

МБУДО «Детская хореографическая школа»

Утверждено
на заседании методического
совета МБУДО «ДХорШ»
«13» февраля 20 19 г.
председатель метод. совета
Э.Б. Проказов

Методическая разработка на тему:

**ФОРМИРОВАНИЕ И РАЗВИТИЕ НАВЫКОВ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА
У УЧАЩИХСЯ 2 КЛАССА.**

Выполнил/А:
преподаватель
МБУДО «ДХорШ»
Табова И.В.

г-к. Кисловодск
2019г.

План урока.

Цель урока:

улучшение координации движений и эмоциональной выразительности учащихся путем повторения и отработки пройденных движений. Выявление уровня освоения программы.

Тип урока: урок закрепления знаний, выработки умений и навыков..

Задачи:

- организовать и сосредоточить внимание учащихся и направить все усилия на физическую нагрузку;
- подготовить двигательный аппарат учащихся: мышцы, связки и суставы для классического экзерсиса;
- формировать балетную осанку (постановка корпуса, ног, рук, головы);
- выработка выворотности ног в упражнениях у станка и на середине зала;
- развить гибкость, шаг, прыжок;
- воспитывать начальные движения координации у станка и на середине зала;
- выработать навыки правильности и чёткости исполнения;
- выработка апломба (устойчивости);
- развивать танцевально-ритмическую координацию движений и выразительность;
- обучить французской терминологии названий движений;
- совершенствовать двигательный аппарат (развивать физические данные учащихся, исправлять физические недостатки);
- развивать пластичность, координацию, хореографическую память, внимание, формировать технические навыки исполнения;
- воспитывать силу, выносливость, укреплять нервную систему;
- формировать навыки коллективного общения;
- раскрывать индивидуальность учащихся.

Программа «Классический танец» состоит из разделов:

1. Искусство классического танца.
2. Дисциплина - классический танец.
3. Практические занятия.

Первый раздел - теоретический, даёт общее представление о классическом танце, как искусстве, его истоках, о русской школе классического танца, о хореографических училищах. Желательно осваивать этот материал в форме бесед, видео просмотров, подготовки сообщений учащимися и т.д.

Второй раздел - также теоретический, знакомит с общими понятиями учебной дисциплины «Классический танец», терминологией и спецификой музыкального оформления занятий.

Третий раздел - практический, содержит изложение программных упражнений и их разновидностей в определённой последовательности. Он включает *экзерсис у станка, экзерсис на середине зала, allegro, экзерсис на пальцах*.

Особенность изложения практического материала заключается в разработке примерного комплекса упражнений с указанием метроритмических раскладок исполнения для каждого года обучения. В зависимости от подготовленной группы преподаватель может перенести изучение какого-либо элемента в тот или иной класс, не нарушая при этом общей последовательности освоения упражнений.

Особое внимание следует уделять движениям, предназначенным для факультативного прохождения. Их изучение рекомендуется в том случае, если возможности класса позволяют усвоить их качественно.

По каждому году обучения разработаны программные требования, необходимые для определения конкретных учебных задач.

Реализация программы опирается на следующие принципы:

- постепенность развития профессиональных данных у учащихся;
- постепенность увеличения физической нагрузки и технической трудности;
- строгая последовательность в овладении материала;
- систематичность и регулярность занятий;
- целенаправленность учебного процесса и др.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ.

Занятие, как правило, должно состоять из подготовительной, основной и заключительной частей и включать соответствующие разделы по мере их освоения (*экзерсис у станка, экзерсис на середине зала, allegro, adagio, экзерсис на пальцах*).

Экзерсис у станка выполняется в начале урока и одной из основных его задач является разогрев мышц, суставов, связок. Упражнения классического экзерсиса изучаются постепенно. Сначала - в медленном темпе, удобном для выработки внимания, памяти, эластичности ног и т.д., затем - с ускорением темпа.

Новые упражнения изучаются в «чистом виде», затем комбинируются в различных сочетаниях с другими. Все упражнения исполняются поочерёдно с правой и левой ноги.

На начальных этапах обучения экзерсису у станка отводится большая часть времени урока, впоследствии время для исполнения экзерсиса у станка сокращается за счёт ускорения темпов исполнения и соединения отдельных движений в комбинации движений.

Одной из основных задач экзерсиса на середине зала является овладение устойчивостью, для чего необходимо правильное распределение центра тяжести корпуса на 2-х или на 1-ой ноге.

На начальных этапах обучения экзерсис на середине зала используется не в полном объёме. Исполнение упражнений переносится на середину зала по мере

их усвоения у станка, поэтому желательно, чтобы они исполнялись в «чистом виде» или в простейших сочетаниях (не более 2-х движений).

По мере освоения новых элементов у станка, увеличивается объём материала на середине зала. Вводится *eraulement* и часть движений исполняется в различных положениях *eraulement*.

На более поздних этапах обучения количество упражнений на середине зала сокращается за счёт соединения движений в комбинации.

Особый раздел урока классического танца - *allegro*. Его главная задача - овладение техникой прыжка без дополнительных усилий. Изучение *allegro* следует начинать после того, как освоена постановка корпуса и выработана определённая сила и выворотность ног в *demi-plié*. Прыжки начинают изучать лицом к станку, затем переносят на середину зала. Экзерсис на пальцах (факультативно) следует начинать не ранее, чем учащиеся овладеют правильной постановкой корпуса, рук, ног, головы, а главное, приобретут силу стопы, натянутость и выворотность ног. Упражнения начинают проучивать лицом к станку, впоследствии переносят их на середину зала.

Главная задача - освоение постановки стопы на пальцах. В этой работе не следует спешить, т.к. в противном случае это может привести к травмам и некачественному исполнению движений.

Таким образом, полный урок постепенно развёртывается в своём объёме по мере освоения материала. В начале обучения учащиеся делают только экзерсис у станка и на середине зала, соответственно программе. Усложнение в урок вносит изучение поз, на основе которых строятся элементарные *adagio*, направленные на приобретение устойчивости. Постепенно все упражнения экзерсиса у станка переносятся на середину зала и исполняются в *eraulement*. Новые упражнения в программе каждого года обучения сначала изучаются «в чистом виде», затем комбинируются в различных сочетаниях с другими упражнениями.

Последовательность упражнений в экзерсисах обязательна, главным образом, в младших классах, а в дальнейшем, старших классах она может корректироваться.

Значительную роль в художественном воспитании учащихся играет этюдная работа, которая осуществляется на основе пройденного материала. Небольшие танцевальные комбинации, простейшие классические образцы развивают выразительность и танцевальность.

При проведении урока необходимо руководствоваться следующими принципами:

- постепенно увеличивать нагрузку: от простых упражнений к более сложным;
- чередовать упражнения быстрые и медленные;
- темп исполнения упражнений должен быть сначала медленным с последующим ускорением;
- следить за свободным дыханием и самочувствием учащихся.

Главное внимание в старших классах (1-2 классы) следует уделять правильной постановке корпуса, рук, ног, головы, как основе равновесия и апломба; овладению первоначальными навыками координации движений, которые предполагают согласованность работы всех частей тела в пространстве и времени; развитию физических профессиональных данных учащихся.

Все упражнения в 1 классе начинают изучать стоя лицом к станку, держась за него двумя руками. Затем постепенно переходят к исполнению тех же упражнений, держась одной рукой за станок.

Для правильного усвоения выворотности ног ряд упражнений сначала изучается в сторону, позднее вперёд и назад.

Все упражнения исполняются поочередно с правой, затем с первой ноги.

Во 2 классе необходимо разъяснять учащимся понятия «опорной» и «работающей» ноги.

В средних классах (5-6 классы) необходимо продолжать работу по развитию двигательных функций: выворотности ног, гибкости корпуса, увеличению танцевального шага и прыжка.

Основными задачами средних классов являются:

- развитие устойчивости и силы ног;
- развитие силы стоп посредством исполнения движений на полупальцах и пуантах;
- развитие координации движений,
- развитие подвижности корпуса посредством исполнения упражнений в *eraplement* (сначала на середине зала);
- развитие эластичности мышц и связок;
- развитие выразительности исполнения посредством исполнения простейших танцевальных комбинаций.

На этом этапе обучения учащиеся совершенствуют основные технические приёмы исполнения движений, опираясь на знания и умения, полученные в младших классах.

Основные методы работы педагога-хореографа на уроке - показ движений и словесное объяснение. Они являются главными проводниками требований преподавателя к учащимся. В разных классах *показу и объяснению* отводится различная роль. Изменяются функции *показа и объяснения* на разных этапах обучения.

На начальном этапе обучения показу придаётся исключительно большое значение, т.к. он даёт первоначальное представление о движении. Поэтому показ должен быть предельно точным, конкретным и технически совершенным.

Словесное объяснение комментирует показ, выделяя наиболее важные моменты, а также служит для формирования основных понятий, необходимых на начальном этапе обучения (французская терминология, правила исполнения).

На следующем этапе обучения показ приобретает иной характер. Он становится более обобщённым, акцентирующим наиболее важные моменты обучения, особенно мышечную работу тела.

Словесный метод приобретает очень большое значение в связи с происходящим процессом осмысления исполнения. На этом этапе слово несёт самую большую нагрузку.

На конечном этапе обучения в 5 классе показ и объяснение занимают меньше времени по сравнению с предыдущими этапами. Методы показа и объяснения варьируются в самых широких пределах, учитывая многообразие задач выпускных классов.

Таким образом, два важнейших метода - показ и объяснение - связаны с одним из центральных моментов обучения: *активизацией мышления и развитие творческого начала* в процессе напряженной физической работы по овладению танцевальными навыками.

Формы и методы работы

Основной формой учебной работы является урок (состав группы в среднем 10 человек). Занятия могут проводиться отдельно с мальчиками и девочками (состав учебных групп для мальчиков допускается до 4-х человек).

Во время проведения урока возможна индивидуальная форма работы преподавателя с учащимися.

Основные методы работы:

- наглядный - практический качественный показ;
- словесный - объяснение, желательно образное.

Качество знаний, умений и практических навыков учащихся выявляются на контрольных уроках и экзаменах.

При подготовке к уроку необходимо учитывать такие факторы, как:

- объём материала;
- степень его сложности;
- особенности класса, как исполнительского коллектива.

Требования к музыкальному оформлению урока

Танец органически связан с музыкой. Без музыки немислимы как танцевальные композиции, так и тренажные упражнения, в том числе и упражнения классического экзерсиса.

В процессе учебной работы необходимо прививать учащимся умение слышать и понимать музыку. Нельзя допускать, чтобы музыкальное сопровождение являлось «фоном» урока, т.к. это приводит к безразличию музыкального восприятия. Правильно подобранный музыкальный материал должен помогать осваивать хореографический материал, соответствуя его характеру, ритмическому рисунку, темпу.

Для тренажных упражнений желательно использовать музыкальный материал квадратного построения, с чётким ритмом и ярко выраженной фразировкой, чтобы учащиеся легко определяли музыкальные предложения, периоды и основное внимание уделяли правильности исполнения движений.

Музыкальное сопровождение по темпу следует подбирать так, чтобы при выполнении упражнений его не нужно было искусственно ускорять или замедлять. Ритмическая основа тренировочных комбинаций в основном должна совпадать с ритмическим рисунком музыкального сопровождения.

На первоначальных этапах изучения упражнений необходимо использовать музыкальное сопровождение с простым ритмическим рисунком. Позднее, на этапе совершенствования движения, ритмический рисунок может быть более разнообразным.

В каждом классе в зависимости от возрастной категории и подготовленности группы музыкальное сопровождение урока классического танца различно: по темпу, ритмическому рисунку, динамической окраске.

Ход урока:

1.Поклон.

Организационный момент.

Экзерсис у станка.

Работа над качеством движений, пластичностью.

Преодоление технических сложностей с использованием специальных приемов, развитие техники исполнения.

Plié.

Preparation – 2 такта (из-за такта), музыкальный размер 2/4.

2 demi plie по I позиции, 1 grand plie по I позиции,

3 releve на высоких полупальцах по I позиции, переход на II позицию.

2 demi plie по II позиции, 1 grand plie по II позиции,

перегибы корпуса через II позицию переход в V позицию.

2 demi plie по V позиции, 1 grand plie по V позиции,

2 demi plie по IV позиции, 1 grand plie по IV позиции,

поза IV арабеск по IV позиции,

заключение движения - 2 такта.

Battements tendus.

Preparation – 2 такта (из-за такта), музыкальный размер 2/4.

4 battement tendu по V позиции,

1 pour le pie вперед,

2 demi plie по V позиции,

2. battement tendu в сторону по V позиции,

1. double battement tendu,

2. battement tendu в сторону по V позиции,

1. double battement tendu,
4 battement tendu назад по V позиции,
2 demi plie,

1 battement tendu в сторону с окончанием в demi plie по V позиции полповорота на другую ногу,
заключение движения - 2 такта.

Battements tendus jetes.

Preparation – 2 такта (из-за такта), музыкальный размер 2/4.

2 battement tendu jete, 2 pique,

2 battement tendu jete, 2 pique,

8 jete balansoire, 2 в сторону, 2 pique.

Вся комбинация повторяется в обратном направлении,

заклучение движения - 2 такта.

Rond de jambe par terre.

Preparation – 4 такта (из-за такта), музыкальный размер 3/4.

4 rond, 1 обводка на полу на demi plie,

4 rond, 1 обводка на 90⁰,

растяжка вперёд и назад,

заклучение движения - 2 такта.

Battements fondu.

Preparation – 2 такта (из-за такта), музыкальный размер 2/4.

battements fondu крестом по 4 en l'air

4 en dehor и 4 en dedan,

заклучение движения - 2 такта.

Battements frappe + petit battements.

Preparation – 2 такта (из-за такта), музыкальный размер 2/4.

Крестом по 4, petit battement по 8 en dehor и en dedan,

заклучение движения - 2 такта.

Adagio.

Preparation – 2 такта (из-за такта), музыкальный размер 2/4.

2 relevent вперёд, 1 developpee вперёд,

1 developpee вперёд на plie.

Вся комбинация выполняется крестом,

заклучение движения - 2 такта.

Grand battements jetes.

Preparation – 2 такта (из-за такта), музыкальный размер 2/4.

3. grand battement jete вперёд, 1 changement de pied,

3 grand battement jete назад, 1 changement de pied,

8 в сторону, 8 balansuar,

2 в сторону, 1 мягкий battement,

2 в сторону, 1 мягкий battement,
заклучение движения - 2 такта.

Releve.

Preparation – 2 такта (из-за такта), музыкальный размер 2/4.

4. releve, 3 - с demi plie по I позиции, переход во II позицию.

Комбинация по I, II, V, IV позициям,

заклучение движения - 2 такта.

Растяжка.

4.Экзерсис на середине зала.

Plié.

Preparation – 2 такта (из-за такта), музыкальный размер 2/4.

2 demi plie по I позиции, 1 grand plie по I позиции,

3 releve по I позиции, переход во II позицию.

2 demi plie по II позиции, 1 grand plie по II позиции,

перегибы корпуса из стороны в сторону, переход в V позицию.

2 demi plie по V позиции, 1 grand plie по V позиции,

3 releve по V позиции, переход во IV позицию.

2 demi plie по IV позиции, 1 grand plie по IV позиции,

поза IV арабеск,

заклучение движения - 2 такта.

Battements tendus.

Preparation – 2 такта (из-за такта), музыкальный размер 2/4.

2 battement tendu вперёд из позы croisee,

1 переход через IV позицию,

комбинация обратно,

2 – в сторону правой ногой,

1 – двойной double battement tendu,

заклучение движения - 2 такта.

Battements tendus jetes.

Preparation – 2 такта (из-за такта), музыкальный размер 2/4.

2 battement tendu jete из позы croisee вперёд,

2 rique по V позиции, всё повторить,

8 jete balansuar, 2 jete в сторону, 2 rique в сторону,

заклучение движения - 2 такта.

Rond de jambe par terre.

Preparation – 4 такта (из-за такта), музыкальный размер 3/4.

4 rond вперёд правой ногой анфас, обводка правой ногой на 45⁰,

вся комбинация обратно,

по 2 rond en tournent по точкам,

растяжка, 1 developpee в сторону на 90⁰,

заклучение движения - 2 такта.

Battements fondu.

Preparation – 2 такта (из-за такта), музыкальный размер 2/4.

4 battements fondu вперёд на 45⁰ в положении croisee,

4 в сторону анфас, 4 назад croisee,

4 pas de bourree через II позицию,

заклучение движения - 2 такта.

Adagio.

Preparation – 2 такта (из-за такта), музыкальный размер 2/4.

1 relevent вперёд croisee правой ногой на 90⁰,

1 relevent назад в позу III арабеск,

2 relevent разными ногами в сторону анфас,

1 developpee вперёд croisee на plie,

1 developpee назад croisee в позу III арабеск на plie,

2 developpee в сторону разными ногами на plie,

заклучение движения - 2 такта.

Grand battements jetes.

Preparation – 2 такта (из-за такта), музыкальный размер 2/4.

4 grand battement jete вперёд croisee,

4 в сторону efface, 4 вперёд efface,

3 balansoire в сторону правой ногой анфас, 1 мягкий батман,

2 в сторону левой ногой анфас, 1 мягкий battement,

3 balansoire в сторону правой ногой анфас, 1 мягкий батман,

2 в сторону левой ногой анфас, 1 мягкий battement,

заклучение движения - 2 такта.

5. Allegro (Прыжки).

Saute.

Preparation – 2 такта (из-за такта), музыкальный размер 2/4.

2 медленных, 3 – быстрых по I позиции,

также по II позиции, по V, по IV.

заклучение движения - 2 такта.

Changement de pieds.

Preparation – 2 такта (из-за такта), музыкальный размер 2/4.

4 changement de pieds по V позиции,

комбинация an tournan по точкам,

1 releve, 1 changement de pieds,

заклучение движения - 2 такта.

Echappe.

Preparation – 2 такта (из-за такта), музыкальный размер 2/4.

По 4 позициям: 1 echappe croisee,

1 - по II позиции анфас,
всё повторить 4 раза,
заключение движения - 2 такта.

Assemble.

Preparation – 2 такта (из-за такта), музыкальный размер 2/4.
8 вперед анфас, 8 – назад,
заключение движения - 2 такта.

6. Tours (Вращения).

Tours chaines.

Preparation – 2 такта (из-за такта), музыкальный размер 2/4,
заключение движения - 2 такта.

Soutenu.

Preparation – 2 такта (из-за такта), музыкальный размер 2/4,
заключение движения - 2 такта.

7. III –e Port de bras.

Preparation – 2 такта (из-за такта), музыкальный размер 2/4,
заключение движения - 2 такта.

8.Подведение итогов. Подвести итог совместной работе педагога, концертмейстера и учеников с обменом мнениями: что получилось и что хотелось бы изменить?

9.Домашнее задание. Закрепить навыки правильности и чистоты исполнения технически сложных мест у станка и на середине. Закрепить знание французской терминологии.

10.Поклон.

Список литературы:

1. Ваганова А.Я. «Основы классического танца». Издание 6. Серия «Учебники для вузов. Специальная литература» - СПб.: Издательство «Лань», 2001.
2. Волынский А.Л Книга Ликований: Азбука классического танца. - Планета музыки, Лань 2008 г., 368 стр.
3. Виноградов О., Боярчиков Н., Мессерер А., Сергеев К., Кондратьева М., Семенов В., Комлева Г. Концертмейстер в балете – профессия или место работы. //Советский балет. М., «Известия», 1988. № 2.
4. Крючков Н. Искусство аккомпанемента как предмет обучения. Л.: Гос. муз. изд-во, 1961.
5. Музыкальная хрестоматия для уроков классического танца. Выпуск 1-2. / Сост. И. Климович, В. Малашева. - М.: Музыка, 1969-1971.
6. Музыкальная хрестоматия современного бального танца / Сост. Л. Ладыгин, А. Школьников. – М.: «Сов. композитор», 1979. – 230 с.
7. Шабалина Т.Л. «Профессиональный рост концертмейстера хореографии». Обобщение педагогического опыта. – Кирово-Чепецк, 2006.
8. Шендерович Е. В концертмейстерском классе. Размышления педагога. М.: 1996.
9. Ярмолович Л. И. Принципы музыкального оформления урока классического танца. Издательство: Музыка Ленинградское отделение, 1968 год.