# Методическая разработка к занятиям по предмету «Ритмики и танец»

# Выполнила педагог дополнительного образования Ясинская Виктория Ивановна МАОУ ДО «ДДТ» «ЭВРИКА»

# г. Северобайкальск

Разработка занятий «Ритмика и танец» представляет дополнительный образовательный курс художественно-эстетической направленности.

При составлении разработки использован опыт ведущих специалистов хореографии, учтены современные тенденции, рассмотрены различные танцевальные стили и направления. Авторами разработки использовалась методическая литература, базовые программы, личный опыт работы.

В настоящее время художественно-эстетическое воспитание в дополнительном образовании решает социально значимые вопросы детской занятости и организации их досуга, компенсирует «пробелы» общего образования, создает благоприятные условия для развития творческих и профессиональных интересов обучающихся в самых разных областях искусства.

Актуальность, педагогическая целесообразность.

Актуальность проблем художественно-эстетической направленности обусловлена современным социальным заказом на образование и задачами художественного образования школьников, которые выдвигаются в концепции модернизации российского образования (Мин. обр. РФ от 29.11.2001). В ней подчеркивается важность художественного образования, использования образовательных и воспитательных возможностей предметов художественно-эстетической направленности, формирующих у обучающихся творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус, нравственность.

Проблема формирования у учащихся эстетического отношения к искусству является одной из приоритетных проблем современной теории и практики эстетического воспитания. Дополнительное образование дает детям более обширные возможности для самоопределения, осмысления жизненных и профессиональных интересов. Дети сами выбирают ту сферу деятельности, которая им по душе, где они могут проявить свои способности в полной мере. Выбирая художественную направленность, дети выбирают свободу выражения, полет фантазии, преодолевают застенчивость, скованность, соприкасаются с достижениями мировой цивилизации, а значит – поднимают свой культурный уровень.

Одним из средств всестороннего развития школьников является хореография. Ее высокая продуктивность обусловлена синтезирующим характером, который объединяет в себе музыку, ритм, пластику движений. Хореографические занятия снимают умственное утомление и дают дополнительный импульс для мыслительной деятельности.

Роль детских студий разнообразна, часто в основу их деятельности положены принципы, свойственные профессиональному сценическому творчеству. Занятия в студии способствуют социальной активности ребенка, там он знакомится с основами искусства, приобщается к одному из его видов. В танцевальных группах немаловажное место занимает подготовка репертуара и выступление перед зрителем. Каждое

хореографическое произведение или сценическая композиция, осваиваемая в учебном курсе, требует от учащихся эмоциональности, творческой активности, мобилизации духовных и физических сил.

Цель и задачи.

Занимаясь с детьми по программе «Ритмика и основы танца», основной целью является эстетическое развитие детей средствами хореографии.

Для достижения поставленной цели необходимо решать следующие задачи: Образовательные:

* выявить способности и склонности ребенка посредством ритмики и танца;
* дать детям первоначальную хореографическую подготовку, ознакомить с хореографическими терминами и понятиями;
* ознакомить детей с видами танцевального искусства;
* обучить применению знаний, полученных на занятиях, в практической жизни и содержательному проведению своего досуга.

Развивающие:

* развить единый творческий потенциал физических и духовных, эстетических и волевых качеств личности;
* научить детей мыслить, слушать и слышать учителя, уметь исправлять неточности

в исполнении;

* развить чувство ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку;
* развить танцевальную выразительность, координацию движений, ориентировку в пространстве;
* пробудить фантазию, способность к импровизации.

Воспитательные:

* воспитать культуру поведения и общения между сверстниками;
* профессиональная ориентация и самоопределение ребенка;

Велика сила эмоционального и нравственного воздействия музыки, и важно переживать ее в движении. Необходимо помнить, что именно в дружественном союзе музы танца Терпсихоры и покровительницы музыки Эвтерпы зарождаются творческие способности. Невозможно переоценить значение занятий ритмикой и танцем для формирования культуры тела, красивой осанки, свободы и естественности движения. Чувства и настроения, вызванные музыкой, придают движениям эмоциональную окраску, влияя на пластику и выразительность жестов. Сочетание музыки и движения открывает для ребенка богатый мир добра, света, красоты.

Учебный материал для занятий обширен, основное его содержание составляет следующие разделы:

1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты.
2. Танцевальная азбука (тренаж).
3. Танец (народный, классический, историко-бытовой, бальный, современный).

Теоретическая часть каждого раздела содержит перечень знаний, получаемых в процессе обучения: знания по музыкальной грамоте и выразительному языку танца, знания о характерных чертах и историй танца различных эпох и народов, знания по м музыкальному этикету. В практическую часть входит перечень умений и навыков: упражнений, движений танцев.

Раздел «Ритмика, элементы музыкальной грамоты» включает ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкально-ритмические задания по слушанию и анализу танцевальной музыки. С первых уроков дети приобретают опыт музыкального восприятия. Главная задача педагога – создать у детей эмоциональный настрой во время занятий, отсюда вытекают требования к музыкальному оформлению занятий: правильный подбор музыкального произведения в соответствии с исполняемыми движениями; художественное и выразительное исполнение музыки, которая является главным методическим приемом преподавания.

Музыкально-ритмическая деятельность способствует формированию музыкального восприятия музыки, развитию чувства ритма, умению ориентироваться в маршевой и танцевальной музыки, определять ее характер, метроритм, строение и умение согласовывать музыку с движением. Упражнения ритмической гимнастики помогают научиться ощущать всем своим существом те чувства, которые выражает музыка. Выполняя движения, дети должны исходить из собственных мышечных ощущений, обусловленных образным содержанием музыки. Эти задачи могут быть решены наилучшим образом с помощью импровизации. Пластическая и музыкальная импровизация в разделе «Ритмика» используется как способы развития творческих способностей и воспитания в учениках творческой инициативы. Одним из приемов в разделе «Ритмика» является пение. Пение позволяет соединить механизм слышать и исполнять, что для ребенка является естественным способом поведения, как считал основоположник ритмики Э. Жак-Далькроз.

Игры с пением.

# «Шарик»

Движения дети выполняют стоя в кругу. Учитель предлагает детям представить, как они надувают большой и красивый шар.

Вот так шарик надуваем И до облака взлетаем.

Шарик лопнул – выдыхаем, Наши мышцы напрягаем.

*Дети держатся за руки, затем, имитируя большой шар, поднимают их вверх и встают на полупальцы*

*Дети медленно приседают и отпускают руки через стороны вниз, затем выпрямляются и делают четыре хлопка на слово «на-пря-га-ем»*

Для музыкального оформления можно использовать записи музыки «Коробейники»

# «Любопытная Варвара»

Дети стоят лицом к педагогу.

Любопытная Варвара Смотрит влево, Смотрит вправо,

А потом опять вперед. И немного отдохнет.

*Поворот головы влево Поворот головы вправо*

*Небольшой наклон корпуса вперед*

*Подъем корпуса с небольшим приседанием.*

В качестве музыкального фона можно использовать лирическую русскую народную песню (например, «Светит месяц»)

# «Ветер»

Для выполнения игрового упражнения дети стоят в кругу или врассыпную.

Ветер дует нам в лицо, Закачалось деревцо.

Ветер дует тише, тише, Мы присядем ниже, ниже.

*Выполняются маховые движения руками на уровне лица. Руки подняты над головой, корпус слегка раскачивается вправо-влево.*

*Маховые движения руками вперед-назад. Дети медленно приседают.*

Для сопровождения можно использовать вальсовую музыку.

В данном разделе целесообразно использовать гимнастические упражнения, которые в сочетании с музыкой дают хороший фундамент для «знакомства» со своим телом, координации движений с ритмом и ощущения себя в пространстве. К ним относятся:

* движения рук, ног, головы, корпуса;
* повороты, наклоны;
* вращения локтей, кистей рук, корпуса (вправо, влево);
* подскоки, прыжки;
* разные виды ходьбы.

*Виды ходьбы:*

*-* спортивный шаг (с высоким коленом);

* пружинящий шаг (на носках);
* шаг на пяточках;
* танцевальный шаг (с вытянутого носка);
* топающий шаг (всей ступней).

*Ходьба с ориентированием в пространстве:*

* ходьба с изменением направления на противоположные или на произвольные;
* ходьба по извилистым линиям, «по восьмерке», «змейкой».

Гимнастические упражнения направлены на решение координационно-коррекционных задач.

Раздел «Танцевальная азбука» содержит элементы классического, народного, бального танца. Включенные в раздел упражнения экзерсиса способствуют формированию правильной осанки, помогают исправить физические недостатки, учат правильной постановке корпуса, выработке координации движений, учат правильно дышать пи исполнении упражнений и танцев.

Раздел «Танцы» включает классические, народные, бальные, современные, танцы в обучающем, постановочном и сценическом варианте. Дополнительное включение в разработку обширного танцевального материала позволяет повысить интерес детей к занятиям и принимать участие в концертах, конкурсах, фестивалях различного уровня. Это требует от учащихся ответственного отношения к своей художественной деятельности, умение организовать себя и показать на профессиональном уровне полученные хореографические знания, умения, навыки, раскрыть себя на сцене как творческую личность.

Дальнейшая самореализация ребенка проходит в творческом коллективе, организованном на базе школы танцевальная студия «Калейдоскоп», которой я руковожу уже на протяжении 27 лет. В студию принимаются не только те дети, которые обладают способностями и природными данными (т.е. гибкость, растяжка, выворотность, музыкальный слух) для занятий хореографией, а все желающие заниматься танцами, за исключением тех, у кого есть медицинские противопоказания.

Основными требованиями, предъявляемыми к обучающимся являются: регулярное посещение занятий, настойчивость, трудолюбие, добросовестность, доброжелательное отношение друг к другу.

Срок обучения в хореографической студии на первой ступени составляет 4 года, по истечении этого времени, основной учебный материал программы является освоенным, дети овладевают основными понятиями, терминами, знаниями, умениями, навыками, которые образуют прочный фундамент для дальнейшего обучения. Но это не лишает права детей посещать занятия, совершенствовать свое мастерство, оттачивать классический экзерсис, изучать танцы, участвовать в концертной жизни школы. Поэтому в студии занимаются дети, прошедшие четырехлетний курс обучения.

Основная специфика разработки состоит в том, что в значительной степени учитывает индивидуальные возможности детей к обучению, что позволяет корректировать задания в соответствие с уровнем подготовки детей, а это, в свою очередь, дает возможность включать в работу новичков. Такой индивидуальный подход позволяет прибывшим детям на практике перенимать мастерство у «опытных» студийцев, что благотворно влияет на профессиональные и межличностные отношения детей, способствует укреплению коллектива. При проведении групповых уроков в студии всю работу я мысленно делю на три основные части: подготовительную, основную, заключительную.

В подготовительную часть занятия входит умеренное разогревание организма, немаловажен эмоциональный настрой занимающихся. Основными средствами подготовительной части являются: строевые упражнения, различные формы ходьбы и бега, несложные прыжки, упражнения на связь с музыкой и короткие танцевальные

комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов. Все упражнения исполняются в умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечнососудистой и дыхательной систем.

Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровне их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15 % времени общего занятия.

Основная часть занятия. Задачами основной части являются: развитие и совершенствование основных физических качеств, упражнения на силу, на формирование правильной осанки, растягивание и расслабление (экзерсисы), хореографические упражнения, отработка элементов танцевальных композиций, изучение и совершенствование элементов современного, бального, народного танцев, постановочная работа. На данную часть занятия отводится 75-85 % общего времени. Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

Заключительная часть занятия. Постепенное снижение нагрузки, упражнения на расслабление, краткий анализ проделанной на уроке работы, подведение итогов. Очень важно, чтобы дети сами умели анализировать свою работу на занятии. Краткий разбор достигнутых успехов в выполнении движений создает у учащихся чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться. Замечания и советы по поводу недостаточно освоенных движений помогают учащимся сосредоточить на них внимание на следующем занятии. На данную часть занятия отводится 5-10 % рабочего времени.

Важным параметром успешного обучения является устойчивый интерес к занятиям, который проявляется в регулярном посещении занятий каждым учеником, стабильным составом групп, постоянным контактом учащихся с родителями (приглашение родителей на отчетные концерты коллектива).

Приемы, принципы и методы организации образовательного процесса.

Для достижения цели, задач и содержания программы необходимо опираться в процессе обучения на следующие хореографические принципы:

* + принцип формирования у детей художественного восприятия через пластику;
	+ принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;
	+ принцип обучения владению культурой движения: гибкость, выворотность, пластичность;

Принципы дидактики:

* + принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;
	+ принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства;
	+ принцип движения от простого к сложному как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений, элементов классического, народного, бального танца
	+ принцип наглядности, наблюдения, показа;
	+ принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся;
	+ принцип доступности и пассивности.

В работе с учащимися применяются следующие методы:

1. Метод активного слушания музыки.

Здесь происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения-образы.

1. Метод использования слова.

С его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.

1. Метод наглядного восприятия.

Способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.

1. Метод практического обучения.

Здесь в учебно-тренировочной работы осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

Приемы:

* + комментирование;
	+ инструктирование;
	+ корректирование.

Техническое и дидактическое обеспечение занятий.

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень материально-технического обеспечения:

* наличие хореографического зала, оснащенного зеркалами, тренировочными станками;
* качественное освещение в дневное и вечернее время;
* музыкальная аппаратура, аудиозаписи;
* специальная форма и обувь для занятий,
* гимнастические коврики.

Используемая литература.

1. Добовчук С.В. «Ритмическая гимнастика: учебное пособие». (-М.: МГИУ, 2008);
2. Затямина Т.А., Стрепетова Л.В. «Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие». (-М.: Издательство «Глобус», 2009);
3. Бондаренко Л. «Методика хореографической работы в школе и внешкольных учреждениях». (-Киев: Музична Украiна, 1985);
4. Пустовойтова М.Б. «Ритмика для детей: учебно-методическое пособие». (-М.: ВЛАДОС, 2008);
5. Михайлова М.А., Воронина Н.В. «Танцы, игры, упражнения для красивого движения» (-Ярославль: Академия развития, 2001);
6. Барышникова Т. «Азбука хореографии» (-С.-П.: РЕСПЕКС, 1996);
7. Васильева Т.К. «Секрет танца» (-С.-П.: Диамант, 1997);
8. Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание» (-М.: Просвещение, 1989);
9. Ерохина О.В. «Школа танцев для детей» (-Ростов н/Д.: Феникс, 2003).