

## **Приложение 1.**

Конспект занятия

Тема:

**О чем рассказывает танец?**

**(Отработка элементов танца «Симд»)**

**(3 год обучения)**

Продолжительность занятия: 2 x 45 мин

**Цель:** научить детей приемам выразительности в танце.

**Задачи:**

- **обучающие:** отработать технику исполнения движений народно – сценического танца «симд» и танцев народов Кавказа, научить детей слышать музыку и оценивать собственный уровень;
- **развивающие:** развивать пластику и выразительность, память танцевальных движений, образное мышление и фантазию, стимулировать творческую активность, свободу, эмоциональную раскованность детей.
- **воспитательные:** воспитывать эмоциональное и осознанное отношение к хореографическому искусству, умение чувствовать и переживать различные эмоциональные состояния во время исполнения танца, формировать эстетическое восприятие окружающего мира;

**Предварительная работа:**

1. В течение нескольких занятий дети изучают движения танца «Симд».
2. На занятиях дети узнали о том, что жанр исполняемого танца – народно – сценический танец.

**Интеграция образовательных областей:**

«Хореография» -- отработка техники исполнения движений.

«Музыка» -- развитие музыкально–художественной деятельности, приобщение к музыкальному искусству.

«Театр» -- развитие актерских способностей.

«Социализация» -- развитие нравственных качеств, выдержки и пр., побуждение детей к самооценке.

«Коммуникация» -- обсуждение музыки и видео материала, ответы на вопросы по ранее изученному материалу.

**План занятия:**

## **I. Вводная часть.**

## **II. Основная часть:**

1. Вступительное слово педагога
2. Просмотр видео
3. Беседа с обучающимися

## **III. Практическая часть занятия**

1. Общая разминка
2. Разминка с элементами классического и народно – сценического танца
3. Отработка основных движений танца «Симд» (по кругу и по линиям)
4. Отработка основных ходов кавказских танцев (по кругу)
5. Отработка основных движений кавказских танцев (по линиям)
6. Релаксация.

## **IV. Заключительная часть. Итоги занятия**

### **Ход занятия:**

**I. Вводная часть.** Приветствие, переключка, ознакомление с темой и целью занятия.

## **II. Основная часть:**

### **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» в исполнении Государственного ансамбля «Алан»**

*Педагог: Какими словами можно описать танец, который вы увидели?*

- Он красивый, грациозный, мужественный, как будто самый главный, любимый всеми; он рассказывает о прошлом нашего народа.

- В каком жанре наш танец?

- Это народно – сценический танец, который и в настоящее время является главным танцем у нас в Осетии.

- Да, действительно. Народные танцы - это своеобразный пластический портрет народа. В них отражены творческая сила народной фантазии, поэтичность и образность мысли, выразительность и пластичность формы,

глубина и свежесть чувств. Это эмоциональная, поэтическая летопись народа, самобытно, образно ярко рисующая историю событий и чувств, пережитых им. Какого бы характера ни были танцы, в них выражено художественное воплощение характера, темперамента, эстетических идеалов народа, его отношение к добру и злу. «Симд» в Осетии является одним из излюбленных народных танцев, особенно среди молодежи. Как и в других осетинских народных танцах, юноши темпераментно и легко выполняют технически сложные движения. Они держатся с достоинством, подчеркнуто вежливо их отношение к девушке. Во время танца юноша старается не допустить ошибки, которая может сделать его объектом насмешек, как со стороны молодежи, так и со стороны стариков, внимательно следящих за танцующими. Очень красивый танец, «Симд» выделяется пластичностью и грацией. Он ярко показывает наиболее характерные черты и качества, которые ценились в осетинском обществе. Суровая сдержанность, рыцарское благородство, ловкость и сила мужчин, скромность и величавая грациозность женщин – все это в полной мере нашло свое отражение в этом танце. Неизгладимое впечатление на современников производил знаменитый двухъярусный «Симд Нартов», в котором могли принимать участие до нескольких сот человек. Этот танец танцевался под Новый год вокруг зажженных костров, в нем участвовали только мужчины в возрасте от 30 до 45 лет, отличающиеся силой и ловкостью. Мужчины танцевали в два этажа. Верхний ряд, стоя на плечах нижних, мог делать любое движение, но нижние должны были выносить до смены всю тяготу. Когда верхний этаж уже стоял полностью на плечах нижних, запевалась песня и живая стена в два этажа начинала медленно двигаться. Существовали также круговой симд, одноэтажный симд, симд соревнования (танец спортивного и состязательного характера) и т.д.

- Какие чувства испытываете вы при исполнении этого танца?

- Гордость, достоинство.

- Какими должны быть движения при исполнении танца?

- Нежными, четкими, выражающими мужественный характер народа.

- Подумайте, какой должна быть музыка, чтобы изобразить, нежный и в то же время мужественный танец?

Лирической, плавной, под которую хочется танцевать.

### **III. Практическая часть занятия**

#### Поклон. (Муз. «Симд»)

##### **1. Общая разминка («Марш» Муз. народная)**

- 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 захлестом 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 (Муз. «Лезгинка»)
  - разогрев носочков попеременно
  - растяжка мышц спины (наклоны корпуса вперед, назад, вправо, влево) (Муз. «Эльбрус красавец»)
  - приседания на колено попеременно
  - plie по 1, 2, 3 –й позициям («Симды фæз» обр. Б. Газданов)
  - battement tendu по 1-й позиции (Муз. «Лезгинка»)
  - «ковырялочка» простая (Муз. «Лезгинка»)
  - «ковырялочка» с отводом ноги в сторону (Муз. «Лезгинка»)
  - «ковырялочка» высокая (Муз. «Лезгинка»)
  - «ковырялочка» высокая с выбросом ноги вперед (Муз. «Лезгинка»)
  - «ножницы» простые, с выбросом ноги, с прыжком (Муз «Шой»)
  - повороты вправо, влево простые, с хлопком
  - прыжки с прямыми ногами, с поджатием ног по 6-й позиции (Муз. «Парца»)
3. Отработка и изучение основных движений танца «Симд» (Муз. «Симд» Наниев), работа над выразительностью – осанка, позиция головы, взгляд, работа рук, кисти
- 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
4. . Отработка основных ходов кавказских танцев (движение по кругу)

- ❖ «Хонгæ»
- ❖ «Сиргæ»
- ❖ «Удж»
- ❖ «Абхазский»
- ❖ «Дагестанский»

5. Отработка движений рук и ног кавказских танцев (по линиям)

- ✓ «Хонгæ» (боковые стрелки, вперед, повороты)
- ✓ «Шалахо»
- ✓ «Дагестанский»

6. Релаксация. Ход по кругу, упражнения на восстановление дыхания. Поклон

#### **IV. Заключительная часть. Итоги занятия**

*Обсуждение занятия:*

- *Мальчики, скажите, вам понравилось исполнение танца девочками, как ровно они держат спину?*

- *Очень, они двигаются плавно, как будто плывут, голову держат ровно, красиво, нежно улыбаются.*

- *Девочки, как вы думаете, у мальчиков все хорошо получается?*

- *Не у всех, не хватает умения.*

- *Вы правильно заметили, потому что для правильного исполнения необходимо много учиться, стараться. Этим мы и будем заниматься в дальнейшем на наших занятиях.*

- *Как превратить танец в маленький спектакль?*

- *Надо думать о том, что ты изображаешь, слушать музыку; показывать лицом и руками чувства.*

- *Молодцы, ребята, хорошо постарались. Я рада, что сегодня вы узнали для себя много нового и интересного и даже попытались использовать эти знания! Но вам предстоит еще много работы. -*

*Большое спасибо всем!*

## **Приложение 2**

Конспект занятия

Тема:

**Изучение характерных движений убыхского танца.**

**(3 год обучения)**

### **Цель:**

- познакомить с техникой исполнения элементов убыхского танца.

### **Задачи:**

#### **Обучающая:**

- познакомить с историей и культурным наследием убыхского народа.

#### **Воспитательная:**

- привитие любви к народному танцу, к народной музыке;
- духовное и физическое развитие, раскрытие индивидуальных возможностей личности ребенка в целом и его определенных способностей.

#### **Развивающая:**

- развитие памяти танцевальных движений, рисунка танца, эмоциональной выразительности и согласованности с музыкальными фразами.

### **Оборудование:**

осетинская гармошка, доул.

Продолжительность занятия: 45 минут x 2

### **Интеграция образовательных областей:**

«Хореография» -- отработка техники исполнения движений.

«Музыка» -- развитие музыкально–художественной деятельности, приобщение к музыкальному искусству.

«История» -- знакомство с историей убыхского народа.

«Социализация» -- развитие нравственных качеств, выдержки и пр., побуждение детей к самооценке.

«Коммуникация» -- обсуждение музыкального материала, ответы на вопросы по ранее изученному материалу.

### **План занятия:**

#### **I. Вводная часть. Оргмомент**

#### **II. Основная часть:**

4. Беседа с обучающимися
5. Вступительное слово педагога

### **III. Практическая часть занятия**

7. Общая разминка
8. Разминка с элементами классического и народно – сценического танца
9. Отработка основных ходов кавказских танцев (по кругу, по линиям)
10. Изучение основных элементов убыхского танца.
11. Релаксация.

### **IV. Заключительная часть. Итоги занятия**

#### **Ход занятия**

#### **I. Вводная часть. Оргмомент.**

Приветствие, поклон, переключка, объявление темы и целей занятия.

#### **II. Основная часть занятия.**

##### **1. Беседа с обучающимися:**

- Какие осетинские танцы вами изучены?

(Ответы: симд, хонгæ кафт, сиргæ)

- А какие еще кавказские танцы вам знакомы?

(Ответы: кабардинские – удж, кафа, чеченский, абхазский, дагестанский, шалахо и др.)

##### **2. Вступительное слово педагога.**

Сегодня мы познакомимся с основными элементами убыхского танца.

Согласитесь, что нельзя достоверно передать характер танца, музыки, не зная историю, культуру народа.

В исторической литературе по Черноморскому побережью Кавказа об убыхах имеются лишь обрывочные сведения, касающиеся периода кавказской войны (1830-1864гг.)

Убыхи - народ, родственный по культуре и быту адыгам, абхамам и абазинам. Свое название они получили от черкесов, которые называли их убых. Сами себя они называли опёх или просто пёх. По своему антропологическому обмену они были схожи с другими кавказскими горцами, но отличались высоким ростом, плотным телосложением и выразительными чертами лица. По этим антропологическим данным выделялись только осетины. Ученый исследователь граф Потоцкий предположил, что убыхи - остатки древних аланских племен. Кстати, одно из племен убыхов носило название Алань. Полное выселение в Турцию (74,5 тыс.чел.) в 1864г., после капитуляции их в Кавказской войне, последующая почти полная ассимиляция там и потеря языка, не имевшего письменности и оставившего лишь слабые следы в трудах отдельных

исследователей составили значительные трудности в изучении этого своеобразного народа. Историков удивляет необычная воинственность этого малочисленного народа (50 тыс.), на протяжении 30 лет являвшимся цементирующим ядром западно-кавказских племен в их оборонительной войне против экспансии на Кавказе в середине XIX века. Убыхов как народ, больше не существует. В 1992 году умер последний его представитель. Ни в России, ни в Турции практически нет каких-либо памятников материальной и духовной культуры убыхов. Говорят, у них были необычной красоты девушки. Вот как описывал их французский журналист Фонвиль, присутствовавший на каком-то празднестве: «Танцовщицы эти, держа в руке по фуляру, с необыкновенной грацией махали платками, изгибаясь всем станом в такт довольно монотонного напева, исполняемого всеми присутствующими. Все достоинство танцевавших девушек заключалось в том, что они показывали при этом всю прелесть их форм и необычную гибкость стройных талий. Все девушки были красивой наружности, а некоторые - просто красавицы. Руки у всех - верх совершенства. Что же касается блеска их больших глаз, разрисованных по восточному обычаю, то нет возможности выразить силу этого блеска»...

На сегодняшнем занятии мы с вами изучим два движения убыхского танца.

### **III. Практическая часть занятия**

#### **1. Общая разминка:**

- марш по кругу с оттянутыми носочками;
- марш на полупальцах и на пятках;
- переменный ход с пятки на носок;

*музыкальное сопровождение:*

- музыка «Балкарская»,
- «Осетинский марш»
- «Дагестанский марш»
- бег по кругу с поднятием ног, с захлестом, с вытянутыми ногами вперед;
- прыжки в присядке;

*музыкальное сопровождение:*

- «Парца» муз. грузинская народная
- перестроение в линии.

#### **2. Разминка с элементами классического и народно-сценического танца:**

- круговые вращения головой;
- круговые движения плечами вперед и назад;

*музыкальное сопровождение: Бараков Ю., «Молодежная хонга»*



- наклоны корпуса вправо и влево;
- стоя по II позиции разворот корпуса назад вправо и влево;

*музыкальное сопровождение: «Джигитовка» муз. народная*

- разогрев стопы, поднятие на полупальцах по VI позиции;
- разогрев носочков по VI позиции;
- приседания на колени поочередно;

*музыкальное сопровождение: «Лезгинка» муз. народная*

- прыжки с вытянутыми ногами по VI позиции и поджатыми;

*музыкальное сопровождение: Парца» муз. грузинская народная*

- plie по I позиции;

*музыкальное сопровождение: «Этюд» муз. Б. Газданова*

- battment tandu по I позиции;

*музыкальное сопровождение: «Яблочко» муз. русская народная*

- gete по I позиции;

*музыкальное сопровождение: «Замира» муз. Дзерановой*

- grand battment по I позиции;

*музыкальное сопровождение: «Яблочко» муз. русская народная*

- растяжка мышц ног и спины сидя на полу;

*музыкальное сопровождение: «Плавная мелодия» муз. А. Цорионти*

- ковырялочка (простая, с отводом ноги в сторону, высокая, высокая с выбросом ноги вперед, с прыжком);

*музыкальное сопровождение: «Лезгинка» муз. народная*

- ножницы (простые, с выбросом ноги, с прыжком);

*музыкальное сопровождение: «Сой» муз. народная*

- растяжка (в сторону и вперед);
- ласточка;

*музыкальное сопровождение: «Эльбрус красавец» муз. народная*

- повороты на коленях (мальчики);
- повороты вправо, влево на месте;
- поворот вправо, влево с хлопком;

*музыкальное сопровождение: «Лезгинка» муз. народная*

- связка движений танца «Симд»

### 3. Повторяется система упражнений, состоящая из элементов и движений народно-сценического танца, изученных ранее.

Симд :

- основной ход по кругу,
- боковые через такт, в такт, с руками

*музыкальное сопровождение: «Свадебный симд» муз. народная*

Хонга кафт –

- основной ход по кругу,

*музыкальное сопровождение: «Хонгæ» обр. Б.Газданова*

- стрелки по 4 раза прямые, боковые и 4 повтора.

*музыкальное сопровождение: «Рагæй кæй мысыдтæн» муз. народная*

Сирга :на высоких полупальцах, средний темп, без рук, с руками.

Сирга: на полной ступне, быстрый темп.

*музыкальное сопровождение: «Лезгинка» муз. народная*

#### 4. Изучение новых движений убыхского танца.

Прослушивание мелодии убыхского танца, затем под музыку педагог показывает движения танца, связывает движения в комбинацию. Начинается разучивание движений под счет, затем продолжается изучение движений под музыку через такт (или медленный темп), затем, когда выучен скелет комбинации, его, подгоняют под музыку.

#### 5. Релаксация. Ход по кругу, упражнения на восстановление дыхания. Поклон

### **IV. Заключительная часть. Итоги занятия**

Подводятся итоги занятия. Отмечаются внимательные и старательные дети, объясняются общие и индивидуальные ошибки. В конце занятия остаются обучающиеся для работы над ошибками и сложными движениями. Дается задание на дом - отработать новые движения.

## **Приложение 3**

Конспект занятия

Тема:

**«Отработка хореографических элементов в танцах народов Кавказа»**

### **Цель:**

- закрепить полученные навыки исполнения хореографических элементов осетинских, кабардинского, дагестанского, абхазского, армянского танцев.

### **Задачи:**

#### **Обучающая:**

- постановка корпуса, движений рук, ног, отработка эмоциональной выразительности исполнения;

#### **Воспитательная:**

- привитие любви к народному танцу, к народной музыке;
- духовное и физическое развитие, раскрытие индивидуальных возможностей личности ребенка в целом и его определенных способностей.

#### **Развивающая:**

- развитие памяти танцевальных движений, рисунка танца, эмоциональной выразительности и согласованности с музыкальными фразами.

### **Оборудование:**

- осетинская хроматическая гармоника;
- доул;
- танцевальный зал, оборудованный зеркалами и хореографическим станком.

### **План занятия:**

#### **I. Вводная часть.**

#### **II. Основная часть:**

1. Вступительное слово педагога
2. Беседа с обучающимися

#### **III. Практическая часть занятия**

1. Общая разминка
2. Разминка с элементами классического и народно – сценического танца
3. Отработка основных ходов кавказских танцев (по кругу)
4. Отработка основных движений кавказских танцев (по линиям)
5. Релаксация.

#### **IV. Заключительная часть. Итоги занятия**

### **Ход занятия:**

#### **I. Вступительная часть:**

##### **Слово педагога:**

В танцах народов Кавказа сохранены традиции предков, они интересны и богаты. Их много и в каждом из них жизнь народа, его радости, печали, доблесть и героизм, любовь и ненависть, трудолюбие и народная педагогика. Танец развивает у ребенка художественный вкус, ритм, память, творческую фантазию, музыкальность, изящество и пластичность.

## **II. Разминка:**

### Общая разминка

- шаг бытовой, легкий шаг с носка, шаг на полупальцах, шаг на пятках: бег с шагами (выброс ног вперед), подскоки, бег с отводом ноги назад согнутой в колене

*музыкальное сопровождение:*

*музыка «Балкарская», 2 фразы, музыкальный размер 4/4.*

*«Осетинский марш» - 2 фразы, музыкальный размер 4/4.*

*«Дагестанский марш» - фразы, музыкальный размер 4/4.*

- растяжка стопы

*музыкальное сопровождение:*

*«Лезгинка», 2 фразы, музыкальный размер 4/4.*

- прыжки в IV позиции поочередно на прямых ногах и сгибая ноги в коленях

*музыкальное сопровождение:*

*«Парца», 2 фразы, музыкальный размер 4/4.*

*«Лезгинка» музыкальный размер 2/4.*

### Упражнения в середине зала. Построение по линиям

- движение «ковырялочка»;
- «ковырялочка с поочередным отводом ног назад»;
- движение «ножницы»;
- движение «веревочка»

*музыкальное сопровождение:*

*«Сой», музыкальный размер 4/4, 2 фразы;*

*«Лезгинка», музыкальный размер 4/4, 2 фразы.*

*«Лезгинка» Дзерановой В. 4/4 2 фразы.*

## **III. Основная часть занятия:**

### Слово педагога:

- В танцах народов Кавказа с высоким художественным вкусом переданы идеальные своего народа. «Симд» в Осетии является одним из излюбленных танцев, особенно среди молодежи. Начинается он умеренном темпе, далее постепенно темп танца ускоряется. Исполняется танец плавно на высоких полупальцах, корпус все время подтянут.

*Музыкальное сопровождение:*

«Симд» Б. Газданова, 2 фразы, музыкальный размер 4/4;

«Симд» С. Ревазовой, 2 фразы, музыкальный размер 4/4;

«Симд» Цоппоевой, 2 фразы, музыкальный размер 4/4.

«Симд» Е.П. Воложанина 2 фразы музыкальный размер 4/4.

Слово педагога:

- Наряду с массовыми танцами у осетин издавна бытуют и парные танцы. Это медленный плавный танец приглашения «Хонга кафт».

Девушки танцуют очень плавно, руки чуть согнуты в локтях и поочередно медленно и плавно переводят из одного положения в другое. Двигается девушка, при этом, очень мягко и грациозно. Глаза ее скромно опущены, но из под опущенных ресниц она зорко следит за движениями юноши. Юноши исполняют танец «Хонга кафт» также плавно, но четки в движениях и мужественны.

- музыкальное сопровождение:

- «Хонга» Наниева, 2 фразы, музыкальный размер 4/4;

- «Хонга» Г. Воложанина, 2 фразы, музыкальный размер 4/4;

- «Хонга») И. Мистуловой, 2 фразы, музыкальный размер 4/4;

- «Хонга») С. Ревазова, 2 фразы, музыкальный размер 4/4.

- «Хонга» музыкальная народная музыкальный размер 4/4.

Слово педагога:

- «Зилга кафт» - старинный круговой осетинский танец, который до сих пор является одним из наиболее распространенных в народе. Это сложный танец, требующий от исполнителей большого танцевального мастерства, ловкости и виртуозной техники.

музыкальное сопровождение:

Музыка народная «Эльбрус красавец», музыкальный размер 2/2, 3 фразы;

Музыка И. Мистуловой «Круговой танец», 2 фразы, музыкальный размер 2/2.

Слово педагога:

- «Горский танец». Этот танец сочетает в себе пластичность, ритмическую четкость и виртуозность сложнейших движений на носках.

музыкальное сопровождение:

Музыка «Хевсурский»

*Музыка «Туальская», музыкальный размер 4/4;*

*Музыка народная «Эльбрус красавец», музыкальный размер 2/2.*

*«Дагестанский танец»*

*- музыкальное сопровождение:*

*Музыка «Акушинская», 2 фразы, музыкальный размер 4/4;*

*Музыка «Гергеберская», 2 фразы, музыкальный размер 4/4;*

*Музыка «Лакская», 2 фразы, музыкальный размер 4/4.*

*Музыка «Арчинская» 2 фразы, музыкальный размер 4/4.*

*«Кабардинский танец»*

*Музыкальное сопровождение:*

*Музыка «Удж», 2 фразы, музыкальный размер 4/4;*

*«Абхазский танец»*

*- музыкальное сопровождение:*

*Музыка «Абхазская», 4 фразы, музыкальный размер 4/4.*

#### **IV. Заключительная часть:**

*- Сегодня мы отработали хореографические элементы танцев народов Кавказа. Поработали над танцевальной выразительностью (плавность движений, правильная осанка, четкость движений, взаимоотношения партнеров в танце). Педагог оценивает работу детей, дает задание на дом.*