

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Дом детского творчества»



**«Особенности техники вращений на занятиях по джаз-танцу в  
хореографическом ансамбле»**

Методическая разработка

Составитель:  
Деханова Оксана Анатольевна  
педагог дополнительного образования

Бийск  
2022

### **Пояснительная записка**

**Джазовый танец** - хореографическое направление, представляющее собой классификацию, включающую в себя широкий диапазон танцевальных стилей. Этот танец развивался параллельно с музыкой в 20-е - 40-е годы XX столетия. Это название до 1950-х годов джазовый танец, как и музыка относился к танцевальным стилям, которые произошли из афро-американского коренного танца. Джаз – это танец, не скованный жесткими рамками. Фантазия танцора и хореографа находится в свободном полете, а музыка и движение, душа и эмоции, органично соединены воедино способствуя созданию настоящих шедевров.

Джаз-танец – это направление в хореографии, имеющее одно название с музыкальным стилем, но сформированное отдельно от него. Нужно разграничивать джаз, как направление музыки и джаз, как танец. Джаз-танец представляет собою оригинальное соединение самобытных афро-американских традиций, балета, современных хореографических течений и этнического танца. Техника джаза довольно сложная. Она сочетает замысловатые позы, оригинальные танцевальные фигуры, ассиметричные ломаные движения, сложные эффектные переводы рук, броски на пол. Своеобразная музыка требует от хореографа свежих решений, которые позволят передать причудливые музыкальные обороты языком тела. В джаз- танце органично соединены воедино и воплощены средствами хореографии и движения души и эмоциональные ощущения. Танцоры джаза изучают и используют балетную технику. Выворотные позиции классического танца сосуществуют с параллельными. Округлость рук, характерная для классики, сочетается с прямыми позициями.

В хореографическом ансамбле «Росинка» по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Хореография» занятия по джаз танцу начинаются с 3 года обучения и рассчитаны на 8 лет.

Программа обучения построена таким образом, что изучений движений и комбинаций происходит от простого к сложному. Все начинается с базовых элементов: развития баланса, координации, устойчивости, изучение и повторение упражнений, нацеленных на формирование у обучающихся мышечных ощущений для удержания оси, точки, форса.

#### **Цель рекомендаций:**

Применение техники вращений по джаз танцу на занятиях в хореографическом коллективе, акцентирование внимания на основных принципах вращений, для того чтобы использовать вращения в классическом, народном и джаз танцах.

#### **Ставились и решались задачи:**

1. Взаимосвязь вращений джаз танца с вращениями классического и народного танца
2. Составить и дать рекомендации по использованию техники вращений на занятиях по джаз танцу
3. Систематизация знаний по вращениям в джаз танце.

Вращения в джаз танце, имеет общее правила с классическим и народным танцем. Корпус должен быть абсолютно прямым и подтянутым, только это дает возможность сохранять равновесие и координировать движения разных частей тела. Особенно хорошо корпус «схвачен» в области поясницы. Ноги напряженно вытянуты и выворотны, ягодицы подтянуты. Опорная нога составляет единую ось вращения с корпусом. Эта ось должна проходить по центру и оставаться спокойной и невозмутимой. Внешне вращение может выглядеть энергичным либо сдержанным, но в любом случае центр должен полностью контролировать движение и четко регулировать направление форса.

Форс (франц. force- сила) - первоначальный импульс, направленная энергия для совершения какого-либо движения, например, вращения. В подавляющем большинстве вращений движущей силой является подъем на полупальцы и поворот вокруг своей оси. Большое значение играют руки: при начале вращения они активно дают форс, затем, сильные и упругие, сохраняют свою позицию до окончания вращения.

Важный аспект вращения - работа головы. В начале каждого tour голова быстро поворачивается в профиль через плечо в сторону, противоположную вращению, при этом

взглядом фиксируется определенная точка впереди. В момент вращения голова быстро выпрямляется en face и в заключение вращения, обгоняя поворот корпуса, поворачивается в исходную точку. При исполнении нескольких tours подряд голова и взгляд повторяют такое движение несколько раз. Точка, на которую направлен взгляд, должна находиться на высоте глаз. Нельзя опускать глаза вниз, поднимать вверх или направлять в сторону, от этого можно потерять устойчивость. Также при повороте головы нельзя наклонять ее к плечу; голова удерживается строго прямо. При этом важен не только чисто зрительный фокус, обычно определяемый выражением «держать точку», но и предельная внутренняя собранность.

### **Физиологические особенности**

Способности обучающихся к вращательным движениям можно разделить на две группы.

**Первая группа** объединяет в себе, как правило, небольшое количество обучающихся, обладающих «природным» вращением. Они, кроме того, владеющих и естественной «природной» координацией. Такие обучающиеся наделены от природы специфическим, интуитивным «умением» корпуса находить верное положение относительно опорной ноги в процессе вращения. Среди хореографов бытует выражение «природное вращение». Танцовщик, обладающий этим качеством, исполняет вращательные движения с видимой лёгкостью. Однажды взятый им форс действует продолжительное время, заставляя тело вращаться. Форс как бы не угасает, внутри тела нечто сущее всё время поддерживает процесс вращения.

**Ко второй группе** относятся обучающиеся, не обладающие достаточным природными способностями к вращательным движениям и исполнение которых представляет для них определённые трудности. В этой группе особенно важно создать и тренировать внутреннюю координацию до автоматического воспроизводства необходимых мышечных усилий.

Рекомендуемый возраст при изучении вращений 8-9 лет. Обучение следует начинать с умения «держать точку», поворотов на  $\frac{1}{4}$  круга.

**Основные принципы вращений и поворотов. Взаимосвязь джазовых вращений с вращениями в народном и классическом танце.**

#### **1.Осанка, ось**

Вращения выполняют с подтянутым и ровным корпусом, «копчик втянуть», «шея длинная», подбородок смотрит на верх. Это поможет вам выровнять баланс и подтянуть ось, необходимую для долговременных вращений. Ось вращения – это та прямая, относительно которой поворачивается ваш корпус. Она должна проходить по оси симметрии тела и, если вы стоите на одной ноге в подготовке – по внутренней части этой ноги. Ось важно сохранять прямой. Любой наклон вызывает асимметрию и искажает ось. Поворот с искаженной осью требует дополнительного и совсем другого балансирования.

Поворот во многом определяется тем, где находится его ось. У многих людей эта ось во время вращения расположена на самой опорной ноге. Не сказать, чтобы это было критично, но такой стиль поворотов лишает его обладателя многих преимуществ.

Во-первых, время: поворот вокруг ноги имеет больший радиус, поэтому занимает больше времени.

Во-вторых, скорость, собственно, по той же причине. Большой радиус не позволяет набрать высокую скорость вращения.

В-третьих, баланс: поскольку поворот вокруг ноги длиннее и занимает больше времени, то увеличивается вероятность потери равновесия в нем.

Другими словами, поворот вокруг оси симметрии лучше управляется, он быстрее и четче.

Поворот вокруг ноги часто случается, если человек пытается поворачиваться на цыпочках. Встав на пальцы, он автоматически смещает ось на ногу.

В общем виде, для того чтобы поворачиваться вокруг оси, ваш корпус должен закручивать поворот одной частью (плечо + бедро), и раскручивать его противоположной стороной. Тогда ось останется посередине.

## **2.Точка**

Все танцоры знают, что для вращения нужно «держать точку», но вот интересно, в состоянии ли вы менять точку достаточно быстро? Для того, чтобы вращаться долго и много, вам нужно тренировать резкую и молниеносную смену точки. Точку следует держать на уровне глаз и чуть выше. Не смотреть на пол.

## **3.Выравнивание (крест)**

Следует сконцентрироваться на выравнивании линии плеч с линией таза, они должны быть параллельны. Если во время начала вращений не выровнять линии плеч и таза, мы не сможем поймать баланс и наше вращение будет не долгим, максимум 3 пируэта. Для этого следует тренироваться у зеркала, встать в релеве и убедитесь, что линии плеч и таза (бедер) параллельны. Так же, перед зеркалом, следует контролировать положение тела, встать боком и убедиться, что корпус не наклонен вперед или не откинут слишком назад.

## **4.Баланс**

Выполняя пируэты, вы балансируете на полупальце (релеве), практикуйте баланс без вращения. Если вы не можете простоять на полупальце не вращаясь, значит и в повороте вы не устоите. Практикуйте баланс на полупальцах без вращения, тренируйте и левую и правую ногу, следует стоять по восемь счетов в очень медленном темпе, это укрепит вашу ось.

## **5.Большой палец на ноге**

Куда смотрит большой палец на ноге при вращении? Если ваш палец не смотрит в ту же сторону, что и колено, такое вращение считается не правильным и мы не сможем добиться мульти-вращения. Надо встать на полупалец и убедиться, что не «косолапите», что большой палец смотрит туда же куда и колено. Нет ничего хуже, чем косолапый танцор! Если стопа расположена правильно, вес распределяется тоже правильно, и вы сможете выстроить лучшую ось для вращения. Убедитесь, что во время вращения мы не прыгаем на полупальце, не «играем» вниз и вверх и наш подъем натянут максимально. На протяжении всего вращения следует стоять на максимальном возможном полупальце.

## **6.Используем танцевальный пол**

Отталкиваясь от пола из глубокого плие со всей силой, чтобы задать максимально возможную энергию вращения. Отталкиваясь из плие с достаточным усилием, чтобы встать на полупалец и вытянуть колено

## **7.Руки**

Во время серии вращений очень важно не растерять энергию вращения, для этого танцовщик должен умело собирать руки к корпусу, распределить энергию на каждый поворот, так, чтобы в каждом последующем руки были немного ближе чем в предыдущим. Попробуйте на практике, если руки не сводить, то и вращение будет не быстрым и не долгим, а если резко забрать руки к телу, то вы резко закрутитесь с большей скоростью.

## **8.Вытягивание**

Представьте, что во время вращения кто-то вытягивает нас вверх за макушку. Это позволит держать ровную ось и подняться как можно выше на полупалец с привлечением основных мышц корпуса.

## **9.Preparation**

Все виды вращений начинаются с preparation – подготовительного движения, исходного положения. Качество вращения непосредственно связано с качеством подготовительных движений. Как различные формы вращения, так же различны и многообразны действия, предворяющие вращения. Точность начала вращения относительно положения корпуса в пространстве обуславливает качество и выразительность туров и других вращательных движений. Находясь в одном положении (preparation), корпус танцовщика уже должен быть готовым воспринять форму вращения. В подготовительном положении нужно научиться «предчувствовать» дальнейшие усилия по формированию необходимой позы.

## 10. Практика

Вращения, как любой трюк, требует долгих часов регулярных занятий.

**Вращения, могут выполняться на месте и с передвижением в пространстве.**

**Основные виды вращений и поворотов:**

- на двух ногах;
- на одной ноге;
- повороты по кругу вокруг воображаемой оси;
- повороты на различных уровнях;
- лабильные вращения.

**Повороты на двух ногах.**

Этот тип поворотов и вращений, как самый легкий, изучается первым. Начинается изучение с так называемого «трехшагового поворота», который выполняется следующим образом:

И.П. - 1 параллельная позиция ног.

1 - Шаг правой ногой вправо.

2 - Шаг левой ногой в том же направлении, одновременно полуповорот на 180°.

3 - Шаг правой ногой в том же направлении, завершая полный поворот.

4 - Приставить левую ногу к правой ноге.

Так же исполнить с продвижением влево с левой ноги.

Corkscrew повороты - повороты, аналогичные *soutenu en tournant*.

«Рабочая» нога скрещивается впереди или сзади опорной ноги, и поворот осуществляется в направлении *en dehors* или *en dedans*. Зачастую при таком повороте происходит изменение уровня исполнителя, т.е. поворот начинается из *demi-plie* и заканчивается на полупальцах.

*Tour chains* выполняется так же, как в классическом танце, однако может измениться уровень вращения (на полупальцах, на полной стопе, на *demi-plie*).

**Повороты на одной ноге.**

Техника исполнения аналогична технике исполнения пируэтов и партерных туров классического танца. Возможно изменение положения «рабочей» ноги. Она может быть в положении *cou-de-pied*, «у колена», открыта в любом из направлений или находиться в положении *attitude*. Также возможны различные варианты положения опорной ноги: на полупальцах, на всей стопе, на *demi-plie*. Однако в любом варианте спина служит осью вращения, руками берется форс, а голова «держит точку». Как в классическом танце, действуют понятия *en dehors* и *en dedans*.

Вращения *en dedans* (наружу) делаются в сторону опорной ноги (т.е. на правой ноге вправо, либо на левой ноге влево), вращения *en dehors* (внутри) - в сторону, противоположную опорной (т.е. на правой ноге влево, либо на левой ноге вправо).

Основное условие хороших туров – это абсолютно прямой, собранный корпус, большое значение так же имеет правильное исполнение *demi plie* перед туром. Стопы обеих ног должны быть ровными, без упора на большой палец. Необходимо следить, чтобы пятки, особенно перед подъёмом на полупальцы, сохраняли выворотное положение. Ровные плечи и бёдра, выворотное положение обеих ног при исполнении *demi plie* дают возможность активнее подняться на полупальцы, быстрее зафиксировать положение, необходимое для вращения. Приступая к исполнению вращения, не следует упускать из виду, что форс для туров берётся руками, а отнюдь не корпусом, который должен быть неподвижен; необходимо помнить, что форс не берётся также плечом, а поворот выполняется только вокруг своей оси. Так же во время самого поворота нужно не терять точки остановки и всё время чувствовать анфас, чтобы голова не кружилась. Теоретически рассуждая, и при турах, как и при всяких поворотах, нужно оставлять голову обращённой к зрителю как можно дольше. Но в *tours* надо следить, чтобы голова отнюдь не склонялась на бок от той оси, вокруг которой происходит вращение. Не соблюдая этого, можно легко сбить себя с устойчивости. Чтобы достигнуть доступных современной технике вращения

многочисленных туров, надо очень быстро уметь поворачивать головой, подчёркивая его только взглядом, то есть каждый раз, проходя анфас, взглянуть на зрителя, удерживая этот взгляд как можно дольше.

### **Повороты по кругу вокруг воображаемой оси.**

Исполняются на одной или двух ногах вокруг воображаемой оси. Техника исполнения аналогична технике исполнения в классическом танце: двигаясь по определенному радиусу, стараясь занимать большую часть класса, «точка» меняется соответственно своему продвижению по кругу.

### **Повороты на различных уровнях.**

В модерн-джаз танце широко используются повороты, когда танцор меняет уровень расположения тела во время вращения. Эта смена может осуществляться и при вращении на месте, когда исполнитель, постепенно сгибая колени, опускается вниз или, наоборот, поднимается вверх («штопорные повороты»), и при передвижении в пространстве, когда исполнитель меняет уровень постепенно.

Например, исполнить *tour chaines* по диагонали хореографического класса: четыре раза на полупальцах, четыре на полной стопе, четыре на *demi-plie* и закончить поворотом на коленях. Повороты на коленях и ягодицах, а также различные виды перекатов в партере очень распространены в различных техниках современного танца.

### **Лабильные вращения.**

Во всех вышеописанных поворотах осью вращения служил позвоночник и центр тяжести располагался над опорной ногой. Однако в модерн-джаз танце существует группа поворотов, когда позвоночник наклонен в каком-либо направлении или расслаблен. Эти неустойчивые повороты заканчиваются либо падением, либо переходом в стабильное вращение (т.е. с опорой), либо исполнитель делает несколько шагов, чтобы обрести равновесие.

Обычно исполняется не более одного лабильного поворота, и в основном эти повороты исполняются за счет сильного форса, который берут руки. Положение рук во время вращения может быть различным: в любой из позиций или положений, описанных выше, - скрещенными на груди, заведенными за поясницу и т.д. Но эти положения рук фиксируются уже во время самого вращения, перед ним руки должны взять форс и дать энергию для вращения.

### **Упражнения на тренировку вращений и поворотов:**

1. Плие и вверх на полупальцы руки в 1-ю позицию на 7 плие на 8 исходная.
2. Баланс на поочередно на одной ноге, вторая в пассае, руки в первой позиции.
3. Вскок на полупальцы на одной ноге, вторая в пассае.
4. Медленный поворот с фиксацией головы и ловлей точки - голова последняя уходит, и первая приходит.
5. Вращение с переступанием ног на 4 счета.
6. Отработка форса ведомой рукой из 3 позиции. Сначала по 4-м направлениям, потом по 1 и 4 точкам зала. Далее целые повороты, завершаются в 4 позиции.

### **Кроссовые комбинации.**

Обычно на занятии используются сочетания из нескольких шагов, прыжки и вращения, которые исполняются по диагонали класса с активным продвижением вперед.

### **Пример 1:**

Комбинация начинается с *preparation* (правая нога в стороне, согнута в колене, колено смотрит вниз, пятка смотрит на потолок, левая нога на плие, левая рука во второй, правая рука в первой позиции, натянуты, ладошкой вниз):

- 1 и 2 – Па де буре с правой ноги.
- 3 и 4 – Па де буре с левой ноги.
- 5 – Тур на левой ноге *endehors*
- 6 – Шаг
- 7 – Тур на правой ноге *en dehors*

- 8 - Шаг
- 1 и 2 Шоcee.
- 3 - Шаг на левой ноге
- 4 - 5 Grand jete
- 6 -Шаг
- 7- 8 – Grand jete

**Пример 2:**

Preparation: 6 позиция ног, руки опущены, направление анфас.

- 1 – Широкий шаг с правой ноги.
- 2 – наступить на левую ногу в плие, правая нога согнута в колене, колено смотрит вниз, пятка смотрит на потолок
- 3 - 4 Тур на левой ноге en dehors на плие
- 5 - Широкий шаг с правой ноги.
- 6 - наступить на левую ногу в плие, правая нога согнута в колене, колено смотрит вниз, пятка смотрит на потолок
- 7 - 8 - Тур на левой ноге en dehors на плие
- 1 и 2 - Шоcee
- 3 - 4 - Па де буре с левой ноги
- 5 - 6 – Шаг
- 7 - 8 – Grand jete

**Пример 3:**

Preparation: 1 позиция ног, руки в первой позиции, корпус развернут правой стороной по направлению движения.

- 1 – Скользящий шаг по полу во вторую широкую позицию ног на demi plié, руки открываются во вторую позицию, голова смотрит в «точку» по направлению движения.
- 2 – Тур по 6 позиции, руки в 1 позиции.

Повторяем комбинацию по линии движения, сохраняя «точку»

Во всех комбинациях следим за preparation, постановкой корпуса, «точкой», стопами.

**Джазовые комбинаций на середине зала.**

Вращения используются при составлении комбинаций на середине зала с использованием прыжков, па де бурее, «валяшек» и т. д.

**Пример:**

И.П.- правая нога в стороне, согнута в колене, колено смотрит вниз, пятка смотрит на потолок, левая нога на плие.

1- п.н. поднимается на пасе в невыворотное положение, левая нога на релеве

И- смена ног (левая нога в стороне, правая нога на плие)

2- пауза

3- левая нога поднимается на пасе в невыворотное положение, правая нога на релеве

И- смена ног (правая нога в стороне, левая нога на плие)

4- пауза

1 И 2- паде бурее с правой ноги.

3 И 4- паде бурее с левой ноги.

1 И 2- правая нога поднимается на пасе в невыворотное положение, левая нога на релеве, выстойка

3 И 4 смена ноги.

Все выполняем с левой ноги.

Теперь с добавляем вращения.

1- вращаем в правую сторону на левой ноге, правая нога поднимается на пасе в невыворотное положение

И- смена ног (левая нога в стороне, правая нога на плие)

2- пауза

3- вращаем в левую сторону на правой ноге, левая нога поднимается на пасае в невыворотное положение,

И- смена ног (правая нога в стороне, левая нога на плие)

4- пауза

1 И 2- паде буре с правой ноги

3 И 4- паде буре с левой ноги

1 И 2- вращение в правую сторону на левой ноги, правая нога поднимается на пасае в невыворотное положение.

3 И 4 смена ноги.

Все выполняем с левой ноги.

### **Заключение**

Работая над методической разработкой систематизировала знания по вращениям, определила основные принципы и виды вращений и поворотов. Данные упражнения рекомендую применять при тренировке вращений и поворотов и несколько комбинаций на вращения, которые можно использовать на занятиях по джаз танцу в хореографическом коллективе.



### **Список литературы:**

1. Бурцева Г.В., Байкова А.П. Стили и техника джаз-танца. / Г.В. Бурцева, А.П. Байкова. - Барнаул, 1998. – 83 с.
2. Ваганова, А.Я., Основы классического танца / А.Я. Ваганова. - Издание 6. Серия: Учебники для вузов. Специальная литература — СПб: Издательство Лань, 2000. - 192 с.
3. Гусев, Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала: учебное пособие для студ. хореограф. фак. вузов искусств и культуры / Г.П. Гусев. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. - 208 с., ил., ноты
4. Гусев, Г.П. Методика преподавания народного танца. Этюды: учебное пособие для студ. хореограф. фак. вузов искусств и культуры / Г.П. Гусев. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2004. –232 с., ил., ноты.
5. Никитин, В.Ю., Модерн-джаз танец: История. Методика. Практика / В.Ю. Никитин. - Издательство: ГИТИС, 2000. – 440 с., ил.
6. Никитин, В.Ю., Модерн-джаз танец: Этапы развития. Метод. Техника. / В.Ю. Никитин. - М.: ИД Один из лучших, 2004. - 414 с., ил.

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Дом детского творчества»



Конспект занятия

Тема: Понятие «точка». Повороты на двух ногах по 6 позиции на  $\frac{1}{4}$  круга.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая)  
Программа «Хореография»

Группа 46

Разработала:  
Деханова Оксана Анатольевна,  
педагог дополнительного образования

Бийск  
2021

### Схема конспекта занятия

Педагог: Деханова Оксана Анатольевна

Концертмейстер: Валикова Марина Леонидовна

Направление: Хореография

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа:

«Хореография»

Возраст обучающихся: 8-10 лет

Тема занятия: «Понятие «точка». Повороты на двух ногах по 6 позиции на  $\frac{1}{4}$  круга»

Продолжительность занятия: 40 минут

Место проведения: Хореографический зал, МБУ ДО «ДДТ», ул. Советская 21, стр. 1

Раздел программы: «Народный танец».

Цель педагога: Формировать умения держать точку и исполнять повороты на двух ногах по 6 позиции на  $\frac{1}{4}$  круга

Цель концертмейстера: Осуществить музыкальное сопровождение занятия по хореографии (четвертый год обучения) по теме: «Понятие «точка». Повороты на двух ногах по 6 позиции на  $\frac{1}{4}$  круга»

Задачи:

• Образовательные:

- дать понятие «точка»
- научить выполнять повороты, держа точку.
- формировать осмысленное исполнение движений;
- совершенствовать координацию движения, памяти, внимания.

• Развивающие:

- развивать гибкость и подвижность суставов и связок;
- улучшить способность к восприятию музыки и двигательному ее выражению;
- развивать выносливость и постановку дыхания;

• Воспитательные:

- воспитывать любовь к Родине через приобщение обучающихся к народному танцу.
- воспитывать трудолюбие.
- формировать терпеливость, выносливость, умение работать в коллективе.

Тип занятия: изучение нового материала.

Методы обучения: словесный (монологический, диалогический), практический, метод упражнения, метод чистого танцевального исполнительства, метод танцевального показа, контроля и самоконтроля, стимулирования и мотивации.

### Структура занятия:

1. Организационный этап - 3 мин.
2. Актуализация опорных знаний - 15 мин.
3. Изучение нового учебного материала – 13 мин
4. Первичное закрепление изученного- 7 мин.
5. Итоги занятия. Рефлексия - 2 мин.

**Ход занятия:**

**1. Организационный момент (3 мин.)**

**Цель, которая должна быть достигнута обучающимися:** готовность обучающихся к учебной деятельности.

**Цель, которая должна быть достигнута педагогом:** создание условий для эмоционального настроя обучающихся на эффективный ход занятия.

**Задачи:**

- организовать внимание обучающихся;
- мотивировать обучающихся на включение в деятельность.

**Методы:** словесный (монологический, диалогический), проблемный метод.

Деятельность обучающихся	Деятельность педагога	Деятельность концертмейстера
<p><i>Дети встают на свои места.</i>  <i>Предполагаемый ответ: по народному танцу</i>  <i>Исполняют поклон</i></p>	<p>Здравствуйте! Сегодня у нас занятие по...                      Да, правильно, занятие по народному танцу.                      Исполним народный поклон.                       Сегодня мы познакомимся с понятием «точка» и выучим повороты на месте с «точкой»</p>	<p><i>Эмоциональный настрой детей на работу.</i>                       Поклон Рус. н/п. «Сударушка»                      Pressando (ускоряя)                      2/4</p>

**2. Актуализация опорных знаний (15 минут)**

**Цель, которая должна быть достигнута обучающимися:** закрепить правильность исполнения движений на середине зала.

**Цель, которая должна быть достигнута педагогом:**

Способствовать формированию и развитию танцевальных умений и навыков.

Способствовать запоминанию основной терминологии.

**Задачи:**

- развивать выворотность, гибкость, прыжок, шаг, устойчивость, чувство ритма и координацию;
- закрепить пройденный материал, терминологию;

**Методы:** словесный (диалогический), практический, метод контроля.

Деятельность обучающихся	Деятельность педагога	Деятельность концертмейстера
<p><i>Обучающиеся встают по кругу:</i>                      - танцевальный шаг с носка,                      -шаги на полупальцах,                       -бег,                       -два шага на полупальцах, два на полной стопе.</p>	<p>Приготовились к движениям по кругу, начали.                      Следит за интервалами по кругу, руками на поясе, головой, корпусом.</p>	<p>Шаг с носка А. Д. Филиппенко                      «По малину в сад пойдём»                      Pressando (ускоряя) 2/4                      Ходьба на полупальцах Рус. н/п. «Во саду ли, в огороде»                      Animato (оживленно) 2/4                       Бег Рус. н/п. «Ах, вы, сени, мои сени» Allegro (скоро) 2/4                       Ходьба с притопом М. Я. Товпеко «Ой ты, улица широкая моя» Allegretto</p>

<p><i>Предполагаемый ответ детей</i> (Шаги с уколом)</p> <p>6 шагов, 3 припадания; 2 припадания, два бега</p> <p><i>Исполняют элементы эжзерсиса на середине зала.</i></p>	<p>Какое следующее движение по кругу?</p> <p>Вспомним движения из танца «Тимоня»</p> <p>Следит за правильностью положения рук</p> <p>Встаем на середину.</p>	<p>(подвижно) 2/4 Шаги с уколом А. Ф. Мерзляков «Чернобровый, черноокий» Moderato (умеренно) 4/4</p> <p>Рус. н/п. «Тимоня» Giocoso (шутливо, игриво) 2/4</p>
<p><i>Выполняют Portdebras</i></p> <p><i>Предполагаемый ответ детей</i> -Ковырялочка</p> <p>-прыжки по точкам;</p>	<p>Приготовились к выполнению позиций рук.</p> <p>Какое следующее упражнение?</p>	<p>Port de bras Е. Д. Юрьев «В лунном сиянии» Tempo divalzer (в темпе вальса) 3/4 Ковырялочка Рус. н/п. «Перевоз Дуня держала» Elegante (изящно) 2/4 Прыжки по направлениям фин. н/п. «Полька Сяккиярви» Comodo (удобно) 2/4</p>
<p><i>Предполагаемый ответ детей</i> -Перетопы</p> <p>-прыжки с поворотом</p> <p>-наклоны корпуса;</p> <p>-прыжки с поджатыми ногами.</p>	<p>Как дробную комбинацию мы исполним?</p> <p>Выполним прыжки с поворотом</p>	<p>Перетопы Рус. н/п. «Ах, утушка моя луговая» Sostenuto (сдержанно) 2/4</p> <p>Прыжки с поворотом Рус. н/п. «Ой, Варенька, Варенька» Vivo (живо) 2/4</p> <p>Наклоны С. Флаэрти «Однажды в декабре» Adagio (медленно) 3/4</p> <p>Прыжки с поджатыми ногами А. Я. Жилинский «Детская полька» Congrazia (грациозно) 2/4</p>

### 3. Изучение нового учебного материала: Практическая работа (13 минут)

**Цель, которая должна быть достигнута обучающимися:** Формировать понятие «точка»

**Цель, которая должна быть достигнута педагогом:** Создание условий для качественного усвоения нового материала.

**Задачи:**

- развить работы головы смотреть в одну точку при повороте корпуса;

-воспитание трудолюбия.

**Методы:** словесный (монологический, диалогический), практический, метод танцевального показа, контроля и самоконтроля, стимулирования и мотивации.

Деятельность обучающихся	Деятельность педагога	Деятельность концертмейстера
<p><i>Дети встают на свои места</i></p> <p><i>Предполагаемый ответ детей</i> - Да, правильно «Точка».</p> <p><i>Предполагаемый ответ детей</i> - Да</p> <p>Дети ходят по залу, держа взглядом точку</p>	<p><i>Девочки, как вы думаете, что является наиболее важным в поворотах?</i></p> <p>В танце необходимо начинать с освоения техники поворота головы, очень важно научиться «держат точку», от этого зависит скорость поворота и правильность исполнения вращений.</p> <p>- А вы бы хотели научиться правильно выполнять вращения?</p> <p>- Молодцы, теперь мы с вами готовы к изучению нового материала.</p> <p>Давайте поиграем в игру «Прицеленный взгляд».</p> <p>Каждый из вас должен найти в зале любую точку, это может быть: окно, кубки, дверь и т.д. Под музыку ходим по всему залу, но наш взгляд прицелен к этой точке. Мы можем разворачиваться, наклоняться, но при этом точка наша не меняется. Как только остановилась музыка, мы замираем в позе, в которой закончили ход.</p> <p><i>Встаем на середине зала и попробуем найти точку перед собой, смотря на себя в зеркало.</i></p> <p>- Во время выполнения данного подготовительного упражнения необходимо следить за тем, чтобы голова сохраняла ровное положение, без завалов и зажимов шейных мышц, корпус подтянут, сохраняется вертикальная осевая линия, а руки, корпус и бедра находятся в одной плоскости, «крест».</p>	<p>Игра: Рус. н/п. «Ах, вы, сени, мои сени» Allegro (скоро) 2/4</p> <p>Е. Д. Юрьев «В лунном сиянии» Tempo di valzer (в темпе вальса) 3/4</p>

#### 4. Первичное закрепление изученного (7 минут)

**Цель, которая должна быть достигнута обучающимися:** Уметь совмещать исполнение движения туловища и головы и сочетать с музыкой.

**Цель, которая должна быть достигнута педагогом:** создание условий для качественного закрепления нового материала.

**Задачи:**

-воспитание трудолюбия.

**Методы:** словесный (монологический, диалогический), практический, контроля и самоконтроля, стимулирования и мотивации.

Деятельность обучающихся	Деятельность педагога	Деятельность концертмейстера
	<p>Выполним повороты на полупальцах:</p> <p>1,2 - начать поворот на месте на право, мелко переступая на каждую 1/8 такта, выполнить 1/4 поворота, голова при этом не меняет положения и за счёт поворота корпуса переводится к левому плечу, взгляд направлен в одну и ту же точку.</p> <p>3,4 - продолжая поворот, на таких же мелких переступаниях, выполнить следующую четверть поворота, удерживая взгляд в той же точке, на последнюю 1/8 такта резко перевести голову на правое плечо, стараясь сразу «поймать» глазами прежнюю «точку».</p> <p>5,6- продолжаем поворот,</p> <p>7,8- выполнить последнюю 1/2 поворота, также переступая на каждую 1/8 такта, закончить поворот в положении en face.</p>	<p>Е. Д. Юрьев «В лунном сиянии» Tempo di valzer (в темпе вальса) 3/4</p>

#### 5. Итоги занятия. Рефлексия (2 мин.)

**Цель, которая должна быть достигнута обучающимися:** самоанализ практической деятельности.

**Цель, которая должна быть достигнута педагогом:** подведение итогов работы, оценка деятельности обучающихся.

**Задачи:**

- способствовать развитию критического мышления при анализе и самооценке деятельности.

**Методы:** словесный (монологический, диалогический).

Деятельность обучающихся	Деятельность педагога	Деятельность концертмейстера
<p><i>Предполагаемый ответ детей:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- держать «точку»;</li><li>- держать спину;</li><li>- не наклонять голову;</li></ul>	<p><i>Как правила выполнения необходимы при поворотах на месте?</i></p> <p><i>Правильно. Молодцы!</i></p>	

<p><i>-сохранять «крест»</i></p> <p><i>Занимают позы, в соответствии с выполнением заданий</i></p> <p><i>Исполняют поклон</i></p>	<p>Предлагаю вам оценить, как вы поработали на занятии, если «Всё получилось», то встать в 3 позицию руки в 3 позицию, а если «Были затруднения» встать на колено, руки положить на колено.</p> <p>Мне понравилось, как вы сегодня занимались. Спасибо. Поклон.</p>	<p>Рус. н/п. «Сударушка» Andante (не спеша, шагом) 2/4</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------



Фото с занятия









Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Дом детского творчества»



Конспект занятия

**Тема: Проучивание джазовой комбинации с вращением и па де буре**

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая)  
Программа «Хореография»

Группа 73

Разработала:  
Деханова Оксана Анатольевна,  
педагог дополнительного образования

Бийск  
2021

### Схема конспекта занятия

Педагог: Деханова Оксана Анатольевна

Направление: Хореография

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа:

«Хореография»

Возраст обучающихся: 11-13 лет

Тема занятия: Проучивание джазовой комбинации с вращением и па де буре

Продолжительность занятия: 40 минут

Место проведения: Хореографический зал, МБУ ДО «ДДТ», ул. Советская 21, стр. 1

Раздел программы: «Джаз танец».

Цель педагога: Формировать умения исполнить джазовую комбинацию с вращением и па де буре.

Задачи:

• Образовательные:

- научить выполнению джазовой комбинации с вращением и па де буре
- формировать осмысленное исполнение движений;
- совершенствовать координацию движения, памяти, внимания.

• Развивающие:

- развивать гибкость и подвижность суставов и связок;
- улучшить способность к восприятию музыки и двигательному ее выражению;
- развивать выносливость и постановку дыхания;

• Воспитательные:

- воспитывать трудолюбие.
- формировать терпеливость, выносливость, умение работать в коллективе.

Тип занятия: изучение нового материала.

Методы обучения: словесный (монологический, диалогический), практический, метод упражнения, метод чистого танцевального исполнительства, метод танцевального показа, контроля и самоконтроля, стимулирования и мотивации.

Структура занятия:

1. Организационный этап - 3 мин.
2. Актуализация опорных знаний - 20 мин.
3. Изучение нового учебного материала – 15 мин
4. Итоги занятия. Рефлексия - 2 мин.

### Ход занятия:

#### 6. Организационный момент (3 мин.)

**Цель, которая должна быть достигнута обучающимися:** готовность обучающихся к учебной деятельности.

**Цель, которая должна быть достигнута педагогом:** создание условий для эмоционального настроя обучающихся на эффективный ход занятия.

**Задачи:**

- организовать внимание обучающихся;
- мотивировать обучающихся на включение в деятельность.

**Методы:** словесный (монологический).

Деятельность обучающихся	Деятельность педагога	Примечание
<i>Дети встают на свои места.</i>  <i>Исполняют поклон</i>	Здравствуйте! Сегодня у нас занятие по джаз танцу  Исполним поклон. Сегодня мы выучим новую комбинацию с вращением и па де буре.	<i>Эмоциональный настрой детей на работу.</i>

#### 7. Актуализация опорных знаний (20 минут)

**Цель, которая должна быть достигнута обучающимися:** закрепить правильность исполнения движений на середине зала.

**Цель, которая должна быть достигнута педагогом:**

Способствовать формированию и развитию танцевальных умений и навыков.

Способствовать запоминанию основной терминологии.

**Задачи:**

- развивать выворотность, гибкость, прыжок, шаг, устойчивость, чувство ритма и координацию;
- закрепить пройденный материал, терминологию;

**Методы:** словесный (диалогический), практический, метод контроля.

Деятельность обучающихся	Деятельность педагога	Примечание
<i>ПО: Разминку</i> <i>ПО: разогреть все группы мышц</i> Комбинация с шагами на месте и по всему залу, врассыпную Бег. <i>Предполагаемый ответ детей:</i> <i>Стрейч.</i> <i>plie.</i>  Battement tendu и battement jete.  Изоляция. Растяжка. Grand battement	Прежде чем приступить к изучению нового материала, что мы должны сделать? А зачем она нужна?  <i>Педагог следит за тем, чтобы дети размещались по всему залу.</i>  Какое следующее движение? Выполним plie. <i>Исправляет возможные ошибки при исполнении движений на середине зала. Отмечает обучающихся, наиболее верно исполняющих движения. Следит за постановкой корпуса, стопами, руками за координацией головы, последовательностью выполнения.</i>	

### 8. Изучение нового учебного материала: Практическая работа (15 минут)

**Цель, которая должна быть достигнута обучающимися:** Формировать умения исполнять джазовую комбинацию с вращением и па де буре

**Цель, которая должна быть достигнута педагогом:** Создание условий для качественного усвоения нового материала.

**Задачи:**

- развить координацию ног, рук, головы;
- воспитание трудолюбия.

**Методы:** словесный (монологический, диалогический), практический, метод танцевального показа, контроля и самоконтроля, стимулирования и мотивации.

Деятельность обучающихся	Деятельность педагога	Примечание
<i>Дети встают на свои места</i> <i>Дети вспоминают и выполняют</i> <i>Дети смотрят</i> <i>Предполагаемый ответ детей</i> - Па де бурее - вращение  <i>Предполагаемый ответ детей</i> - Держать стину, - Держать точку, - Помочь себе рукам при вращении.  <i>Исполнение джазовой комбинации с педагогом.</i>	Сегодня мы с вами выучим комбинацию. Вспомните движение па де буре Педагог показывает комбинацию. Скажите из каких движений состоит комбинация?  Что нам необходимо, чтобы выполнить правильно вращение?  Давайте начнем учить комбинацию. И.П.- правая нога в стороне, согнута в колене, колено смотрит вниз, пятка смотрит на потолок, левая нога на плие. 1- п.н. поднимается на пассе в невыворотное положение, л.н. на релеве И- смена ног (л.н. в стороне, п.н. на плие) 2- пауза 3- л.н. поднимается на пассе в невыворотное положение, п.н. на релеве И- смена ног (п.н. в стороне, л.н. на плие) 4- пауза 1 И 2- паде бурее с п. н. 3 И 4- паде бурее с л. н. 1 И 2- п.н. поднимается на пассе в невыворотное положение, л.н. на релеве, выстойка 3 И 4 смена ноги. все выполняем с л. н. Повторяем эту часть под музыку. Теперь добавляем вращение. 1- вращаем в правую сторону на	

<p><i>Исполнение джазовой комбинации с педагогом под музыку. Дети исполняют комбинацию самостоятельно.</i></p>	<p>л.н., п.н. поднимается на пассе в невыворотное положение, И- смена ног (л.н. в стороне, п.н. на плие) 2- пауза 3- вращаем в левую сторону на п.н., л.н. поднимается на пассе в невыворотное положение, И- смена ног (п.н. в стороне, л.н. на плие) 4- пауза 1 И 2- паде буре с п. н. 3 И 4- паде буре с л. н. 1 И 2- вращение в правую сторону на л. н., п.н. поднимается на пассе в невыворотное положение. 3 И 4 смена ноги. все выполняем с л. н. <i>Повторяем джазовую комбинацию под музыку с педагогом. А теперь повторите комбинацию самостоятельно. Педагог подсказывает последовательность исполнения комбинации.</i></p>	
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

**9. Итоги занятия. Рефлексия (2 мин.)**

**Цель, которая должна быть достигнута обучающимися:** самоанализ практической деятельности.

**Цель, которая должна быть достигнута педагогом:** подведение итогов работы, оценка деятельности обучающихся.

**Задачи:**

- способствовать развитию критического мышления при анализе и самооценке деятельности.

**Методы:** словесный (монологический, диалогический).

<b>Деятельность обучающихся</b>	<b>Деятельность педагога</b>	<b>Примечание</b>
<p>Дают оценку собственной работы на занятии, занимая предложенные позы.</p>	<p>Сегодня на занятии мы с вами повторили движения джазовой разминки, выучили новую комбинацию с вращением и па де буре. Мне понравилось, как вы работали на занятии. Предлагаю оценить себя следующим образом: -если вы занимались хорошо, выполнили комбинацию без ошибок, то примите исходное положение движения па де буре, -а если у вас были ошибки при исполнении комбинации, то встаньте во вторую невыворотную позицию,</p>	



<i>Исполняют поклон</i>	положение корпуса флет бек. Педагог смотрит за выполнением задания и дает свою оценку деятельности детей. Эту комбинацию мы будем повторять на следующих занятиях Спасибо всем за работу. Наше занятие окончено. Приготовились к поклону.	
-------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

Фото с занятия









Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Дом детского творчества»



Конспект занятия  
**Тема: Составление джазовой комбинации**

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая)  
Программа «Хореография плюс»

Группа 11

Разработала:  
Деханова Оксана Анатольевна,  
педагог дополнительного образования

Бийск  
2021

### Схема конспекта занятия

Педагог: Деханова Оксана Анатольевна

Направление: Хореография

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа:

«Хореография»

Возраст обучающихся: 15-16 лет

Тема занятия: Составление джазовой комбинации

Продолжительность занятия: 40 минут

Место проведения: Хореографический зал, МБУ ДО «ДДТ», ул. Советская 21, стр. 1

Раздел программы: «Джаз танец».

Цель педагога: Формировать умения составить и исполнить джазовую комбинацию под определенную музыку.

Задачи:

● Образовательные:

- мотивировать на составление джазовой комбинации
- формировать осмысленное исполнение движений;
- совершенствовать танцевальную технику.

● Развивающие:

- развивать воображение;
- развивать гибкость и подвижность суставов и связок;
- развивать выносливость и постановку дыхания;

● Воспитательные:

- воспитывать трудолюбие.
- воспитывать умение работать в группах
- формировать терпеливость, выносливость, умение работать в коллективе.

Тип занятия: закрепление знаний, умений и навыков.

Методы обучения: словесный (монологический, диалогический), практический, метод упражнения, метод чистого танцевального исполнительства, метод контроля и самоконтроля, стимулирования и мотивации.

Структура занятия:

1. Организационный этап - 3 мин.
2. Актуализация опорных знаний - 20 мин.
3. Творческое задание – 15 мин
4. Итоги занятия. Рефлексия - 2 мин.



<p>Комбинация со свингами. Растяжка. Grand battement</p> <p>Лежа на спине: - Подъем шеи и головы (ноги в положении крест наверху); - Упражнение на пресс; - Упражнение с выпрыгиванием; - Уголок</p> <p>Лежа на животе: - Подъем ног; - Подъем верхней части туловища; - «Лодочка» - Планка - Секонд, шпагат</p>	<p><i>вращением.</i></p> <p><i>Выполним упражнения в партнере</i></p>	
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------	--

### 12. Творческое задание (15 минут)

**Цель, которая должна быть достигнута обучающимися:** Придумать джазовую комбинацию, умение работать в группе, способность развитию умения вести диалог с товарищами по объединению;

**Цель, которая должна быть достигнута педагогом:** Создать условия для творческого самовыражения.

**Задачи:**

- Развитие творческих способностей, развитие танцевальности.

**Методы:** словесный (монологический, диалогический), практический, метод танцевального показа, контроля и самоконтроля, стимулирования и мотивации.

Деятельность обучающихся	Деятельность педагога	Примечание
<p><i>Предполагаемый ответ детей:</i> Свинг, «валяшка», шоссе, па де буре, слайд...</p> <p>Слушают музыкальный материал.</p>	<p>Сейчас предлагаю вам сочинить комбинацию на основе движений джаз танца, комбинация должна быть составлена из 5 движений на «четыре восьмерки». Обязательно должно быть использовано вращение и комбинация должна закончиться позой группы.</p> <p>А какие движения джаз танца вы можете включить в комбинацию?</p> <p>Для того, чтобы вам было интересно и удобно, разделимся на 3 группы. Педагог делит обучающихся на группы. <i>Предлагаю группам распределиться по разным частям класса, прослушать музыкальный материал.</i></p>	<p>Музыкальный материал: Stephan F - Astronomia</p>



<p>Обучающиеся работают в группах (обсуждают, анализируют, составляют комбинацию)</p> <p>Показывают и оценивают комбинации друг друга.</p> <p>Обучающиеся высказывают свое мнение</p>	<p>Через 10 минут каждая группа представит нам свою комбинацию. После этого вы дадите оценку своей и другим группам.</p> <p>Начинаем работать.</p> <p><i>Высказывает свое мнение о деятельности групп.</i></p> <p><i>А какая комбинация вам понравилась больше всего? Предлагаю эту комбинацию выучить на следующем занятии.</i></p>	
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

### 13. Итоги занятия. Рефлексия (2 мин.)

**Цель, которая должна быть достигнута обучающимися:** самоанализ практической деятельности.

**Цель, которая должна быть достигнута педагогом:** подведение итогов работы, оценка деятельности обучающихся.

**Задачи:**

- способствовать развитию критического мышления при анализе и самооценке деятельности.

**Методы:** словесный (монологический, диалогический).

Деятельность обучающихся	Деятельность педагога	Примечание
<p><i>Предполагаемый ответ детей:</i> Сегодня на занятии мы повторили движения джазовой разминки на середине зала и в партере, сочинили новую комбинацию.</p> <p><i>Предполагаемый ответ детей:</i> Старалась выполнить все движения правильно, поработать над конракшн, добавить скорость на вращении и т.д.</p> <p><i>Исполняют поклон</i></p>	<p>Давайте вспомним, что мы выполнили во время сегодняшнего занятия</p> <p>Какую оценку вы можете поставить себе сами по пятибалльной шкале и почему?</p> <p>Мне понравилось, как вы работали на занятии. Спасибо всем за работу. Наше занятие окончено. Приготовились к поклону.</p>	

Фото с занятия











