

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования детей
«Дворец детского (юношеского) творчества».

Методические рекомендации по теме:
«Постановка рук у младших учащихся на
уроках классического танца».



Выполнила: Балашова Е.Н.,
педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории.

г. Дзержинск
2014г.

В классическом танце огромная роль принадлежит постановке рук. Руки являются одним из основных выразительных средств. Они придают законченный рисунок различным позам. Кроме того, руки должны помогать при выполнении танцевальных движений, особенно вращательных, где они оказывают активную помощь корпусу и ногам.

Постановка рук – это манера держать их в определенной форме, на определенной высоте, в позициях и в других положениях, принятых в классическом танце.

С помощью движения рук можно передать состояние души: волнение, тревогу, радость, страх, ликование, настойчивость и так далее. В классическом танце, когда мы постоянно стремимся к совершенству, грациозности и изяществу "поведение" кисти подчиняется своим строгим законам, которые необходимо внимательно изучить.

При движении рук плечи поддерживаются в нормальном положении, они должны быть опущенными и всегда неподвижными. Движения запястий должны быть сдержанными, запястья не следует слишком сильно сгибать.

Кроме того, движения рук не должны быть слишком театральными: судорожными или утрированными, они должны быть плавными, без рывков.

В классическом танце работа рук – очень важный элемент. Умение работать руками грациозно и естественно требует бесчисленных тренировок.

Выразительность рук приходит не сразу – это не минутное дело, оно требует терпения.

Хочу поделиться своим опытом работы с детьми младшего возраста (5-6 лет) по постановке рук классического танца.

Руки в танце должны быть выразительные, иметь красивую и правильную форму. С первых занятий с детьми нужно уделять особое внимание работе над руками.

Предварительно следует усвоить положение кисти руки: кончик 1-ого пальца прикасается ко 2-ой фаланге 3-его пальца, остальные и свободно сгруппированы. Это требуется только при первоначальной постановке, пока движения ребенка еще не подчинены его воле и пальцы бывают напряжены. В дальнейшем кисть получает немного свободы: сохраняется округлость пальцев, но 1-ый палец не соприкасается с 3-им, а лишь двигается к нему.

Во время занятия я использую элементы игры. Движения и игра – важнейшие компоненты жизнедеятельности детей, которые всегда готовы двигаться и играть.

Прежде всего, игра как ведущая деятельность дошкольника является основой для формирования познаний о важном пласте человеческой культуры – взаимоотношениях между людьми. Наверняка, Вы замечали, что

в своих играх, будь то машинки, дочки-матери или игра во врача, дети копируют поведение взрослых, сцены их просмотренных фильмов или моменты собственной жизни.

Кроме того, игра помогает не только копировать сценки из жизни, но и учит детей коммуникабельности и установлению общения друг с другом.

Любая игра подчиняется каким-то правилам – поэтому игровая деятельность еще и помогает детям учиться придерживаться каких-то правил. Не зря психологи и педагоги утверждают, что игра развивает воображение, логическое мышление, способность мыслить нестандартно. Игра также помогает ребенку научиться организовывать свою деятельность, не ожидая подсказки извне, развивает любознательность и самостоятельность.

Но не стоит думать, что ребенку-дошкольнику нужно дать вдоволь наиграться до 6-7 лет, никак не заботясь о его развитии. Развивать ребенка нужно, но делать это необходимо с помощью занятий в форме игры.

В основу обучения детей младшего школьного возраста необходимо положить игровое начало. Речь идет о том, чтобы сделать игру органичным компонентом урока. Игра на уроке хореографии не должна являться наградой или отдыхом после нелегкой работы, скорее труд возникает на почве игры, становится ее смыслом и продолжением. Правильно подобранные и организованные в процессе обучения танцы-игры способствуют умению трудиться, вызывают интерес к уроку, к работе. Специфика обучения хореографии связана с постоянной физической нагрузкой. Но физическая нагрузка сама по себе не имеет для ребенка воспитательного значения. Она обязательно должна быть совместима с творчеством, с умственным трудом и эмоциональным выражением. Задача педагога - воспитать в детях стремление к творческому самовыражению, к грамотному овладению эмоциями, пониманию прекрасного.

Активным, творческим, пробуждающим в человеке художественное начало является и сам процесс обучения танцу. Осваивая танцевальную лексику, ребенок не просто пассивно воспринимает красивое, он преодолевает определенные трудности, совершает немалую работу для того, чтобы эта красота стала ему доступна. Познав красоту в процессе творчества, человек глубже чувствует прекрасное во всех его проявлениях: и в искусстве и в жизни.

У детей младшего школьного возраста восприятие и мышление в основном носят конкретно-образный характер. Поэтому танец должен быть связан не только с музыкой, но и с художественным словом, рисунком, пантомимой.

1игра. «Воздушный шар».

Звучит медленная музыка (музыкальный размер 4/4 или 3/4) , дети «надувают» шар - руки из первой позиции поднимаются в третью позицию, удерживаем положение рук в третьей позиции и по команде педагога: «И - ПЫХ» руки резко раскрываются в стороны (шарик лопнул). Так мы «надуваем» красный, желтый, синий , зеленый и т.д. шарики . Руки всегда следует держать округленными, таким образом, чтобы локтевые суставы не выделялись, локтей не должно быть видно. В противном случае они образуют углы, которые выглядят не очень красиво, очертания рук перестают быть плавными и утонченными и становятся более грубыми.

2игра. «Мальвина».

Девочки любят играть в куклы и сами превращаются в сказочный персонаж в куклу Мальвину, девочку с голубыми волосами. Звучит мелодия и дети изображают куклу. Исходное положение – руки в первой позиции. Затем под музыку поднимается правая рука, чуть выше, затем левая рука. Такое движение с подъемом, то правой, то левой рук повторяется несколько раз. Для того , чтобы руки «отдохнули» можно покружиться вокруг себя с опущенными вниз руками. При подъеме рук , голова немного наклоняется к плечу, взгляд в ладонь. Для разнообразия танца « Мальвины» можно исполнить бег на полупальцах по кругу, а так же наклоны корпуса вправо и влево.

3игра. «Восточные танцы».

4 игра «Снежинки»

Плавно поднимается правая рука через сторону до третьей позиции и опускается вниз. Все повторяем левой рукой. Затем поднимают одновременно две руки (Снежинка летит и опускается). Руки раскрываются в положении *alainge* и кружимся на месте.

5 игра «Цветок»

Исходное положение – сидим на коленях. С пола берем семечко цветка, сложив ладони. Дует теплым воздухом на ладони (как бы грея семечко) и оно прорастает (поднимаем руки вверх и делаем третью позицию рук) . Цветок вырос. Каждый раз мы с детьми фантазируем, какой цветок распустился и распустился он обязательно для мамы или для бабушки. Это может быть роза, тюльпан, ромашка, хризантема и т.д. Под музыкальное сопровождение раскрывается то один лепесток то другой , то весь цветок распустился.

6 игра «Вышиваем платочек».

Одной рукой дети держат воображаемый платочек, а в другой руке иглолка с ниткой. Под музыку дети «вышивают», Движения плавные, мелодичные.

Особое внимание при постановке рук следует уделять музыке. Значение музыкального произведения в работе с детьми велико. Прежде всего, музыкальное произведение должно быть простым, доступным с четким ритмическим рисунком, и вместе с тем – интересным, ярким, танцевальным. Такая музыка будит их фантазию, образность.

Движения должны быть просты и в тоже время интересны. При постановке рук не следует увлекаться сложными ритмическими фигурами. Всегда нужно помнить, для кого именно предназначена постановка.

Подготовительное положение позиции рук

Руки слегка свободно опущены книзу, округлены в локтях и расположены перед корпусом, образуя овал. Пальцы сгруппированы, как указано выше. Кисти почти соприкасаются.

Первая позиция рук

Руки, сохраняя округлость, поднимаются на высоту диафрагмы. Во время движения их следует поддерживать в 2-ух опорных точках — в локтях и пальцах — на одном уровне.

Перед тем, как приступить к изучению наиболее трудной второй позиции, следует освоить третью позицию. По своему построению она аналогична первой позиции.

Третья позиция рук

Руки из подготовительного положения поднимаются в первую позицию. Сохраняя округлость, они поднимаются вверх, как бы заключая голову в овальную рамку. Склонность отводить руки назад должна быть предупреждена. Дети должны видеть свои кисти не поднимая головы. Плечи и лопатки опущены вниз.

Список литературы

1. Ваганова А.Я. "Основы классического танца"
2. Костровицкая В.С. "Основы классического танца"
3. www.shams.ru — Выдержки из учебника классического танца Грациозо Чеккетти