**Муниципальное Бюджетное Учреждение**

**Дополнительного Образования**

**Детская школа искусств**

**г. Нерюнгри Республика Саха (Якутия)**

**Отделение хореографии**

**10 декабря 2019 года**

**Открытый урок по предмету «Бальный танец» с учащимися 6 класса**

**Преподаватель: Глазунова Елена Сергеевна**

**Тема урока**

Латина. Единичные действия в танцевальном шаге

**Цель**

Добиваться максимального эффекта в силе и чистоте движений

**Задачи**

***Образовательные:***

- закрепление знакомых понятий и терминологии;

- закрепление разученных ранее движений;

***Развивающие:*** - формирование устойчивости и красоты линии ног;

- закрепление технических навыков;

***Воспитательные: -*** формирование умений взаимодействовать с партнёрами в танце.

**Методические приёмы**

1.Показ педагогом

2. Вопросы к детям

3. Беседа

4. Напоминание

5. Практический

**План урока**

**Вводная часть:** вводное слово,приглашение детей, поклон. Описание единичных действий с показом движения

**1. Единичное действие: открытая и закрытая позиции:** открытая позиция бёдер; закрытая позиция бёдер; позиция бёдер при шаге вперёд, назад, в сторону

**2. Единичное действие: перенос веса:** движение вперёд;движение назад

**3. Единичное действие: вынесение рабочей ноги:** движение вперёд;движение назад

**4. Единичное действие: ротация:** упражнение на месте

**5. Соединение единичных действий:** движение вперёд; движение назад

**6. Румба:** основное движение на месте и вперёд

**7. Ча-ча-ча:** основное движение на месте и вперёд

**8. Самба:** основное движение в сторону, поступательное, виск

**9. Фрагмент танца Самба**

**Заключительная часть:** поклон

**Ход урока**

**- Добрый вечер. Уважаемые коллеги,** предлагаем Вашему вниманию открытый урок по предмету «Бальный танец» с учащимися 6-го класса. Преподаватель - Глазунова Елена Сергеевна, концертмейстер – Швец Людмила Николаевна. Тема урока, цель и задачи.

- Единичное действие – это мельчайший элемент движения, являющийся основой постановки хореографической техники. Шаг представляет собой самый простой элемент танцевального действия, на котором можно подробно рассмотреть все фазы перемещения с одной ноги на другую. Основные единичные действия в процессе шага: тело танцора проходит через три основные фазы. Каждая из них является единичным действием. Это – работа корпуса, вынесение рабочей ноги для шага и перенос веса на рабочую ногу. Тренировка отдельных деталей позволяет добиться максимального эффекта в силе и чистоте движения и при хорошем качестве этих действий не составит труда объединить их в последовательные действия. Предлагаю в тренировочном процессе разбить эти действия на более мелкие и тренировать их отдельно друг от друга. Каждое единичное действие лучше отрабатывать отдельно от других движений с помощью специальных упражнений, о которых пойдёт речь дальше.

Открытая и закрытая позиции. Чтобы танцор имел представление о позициях, на которых основываются его движения, мы используем закрытую и открытую позицию бёдер. При ОП бёдра развёрнуты друг от друга выворотно, при ЗП бедро опорной ноги закрывается к бедру рабочей ноги. В конечной точке шага вперёд мы используем ОП бёдер. В конечной точке шага назад мы используем ЗП бёдер. В конечной точке шага в сторону мы используем ЗП бёдер. Конечной точкой шага называется положение тела, в котором вес тела полностью сосредоточен на одной опорной ноге, а пальцы рабочей ноги указывают точку из которой был сделан предыдущий шаг, предыдущий перенос веса. Как правило этот момент приходится на музыкальный удар.

Когда освоена открытая и закрытая позиция, переходим к следующему этапу. Единичное действие: перенос веса. Упражнение формирует устойчивость и красоту линии ног. В процессе шага существует момент, при котором вес тела сначала находится на одной ноге, затем на двух ногах и снова на одной ноге. Для тренировки устойчивости важным является положение, при котором вес располагается на двух ногах. Упражнение выполняется под счёт, на «1» - вес на двух ногах, на «2» - вес на одной ноге. При переносе веса на рабочую ногу важно сохранять давление в опорной ноге как можно дольше. Упражнение развивает: устойчивость, сильные хореографичные ноги, сильную стопу, грамотные позиции ног, правильную постановку нижней части корпуса, мышц пресса и ягодиц. Чтобы решить эти задачи, нужно сосредоточить внимание на опорной ноге, как движущей, переносящей вес и прикладывать усилия именно к ней, а не к рабочей ноге.

Единичное действие: вынесение рабочей ноги. Стопа рабочей ноги при переносе её с места на место остаётся натянутой во время всего движения, колено рабочей ноги высоко поднято в момент, когда рабочая нога проходит рядом с опорной. Упражнение формирует красивые линии ног. На «1» - нога выносится вперёд, на «2» - осуществляется полный перенос веса. Ошибки при переносе веса: 1) несобранность пресса и ягодиц; 2) при шаге назад вес сразу заваливается назад; 3) при переносе веса происходит опускание на бедро опорной ноги, колено низко.

Единичные действия в работе корпуса. Эти упражнения позволяют развивать целостность и взаимосвязь движений. Грамотная работа корпуса во многом определяет скорость перемещения, включение разных групп мышц корпуса, что в результате даёт впечатление мягкости и гибкости корпуса и гармоничного движения. Ротация – это поворот корпуса вокруг своей оси. В этом ЕД не участвуют руки. Движение начинается под рукой и заканчивается на уровне колена. 3 точки: грудь, подвздошная кость, колено, являются точками одной линии, которая во время ротации остаётся вертикальной. Остальные части тела в момент ротации статичны, либо создают противодвижение. При тренировке одной группы мышц важно отключать от работы все другие группы мышц.

Последовательность единичных действий в этих движениях соответствует исполнению всех медленных шагов.

Румба: на быстрых шагах момент переноса веса и работа корпуса для исполнения следующего шага выполняется с минимальным разрывом, практически одновременно. В исполнении основного ритма румбы так исполняются шаги на счёт «2», «3». На «4» - выполняется перенос веса, на «1» - ротация.

Ча-ча-ча: большая часть шагов исполняется так же, как быстрые шаги в румбе.

Самба: самый технически сложный танец, поскольку кроме основных технических действий мы используем basic bounce.

Дети исполняют фрагмент танца Самба.

Поклон

Учащиеся выходят из зала.