

Занятие 1.

Второй год обучения.

Тема: Отработка основных элементов джаз-модерн танца.

Задачи :

- познакомить воспитанников с танцевальной техникой: джаз-модерн танец;
- отрабатывать основные положения танцевальной техники: положение корпуса, ног, рук, головы, положения в партере, перемещение в пространстве, а также последовательность и технику их выполнения;
- развивать музыкально - двигательные способности, чувство ритма, навыки правильного дыхания;
- воспитывать чувство коллективизма, самостоятельность, эстетическую культуру личности.

Методическое обеспечение:

Музыкальный центр, CD, флешноситель.

Методы и приемы обучения : демонстрация, показ, беседа, практические упражнения, опрос, оценивание, поощрение.

Ход занятия.

1. Организационный момент.

Работа с журналом, приветствие воспитанников, создание доброжелательной психологической атмосферы.

2. Сообщение темы занятия.

Постановка цели, определение учебных задач.

3. Подготовительная часть. Включает в себя: пространственно-композиционные перестроения, разогрев.

- **Пространственные перестроения.** Выполняются во время ходьбы или бега, подскоков, из круга в несколько кругов, в рассыпную, из линии в несколько линий, друг за другом, парами. По мере усвоения комбинируются в танцевальные композиции.
- **Способы передвижения:**
шаг, бег, прыжок.
ползком, на четвереньках, перекаты, колеса.

свободное передвижение группы по классу, используя различные формы шага.

- **Разогрев.**

На втором году обучения разогрев начинается у станка. Упражнения выполняются в четкой последовательности:

- стопа и ахиллесово сухожилие.(prance, pas tortille, catch step)
- коленный сустав.
- тазобедренный сустав.
- позвоночник. (flat back, ,flat back с plie, body roll).

4. **Основная часть.** В этой части урока усваивается постановка корпуса, вырабатывается параллельная позиция ног. Приобретаются навыки чередования параллельных и выворотных позиций, характерных для джаз-модерн танца. Развивается координация рук, ног. Большое внимание уделяется работе над contraction.

Основные положения рук, ног.

Прорабатываются на середине зала:

- позиции ног: 1 параллельная, 1-аут, 1-ин, 2 параллельная, 2-аут, 4 параллельная, 4-аут, 5 параллельная, 5- аут.
- позиции рук(варьируется и аналогичны позициям классического танца), положение кисти:flex, Jazz-hend.
- положения корпуса: наклоны торса (flat back, deep body bend, side stretch,), изгибы торса (curve.arch, twist, roll down u up, , bodyroll).

Изоляции:

голова

плечи

грудная клетка

таз (пелвис)

руки, ноги.

Упражнения свингового характера:

Swing, drop

Партерная гимнастика:

Основные положения:

Положения корпуса contraction:

лежа на спине

frog -position.

стоя на коленях

в положении стоя.

Положение корпуса release(расширение) выполняется вместе с contraction когда тело исполнителя начинает падать назад.

Упражнения в партере:

упражнения для стопы:

- постановка корпуса в партере.
- point, flex,
- change point,
- second позиции,
- с изменением уровня ног, чередованием положения стопы.
- броски и медленное открывание ноги в положении лежа на бокус спине, животе.
- упражнения на дыхание.

Уровни. Все упражнения состоят из последовательного перемещения из в уровень.

Уровни:

стоя.

на четвереньках.

на коленях.

сидя.

лежа.

Исследование плоскости пола.

Кросс.

Шаги.

Виды шагов:

шаги примитива. (tap step, camel walk).

шаги в джаз манере.(шаги с носка на demi plie, на полупальцах, скрестные шаги, в координацию с руками)

Прыжки. Изучаются простейшие прыжки:

с двух ног на две на одну (jump).

с одной ноги на другую с продвижением (leap).

с одной ноги на ту же ногу (hop).

с поджатыми

лягушка.

разножка.

Вращения.

Повороты исполняются на месте и с продвижением в пространстве:

- повороты на двух ногах (трехшаговый поворот).
- corkscrew- анологичны soutenu en tournant.
- tour chaine.

5. Заключительная часть. Включает в себя творческую деятельность в которую входят: постановочная работа, этюды.

Постановочная работа. На первом этапе постановочной работы сначала прослушивается музыка, затем подбираются танцевальные вариации, соответствующие музыкальному материалу, хореографическому образу – отработанные элементы джаз- модерн- танца. Определяется «рисунок» танца.

Этюды выполняются всей группой и индивидуально и являются показательными для анализа усвоения воспитанниками материала занятия. Тематика этюдов:

- "Гравитация и вес".
- "Парная импровизация"
- "Взаимосвязь дыхания и движения"

- «Импровизационный поиск движений ».
- «Координация и взаимодействие частей тела».
- «Взаимодействие в группе».
- «Дизайн пространства».

Этюды выполняются всей группой и индивидуально и являются показательными для анализа усвоения воспитанниками материала занятия