**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Детская школа искусств №4»**

**Методическая разработка.**

**Методика разучивание танцевальных элементов и танцев**

 **с детьми 5-7 летнего возраста**

 **Составила:**

 **Преподаватель хореографических дисциплин Сукнева И.С.**

 **Ангарск – 2022 г.**

**Методика разучивание танцевальных элементов и танцев**

 **с детьми 5-7 летнего возраста**

   Анализ психолого-педагогической литературы и опыт учителей-практиков, музыкальных работников, психологов, врачей позволяет утверждать, что развитие танцевальных элементов на каждом возрастном этапе происходит различно. В младшем возрасте ребенок эмоционально откликается на музыку, что выражается в мимике, жестах. Но движения еще не точны и порой не согласованы с музыкой.
   На четвертом году жизни дети начинают чувствовать смену контрастных частей музыки, могут выполнять и усваивать небольшие музыкальные задания. Они еще плохо ориентируются в пространстве, поэтому педагог учит их двигаться в соответствии с ярко-контрастным характером музыки, в медленном и быстром темпе, реагировать на начало и окончание звучания музыки, исполнять простейшие движения, передавать не сложные имитационные движения игровых образов **(птички летают, лошадки скачут, зайчики прыгают).** На пятом году жизни у детей уже есть опыт слушания музыки, они могут узнавать знакомые мелодии, определять характер музыки. Движения становятся более ритмичными, четкими, согласованными с началом и окончанием звучания музыки. Дети выполняют более разнообразные движения **(прямой галоп, движение парами, притоп одной ногой, выставление ноги на пятку)** и могут двигаться в соответствии с контрастным характером музыки.
   В возрасте 5-7 лет дети уже сравнительно хорошо управляют своими движениями, их действия под музыку более свободны, легки и четки, они без особого труда используют танцевальную импровизацию. Ребята в этом возрасте произвольно владеют навыками выразительного и ритмического движения. Развивается слуховое внимание, более ярко проявляются индивидуальные особенности детей. Они могут передать движениями разнообразный характер музыки, динамику, темп, несложный ритмический рисунок, изменять движения в связи со сменой частей музыкального произведения со вступлением. Детям доступно овладение разнообразными движениями (от ритмичного бега с высоким подъемом ноги и подскоков с ноги на ногу до шага польки, полуприседание и т.д.). Творческая активность детей развивается постепенно путем целенаправленного обучения, расширения музыкального опыта, активизации чувств, воображения и мышления. Реакция детей на прослушанное представляет собой творческое отображение музыки в действии. В этом возрасте эмоции, вызванные музыкой создают определенную двигательную активность, задача педагога заключается в том, чтобы направить ее в нужное русло, подобрав для этого интересный и разнообразный музыкально-танцевальный материал.
  Двигаться, как подсказывает музыка – строгий закон, который следует неуклонно соблюдать на всем протяжении занятия.

 Движения должны вытекать из музыки, согласовываться с ней, отражая не только ее общий характер, но и конкретные средства выразительности.
   В процессе обучения, помогая найти ребенку нужное движение, педагог своим советом, словом, собственным примером и т.д. Совпадение образного слова, музыки и движения, развивается детское воображение, ребенок точнее передает характер музыкального произведения, движения становятся свободными, исчезает скованность, появляется уверенность.
   Чтобы заинтересовать учащихся танцевальным творчеством, в рамках разработанной методики, совместно с практическими занятиями проводились и теоретические. На таких занятиях давалась общая характеристика танца, отмечались его особенности. Проводились беседы об особенностях фольклорного творчества данного народа, рассматривались иллюстрации и слайды, знакомящие детей с костюмами, использовались видеоматериалы по данной тематике. Все это необходимо для того, чтобы ввести учащихся в мир тех образов, той музыки, под которую они будут танцевать. Плавность вальса, жизнерадостность и веселость польки и галопа, зажигательность и удаль многих плясовых народных мелодий, отражающихся в движениях этих танцев, словесно описывались учителем на таких занятиях.
   Большое значение придавалось слушанию и разбору музыки танца (ее характера, настроения, структурного построения, ритмическим особенностям). Музыка сообщает движениям определенный характер, придает им эмоциональную окраску**.**

Музыкальное сопровождение должно быть ярким, эмоциональным, выразительным. Среди всех искусств, в единстве с которыми развивается танец, музыка наиболее близка ему по обобщенности, ассоциативности и структурным закономерностям.

 Но, пластический изобразительный язык танца все же более конкретен, как и зрим. В идеале сам танец – пластическая музыка. Поэтому существование в произведении двух компонентов - музыки и танца – результат сложного процесса работы над органикой их соединения. «Танцевальная музыка, - писал великий реформатор и теоретик балета Ж.Ж.Новер, - представляет собой или должна представлять своего рода программу, которая усиливает и предопределяет движение и игру каждого участника танца.»( ) Музыка в любом своем проявлении создает, прежде всего содержательную основу танца. Давая развитие эмоционального состояния образов, сопоставляя разные его стадии, музыка предлагает танцу действенную линию для пластических характеристик действующих лиц и событий. Этому, безусловно, способствует процесс работы по выявлению ритмическо-структурной общности. Как правило, танцевальная форма находится в различной степенной зависимости от временных и структурных характеристик музыки: темпа, ритма, метра и формы построения (периода, предложения, фазы). Среди них наиболее строги соотношения темпа музыки и танца.
**Одна из первых характеристик танца – это темп музыки.**

 Темп всегда обусловлен содержанием и характером музыки. В практике музыкально - танцевальной работы чаще всего применяются темпы: умеренный, довольно быстрый, быстрый, неторопливый, медленный. Первый этап работы над темпом – это следование темпу музыкального произведения, необходимо научить воспринимать и передавать в движениях различные темпы музыкальных примеров со всевозможными оттенками. Темп – это не просто скорость звучания, это художественная характеристика, которая влияет на эмоциональное восприятие музыкальной мысли. Поэтому, если не совпадает темп исполнения музыки и танца, это всегда читается как расхождение. Надо найти такой объем движений, такую степень мышечного напряжения, чтобы двигаться в данном темпе удобно, естественно и целесообразно. Необходимо также научить ребенка сохранять устойчивость в танце. Очень полезна тренировка в выдерживании взятого темпа танца. Важна задача по научению детей переключаться из одного темпа в другой, изменять темп танца в соответствии с изменением темпа музыки.
   Следующей характеристикой танца является метр. Естественно, что трехчетвертное строение такта найдет иное пластическое выражение, чем двух четвертное, но не в формальном совпадении с долями, а в более сложном временном характере, который задает тот или иной размер и его метрический рисунок.
   Третья временная характеристика танца – музыкальный ритм, имеющий огромное влияние на восприятие танца в целом. Музыка и танец живут в едином телесном и метрическом измерении, при этом достаточно свободно соотносятся в ритме, рождая ритмический контрапункт. Таким образом, композиция танца в значительном соотношении с метрической структурой и формой музыкального произведения.

  **Сам термин «композиция танца» трактуется по-разному. Композиция – сочинение, составление, соединение, связь. В рамках этих четырех смысловых прочтений танцевальная композиция – это сочинение единого целого из различных танцевально-пластических элементов.**
   В авторской методике развития двигательной моторики детей 5-7 лет танцевальным творчеством наиболее распространенными музыкальными композициями были круг и линейное построение. Круг – композиция, наиболее часто повторяемая в различных танцах. И это понятно, он несет смысловое объяснение для детей, круг – это солнце, это расположение вокруг костра, очага. В танце этот однородный мотив имеет ряд разновидностей: замкнутый круг, раскрытый круг, круг в круге, по общему кругу несколько кружочков. Круг – самая распространенная фигура для различных хороводов и песен-плясок. Орнаменты круга восходят к очень древним формам танца, являются одним из ярких мотивов и народного танца и современной хореографии. Ярким примером может служить один из самых знаменитых русских хороводов «Березка» созданный Н. Надеждиной. Бесконечное переплетение в круговом мотиве создает, с одной стороны устойчивый и спокойный образ, с другой, позволяет при переменах и разнообразии пластических вариантов создать объемность образа, его развитие, смену настроений и порывов и утвердить в результате действия величие и простоту.
   При использовании линейной композиции особенно четко возникает требование к законам перспективы. С ними педагог должен быть хорошо знаком, чтобы избежать ошибок в построении сценической композиции. К примеру, располагая танцующих детей в линии можно достичь разного зрительного эффекта: можно сохранить равновеличественный рост, если в глубину линии поставить более высоких исполнителей; можно же уменьшая рост, при усилении этого перспективного создать впечатление уходящей вдаль линии.
   Безусловно, линейные мотивы, как и круговые, имеют возможность развития и за счет темпа, и перестроения, и места нахождения линии в пространстве.
   Еще одной характеристикой танца, значение которой столь же велико при обучении детей, как и предыдущих, - рисунок танца. Всякий рисунок танца не существует сам по себе, он соотносится с лексикой – движенческим строем хореографического произведения. Движения танца возникают и развиваются не в абстракции, а в определенном пространственном решении. Движения танца – это своеобразные знаки, подобные звуку, слову, но пластически значимые. Всякое движение не статика, но оно может быть в различной степени динамично и в зависимости от этого, но по-разному используется. Одно движение нуждается в ряде повторов, чтобы утвердить себя, другое воспринимается сразу и в повторениях не нуждается.

  **Подбор движений в танце должен строго соответствовать поставленной задаче, поэтому использование бесконечно большого количества разнообразных элементов в одном танце не всегда определяет его успех.**При огромном многообразии вариантов, танец наиболее часто делится на сольный и массовый, в рамках данной методики использовались оба варианта**.**

 **Для того чтобы рисунок танца детей был четким и выполнялся ими без особого труда необходимо многократное выполнение одного и того же движения – упражнения.** Назначение упражнения различно: для совершенствования основных движений (**ходьба, бег, подскоки);** предварительного разучивания действий к сюжетным играм и пляскам; развитие выразительности движения персонажей сюжетных игр; композиционной завершенности музыкально-танцевальных движений у детей.
 Рассматривая вопрос о проявлении детьми творческой активности, нельзя не сказать о роли плясок и их разновидностях (по показу воспитателя, с зафиксированными движениями, народные пляски с медленными элементами народного танца, хоровода с пением, импровизация). Пляски активизируют слух ребенка, вырабатывают четкие, красивые движения. В плясках-импровизациях наиболее ярко наблюдается проявление детского творчества, раннее разучивание элементов плясовых движений позволяет детям уже в младшем школьном возрасте составить собственную композицию танца.
   Согласно внедряемой методики обучение детей танцевальным элементам и далее танцу начиналось с их обучения правильному шагу и бегу, что способствовало укреплению мышц, ног и корпуса, дети должны были разучить ряд упражнений которые помогали им хорошо и выразительно двигаться под бодрую маршевую музыку. Работа над отражением в ходьбе бодрого, активного характера музыки способствует выработке хорошей осанки, ритмичности, координации движения рук и ног, легкости шага. Кроме того эти движения связанные с музыкой всегда сопровождаются эмоциональным подъемом, что так же благотворно влияет на развитие двигательной моторики детей.
   Упражнения, танцевальные элементы, танцы, пляски, вошедшие в состав методики развития двигательной моторики детей 5-7 лет танцевальным творчеством подчиняются общим закономерностям:
    1. Они направлены на улучшение качества движения детей, развитие у них умения придавать движениям пружинный, плавный, или маховой характер (в зависимости от музыкально-двигательного образа).
   2. Они должны научить детей придавать основным движениям (ходьбе, бегу, подскокам), элементам пляски-танца выразительность, диктуемую музыкой.
   3. Они должны воспитывать у детей умение ориентироваться в пространстве, организационно двигаться в группе, не мешая друг другу или выполнять перестроение в плясках отражая их характер.
   Разучивание точно зафиксированных и не привычных для детей элементов танца и русской пляски начиналось с показа. Для этого использовался не только личный пример педагога, но и видеоматериал, плакаты. Показ движений отражал их четкость и выразительность, обязательно был связан с музыкой, чтобы дети сразу могли понять характер и особенности движения и музыки. Разучив такое движение, танцевальный руководитель предлагал исполнить его под другую музыку, чтобы дети привыкли соответственно изменять характер, динамику, темп движения.
   Эксперимент показал на практике, что на ранних стадиях внедрения методики некоторые дети хорошо чувствовали характер музыки, но для них было очень затруднительно передать его в движении. Во многих случаях учителю приходилось самому включаться в движение, использовать словесное описание движения и др., чтобы научить детей точно передавать характер музыки. Участие учителя в танце всегда активизировало деятельность детей, вовлекаясь в общий ритм движений, дети преодолевали барьер стеснения, неловкость и быстрее вовлекались в танец.
   Кроме того, внедряемая методика убедила исследователей, что все дети любят танцевать, нужно только помочь некоторым из них преодолеть скованность движений. Энергия внутренних сил ребенка в этом возрасте требует своего выражения. Темп, ритм, пульс нашей жизни находят у детей свое воплощение в движении. Задача педагога объединить последовательность этих движений в несложную по построению композицию, придать им изящество и выразительность.
   При выполнении  упражнений плечи детей слегка опущены, тонизируются выпрямители спины, растягиваются четырехглавые мышцы бедра, прямые мышцы живота. Движения так же направлены на растяжение передней поверхности корпуса, длинной и короткой малоберцовых мышц. Эффективность некоторых упражнений возрастает при медленном их выполнении. После исполнения движений на растяжения пояснично-подвздошной мышцы нужно переходить к упражнениям, тонизирующим ягодичные мышцы. Движения плечами реализуют растяжение экстензоров шеи, тонизируются нижние стабилизаторы лопатки.   Многие упражнения из выше перечисленных направлены на развитие координированной работы мышц ног и рук, активизацию рефлексов походки. Смена темпа выполнения танцевальных движений не только усиливает влияние на сердечно-сосудистую и дыхательную системы, но и способствует увеличению стимуляции ЦНС, улучшению центральной нервной регуляции двигательного акта.

   Выполнение этих танцевальных упражнений обеспечивает чередование различных типов сокращения мышц голени, что способствует нормализации их тонуса, в сочетании с активизацией рефлексов походки. В движениях на пятках тонизируются мышцы передней поверхности голени, растягиваются мышцы задней поверхности; при движении на носках на оборот. В упражнениях с использованием полуприседании таз держится вертикально, действие направлено на тонизацию четырехглавой мышцы бедра, средней ягодичной мышцы, что способствует нормализации их тонуса. Положение рук на поясе с отведенными назад плечами тонизирует фиксаторы лопаток. Упражнения также на тонизацию косых мышц живота, широчайших мышц спины, передних и задних зубчатых мышц, большой и малой круглых мышц, квадратных мышц поясницы за счет чередования их растяжения и сокращения.
   При оценки физиологического воздействия занятий танцами на организм детей необходимо учитывать степень зрелости центрального аппарата регуляции двигательных функций, особенности возрастного развития физиологических систем организма.
   Диагностика развития двигательной моторики детей 6-7 лет средствами танца проводилась на протяжении всего эксперимента в несколько этапов. С этой целью был разработан специальный диагностический пакет тестовых методик, а также были выделены уровни развития двигательной моторики, сопоставление с которыми результатов авторской методики позволило судить о ее качестве. В психолого-педагогической литературе имеется богатое описание диагностических методик, технологий, систем; диагностика детских коллективов по данной тематике выстраивалась в соответствии с закономерностями и особенностями уже имеющегося опыта.
   Первому уровню (низкому) соответствовали следующие характеристики детей: они без особого труда повторяют несложные упражнения вслед за учителем, но при этом их повторы вялые, малоподвижные, наблюдается некоторая скованность, заторможенность действий, слабое реагирование на звучание танцевальной музыки.
   Второй уровень (средний) характеризовался свободными произвольными движениями детей, легкостью, гибкостью, быстротой движений, реагированием на звучание танцевальной музыки (притопывание в такт, хлопанье в ладоши, повороты головы, туловища в такт). Однако, этому уровню свойственна слабая творческая активность детей.
   Третий уровень (высокий) предполагал высокую двигательную активность детей, хорошую координацию в пространстве, слаженность отдельных частей движения в целостном двигательном акте, свободную двигательную ориентацию под музыку, способность к танцевальной импровизации.
**Диагностический пакет тестовых методик включал в себя три тестовых блока:**
   1.Тест на определение способности детей к быстрой координации в пространстве. Блок предполагал следующее задание для ребят: проскакать по начерченной мелом траектории сначала на правой ноге, а затем на левой. Правильность выполнения задания оценивалась в зависимости от качества выполнения от 1 до 3 баллов (в соответствии с вышеуказанными уровнями).
   2.Тест на определение склонности детей к танцевальному творчеству. Детям предлагалось под музыку (после предварительного прослушивания) изобразить следующие персонажи: ромашку, пчелку, солнечный зайчик и т.п.

 3. Тест на определение двигательной активности детей. Детям предлагается повторить элементы танца, показанные руководителем. В данном случае приглашались для показа дети из старшей танцевальной группы. Ими были показаны отрывки из «танцующих утят» и элементы рок-н-рола. Дети под музыкальное оформление должны были повторить их действия.
   При проведении эксперимента контрольной группой стала группа учащихся 1-го класс средней общеобразовательной школы в количестве 16 человек. Экспериментальная группа состояла из 14 человек, дети 6-7 лет, учащиеся той же школы, записавшиеся в танцевальный кружек.
   Соотношение уровней развития двигательной моторики и баллов, набранных детьми в результате их тестирования

  Входная диагностика показала, что уровень развития двигательной моторики у детей обеих групп примерно одинаков и соответствует низкому.
   Выходная диагностика, проводившаяся по тем же тестам, показала, что уровень развития двигательной моторики в экспериментальной группе стал заметно выше и на 78% поднялся с первого на второй, а со второго на третий на 20%. В контрольной группе результат при повторной диагностики почти не изменился.
   Таким образом, было доказано, что если целенаправленно обучать детей танцевальным элементам, танцам, пляскам, танцевальному творчеству, по средством внедрения соответствующей методики то развитие двигательной активности детей 6-7 лет будет протекать более интенсивно и качественно.