

**Муниципальное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества» Ленинского района г. Саратова**

РАССМОТРЕНО

на заседании методического совета
МУ ДО «ЦДТ»
Ленинского района г. Саратова
Протокол № 1 от 28.08.2020 г.

УТВЕРЖДЕНО

директором МУ ДО «ЦДТ»
Ленинского района г. Саратова
_____ Т.Р. Тихонова

**Методическая разработка
Детский танец.
Упражнения и игры для красивого движения**

Подготовила:
Федорова Светлана Владимировна,
педагог дополнительного образования

Саратов, 2019

Содержание

Введение.....	3
Хореография как один из компонентов детского танца.....	3
Организация музыкально-ритмической деятельности на занятии с дошкольниками.....	6
Использование игры и игровых приемов	7
О некоторых особенностях детского танца.....	9
Список литературы.....	11

Введение

Дошкольный возраст – один из наиболее важных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребёнка. В этот период ребёнок интенсивно растёт, движения становятся его насущной потребностью. Многие дети дошкольного возраста испытывают удовольствие от исполнения танцевальных движений, им хочется и нравится танцевать, поэтому родители все чаще приводят мальчиков и девочек дошкольного возраста в учреждения дополнительного образования для обучения танцам.

Танцевальные занятия с дошкольниками основываются на органичном соединении хореографии, музыки, игры, где особое место отводится детскому танцу. Это находит отражение в учебных планах дополнительных общеразвивающих программ по хореографии, разработанных для учащихся дошкольного возраста, куда педагоги включают раздел (модуль) «Детский танец».

Детский танец строится (особенно на первых порах) на простых движениях и комбинациях. Работа над танцем направлена на изучение основных средств выразительности (движения, позы, пластика, мимика и ритм), которые связаны с эмоциональными впечатлениями ребёнка от окружающего мира.

Первые шаги в хореографии сопряжены для ребенка с определенными трудностями, и для того чтобы легче их было преодолевать, чтобы не угас у него интерес к обучению в образовательный процесс вводятся элементы игры.

Представленные методические материалы адресованы педагогам-хореографам, работающим с детьми 5–7 лет в учреждениях дополнительного и дошкольного образования.

В методических рекомендациях рассмотрены основные этапы создания детского танца, представлены различные упражнения, игровые приемы, применяемые педагогом на своих занятиях.

Хореография как один из компонентов детского танца

В различных современных словарях ¹ дается следующее определение танца – это «вид искусства, материалом которого являются движения и позы человеческого тела, поэтически осмысленные, организованные во времени и пространстве, составляющие некую единую художественную систему. Танец тесно связан с музыкой, вместе с нею образуя музыкально-хореографический образ».

Детский танец, являясь производным танца как такового, имеет свою специфику, которая определяется самобытностью детского возраста, особенностями мировосприятия и мироощущения ребенка, его ярким

¹ <https://dic.academic.ru/>

ассоциативным мышлением и игровой составляющей, которая имеет особое значение в жизни ребенка-дошкольника.

Остановимся подробнее на одном из компонентов детского танца – хореографии.

Хореография включает два раздела: партерный экзерсис и танцевальные движения.

Экзерсис – это основа хореографии, поэтому педагог с первого года обучения постепенно начинает знакомить ребенка-дошкольника с одним из видов экзерсиса – партерным экзерсисом. Это способствует формированию скелетно-мышечного аппарата ребёнка, осанки, позволяет с наименьшими затратами энергии достичь повышения гибкости суставов, улучшения эластичности, силы мышц и связок. Кроме того, упражнения партерного экзерсиса позволяют приобрести навыки вытянутого носка, ровного и подтянутого корпуса, сформирует у учащегося первоначальное представление о работе мышц ног, рук, шеи, спины.

Практика показывает, что дети-дошкольники испытывают трудности в запоминании правил исполнения упражнений партерного экзерсиса. Следовательно, педагогу целесообразно опираться на воображение и ассоциативный ряд ребёнка-дошкольника. Мы предлагаем использовать четверостишия, облегчающие восприятие нового материала. Например, на разучивание позиций рук, позиций ног и др.

На разучивание позиции рук

Снеговик

Мы катали снежный ком – вот такой (подготовительная позиция)

А потом ещё второй – вот такой (1-я позиция рук)

А теперь катаем щечки (круговые движения по щекам)

Вот такие вот комочки (классические кисти)

А теперь возьмём ведро и поставим на него (3-я позиция рук)

Вот какой снеговичок – добродушный толстячок!(раскрываем руки в стороны 2 позиция)

На разучивание позиции ног

Жили два брата Федорка с Егоркой (шестая позиция)

Поссорились братья Федорка с Егоркой, (первая позиция)

Но скучно им было порознь играть (первая позиция)

Федорка с Егоркой вместе опять (шестая позиция).

Подружились ножки – (шестая позиция)

Улыбнулись шире – (первая позиция)

Разошлись немножко - (вторая позиция)

Жить решили в мире – (третья позиция)

Plie

По клумбе с вами мы гуляем

Букет для мамы собираем.

С прямою спинкой приседаем,

И пяточки не отрываем.

Ведь это, мамочка, «плие»!

Сейчас оно сгодится мне.

«Демиплие» и «Гранд плие»,
Вот эта розочка – тебе!

Чтобы прыгать и резвиться,
Нужно ножки развивать.
А поэтому, ребята,
Будем их тренировать.
Ручки в стороны открыли –
Начинаем приседать
И при этом будем дружно
Наши пяточки держать.
Если это упражнение
Делать будете всегда,
Ваши ножки прыгать резво
Не устанут никогда!

Releve

Мы – весёлые морковки!
Тянемся мы к небу ловко.
На носочки мы привстанем -
Солнце головой достанем!

Мы оденем каблучки,
И пойдём, как мамочки.
А когда устанут ножки,
Спустимся на пяточки.

Прыжки

Утром солнышко встаёт выше, выше, выше (релеве),
К ночи солнышко зайдёт ниже-ниже-ниже (плие).
Хорошо, хорошо солнышко смеётся,
А под солнышко всем весело поётся (прыжки).

Осанка

За осанкой ты следи,
Спину, выпрямив, сиди.
Если ты ложишься спать,
Жёстче выбери кровать!

Ты осанку береги –
Правильно сиди, ходи,
Пей побольше молока –
Кальций нужен нам всегда.

Нужно спину так держать,
Чтобы ровненько стоять.
Люди смотрят не дыша:
Ох, осанка хороша!

Каждый день стою у стенки,
У меня болят коленки,

Но без усталости стою –
За осанкою смотрю.

Организация музыкально-ритмической деятельности на занятии с дошкольниками

Детский танец не может существовать без музыки. Музыкальное сопровождение придаёт особую выразительность танцу, соединяясь с движениями, мимикой и жестами, помогает учащимся понять и создать тот или иной художественный образ, расширить музыкально-эстетические впечатления, способствует успешному развитию музыкального слуха, памяти.

Успех работы с детьми во многом зависит от того, насколько грамотно подобран музыкальный материал и насколько учащиеся понимают его содержание. Ясная фразировка, яркие динамические контрасты помогают детям слышать музыку и отразить её в танцевальных движениях. Подбирать музыку следует так, чтобы содержание детского танца целиком соответствовало характеру музыки и давало бы возможность при разработке отдельных эпизодов связывать движение с музыкой.

Педагогу следует продуманно отнестись не только к выбору жанра, вида музыкального произведения, определиться с автором музыки (композитором), но и остановиться на понятной для восприятия детей аранжировке и т.д., так как все это в совокупности влияет на качество «детской» постановки, способствует успешному выступлению учащихся.

Музыка не только важная эмоционально-эстетическая составляющая детского танца, она является ритмическим организующим началом. Организация музыкально-ритмической деятельности на занятии (специальные упражнения и задания, прослушивание и осмысление музыкального материала) способствует развитию музыкального слуха, памяти и чувства ритма. Обучение целесообразно выстраивать по принципу: развиваясь – слушаем, слушая – развиваемся.

Сначала изучаются движения в упражнениях, комбинациях и только потом в танцах (танцевальный и приставной шаг, бег, подскоки, прыжки, галоп, полуповороты-повороты и другие). Форма и выразительность исполнения в каждом упражнении или комбинации зависит от заданного музыкально-двигательного образа, со сменой его меняется и характер движения.

Дети учатся понимать язык движений, знакомясь с простыми упражнениями классического экзерсиса: позиции рук, ног, позы и так далее. Запомнить эти движения и достичь правильного их исполнения легче с помощью системы заданий и специально написанных «хореографических» стихотворений. Например:

Бабочка

Спал цветок и вдруг проснулся
Больше спать не захотел,
Шевельнулся, потянулся,
Взвился вверх и полетел.

Лесенка

Вверх по лесенке шагали,
И ступенечки считали,
А на горочку пришли,
Ничего там не нашли.
Вниз по лесенке шагали,
И немножечко устали
Ищем, ищем, где кровать,
Захотелось полежать.

Улитка

В домике она сидит,
Рожки высунув, молчит
Вот улиточка ползёт
Потихонечку вперёд.
На цветочек заползёт
Лепесточки погрызёт.
Рожки в голову втянула
В домик спряталась, заснула.

Качели

Мы забрались на качели,
Раз-два три и полетели!
Сверху вниз летим мы – ух!
Перехватывает дух!
А теперь летим наверх
Разбирает сразу смех!
Все качается кругом:
Облака, деревья, дом
И дорога, и трава
И кружится голова!

Рыбка

Рыбка рыбку догоняла,
Рыбка хвостиком виляла,
Ткнулась в брюшко -Догнала!
Эй, подружка! Как дела?

Использование игры и игровых приемов

Одна из сложных задач, стоящих перед педагогом-хореографом заинтересовать и удержать интерес ребёнка-дошкольника на занятии. Поможет в этом игра. Игра – это универсальная возможность общения с детьми, она способствует их физическому, психическому, эмоциональному и творческому развитию, создает условия для реализации детской активности и самостоятельности, дает заряд эмоционального удовлетворения, наполняет занятия сказочностью и волшебством. Дети во время игры чувствуют себя уверенней, в ходе игрового взаимодействия укрепляются межличностные связи, формируется их способность к коммуникации.

Введение игры (игровых моментов) в занятие должно быть органичным. Игра может использоваться на различных его этапах: на организационно-мотивационном, основном, заключительном. Это может быть осуществлено через введение в сюжетную линию занятия сказочного персонажа или героя детских мультфильмов и совершение вместе с ним, или по его заданию, или для его спасения, оказания ему помощи (вариантов много) определенных действий. Часто на танцевальных занятиях педагоги обращаются к образам животных, птиц, насекомых и т. д. Задания с перевоплощением и имитацией вызывает у детей интерес к выполнению того или иного движения, позволяет лучше и быстрее усвоить материал.

Эффективно введение в содержание занятия логически обоснованных и педагогически целесообразных «специальных» игр, применяемых для достижения определенных задач. В качестве иллюстрации приведем отдельные игры для детей, используемые на занятиях и направленные на развитие как коммуникативных, так и физических навыков учащихся.

«На мостике»

Цель: развитие коммуникативных навыков, моторной ловкости.

Возраст: 5-7 лет.

Количество играющих: 2 команды.

Описание игры: взрослый предлагает детям пройти по мостику через пропасть. Для этого на полу или на земле чертится мостик – полоска шириной 30-40 см. По условию, по «мостику» должны с двух сторон навстречу друг другу идти одновременно два человека, иначе он перевернется. Также важно не переступать черту, иначе играющий считается свалившимся с мостика и выбывает из игры. Вместе с ним выбывает и второй игрок (потому что, когда он остался один, мостик перевернулся). Пока два ребёнка идут по «мостику», остальные за них активно «болеют».

Комментарий: приступив к игре, дети должны договориться о темпе движения, следить за синхронностью, а при встрече на середине мостика – аккуратно поменяться местами и дойти до конца.

«Зеркала»

Цель: развитие наблюдательности и коммуникативных навыков.

Возраст: 5-7 лет.

Количество играющих: группа детей.

Описание игры: выбирается ведущий. Он становится в центре, дети обступают его полукругом. Ведущий может показывать любые движения, играющие должны повторить их. Если ребёнок ошибается, он выбывает. Победивший ребёнок становится ведущим.

Комментарий: необходимо напомнить детям, что они – «зеркало» ведущего, то есть должны выполнять движения той же рукой (ногой), что и он.

«Живая картина»

Цель: развитие выразительности движений, произвольности, коммуникативных навыков.

Возраст: 5-6 лет.

Количество играющих: любое.

Описание игры: дети создают сюжетную сценку и замирают. Изменить позу они могут лишь после того, как водящий угадает название «картины».

Комментарий: несмотря на то, что основная цель игры – создание «живой картины», акцент

в ней делается на развитие умения договариваться, находить общий язык. Эта игра будет особенно полезна детям, испытывающим трудности в общении (конфликтным, агрессивным, застенчивым, замкнутым). Взрослому лучше занимать позицию наблюдателя.

«Ладонь в ладонь»

Цель: развитие коммуникативных навыков, получение опыта взаимодействия в парах, преодоление боязни тактильного контакта.

Возраст: любой.

Количество играющих: 2 или больше человек.

Необходимые приспособления: стол, стулья и т. д.

Описание игры: дети становятся попарно, прижимая правую ладонь к левой ладони и левую ладонь к правой ладони друга. Соединённые таким образом, они должны передвигаться по комнате, обходя различные препятствия: стол, стулья, гору (в виде кучи гимнастических ковриков), реку (в виде разложенных скакалок) и т. д.

Комментарий: в этой игре пару могут составлять взрослый и ребёнок. Усложнить игру можно, если дать задание передвигаться прыжками, бегом, на корточках и т. д. Играющим необходимо напомнить, что ладони разжимать нельзя.

Игра будет полезна детям, испытывающим трудности в процессе общения.

«Зоопарк»

Цель: развитие коммуникативных способностей, умение распознавать язык мимики и жестов, снятие телесных зажимов.

Возраст: 5-6 лет.

Количество играющих: две команды.

Описание игры: интереснее играть командами. Одна команда изображает разных животных, копируя их повадки, позы, походку. Вторая команда – зрители – они гуляют по «зверинцу», «фотографируют» животных, хвалят их и угадывают название. Когда все животные будут угаданы, команды меняются ролями.

Комментарий: нужно стимулировать детей к тому, чтобы они передавали повадки того или иного животного, а также по своему желанию наделяли его какими-либо чертами характера.

О некоторых особенностях детского танца

Включение в цикл занятий дошкольников даже элементов детского танца способствует усилению мотивации детей к занятиям хореографией. Вместе с тем немаловажный вопрос, встающий перед каждым педагогом-хореографом, – уровень сложности детского танца.

Определение сложности и простоты детского танца, безусловно, относительно, при этом необходимо учитывать такие его характеристики, как:

тематика танца;

доступность для восприятия детей музыкального материала;

соответствие движений музыке;

понятное детям содержание (художественно-хореографический образ, будь то игровой образ или проявление различных эмоций);

оригинальность танца, (разнообразное и нестереотипное сочетание движений, положений (стоя, сидя, лежа, на четвереньках, на коленках), наличие перестроений, смена различных положений рук, видов шагов, т.д.

Педагог должен соотнести все характеристики танца с индивидуальными возможностями конкретного ребёнка. При этом необходимо ориентироваться и

на средние показатели уровня развития учащихся в группе. Практика показывает, что особенно первые детские танцы должны быть доступны по объёму, координационной сложности и переключаемости движений («связка» одного движения с другим), по интенсивности нагрузки.

По мере приобретения ребенком танцевального опыта, сам танец целесообразно усложнять, увеличивать количество разученных танцев, тем самым расширяя детский репертуар.

При составлении репертуарного плана для дошкольников следует учитывать:

1. Сроки обучения, возраст и возможности исполнителей.
2. Заинтересованность участников коллектива в изучаемом материале.
3. Содержание танца.
4. Хореографическую лексику.
5. Эмоциональные возможности.

Педагогу очень важно заботиться и о создании творческой атмосферы на занятиях с дошкольниками. С этой точки зрения особый интерес у учащихся вызывает так называемая «разработка» эскизов танцевального костюма (можно провести конкурс-выставку лучших работ), придумывание названия композиции или танца. Например, педагог объясняет детям, что название должно быть звучным, запоминающимся. Для выполнения такого задания возможно использование различных приемов: проведение мозгового штурма, мини-конкурса на лучшее название танца и т.д.

Ниже приведен примерный репертуарный план детских танцев, в придумывании названий которых принимали участие учащиеся-дошкольники.

Традиционный детский танец	Авторский детский танец (постановки Фёдоровой С.В., педагога дополнительного образования МУ ДО «Центр детского творчества» Ленинского района г. Саратова)
«Танец маленьких утят» «Матрёшки» «Танец кукол» «Неваляшки»	«Солнечные лучики» (https://youtu.be/UR1DUYjYEV0) «Жадина» (https://youtu.be/UR1DUYjYEV0) «Дружба крепкая» (https://youtu.be/VcD4n2eTMEg) «Скакалка»

Вместо заключения

Детский танец играет особую роль в становлении юных танцовщиков, в развитии у них грации, музыкальности, артистизма.

Осваивая танцевальную лексику, ребёнок не просто воспринимает красивое, он преодолевает определённые трудности, совершает немалую работу для того, чтобы эта красота стала для него доступной.

Детский танец способствует развитию коммуникативных качеств, самостоятельности, ответственности. А самое главное закладывает основы интереса к танцу, искусству, прекрасному.

Список литературы

1. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. М.: Издательство «Гном-пресс», 1997.
2. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмические движения детей для дошкольного и младшего школьного возраста. – М.: Владос, 2001.
3. Лифиц И.В. Ритмика. – М.: Академия, 1999.
4. Полякова Н.А., Иванина М.П. Формирование социально-коммуникативных компетентностей у старших дошкольников посредством игры. Современное образование: от традиций к инновациям: Сборник научных статей X межрегиональной научно-практической конференции /Под ред. Н.Г. Чаниловой, С.А Пилюгиной/ – Саратов: изд-во ИЦ «Наука», 2015. – С.100 –103
5. Полякова Н.А., Сваина В.В., Мочалова О.В. Использование игровой технологии с детьми дошкольного возраста на занятиях по хореографии в учреждении дополнительного образования. Современное образование: традиции и инновации: Сборник научных статей VIII заочной всероссийской научно-практической конференции /Под ред. Н.Г. Чаниловой, С.А Пилюгиной/ – Саратов: Саратовский институт повышения квалификации и переподготовки работников образования, 2013. – 216с. С. 165 – 168.
6. Пуртова Т.В. Учите детей танцевать. – М.: Владос, 2003.
7. Фёдорова Г.П. Танцы для детей. – СПб: Детство-пресс, 2000.