы, педагогические технологии и методы соответствуют возрасту обучающихся.

Основные дидактические принципы работы: личностно-ориентированный подход, доступность, наглядность.

Рецензируемая методическая разработка представляет практическую значимость для педагогов дополнительного образования, хореографов, работающих в школах и организациях дополнительного образования, поэтому может быть рекомендована для использования в работе с обучающимися.

Заместитель директора МКУ СЦРО

Подпись К.С.Степановой заверяю
Директор МКУ СЦРО

20.01.2022 г.



К.С.Степанова
К.С.Степанова

В.Г.Церекидзе
В.Г.Церекидзе

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
Центр дополнительного образования для детей «СИБ» г. Сочи

Методическая разработка
«Знакомство с культурой и элементами историко-бытовых танцев»

Патенко Лариса Васильевна,
педагог дополнительного образования
МАУ ЦДОД «СИБ»

2021 г.

Содержание

Пояснительная записка	3-4
Мастер-класс «История возникновения и техника исполнения вальса»	5-12
Мастер-класс «Техника исполнения менуэта»	13-17
Мастер-класс «Техника исполнения полонеза»	18-22
Мастер-класс «Танец полька»	23-26

Пояснительная записка

Хореография как вид искусства обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Это синтетический вид искусства, основным средством которого является движение во всем его многообразии.

Важное место в хореографическом искусстве занимает историко - бытовой танец.

Историко-бытовыми считаются танцы прошлых веков, которые получили широкое распространение далеко за пределами своей эпохи и места возникновения. Появление указанных танцев, как правило, связано с трудовыми процессами, играми, старинными обрядами, религиозными праздниками. В каждой местности они имели свои особенности. Бытовые танцы, ставшие историческими, представляют собой переработку народного танцевального материала и отражают особенности определенной эпохи или среды.

Знакомясь с историей возникновения танцев, учащиеся как бы погружаются в ту эпоху, когда проходили балы, каждое движение рассказывает о культуре, манерах и этикете того времени. Характерные черты культуры проявляются в построении и стиле танца, в музыке, одежде танцующих, их манерах.

Данная методическая разработка включает в себя четыре обучающих мастер-класса по подготовке учащихся общеобразовательных организаций к исполнению танцев различных эпох для участия в культурно-массовых школьных мероприятиях: балах, тематических вечеринках, музыкально-литературных вечерах.

Участники мастер-классов могут поэтапно прожить подготовку к празднику, увидеть, ощутить, почувствовать, осмыслить результат своей творческой деятельности.

Реализация мастер-классов предоставляет равные возможности для творческого самовыражения подростков независимо от их академических способностей и успехов.

Возраст учащихся - 16-17 лет.

Цель мастер-классов: подготовка учащихся общеобразовательных организаций к исполнению вальса, менуэта, полонеза, польки.

Задачи:

- изучить и отработать движения танцев;
- познакомить с историей возникновения танцев.

В содержании мастер-классов показана последовательность обучения основам представленных танцев: от истории возникновения (теоретическая часть) до закрепления изученных движений и характера танца.

Танцы помогают подросткам снять зажимы, разбудить их познавательный интерес, развивают коммуникативные навыки работы в паре и в группе.

Тип занятий: практические занятия.

Методы обучения:

- словесный, наглядный,
- практический,
- проблемно-развивающего обучения,
- контроля и самоконтроля,
- стимулирования и мотивация обучения.

Рекомендации по организации и проведению занятия:

- 1) Мастер – класс проводится в хореографическом (актовом) зале. Учебное помещение должно быть хорошо проветренным, чисто убраным. Наличие зеркал и станка приветствуется.
- 2) На занятии должен быть в наличии план – конспект мастер - класса. Он необходим педагогу в работе, так как помогает в ее организации, облегчает процесс проведения занятия, акцентирует внимание на главном.
- 5) Занятия проводятся с учетом возрастных и психологических особенностей участников мастер - класса.
- 6) Учащиеся должны быть в специальных тренировочных костюмах и танцевальной обуви

Предлагаемый методический материал может быть полезен педагогам дополнительного образования, хореографам, работающим в школах и организациях дополнительного образования.

Каждый мастер-класс можно использовать как отдельно, так и вместе для подготовки различных мероприятий.

Мастер-класс на тему «История возникновения и техника исполнения вальса»

Цель: познакомить учащихся с особенностями парного и сольного исполнения вальса.

Задачи:

Предметные:

Расширить информационный багаж учащихся об истории возникновения и технике исполнения вальса.

- изучить и отработать основные движения танца Вальс;
- изучить теоретические сведения о музыкальном размере танца и историю его возникновения.

Метапредметные:

- развивать координацию движений, музыкальный слух;
- развивать физические данные ребенка, память, внимание;
- вырабатывать легкость движений, осанку.

Личностные:

- воспитывать эстетику восприятия музыкального сопровождения, дисциплинированность, вежливое отношение к партнеру(ше), умение работать в группе.
- улучшение осанки;
- предупреждение плоскостопия.

Основные принципы:

- доступность и наглядность;
- последовательность обучения от простого к более сложному;
- связь теории с практикой и жизнью.

Учащиеся должны знать:

- правила техники безопасности на занятиях в танцевальном зале;
- историю развития танца;
- позиции рук, ног, головы; приемы, придающие выразительность и пластику движениям, жестам, мимике в танцах и упражнениях;

должны уметь:

- осмысленно воспринимать хореографический текст вальса;
- владеть основными элементами танца Вальс,
- двигаться в соответствии с характером музыкального произведения;
- исполнять основные движения танца Вальс под музыку.

Обоснование: занятий – 2 (каждое занятие 45 минут, между занятиями перерыва 10 минут); тип занятия – мастер-класс.

Возраст учащихся: 16-17 лет.

Оборудование: музыкальный центр, танцевальный класс с зеркалами

Основные методы и формы:

Метод:

- объяснительно-иллюстративные (беседа, рассказ, объяснение, пояснение, обсуждение, демонстрация);
- наглядный: показ приёмов исполнения педагогом, метод упражнения;
- репродуктивный: повторение за педагогом

Формы: групповая.

Ход проведения мастер-класса:

Часть 1. Теоретическая часть: сообщение «История танца Вальс».

Часть 2. Практическая часть:

- маленькая разминка (вращения в основных суставах, общий разогрев всего тела);
- линии и направления в танцевальном зале при обучении танцам европейской программы;
- правый поворот венского вальса (схема движения);
- постановка в пару (стойка партнера, стойка партнёрши);
- «маленькие секреты».
- демонстрация постановок: Вальс «Мой ласковый и нежный зверь», вальс «D'oro e d'argento»

Использованная литература:

1. Ю. Пин. «Венский вальс, техника исполнения», Лондон-Санкт-Петербург, 1995.
2. Шутиков Ю.Н. «Учебно-методические рекомендации по организации работы с целым классом в начальной школе по ритмике, ритмопластике и балльным танцам», Санкт-Петербург, 2006.
3. Интернет-ресурс <http://dances.nsk.su/library/waltz.html>

Часть 1

История вальса

Годом создания венского вальса считается 1775 год. Однако первое упоминание о танцах, подобных вальсу, относится к XXII, XXIII столетию, когда в Баварии танцевали «Nachtanz». Основные споры вызывают две версии происхождения танца: германская (в Англии долго называли его «немецкий» вальс) и французская, а точнее, французо-итальянская. Очевидно только одно — венский вальс точно не из Австрии, а называют его так, поскольку пик популярности он пережил в начале XIX века в Вене под музыку Штрауса. Рассмотрим обе версии. При этом стоит заметить, что большинство исследователей считает его все-таки французским...

Первая версия.

Вальс - это танец, который исполняется под музыку с тремя ударами в такте. Каждый такт начинается с ударного счета, а заканчивается менее выделенным, что создает большие трудности для начинающих, а для опытного танцора такой ритм создает восхитительные романтические переливы. Историю

танцев на «три четверти» можно проследить достаточно легко, поскольку большинство танцев исполнялось и исполняется на два и четыре счета, а танцев на три счета не очень много.

Один из первых танцев в ритме «три четверти» — крестьянский французский танец из Прованса (Provence), о годе появления которого - 1559, писала Парижская газета «La Patrie» («Родина») 17 января 1882 года. Этот танец исполнялся под народную музыку, называемую "Volta", хотя с данным названием в то же время существовал народный итальянский танец. На итальянском слово «volta» означает «поворот». Уже в первых вариантах танца основой его являлось непрерывное вращение.

В течение XVI столетия вольта становится популярной в залах королевских судов Западной Европы, где тогда проводились танцы. Arbeau описывает этот танец похожим на «гальярду» (Galliard), исполняемый под музыку в ритме 3/2, но быстрее. При этом вольта и гальярда танцевались в пять шагов на шесть ударов по музыке.

В вольте партнеры танцевали в закрытой позиции, но леди смещалась влево относительно джентльмена! Партнер держал партнершу за талию, леди клала правую руку на плечо джентльмена, поддерживая юбку левой рукой. Платье приходилось держать, поскольку во время вращений юбка запутывалась вокруг пары и мешала двигаться дальше.

Самое известное изображение этого танца — картина, на которой нарисована королева Англии Elizabeth I, танцующая вольту с графом Ланкастером (Leicester), взлетающая над полом в руках графа. Интересно, что фоном картины является зал Французского королевского суда!

Вольта тех дней похожа на современный, норвежский фольклорный вариант вальса. Как в любом танце с вращениями, так как один из партнеров фактически выполняет шаги вокруг другого, их приходится делать длиннее, чем в обычных шагах в сторону. При этом обычно ноги партнера длиннее ног партнерши, и для того, чтобы партнерша могла обойти партнера, в норвежском вальсе он поднимает ее над полом и переносит по воздуху. В вольте партнеры делали то же самое, при этом так держась друг за друга, что в светском обществе танец стал считаться крайне безнравственным и был запрещен королем Франции Луи XIII (1610-1613).

Вольта, изначально исполнявшаяся на три счета, но фактически в пять шагов, постепенно стала исполняться под музыку в пять счетов. Очередные описания танца на три счета под названием "Hole in the Wall" были сделаны Playford в 1695. На этом кончается история вальса во Франции...

Вторая версия возникновения вальса.

В 1754 в Германии появилась первая музыка, которая отдаленно напоминала современные вальсы и называлась «Waltzen». До сих пор исследователям, изучающим происхождение современных танцев, неизвестно, каким образом происходило слияние и взаимодействие двух танцев — «Waltzen» и «Volta», хотя по-немецки слово «waltzen» тоже означает «вращаться». Му-

зыка, по ритму и характеру совпадающая с современными мелодиями венского вальса, появилась в 1770 году. Танцы, "похожие на вальс", впервые исполнялись в Париже в 1775 году.

«Waltzen», как и вольта, не соответствовал нормам морали того времени, в 1779 году появился памфлет некоего «Волка» (Wolf) под названием: «Доказательства того, что вальсирование — основной источник слабости тела и вырождения нашего поколения».

В 1799 Arnedt описывал этот танец: «Леди подняли длинные платья так, чтобы не запутаться и не наступить на них, платья понесли их, как ковер, над землей, прижимая тела партнеров близко друг к другу...»

Бальная публика заинтересовалась вальсом после того, как в 1787 г. в поставленной в Вене опере «Редкая вещь, или Красота и добродетель» композитора В. Мартин-и-Солера его станцевало несколько пар. Именно там танец стал очень популярным. Специально для вальса открывались большие танцевальные залы, такие как «Sperl» в 1807, «Apollo» в 1808 (в котором могли разместиться 3000 пар!). В 1812 танец появляется в Англии под названием «немецкий вальс» и вызывает большую сенсацию, наибольшей популярности достигая в 1816 году.

Первоначально вальс танцевали довольно медленно; постепенно ритм его ускорился. То, что во время танца кавалер брал даму за талию, было очень необычным — ведь в большинстве танцев той эпохи партнеры соприкасались лишь кончиками пальцев. Из-за этого поначалу многие сочли вальс «безнравственным» танцем.

Разгневанный лорд Байрон в 1813 году, увидев свою жену в руках друга на недопустимом расстоянии, писал: «Здоровый джентльмен, как гусар, раскачивается с дамой, как на качелях, при этом они вертятся подобно двум майским жукам, насаженным на одно шило».

Борьба против «немецкого вальса» продолжалась, в 1833 в книге «Правил хорошего поведения» Мисс Селбарт писала: «этот танец — только для девиц легкого поведения!»

Когда вальс появился в России, ни Екатерина II, ни Павел I, ни особенно его жена Мария Федоровна его не одобрили. Взойдя на престол, Павел специальным указом запретил танцевать вальс в России, и вплоть до самой смерти его жены (а умерла Мария Федоровна только в 1830 г.) дорога вальсу к русскому двору была закрыта. Оба сына Марии Федоровны — и Александр I, и Николай I — не осмеливались перечить матери.

Зато на частных балах после Отечественной войны 1812 г. вальс стал одним из любимейших танцев. В особую моду его ввел Венский конгресс (1814-1815), на котором решалась судьба Европы. Днем дипломаты решали важные проблемы послевоенного устройства, а вечерами вели активную светскую жизнь и танцевали на балах, где вальс был коронным танцем. Много людей съехалось тогда в Вену: короли и императоры, целые европейские дворы,

журналисты и писатели, великосветские красавицы, и все с упоением вальсировали. Естественно, что участвовавшие в Конгрессе русские привезли вальс в Петербург.

Еще довольно долго репутация вальса оставалась сомнительной. «Танец сей, в котором, как известно, поворачиваются и сближаются особы обоего пола, требует надлежащей осторожности... чтобы танцевали не слишком близко друг к другу, что оскорбило бы приличие», — говорилось в танцевальном руководстве 1825 г. (Правила для благородных общественных танцев, изданные учителем танцеванья при Слободско-украинской гимназии Людовиком Петровским. Харьков, 1825). Молодежь, однако, была от вальса без ума, и к этому времени без него не обходился уже ни один провинциальный, а тем более столичный бал. После 1830 г. вальсировать стали и на придворных балах, а вскоре мода на этот танец обрела второе дыхание. В Вене появился «король вальса» Йоганн Штраус, музыка которого облагородила и усовершенствовала хореографию танца. Он стал исполняться более красиво и грациозно, а темп его еще ускорился.

Современники вспоминали, что в России вальс танцевали быстро, так что аристократическая молодежь умением быстро кружиться в вальсе выгодно отличалась от исполнителей медленных танцев, не трудных всякому. «При не-мастерстве моем танцевать, чувствую, что для ваших русских вальсов не только я, но и никто из моих товарищей неспособен», — писал англичанин Ж.К. Пойл русскому журналисту М.Н. Макарову в 1805 году, — для них, для ваших летучих вальсов в целой Европе мастера только вы, русские, и, кроме русских дам, этих чересчур быстрых, почти воздушных лепестков не выдержит ни англичанка, ни немка, ни даже француженка».

В 1999 году, 3 июня, исполнилось сто лет со дня смерти Йохана Штрауса, «Короля вальсов». Он родился 25 августа 1825 года в Вене, умер в 1899 году. Отец его, родившийся в Вене в 1804 году, был тогда самым популярным композитором в Австрии, звали его тоже Johann Strauss. Благодаря его воспитанию, а также тому, что оба они родились в Вене, вальс стал носить имя «венского». Очень долгую по тем временам жизнь «Король вальсов» прожил в музыке, написав более 500 вальсов, различные польки, кадрили, марши. Он был трижды женат, его первая жена Jetty Treffz, певица, убедила его попробовать силы в оперетте, и его «Летучая мышь» (1874) и «Цыганский барон» (1885) стали классикой оперетты. Огромное число композиторов середины 19 века, братья и племянники Штрауса писали вальсы, вдохновленные творчеством Йохана Штрауса (Johann Strauss).

В настоящее время «Венский Вальс» исполняется в ритме около 180 ударов в минуту, с ограниченным набором движений: change steps, hesitations, hovers, passing changes, natural и reverse turns, перемещение в центр и вращение (Fleckerls), переходящее в contracheck.

Часть 2.

Линии и направления в танцевальном зале при обучении танцам европейской программы.

Прежде чем начать разучивать вальс, делается разминка.

Подъем на полупальцы.

Полуприседание по 6 позиции.

Полуприседание + подъем на полупальцы.

По 2 невыворотной позиции подъем на полупальцы, перенося тяжесть корпуса с одной ноги на другую.

Первые шаги

Начальный этап заключается в освоении шагов — на них строится танец. За ритмическую основу берется счет «раз-два-три».

Техника шага следующая:

«раз» — шагаем правой ногой

«два» — приставляем левую

«три» — делаем правой ногой шаг на месте.

Когда эта схема будет доведена до автоматизма, нужно обратить внимание на плавность приставных шагов. При этом сначала ноги наступают на носочки, а только потом уже на стопу полностью. Голову приподнимаем, плечи расправляем, а спину выпрямляем.

Логика вальсирования.

Когда шаг отточен, переходим к траектории. Глядя на вальсирующие пары, с первого раза сложно понять закономерность, по которой происходит движение. На самом деле танцовщики вращаются по квадрату, против часовой стрелки. Движения начинаются с правой ноги, а завершаются левой.

Когда ученик осваивает вальс, воображает квадрат на полу и двигается в соответствии с ним. На следующем этапе объединим несколько квадратов в круг.

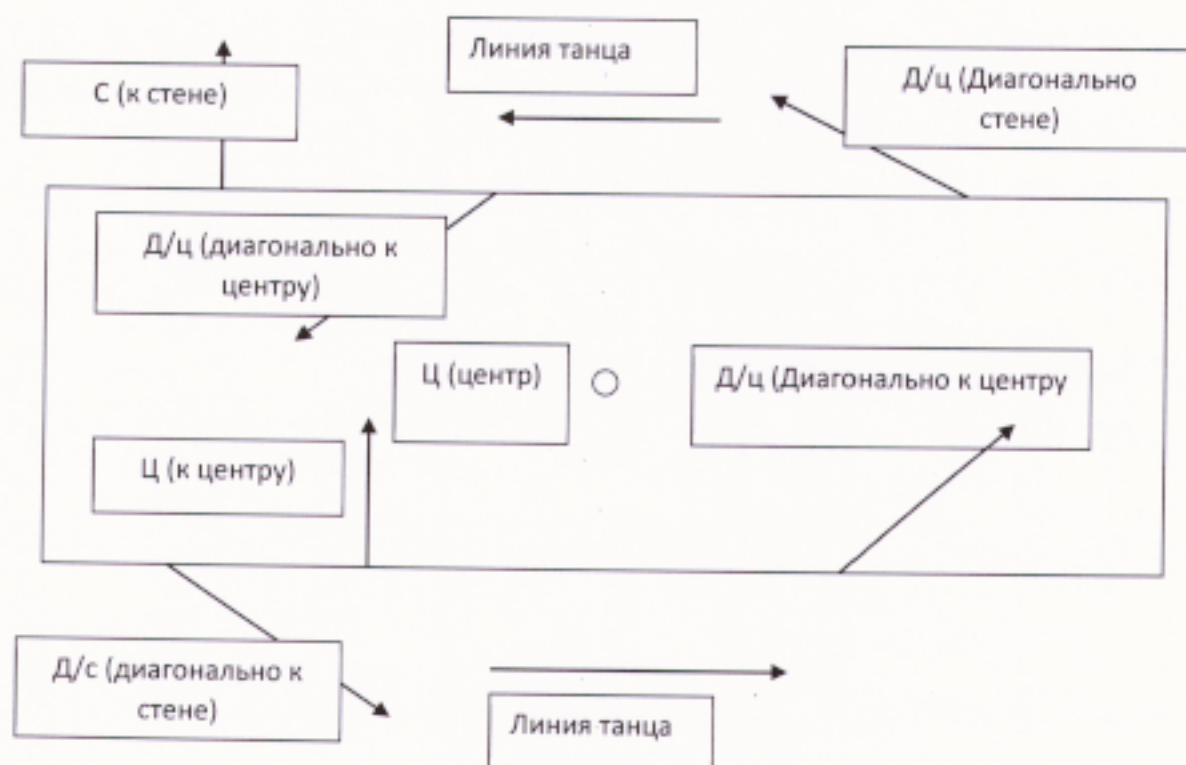
В паре

Наступает момент координации действий с партнером. Здесь работает правило: партнер — ведущий. юноша должен быть уверенным в движениях, чтобы напарница чувствовала опору и доверяла.

Правую руку мужчина кладет чуть ниже лопатки дамы, а левой берет танцовщицу за руку. Напарница кладет левую руку на плечо мужчины.

Танцовщики поворачивают головы немного влево, при этом взгляд каждого из них направляется через правое плечо партнера.

Линии и направления в танцевальном зале при обучении вальсу.



Правый поворот венского вальса.

Исходное положение — закрытая позиция, партнеры развернуты диагонально к центру по линии танца.

Партнер делает интенсивный первый шаг правой ногой (счет «раз») по линии танца с одновременным поворотом корпуса направо (скрутка направо), второй шаг (счет «два») — вбок по линии танца, третье движение — подтяжка ноги (счет «три»).

Партнёрша делает интенсивный шаг левой ногой (счёт «раз») по линии танца с одновременным поворотом корпуса направо (скрутка направо), второй шаг (счёт «два») — вбок по линии танца, третье движение — подтяжка ноги (счёт «три»).

Постановка в паре.

Партнёры стоят друг напротив друга со смещением в полкорпуса вправо. То есть правые стороны корпусов партнёров касаются друг друга. Правая стопа каждого из партнёра «смотрит» в направление между стоп пары. Правая рука партнёра опускается на левую лопатку партнёрши. Левая рука партнёра и правая рука партнёрши соединены на уровне глаз партнёра, локоть в линии спины, «смотрит» в сторону. Левая рука партнёрши касается правого предплечья партнёра. Вес на подушечках, колени слегка мягкие.

«Маленькие секреты»

Шаги по длине у партнера и партнерши разные. У партнера – второй шаг длинный, у партнерши – короткий, то есть тот, кто идёт назад, делает шаг на счёт «два» короче.

Второй шаг «крадет» время у первого, чтобы попадать в музыку.

Переходим к разучиванию вальсового этюда.

Выход. Первые выходят девочки, выстраиваются в линию. Из линии выходят вперёд в 2 линии.

К девочкам подходят мальчики.

Девочки выполняют повороты вправо и влево, затем обходят мальчиков, становятся в пары.

Движение по точкам, 1 круг полностью, поворот девочки под рукой мальчика, переход в положение: девочка и мальчик рядом, левая рука девочки лежит на правой руке мальчика (или наоборот, смотря в какую сторону они будут двигаться).

Движение по кругу в парах, на правой руке мальчика лежит левая рука девочки.

Поворот в паре в круг, шаг в паре прямо, тоже самое из круга, девочка обходит мальчика.

Повторение комбинации № 6.

Переход парами в одну линию посередине (8 раз по 1, 2, 3)

В линии девочки делают поворот, переходя на место мальчиков, мальчики без поворота переходят на место девочек и обратно, девочка обходит мальчика, становятся лицом друг другу.

Шаги друг к другу, друг от друга 2 раза.

Следующий рисунок: из линии расходятся на 2 круга, девочки в одну сторону мальчики в другую (8 раз по 1, 2, 3), из кругов переходим в две линии по боковым краям сцены.

Пары подходят друг к другу (4 раза по 3), расходятся на рисунок горизонтальные линии вальсовым шагом в повороте (4 раза по 3).

Шаги друг от друга в разные стороны, не приставляя ногу, затем стать в пару, тоже самое в другую сторону.

Дощечкой в паре обойти сделать круг (4 раза по 3)

Вальсовым шагом вперёд и назад (4 раза по 3)

Девочка берёт за руку мальчика, делает сначала поворот к нему, за тем от него и ещё раз тоже самое.

Девочка обходит мальчика.

Движение в паре по точкам.

Поворот девочки под рукой мальчика и финальная картинка.

Проведение рефлексии. Обмен мнениями. Подведение итогов.

Мастер-класс на тему «Техника исполнения менуэта»

Цель: подготовка учащихся общеобразовательных организаций к исполнению менуэта, полонеза, польки.

Задачи:

Предметные:

- изучить и отработать основные движения танца Менуэт;
- изучить теоретические сведения о музыкальном размере танца и историю его возникновения.

Метапредметные:

- развивать координацию движений, музыкальный слух;
- развивать физические данные ребенка, память, внимание;
- вырабатывать легкость движений, осанку.

Личностные:

- воспитывать эстетику восприятия музыкального сопровождения, дисциплинированность, вежливое отношение к партнеру(ше), умение работать в группе.

Оздоровительные:

- совершенствование осанки;
- профилактика плоскостопия.

Основные принципы:

- доступность и наглядность;
- последовательность обучения от простого к более сложному;
- связь теории с практикой и жизнью.

Учащиеся должны знать:

- правила техники безопасности на занятиях в танцевальном зале,
- историю развития танца,
- позиции рук, ног, головы; приемы, придающие выразительность и пластику движениям, жестам, мимике в танцах и упражнениях;

должны уметь:

- осмысленно воспринимать хореографический текст разных эпох;
- знать историко-бытовые танцы (Менуэт);
- владеть основными элементами танца Менуэт
- двигаться в соответствии с характером музыкального произведения;
- исполнять основные движения танца Менуэт под музыку

Обоснование: занятий – 2 (каждое занятие 45 минут, между занятиями перемена 10 минут); тип занятия – мастер-класс.

Возраст учащихся: 16-17 лет.

Основные методы и формы:

Метод:

- объяснительно-иллюстративные (беседа, рассказ, объяснение, пояснение, обсуждение, демонстрация, опыты);
- наглядный: показ приёмов исполнения педагога, метод упражнения;

- репродуктивный: повторение за педагогом

Формы: групповая.

Оборудование и материалы:

Занятие проводится в специально оборудованном танцевальном классе.

Техническое оборудование: музыкальный центр; проектор для просмотра видеоматериала;

ХОД ЗАНЯТИЯ

Этапы занятия	Цель	Время (мин.)	Содержание деятельности		Формы и методы
			педагог	учащиеся	
1.Организационный момент (приглашение в танцевальный зал)	Знакомство учащихся с темой занятия, снижение неопределенности и тревоги, создание комфортной обстановки.	2-3	Сообщает правила по ТБ при выполнении движений у станка и на середине зала, поведения на перемене. Активизирует мышление участников занятия	Слушают ТБ	беседа
2. Постановка целей и задач	Познакомить учащихся с историко-бытовым танцем разных эпох Менуэт	4	Сообщает тему, задачи. Дает краткое описание основной, практической части занятия, отвечает на вопросы детей Организует блиц-опрос: - что такое танец? - что такое бал? (ответы учащихся). - кто-нибудь принимал участие в балах? - какие танцы вы знаете?	Слушают тему занятия и представленную перед ними цель. Отвечают на вопросы	Групповая работа
3.Теоретическая часть	Познакомиться с историко-бытовыми танцами, научиться основным движениям танца Менуэт Познакомить с историей и музыкальным размером танца Менуэт	10	Демонстрирует слайдовую презентацию на тему «Торжественные и грациозные танцы на придворных балах»	Знакомятся с различными историко-бытовыми танцами	Групповая работа
3. Основная часть (разминка)	- разогрев обучающихся - осознание и снятие мышечных зажимов;	20-25	Закрепление пройденного материала, разогрев мышц. Разминка по кругу: -шаги: бытовой, танцевальный, скользящий, боковой подъемный (pas eleve) -упражнения для рук и головы (вращательные движения различными частями рук, позиции рук, наклонные и круговые движения головы)	Слушают музыку, делают разминку	Групповая работа,

			-прыжки на месте и с продвижением, поскоки, мелкий бег (pas cougu) -ходьба под музыку для восстановления дыхания. Подготовка к исполнению Pas menuet - с помощью положения корпуса и рук: -epaulements croise, efface - Pas menuet: - основной шаг pas menuet, с исполнением в соответствующей менуэту манере; - balance-menuet , в сочетании с основным шагом и сохраняем манеру исполнения. Исполнение миниатюрных композиций, с умением передать стиль манеру и характер изученных pas menuet.		
5.Практическая часть	Организация групповой работы	22	Организует практическую работу, показывает основные движения танца. Выстраивает несложные рисунки, учит детей ориентироваться в них, запоминать порядок перестроений, взаимодействовать в паре. Следит за исполнением движений, ошибками, выступает в роли консультанта. Разучивание элементов Менуэта: Предлагаемые варианты движений менуэта могут быть использованы отдельно друг от друга или соединены в общую композицию. Движения кавалера носят галантно-почтительный характер и выражают преклонение перед дамой. Кавалер и дама смотрят друг на друга. Дама может время от времени опускать глаза. Движения могут исполняться одной парой или несколькими парами по кругу. Все движения максимально упрощены, но вместе с тем сохраняют характер танца	Становятся в пары. Разучивают элементы Менуэта. Разучивают танец по частям:	Групповая индивидуальная работа
6. Заключительная часть занятия	Повышение групповой сплоченности.	5	Исполняют танец Менуэт: Исходное положение: дама справа от кавалера, ноги в 1-й позиции (пятки вместе, носки врозь), руки чуть согнуты в локтях и разведены в стороны на уровне талии, левая рука дамы и правая рука кавалера легко соприкасаются, правой рукой дама может поддерживать платье. Движения даны для дам, кавалер делает	Становятся парами, исполняют танец Менуэт	Групповая работа,

			то же самое, но с другой ноги. Шаг правой ногой вперед, левая остается сзади. Выдержать паузу. Подтянуть левую ногу к правой в первую позицию. Три мелких шага с левой ноги. Шаг левой ногой вперед, правая остается сзади. Выдержать паузу. Подтянуть правую ногу к левой в первую позицию. Три мелких шага с левой ноги. Дама и кавалер на месте разворачиваются лицом друг к другу, разъединяя руки. Шаг правой ногой вперед. Правая рука поднимается вверх и на уровне головы соприкасается с правой рукой кавалера. Партнеры смотрят друг на друга. Перенести тяжесть корпуса на правую ногу, не приседать. Левая нога остается вытянутой сзади на носок. Пауза. (Зафиксировать фигуру). Перенести тяжесть корпуса на левую ногу. Слегка присесть. Правая нога остается выпрямленной впереди на носок, корпус чуть наклонен вперед. Руки танцоров, не разъединяясь, опускаются ниже уровня груди. Пауза - фиксация позы. Выпрямить корпус, поставить правую ногу в первую позицию. Три мелких шажками дама (с правой ноги) и кавалер (с левой ноги) меняются местами. Руки поднимаются в позицию. Шаг левой ногой назад. Слегка присесть с наклоном корпуса вперед на левую ногу, правая нога выпрямлена вперед на носок. Руки партнеров разъединяются и отводятся в стороны на уровне талии, кисти смотрят вниз. Пауза. Опорная нога выпрямляется, правая нога подтягивается к левой в первую позицию. Затем повторяются движения, но дама движется с левой ноги на месте кавалера, а кавалер движется с правой ноги на месте дамы		
7 Рефлексия	Обмен мнениями. Подведение итогов; Координация процесса обсуждения выполненного элемента композиции	5	Организует беседу	Отвечают на вопросы: Какой танец сегодня мы научились танцевать?	Общая групповая дискуссия

8. Построение на поклон;		4	Исполняет поклон (благодарит детей аплодисменты)	исполняют поклон (благодарят друг друга - аплодисменты)	Групповое исполнение
--------------------------	--	---	--	---	----------------------

Мастер-класс на тему «Техника исполнения полонеза»

План занятия

Цель: подготовка учащихся общеобразовательных организаций к исполнению полонеза.

Задачи:

Предметные (обучающие и познавательные):

- изучить и отработать основные движения танца Полонез;
- изучить теоретические сведения о музыкальном размере танца и историю его возникновения.

Метапредметные (развивающие):

- развивать координацию движений, музыкальный слух;
- развивать физические данные ребенка, память, внимание;
- вырабатывать легкость движений, осанку.

Личностные (воспитательные):

- воспитывать эстетику восприятия музыкального сопровождения, дисциплинированность, вежливое отношение к партнеру(ше), умение работать в группе.

Оздоровительные:

- совершенствование осанки;
- профилактика плоскостопия.

Основные принципы:

- доступность и наглядность;
- последовательность обучения от простого к более сложному;
- связь теории с практикой и жизнью.

Учащиеся должны знать:

- правила техники безопасности на занятиях в танцевальном зале,
- историю развития танца,
- позиции рук, ног, головы; приемы, придающие выразительность и пластику движениям, жестам, мимике в танцах и упражнениях;

должны уметь:

- осмысленно воспринимать хореографический текст разных эпох;
- знать историко-бытовые танцы (Полонез);
- владеть основными элементами танца Полонез
- двигаться в соответствии с характером музыкального произведения;
- исполнять основные движения танца полонез под музыку

Обоснование: занятий – 2 (каждое занятие 45 минут, между занятиями перемена 10 минут); тип занятия – мастер-класс.

Возраст учащихся: 16-17 лет.

Основные методы и формы:

Метод:

- объяснительно-иллюстративные (беседа, рассказ, объяснение, пояснение, обсуждение, демонстрация, опыты);

- наглядный: показ приёмов исполнения педагога, метод упражнения;
 - репродуктивный: повторение за педагогом
- Формы:** групповая.

Оборудование и материалы:

Занятие проводится в специально-оборудованном танцевальном классе,

Техническое оборудование: музыкальный центр; проектор для просмотра видеоматериала;

ХОД ЗАНЯТИЯ

Этапы занятия	Цель	Время (мин.)	Содержание деятельности		Формы и методы
			педагог	учащиеся	
1. Организационный момент (приглашение в танцевальный зал)	Знакомство учащихся с темой занятия, снижение неопределённости и тревоги, создание комфортной обстановки.	2-3	Сообщает правила по ТБ при выполнении движений у станка и на середине зала, поведения на перемене. Активизирует мышление участников занятия	Слушают ТБ	беседа
2. Постановка целей и задач	Познакомить учащихся с историко-бытовым танцем разных эпох Полонезом	4	Сообщает тему, задачи. Дает краткое описание основной, практической части занятия, отвечает на вопросы детей	Слушают тему занятия и поставленную перед ними цель.	Групповая работа
3. Теоретическая часть	Познакомиться с историко-бытовыми танцами, научиться основным движениям танца: полонез Познакомить с историей и музыкальным размером танца Полонез	10	Демонстрирует слайдовую презентацию на тему «Торжественные и грациозные танцы на придворных балах»	Знакомятся с различными историко-бытовыми танцами	Групповая работа
4. Основная часть (разминка)	- разогрев обучающихся	20-25	Закрепление пройденного материала, разогрев мышц. Разминка по кругу:	Слушают музыку, де-	Групповая работа,

	- осознание и снятие мышечных зажимов;		-шаги: бытовой, танцевальный, скользящий, боковой подъемный (pas eleve) -упражнения для рук и головы (вращательные движения различными частями рук, позиции рук, наклонные и круговые движения головы) -прыжки на месте и с продвижением, поскоки, мелкий бег (pas sougu) -ходьба под музыку для восстановления дыхания. Подготовка к исполнению Pas polonaise с помощью положения корпуса и рук: -epaulements croise, efface - позиции рук Pas polonaise: -освоение шагов с plie на месте, -освоение шагов с plie с продвижением вперед, по кругу, диагоналям и линиям. Исполнение миниатюрных композиций, с умением передать стиль манеру и характер изученных pas polonaise	лают разминку.	
5.Практическая часть	Организация групповой работы	22	Организует практическую работу, показывает основные движения танца. Выстраивает несложные рисунки, учит детей ориентироваться в них, запоминать порядок перестроений, взаимодействовать в паре. Следит за исполнением движений, ошибками, выступает в роли консультанта. Разучивание элементов Полонеза: Торжественное шествие полонеза может открывать практически любое праздничное действие. Исходное положение: ноги в первой позиции, правая рука кавалера поддерживает левую руку дамы на уровне груди, левая рука кавалера полусогнута за спиной, дама	Становятся в пары. Разучивают элементы Полонеза. Разучивают танец по частям:	Групповая индивидуальная работа

			в свободной руке держит веер (она может поддерживать этой рукой платье). Шаг полонеза: один такт - три шага с легким и неглубоким приседанием на третью долю (размер $\frac{3}{4}$)		
6. Заключительная часть занятия	Повышение групповой сплоченности.	5	Исполняют танец Полонез: Пары выходят на середину зала, образуя колонну. Продолжая движение, дамы поворачивают направо, кавалеры налево, образуя две колонны. Дамы и кавалеры делают шаг правой ногой в сторону. Тяжесть корпуса переносится на правую ногу. Левая нога подтягивается к правой в первую позицию. Дамы приседают. Кавалеры наклоняют голову вперед. Дамы встают. Кавалеры поднимают голову. Кавалеры выходят на середину зала. (поклон кавалеров) Кавалеры делают шаг правой ногой в сторону. Тяжесть корпуса переносится на правую ногу. Левая нога подтягивается к правой в первую позицию. Кавалеры наклоняют голову вперед. Кавалеры поднимают голову. Поклон дам. Дамы делают шаг правой ногой в сторону. Тяжесть корпуса переносится на правую ногу. Левая нога подтягивается к правой в первую позицию. Дамы приседают. Дамы встают. Дамы подходят к кавалерам и подают им руку Кавалеры, поворачиваясь на месте, обводят даму вокруг себя. Первая и третья пары идут направо, вторая и четвертая - налево. Кавалеры обводят дам вокруг себя на половину круга. Пары идут к центру, образуя линию. Дамы обходят кавалеров и пары выстраиваются в колонну.	Становятся парами, исполняют танец Полонез	Групповая работа,

			Первая пара поворачивает направо, вторая налево, третья направо, четвертая налево, образуя две пары колонн. Первая и вторая, третья и четвертая пары соединяются, взявшись за руки перед собой и образуя две линии, двигаются к зрителям. Дамы обходят вокруг кавалеров. Пары расходятся в разные стороны, образуя квадрат, и останавливаются спиной к центру. Кавалеры, обводя дам вокруг себя, разворачивают пары лицом к центру зала, образуя линию. Первая пара поворачивает направо, вторая налево, третья направо, четвертая налево, образуя две пары колонн. Пары, пропуская друг друга, через одну проходят по диагонали через центр зала на авансцену. Дамы и кавалеры делают шаг правой ногой в сторону. Тяжесть корпуса переносится на правую ногу. Левая нога подтягивается к правой в первую позицию. Дамы приседают. Кавалеры наклоняют голову вперед. Дамы встают. Кавалеры поднимают голову.		
7 Рефлексия	Обмен мнениями. Подведение итогов; Координация процесса обсуждения выполненного элемента композиции	5	Организует беседу	Отвечают на вопросы: Какой танец сегодня мы научились танцевать? Какие предметы помогают нам в танцевальном зале?	Общая групповая дискуссия
8. Построение на поклон		4	Исполняет поклон (благодарит детей аплодисменты)	исполняют поклон (благодарят друг друга - аплодисменты)	Групповое исполнение

Мастер-класс на тему «Танец полька»

Цель: подготовка учащихся общеобразовательных организаций к исполнению польки

Задачи:

Предметные:

- изучить и отработать основные движения танца «Полька»;
- изучить теоретические сведения о музыкальном размере танца и историю его возникновения.

Метапредметные:

- развивать координацию движений, музыкальный слух;
- развивать физические данные ребенка, память, внимание;
- вырабатывать легкость движений, осанку.

Личностные:

- воспитывать эстетику восприятия музыкального сопровождения, дисциплинированность, вежливое отношение к партнеру(ше), умение работать в группе.

Оздоровительные:

- совершенствование осанки;
- профилактика плоскостопия.

Основные принципы:

- доступность и наглядность;
- последовательность обучения от простого к более сложному;
- связь теории с практикой и жизнью.

Учащиеся должны знать:

- правила техники безопасности на занятиях в танцевальном зале,
- историю развития танца,
- позиции рук, ног, головы; приемы, придающие выразительность и пластику движениям, жестам, мимике в танцах и упражнениях.

должны уметь:

- двигаться в соответствии с характером музыкального произведения;
- исполнять основные движения танца «Полька» под музыку

Обоснование: занятий – 2 (каждое занятие 45 минут, между занятиями перерыва 10 минут); тип занятия – мастер-класс.

Возраст учащихся: 16-17 лет.

Основные методы и формы:

Метод: объяснительно-иллюстративные (беседа, рассказ, объяснение, пояснение, обсуждение, демонстрация, опыты);

Формы: групповая.

Оборудование и материалы:

Занятие проводится в специально-оборудованном танцевальном классе.

Техническое оборудование: музыкальный центр; проектор для просмотра видеоматериала.

ХОД ЗАНЯТИЯ

Этапы занятия	Цель	Время (мин.)	Содержание деятельности		Формы и методы
			педагог	обучающиеся	
1.Организационный момент (приглашение в танцевальный зал)	Проверить посещаемость обучающихся готовность к занятию	2-3	Сообщает правила по ТБ при выполнении движений у станка и на середине зала, поведения на перемене.	Слушают ТБ	беседа
2. Конфронтация	Мотивировать учащихся на активную, познавательную и практическую деятельность	4	Сообщает тему, задачи. Дает краткое описание основной, практической части занятия, отвечает на вопросы детей	Слушают тему занятия и поставленную перед ними цель.	Групповая работа
3. Теоретическая часть	Познакомить с историей и музыкальным размером танцу Полька	10	Демонстрирует слайдовую презентацию танец и его виды: классический, народный, балльный, современный. танец Полька его родина;	Смотрят презентацию, слушают педагога	Групповая работа
6. Основная часть (разминка)	- разогрев обучающихся; - осознание и снятие мышечных зажимов;	20-25	называет по очереди части тела, танец которых будет исполнен (например, «танец головы», «танец плеч», «танец кистей рук», «танец живота» и т.д.).	стремятся максимально использовать в танце названную часть тела.	Групповая работа,
5.Практическая часть		22	Организует практическую работу, показывает основные движения танца. Выстраивает несложные рисунки, учит детей ориентироваться в них, запоминать порядок перестроений, взаимодействовать в паре. Следит за исполнением движений, ошибками, выступает в роли консультанта	Становятся в пары. Разучивают танец по частям: 1 часть - подскоки; 2 часть - прыжок «соте»; 3 часть - приставные шаги, хлопки;	Групповая индивидуальная работа
6. Заключительная часть занятия	Повышение групповой сплоченности.	5	Закрепляют полученные знания	Становятся по кругу парами, исполняют танец Полька	Групповая работа,

7. Рефлексия	Обмен мнениями. подведение итогов; Координация процесса обсуждения выполненного элемента композиции Контроль и оценка полученных знаний	5	Организует дискуссию	Отвечают на вопросы: Какой танец сегодня мы научились танцевать? Какая страна является родиной танца Полька? Какие стили танца вы узнали? Какие предметы помогают нам в танцевальном зале?	Общая групповая дискуссия
8. Построение на поклон;		4	исполняет поклон (благодарит детей аплодисменты)	исполняют поклон (благодарят друг друга - аплодисменты)	Групповое исполнение

Словарь

Demi-plie (деми плие) – маленькое приседание;

Galoper (галоп) – гоняться, преследовать, скакать, мчаться;

Grand (гранд) – большой;

Jete (жетэ) – бросок ноги на месте или в прыжке;

Pas de deux (па дэ дэ) – танец двух исполнителей, классический дуэт;

Plie (плие) – приседание;

Port de bras (пор де бра) – упражнение для рук, корпуса, головы; наклоны корпуса, головы;

Preparation (прэпарасион) – приготовление, подготовка;

Releve (релевэ) – от гл. приподнимать, возвышать; подъём на пальцы или полупальцы;

Saute (сотэ) – прыжок на месте по позициям;

Выворотность – раскрытие ног в тазобедренном и голеностопном суставах;

Координация – соответствие и согласование всего тела;

Экзерсис – это комплекс специальных упражнений, которые выполняются у станка и на середине, и способствуют развитию физических и танцевальных способностей.

ПОЛЬКА

Иосиф ШТРАУС
(1827 — 1870)

Баян

Умеренно

Не спеша, сдержанно

Музыкальный нотный текст для баяна, включающий пять систем нотации. Темп: Умеренно. Характер: Не спеша, сдержанно. Ключ: два диэза (F# и C#). Метр: 2/4. Динамические markings: f, p. Включены обозначения 1. и 2. для повторения или альтернативных вариантов фраз.