

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 10»
ГОРОДСКОГО ОКРУГА САМАРА**

ХОРЕОГРАФИЯ В СПОРТЕ

тренер-преподаватель : Н.Г. Головастова

Самара 2019 год.

Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие.

Хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребёнка, формирует его художественное «Я» как составную часть орудия «общества, посредством которого оно вовлекает в круг социальной жизни самые личные стороны нашего существа.»

Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. Речь может идти о своеобразной хореотерапии – методе, разработанном и апробированном в последние годы.

Занятие танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох столь же необходимо, как изучение всемирной истории и этапов развития мировой художественной культуры, ибо каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер. Изучение танцев своего народа должно стать такой же потребностью, как изучение родного языка, мелодий, песен, традиций, ибо в этом заключены основы национального характера, этнической самобытности, выработанные в течение многих веков.

ВАРИАНТ СТРУКТУРЫ УРОКА

Первая часть урока (подготовительная):

- вход учащихся в танцевальный зал (марш). Желательно выстраивать детей по росту – от меньших к большим;
- построение детей в несколько линий, в 4 или более колонн (в зависимости от размеров зала и численности группы);
- поклон педагогу и концертмейстеру;
- разминка (для головы, плеч, рук, корпуса, ног).

Вторая часть урока (основная):

- изучение музыкально – ритмического материала, тренировочных вспомогательных упражнений, элементов хореографической азбуки;
- работа над этюдами, танцами.

Третья часть урока (заключительная):

- закрепление музыкально-ритмического материала в игре;
- музыкально-танцевальные импровизации;
- основное построение для выхода из зала;
- поклон педагогу и концертмейстеру;
- выход из танцевального зала (марш).

Занятия на начальном этапе обучения желательно проводить не реже двух раз в неделю, по 45 минут каждое .

Главная идея методики – научить детей творчески осмысливать образное содержание, воплощаемое ими в танце. Это достигается через освоение учащихся языка выразительных движений (пантомимических и танцевальных), который используется в танце для образного воплощения. Методика построена с учётом того, что ребёнку легче осмысливать и воплощать танцевальные образы, если танец имеет сюжет, «рассказывающий» о каких-либо конкретных событиях с участием взаимодействующих между собой разнохарактерных персонажей. В связи с этим развивающее обучение проходит в 2 этапа. На 1 этапе дети начинают осваивать простейшие управления и этюды. На их материале они знакомятся с обобщенно – образными «значениями» отдельных пантомимических и танцевальных движений, с помощью которых учатся осмысленно и выразительно передавать различные настроения, отношения и др. Это становится основой для перехода ко 2 этапу обучения. Здесь учатся осмысленно, артистично исполнять развернутые сюжетные танцы и музыкально – пантомимические спектакли, а так же импровизировать собственные танцевальные композиции. Занятия по хореографии можно использовать при подготовке, как основных музыкальных занятий, так и дополнительных. Последние лучше проводить с небольшими подгруппами детей по 6-8 человек. Предлагаемые конспекты даются в качестве ориентира или возможного варианта компоновки материала из разных направлений обучения в рамках занятия. Они могут быть изменены, дополнены в зависимости от особенностей группы детей, скорости усвоения ими учебного материала, творческой инициативы педагога и др.

Обучение детей танцу и развитие у них на этой основе творческих способностей требуют от педагога не только знания соответствующей методики, но и предполагают наличие у него правильного представления о танце как художественной деятельности, виде – искусства.

Танец – это музыкально-пластическое искусство. Как всякий вид искусства, танец отражает окружающую жизнь в художественных образах. С древних времён народ выражал, осмысливал в танце свои представления о природе, жизни, взаимоотношениях между людьми, рассказывал о происходящих событиях.

Танцевальное искусство имеет свои особенности. В нём в качестве главного средства создания художественных образов используются движения и положения человеческого тела, которые составляют своеобразный выразительный язык. Истоки этого языка коренятся в характерных движениях и пластических интонациях, рождённых в реальной жизни.

Известно, что в повседневном общении люди пользуются не только языком слов, но и языком движений. По движениям, их характеру, динамике, размаху, по осанке человека можно судить о его эмоциональном состоянии. Эти содержательные свойства движений сохранились и в танце.

Обобщенно – образное значение того или иного движения становится «ключевым» моментом в построении танца: для выражения общей идеи, передачи сюжетного развития подбираются именно те движения, которые в наибольшей степени способствуют такому выражению. Это и позволяет понимать содержание танца в системе присущего ему языка, без словесных пояснений.

Обучение детей приёмам образного перевоплощения в основном проходит на материале развернутых танцевальных спектаклей по мотивам русских народных сказок («Репка» и «Колобок»). В качестве подготовки к ним можно предложить детям некоторые этюды по отдельным образам. Эти этюды могут быть двух планов. Одни исполняются на программную музыку, передающую характер того или иного персонажа. В них детям предлагается представить себя в определённом образе и найти для его воплощения соответствующую выразительную пластику (используя, главным образом, изобразительные приёмы, пантомимические движения).

В других этюдах даётся задание представить и показать, как «звери пляшут». Задача заключается в том, чтобы исполнить танцевальные движения в характере того или иного персонажа, придавая им то медвежью тяжеловесность и неповоротливость, то лисью грациозность и изящество, то заячью бесшабашность и т.п. При этом к каждому образу подбирается плясовая народная мелодия соответствующего характера. Здесь педагог побуждает детей не только к образному перевоплощению, но и поиску дополнительных выразительных средств, «придумыванию» новых плясовых движений.

Методика работы с этими этюдами состоит в следующем. Сначала дети слушают музыкальное произведение и определяют, «про кого рассказывает музыка»: называют персонаж, его возможные действия и движения. Затем они пробуют воплотить в пластике то, что они услышали в музыке. Здесь педагог может использовать образные рассказы о том или ином персонаже.

Чтобы дети не теряли интереса к изучаемому материалу, не следует работать над каждым упражнением или этюдом 2-4 занятия подряд (для сказок -6-7 занятий). Даже если за это время выполнены не все поставленные задачи, лучше обратиться к новому материалу, а к прежнему вернуться некоторое время спустя.

На занятиях должна быть доброжелательная обстановка, искренний и чуткий интерес педагога к любым, малейшим находкам, успехам своих воспитанников; поддержка и поощрение их самостоятельности и положительных индивидуальных проявлений; осторожность и мягкость в исправлении ошибок, при этом следует избегать оценок «плохо» или «неправильно», но обращать внимание ребёнка на несоответствие его движений заданному образному содержанию, характеру музыки.

Чрезвычайно важно воспитывать такое же внимательное отношение у детей друг к другу, их умение искренне радоваться достижениям своих товарищей, желание помочь им в преодолении встречающихся трудностей.

Всё это создаёт действительно творческую атмосферу на занятии, без которой невозможно становление и развитие творчества.

На основе знаний, полученных детьми на первом этапе знакомства с хореографией, педагог может развивать творческую фантазию детей, давать задания по самостоятельной подготовке небольших актёрских этюдов.

Предлагаемые этюды:

- капля дождя, снежинка – в разных обстоятельствах: падающая, спокойно лежащая, крутящаяся в вихре и т.д.
- цветок, растение их рождение, рост, существование в предлагаемых обстоятельствах: в саду, в комнате, в вазе и т.п.

Дети должны понять, что любой танец есть эмоциональное пластическое выражение музыки. В противном случае он становится лишь физическим упражнением под музыку.

Отобранные для изучения танцы народов Белоруссии, Украины, Молдавии, Венгрии, Испании разнообразны по музыкальному материалу (ритмическому рисунку, музыкальному размеру), отличаются по лексике, координации движений, характеру и актёрской выразительности. Важно, чтобы изучаемый репертуар был несложен и интересен для освоения.

Для второго этапа обучения желательно увеличить количество часов в неделю до трёх, поскольку дети уже более подготовлены физически, а главное, могут дольше концентрировать внимание на уроке танца.

Танцевальный урок включает в себя три основных части:

- разминка (вспомогательно - тренировочные упражнения), работа у станка;
- разучивание новых движений в соответствии с подобранными репертуаром;
- репетиционно – постановочная работа.

Пример 1-го урока

Вход в танцевальный зал. Поклон педагогу и концертмейстеру.

Работа у станка над элементами и комбинациями классического танца – 20 минут.

Разучивание и отработка движений на середине зала – 10 минут.

Соединение отдельных элементов в общую композицию – 15 минут.

Поклон и выход из зала.

Пример 2-го урока

Вход в танцевальный зал маршем, различные виды шагов и бега, боковой галоп, полька, подскоки, переход на марш и перестроение в линии, поклон -7-10 минут.

Работа у станка над комбинациями классического танца – 20 минут.

Разучивание новых элементов -20-25 минут.

Поклон и выход из зала.

Пример 3-го урока

Вход в зал маршем и построение по линиям. Поклон. Разминка в различных возможных вариантах – 10 минут.

Работа над элементами и фигурами народного танца – 15 минут.

Разучивание народного танца – 20 минут.

Поклон и выход из зала.

Литература :

- **/Е.В. Горшкова/ От жеста к танцу.
Издательство «Гном и Д» 2002 Москва.**
- **/Т.В. Пуртова, А.Н. Беликова, О.В. Кветная/ Учите детей танцевать.
Издательство центр Владос. Москва 2003**