**Педагог Аджиев Рамазан Ризванович**

**Объединение «Ритмы Кавказа»**

**Программа «Танцевальные ритмы»**

**14.04.2020**

**Группа 1 и 3**

**Тема:** **Постановка основных движений танца**

1. **Прочитайте теорию.**

Движения осетинского танца отражают основные черты национального характера осетинского народа. Осетинские танцы является составляющей частью национальной хореографии, разнообразны в ритмическом и мелодическом отношении. Наряду с танцами, имеющими законченную форму, широко распространены переплясы, в которых между танцующими возникает своеобразное соревнование в [виртуозности](http://www.pandia.ru/text/category/virtuoz/) движений, в силе, ловкости, выносливости, изобретательности.Содержание танца отображается не только в его композиции или в рисунке. Своеобразный язык танца – это его движения.  
 Для женской роли в танцах как медленного, так и быстрого темпа характерны предельная плавность танцевального шага, выразительность и мягкость движения рук. Подчеркнутая строгость и одновременно с этим тонкая грациозность исполнения – отличительные черты женского танца. Основным средством выражения женской хореографии являются плавные движения руками. В этом смысле женские танцы осетин перекликаются с женскими танцами Востока, где движения рук в танце весьма пластичны, разнообразны и что самое главное – многозначны.  
 В мужской роли наряду с плавными движениями широко используются разнообразные резкие повороты, проходы, прыжки. При этом положение рук подчинено движениям ног, выполняющих роль основного средства выразительности в мужских танцах.  
 В   танце «Симд» осетинский народ с высоким художественным вкусом из поколения в поколение передавал идеальные черты осетина и осетинки. Юноши учились ловкости движения, девушки же в свою очередь плавности и грациозности.  Танец отражает вкусы и нравы своего времени и является частью мировой хореографии.

2**.Ответьте на вопросы** ( если затрудняетесь, то подсказки находятся

в конце конспекта занятия)

-сколько пар танцуют в  «Симде»?

- сколько пар в танце «Хонга кафт»?

- чем отличаются друг от друга эти два танца?

**3. Практическое задание.**

Чтобы добиться плавности движения, в прежние времена, девушки занимались специальными упражнениями. Они туго перевязывали ноги выше колен полотенцем и приподнявшись на высокие полупальцы, двигались по комнате танцевальным шагом, следя за тем, чтобы верхняя часть корпуса оставалась неподвижной. Ребята, попробуем пройтись с завязанными ногами.

**4. Разминка:**

Пройдите под музыку по кругу:

- естественным бытовым шагом;

- танцевальным шагом с вытягиванием пальцев стопы;

- шаги на полупальцах;

- шаги на пятках стоп;

- 4 шага на полупальцах, 4 шага на стопе;

- ходьба в присядку;

- легкий бег;

- бег с вытянутых пальцев ног;

- бег назад;

- 4 прыжка вперед с вытянутыми пальцами ног, 4 прыжка назад;

- естественные бытовые шаги.

**5. Объяснение нового материала.**

<https://vladpliev.ru/simd>

Посмотрите видеоурок № 7 ( основные движения рук и ног)

-Переходим к основам массового осетинского танца «Симд».

**1.Основной ход танца:**

Встаём на полу пальцы, с правой ноги делаем 3 шага,3 шаг придерживаем в воздухе, с этой же ноги делаем первый шаг и опять же 3 шаг придерживаем в воздухе. Танцуем с музыкой.  Пробуем с руками. Встаём на полупальцы, делаем первый шаг с правой ноги и  поднимаем левую руку. Танцуем под музыку.

**2.Боковой ход танца.**

Правая нога впереди левая сзади идём в правую сторону, затем левая нога впереди, а правая сзади,  идём влево. Поднимаем обе руки в стороны. Танцуем под музыку

**3.Шахматы.**

Девочки с левой ноги два шаги назад, влево боковых три шага. Мальчики с правой ноги два шага вперёд, вправо три шага боковых. Исполняем движение с руками и с музыкой.

Повороты на месте.

Поворот влево, рисуем квадрат.

**6. Итог занятия:**

-Ребята, чем мы занимались сегодня на занятии. Что нового вы узнали?

- Ребята, чем вам понравилось это занятие?

  - Мне было очень приятно с вами работать. Вы очень одаренные, способные с замечательными танцевальными навыками дети. Молодцы!

**Поклон** . Спасибо всем! До свидания!

**Подсказки:**

-сколько пар танцуют в  «Симде»  (от 6-12и более чётных пар)

- сколько пар в танце «Хонга кафт»(3 пары)

- чем отличаются друг от друга эти два танца?

( «Симд» отличается торжественностью и строгой величавостью движений. Этот танец является излюбленным танцем, которым завершались раньше нартские пиршества. Об этом повествует сказание «Женитьба Батраза»).

По сравнению с массовым танцем «Симд» «Хонга кафт» плавный танец. Юноши  исполняют танец четко и мужественно. Девушки двигаются плавно и мягко.)

**Педагог Аджиев Рамазан Ризванович**

**Объединение «Ритмы Кавказа»**

**Программа «Танцевальные ритмы»**

**16.04.2020**

**21.04.2020**

**Группа 1 и 3**

**Тема**: **Отработка движений танца**

**1.Вступительное слово педагога:**

Ребята, сегодня мы с вами поговорим о том, ЧТО вы хотите рассказать

зрителю своим танцем. Ведь танец – это не только набор движений. Танец – это маленький спектакль, а вы – самые настоящие актеры, которые играют свою роль. На этом занятии вы продемонстрируете то, как можно превратить танец в настоящее театральное представление. На протяжении нескольких занятий вы изучаете танец «Симд». А сейчас вы увидите его в блестящем исполнении артистов Государственного ансамбля «Алан».

**Просмотр видео – «Симд»**  Выступление Государственного ансамбля песни и танца им. Бориса Галаева «Симд», худ. Руководитель С. Шавлохов

<https://www.youtube.com/watch?v=SpWF628rWBY>

**2.Беседа:**

Какими словами можно описать танец, который вы увидели?

- В каком жанре наш танец?

- Какие чувства испытываете вы при исполнении этого танца?

- Какими должны быть движения при исполнении танца?

- Подумайте, какой должна быть музыка, чтобы изобразить, нежный и в то

же время мужественный танец?

**3. Практическая часть занятия**

Поклон. (Муз. «Симд»)

**1 Общая разминка**

•марш по кругу с вытянутыми носочками

•марш на высоких полупальцах, на пятках

•марш «пятка-пятка, носок-носок»

•быстрый шаг с вытянутым носком

•бег с высоким подниманием бедра

•бег с захлёстом голени назад

•ходьба в полуприсяде

•прыжки в присяде

•ходьба с восстановлением дыхания.

**2 Разминка с элементами классического и народно – сценического танца**

**(экзерсисы на середине зала по линиям)**

• круговые вращения головой

• круговые движения плечами

• растяжка мышц стопы: подъем на высокие полупальцы, вместе,

попеременно правая, левая нога

• разогрев носочков попеременно

• растяжка мышц спины (наклоны корпуса вперед, назад, вправо, влево)

• приседания на колено попеременно

• plie по 1, 2, 3 –й позициям

• battement tendu по 1-й позиции

**4. Отработка и изучение основных движений танца «Симд»** (Муз. «Симд»

Наниев), работа над выразительностью – осанка, позиция головы, взгляд,

работа рук, кисти

<https://vladpliev.ru/simd> Просмотр видеоуроков №38, № 39

• Ход по кругу (отработка основного хода симда без движений рук)

• Ход по кругу с движениями рук девочек и мальчиков

• Ход по кругу назад

• Ход парами (мальчик, девочка) с движениями рук

• Боковой ход симда (пары разворачиваются лицом в круг, идут боковым

ходом в такт, через такт)

• Перестроение по линиям, отработка вариаций бокового хода симда

**5. Итог занятия:**

-Ребята, чем мы занимались сегодня на занятии. Что нового вы узнали?

- Ребята, чем вам понравилось это занятие?

  - Мне было очень приятно с вами работать. Вы очень одаренные, способные с замечательными танцевальными навыками дети. Молодцы!

**Поклон**. Спасибо всем! До свидания!

**Педагог Аджиев Рамазан Ризванович**

**Объединение «Ритмы Кавказа»**

**Программа «Танцевальные ритмы»**

**23.04.2020**

**28.04.2020**

**Группа 1 и 3**

**Тема: Отработка сложных моментов танца**

**1. Практическая часть занятия**

Поклон. (Муз. «Симд»)

**1 Общая разминка**

•марш по кругу с вытянутыми носочками

•марш на высоких полупальцах, на пятках

•марш «пятка-пятка, носок-носок»

•быстрый шаг с вытянутым носком

•бег с высоким подниманием бедра

•бег с захлёстом голени назад

•ходьба в полуприсяде

•прыжки в присяде

•ходьба с восстановлением дыхания.

**2 Разминка с элементами классического и народно – сценического танца**

**(экзерсисы на середине зала по линиям)**

• круговые вращения головой

• круговые движения плечами

• растяжка мышц стопы: подъем на высокие полупальцы, вместе,

попеременно правая, левая нога

• разогрев носочков попеременно

• растяжка мышц спины (наклоны корпуса вперед, назад, вправо, влево)

• приседания на колено попеременно

• plie по 1, 2, 3 –й позициям

• battement tendu по 1-й позиции

**4. Отработка и изучение основных движений танца «Симд»** (Муз. «Симд»

Наниев), работа над выразительностью – осанка, позиция головы, взгляд,

работа рук, кисти

<https://vladpliev.ru/simd> Просмотр видеоуроков №40, № 41

• Ход по кругу (отработка основного хода симда без движений рук)

• Ход по кругу с движениями рук девочек и мальчиков

• Ход по кругу назад

• Ход парами (мальчик, девочка) с движениями рук

• Боковой ход симда (пары разворачиваются лицом в круг, идут боковым

ходом в такт, через такт)

• Перестроение по линиям, отработка вариаций бокового хода симда

**5. Итог занятия:**

-Ребята, чем мы занимались сегодня на занятии. Что нового вы узнали?

- Ребята, чем вам понравилось это занятие?

  - Мне было очень приятно с вами работать. Вы очень одаренные, способные с замечательными танцевальными навыками дети. Молодцы!

**Поклон**. Спасибо всем! До свидания!