

Департамент образования Администрации г.Дзержинска Нижегородской области
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Дворец детского творчества»

Принята на заседании
педагогического совета МБУ ДО
«Дворец детского творчества»
Протокол № 4 от 24.08.2016 г.

Утверждена
приказом директора МБУ ДО
«Дворец детского творчества»
от «01» сентября 2016 г. № 161-п



**Дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
детского объединения танца и дефиле
«Капитошка»**

Возраст обучающихся: **с 6 лет**
Срок реализации: **6 лет**

Автор: Журавлева Юлия Алексеевна,
педагог дополнительного образования,
первой квалификационной категории

Дзержинск
Нижегородской области,
2016 год

I. Пояснительная записка.

Хореография – это синтетический вид искусства, который обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Основным его средством является движение во всем его многообразии. Высочайшей выразительности оно достигает при музыкальном оформлении, что служит опорой любого танца.

Танец - это очень яркая и выразительная форма детской художественной деятельности, которая играет большую роль в развитии ребенка: способствует развитию эмоционально-волевой сферы, координации, формирует музыкальность и артистичность, воздействует на двигательный аппарат, развивает слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учит благородным манерам, а также повышает жизненный тонус и укрепляет здоровье детей.

Привлекательность сюжетного танца дефиле обусловлена рядом его особенностей:

- образное перевоплощение
- разнохарактерность персонажей
- общение между героями

Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает детям понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни.

В танце дефиле находят выражение жизнерадостность и активность ребенка, развивается его творческая фантазия, способности, так как он учится сам создавать образ и воплощать его на сцене. Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит детям моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества.

Детский коллектив «Капитошка» Дворца детского (юношеского) творчества г. Дзержинска – это особая среда, предоставляющая самые широчайшие возможности для развития ребенка: от изначального пробуждения интереса к искусству танца до овладения основами танцевального мастерства.

Дополнительная образовательная программа «От жеста к танцу», на основании которой строится образовательный процесс в коллективе, имеет художественную направленность и является модифицированной. В ее основе лежит методика В. Е. Горшковой «От жеста к танцу», главная идея которой – научить детей творчески осмысливать образное содержание, воплощаемое ими в танце, что достигается через освоение языка выразительного движения, умение выражать свои чувства через создание определенного образа.

Бытовые проявления чувств отличаются от сценических. В быту наши чувства и соответствующая им мимика проявляются для себя и для людей. В сценическом же варианте то или иное выражение лица предназначено для зрителя, находящегося как в первом, так и в последнем ряду. Поэтому оно должно быть

ярче, выразительнее, гротескнее. Наблюдая за детьми на занятиях и на концертах, автор программы пришла к выводу, что дети не «яркие» и не «звонкие», выполняют движения, не пропуская их через свою душу. Поэтому новизна дополнительной образовательной программы заключается в интеграции двигательной и мимической деятельности, которой надо научить детей. С этой целью в данную образовательную программу были включены методики «Развития мышц лица» и «Артикуляционная гимнастика». Их использование на учебных занятиях способствует совершенствованию исполнительского мастерства детей, делая их «живыми» на сцене. На занятиях вводятся такие задания, как «Маски», «Живое лицо» через сочетание упражнений и масок (например, батман – тандю – злое, а фондю – застенчивое).

Повседневные переживания и эмоциональные проблемы, возникающие в процессе получения ребенком жизненного опыта, отражаются на его физическом состоянии. Психологические зажимы, тревожность, робость, скрытность становятся причиной того, что ребенок внешне выглядит зажатым, сутулым, малоподвижным, пассивным. Таким образом, актуальность дополнительной образовательной программы «От жеста к танцу» состоит в обогащении эмоционального опыта ребенка, снятии телесного напряжения, способствует социальной адаптации детей, гармонизации души и тела каждого ребенка. Занятия хореографией способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру, хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус ребенка. Они воспитывают коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формируют эмоциональную культуру общения, приобщают ребенка к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Кроме того, развивается ассоциативное мышление, что побуждает детей к творчеству.

Педагогическая целесообразность программы заключается в поэтапном формировании интереса детей к танцу, их эстетическое, физическое, нравственное развитие, активно вовлекая ребят в игровую деятельность, выступающую в качестве формы и метода обучения. Осуществляется постепенный переход от простейшего желания ребенка участвовать в совместных игровых действиях – к серьезной творческой деятельности, где приобретаются такие качества личности, как доброта и смелость, дружелюбие и товарищество, щедрость и добродушие. Задачей педагога при этом является помочь детям погрузиться в мир музыки и танца, а не подготовить их к профессиональной сцене.

В основе реализации программы лежат следующие основные принципы:

- постепенность в развитии природных способностей детей;
- строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приемами танца и дефиле;

- целостности;
- реализации разнообразных детских интересов;
- успеха.

В основе обучения лежит личностно – ориентированный подход. В процессе наблюдений определяется уровень личностного развития воспитанника и подбирается специальный материал (танцы, упражнения, игры). При этом любой рост ребенка отмечает как его личная победа.

Другим подходом, на основе которого строится обучение, является деятельностный. Основным видом деятельности - игра, что соответствует возрастным особенностям детей, участвующих в реализации программы. Ребенок, увлеченный замыслом игры, не замечет того, что он учится, что помогает педагогу в реализации поставленных образовательных целей.

Исходя из всего сказанного, можно определить цель и задачи программы.

Цель программы – создание условий для максимального раскрытия и развития творческих способностей ребенка, умения свободно, красиво и органично выражать себя в танце дефиле.

Задачи программы.

Образовательные:

- научить детей выразительно и непринужденно двигаться в соответствии с музыкальными образами;
- дать понятие основ танца дефиле;
- раскрыть многообразие и красоту классического, народного и современного танцев;
- выработать правильную осанку и красивую походку;

Развивающие:

- развить силу воли, выносливость, координацию движений;
- развить творческое воображение и фантазию, способность к импровизации;
- развить художественный вкус и эмоциональную отзывчивость;

Воспитательные:

- воспитать общую культуру ребенка;
- воспитать коммуникативные и другие личностные качества личности;
- сформировать единый детский коллектив.

Отличительная особенность данной программы заключается в соединении дефиле и хореографии. Больше внимания уделяется не механическим движениям, а образному перевоплощению. Это дает возможность ребенку проявить свои выразительные способности. Дети на таких занятиях чувствуют себя намного комфортнее и раскованней, что позволяет им в полной мере раскрывать художественные образы с помощью выразительных движений.

Возраст детей, участвующих в реализации дополнительной образовательной программы, 6-12 лет. В детский коллектив принимаются все желающие, без специального конкурсного отбора, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

Срок реализации программы 6 лет. После завершения основного курса дети по желанию продолжают обучение в театре моды «Колибри», переходя на более сложный уровень творчества – участие в конкурсах театров мод.

В ходе реализации программы можно выделить три последующих этапа обучения: подготовительный, основной и итоговый.

Подготовительный этап: возраст детей 6 – 7 лет, срок реализации 2 года.

На этом этапе основное внимание обращается на развитие природных танцевальных способностей ребенка: чувства ритма, уверенности в себе, снятие зажимов; формируются навыки взаимодействия с партнером. Даются основы классического танца, партер, работа у станка. Основное время отводится на закрепление движений и комбинаций. Большое внимание уделяется технике, правильности исполнения, выразительности. Задания постепенно усложняются, увеличиваются часы на классический станок.

Задачи этапа:

- раскрыть творческие способности;
- развить музыкальность и пластичность;
- усвоить приемы классической, народно и современной хореографии;
- выработать сильные натянутые ноги, большой танцевальный шаг, высокий прыжок;
- развить координацию движения.

Сформированные знания и умения:

- знать позы классического танца;
- знать понятие «Образ»;
- знать, как работают мышцы ног;
- уметь создавать несложные образы;
- уметь правильно выполнять движения по диагонали;
- уметь двигаться в соответствии с музыкальным произведением.

Основной этап: возраст детей 8 – 9 лет, срок реализации 3 года

На данном этапе обучения продолжается знакомство детей с различными танцевальными техниками. Разучиваются движения в чистом виде, затем в несложных сочетаниях, которые впоследствии складываются в танец. Затем прорабатываются разученные движения со всеми возможными подходами. Они даются в сочетаниях с другими движениями. Учебные комбинации более насыщены и длительны, темп исполнения возрастает.

Задачи этапа:

- научить правильным и выразительным движениям (выработать привычку прямо и стройно держаться, свободно двигаться в танцах – дефиле);
- изучить простейшие элементы дефиле;
- развить волю, произвольное внимание, способность координировать слуховое представление и двигательную реакцию;
- развить эмоциональную сферу и умение выразить свои эмоции в мимике и пантомиме;

- усвоить основные элементы классических и современных комбинаций.

Сформированные знания и умения:

- знать правила положения рук, ног и головы у станка;
- знать названия упражнений у станка и правильно их исполнять;
- знать терминологию дефиле;
- уметь правильно стоять у станка;
- уметь ориентироваться в пространстве;
- уметь выполнять танцевальные шаги, дефиле;
- уметь выполнять имитационные движения в этюдах;
- уметь создавать образ в дефиле.

Итоговый этап: возраст детей 10 – 12 лет, срок реализации 1 год.

На этом этапе обобщаются приобретенные детьми знания, умения и навыки. Усложняются все виды вращений: увеличивается количество туров, вводятся комбинированные вращения по диагонали и кругу, убыстряется темп, все больше дается заданий на импровизацию. Дети принимают активное участие в концертной деятельности.

Задачи этапа:

- научить приемам актерского мастерства;
- развить творческий потенциал;
- развить правильность и чистоту исполнения позиций и поз, движений;
- развить силу, выворотность и устойчивость ног;

Сформированные знания и умения:

- знать понятие о разных стилях танца;
- знать, что такое пантомима и внутренние движения;
- знать терминологию в современном танце;
- уметь выполнять классические упражнения у станка;
- уметь выполнять стилизованные движения;
- владеть приемами разминки и разогрева тела;
- уметь сочинять и воплощать пластический образ в этюде;
- владеть классическим дефиле.

Формы и режимы занятий.

Основной формой занятия является групповое. Программой предусматриваются и индивидуальные занятия для постановочной работы.

Для выполнения поставленных учебно – воспитательных задач в образовательной программе предусмотрены следующие формы занятий:

- учебные занятия
- занятия – тренинги;
- постановочные занятия;
- занятие - концерт.

Занятия проходят раз в неделю. Продолжительность занятий 1 и 2 годов обучения 45 минут. С 3 года обучения продолжительность занятий увеличивается до 1 час 30 минут (с обязательным 10 минутным перерывом).

В ходе успешной реализации программы ожидаются следующие **результаты:**

1. Владение основными понятиями танца дефиле, терминологией классического, народного и современного танцев.
2. Сформированность навыка выполнять комбинации классического, современного и стилизованного танца.
3. Приобретение опыт выступления на сцене, красиво двигаться в дефиле.
4. Выполнение образных этюдов в импровизации, эмоционально выразить себя в движении, мимике и пантомиме;

5. Владение навыками самопроизвольной концентрации и расслабления.
6. Умение выполнять индивидуальные, парные и групповые пластические импровизации, пластично двигаться в соответствии с музыкальным произведением.
7. Сформированный детский коллектив со своими традициями.
8. Сформированность навыка культуры поведения в коллективе: уважение и понимание партнера при исполнении парных комбинаций, терпение и дружелюбие, доброта и отзывчивость

Формой подведения итогов реализации данной дополнительной программы являются концертные выступления, творческие показы перед родителями и открытые уроки

II. Учебно–тематический план

2.1. Учебно–тематический план подготовительного этапа (1 год обучения)

№	Наименование тем, разделов	Всего часов	Теория	Практика
1	Вводные занятия	2	1	1
1.1	Правила по ТБ и ПТБ	2	1	1
2	Основы классического танца, позы ног и рук через образы	51	20	31
2.1	Позы ног :I, II, V позиции (образ лягушат)	10	5	5
2.2	Комбинации по позам ног	10	5	5
2.3	Позы рук: подготовительная, I, II, III позиции (образ солнышка)	10	5	5
2.4	Комбинации по позам рук	5		5
2.5	Пордебра	16	5	11
3	Создание творческого образа	27	12	15
3.1	Образная портерная гимнастика. Упражнения на развитие голеностопного сустава (подводное царство)	10	5	5
3.2	Упражнение на развитие выворотности	10	5	5
3.3	Жесты	7	2	5
4	Движение по диагонали	28	13	15
4.1	Правильное исполнение подскока. Подскок с поджатыми ногами, подскок с разножкой.	10	5	5
4.2	Разновидности галопа	10	5	5
4.3	Разновидности польки	8	3	5
	Итого	108	46	62

2.2. Учебно – тематический план подготовительного этапа (2 год обучения)

№	Наименование тем, разделов	Всего часов	Теория	Практика
1	Вводные занятия	2	1	1
1.1	Правила по ТБ и ПТБ	2	1	1
2	Основы классического танца, станок	51	12	39
2.1	Постановка корпуса лицом к станку	10	4	6
2.2	Деми – плие	10	1	9
2.3	Батман – тандю	11	5	6
2.4	Рон – де – ан – партер	10		10
2.5	Растяжка у станка	10	2	8

3	Аллегро	28	13	15
3.1	Постановка корпуса на середине зала	5	5	2
3.2	Деми – плие на середине зала	5	2	3
3.3	Батман – тандю на середине зала	10	4	5
3.4	Рон – де – ан – партер	7	2	5
4	Танцевальные шаги	13	3	10
4.1	Шаг на носочках	5	1	4
4.2	Шаг с высоким подъемом колена	5	1	4
4.3	Разновидности бега	3	1	2
5	Создание творческого образа	14	4	10
5.1	Жесты	5	1	4
5.2	Образная портерная гимнастика	5	1	4
5.3	Этюды	4	2	2
	Итого	108	38	70

2.3. Учебно – тематический план основного этапа (3 год обучения)

№	Наименование тем, разделов	Всего часов	Теория	Практика
1	Вводные занятия	2	1	1
1.1	Правила по ТБ и ПТБ	2	1	1
2	Классический станок	44	10	34
2.1	Комбинация деми – плие с релеве	10	2	8
2.2	Батман – тандю с соте	10	3	7
2.3	Релеве по I, II позиции ног	10	3	7
2.4	Рон – де – жан – партер	14	2	12
3	Простые прыжки	45	5	40
3.1	Соте по I, II, V позиции ног	10	2	8
3.2	Эшапе	10	2	8
3.3	Шажман депье	10	1	9
3.4	Прыжки в комбинации	10		10
3.5	Бальянсе	5		5
4	Дефиле	45	5	40
4.1	Постановка корпуса	11	2	9
4.2	Постановка рук	11	2	9
4.3	Простое дефиле	11	1	10
4.4	Постановка, отработка номеров	12	-	12
5	Создание творческого образа	44	-	44
5.1	Образное дефиле	14	-	14
5.2	Этюды с предметом	10	-	10
5.3	Пантомима	10	-	10
5.4	Пластика	10	-	10
	Итого	180	31	149

2.4. Учебно – тематический план основного этапа (4 год обучения)

№	Наименование тем, разделов	Всего часов	Теория	Практика
1	Вводные занятия	2	1	1
1.1	Правила по ТБ и ПТБ	2	1	1
2	Классический станок, одной рукой за палку	44	4	40
2.1	Постановка корпуса	11	1	10
2.2	Деми – плие	11	1	10
2.3	Батман – тандю крестом, сложные комбинации	11	1	10
2.4	Фондю, пассе, растяжка	11	1	10
3	Прыжки в продвижении	50	5	45
3.1	Подскок с разножкой в повороте	10	1	9
3.2	Подскок в повороте с поджатыми ногами	10	1	9
3.3	Полька с подскоком	10	1	9
3.4	Асамбле вперед	10	1	9
3.5	Асамбле в сторону и вповороте	10	1	9
4	Современные комбинации на середине зала.	40	10	30
4.1	Современные позы ног: I, II, III, IV, V позиции (параллельное положение стопы, аут – позиция, ин – позиция)	8	2	6
4.2	Современные позы рук (нейтральное положение, пресс – позиция, позиция модерн джаз танца, II и III позиции)	8	2	6
4.3	Современное релеве по всем позициям ног	8	2	6
4.4	Разминка на середине зала. Модерн джаз танец (работа бедер, работа плеч и головы, работа грудной клетки)	8	2	6
4.5	Постановка и отработка номеров	8	2	6
5	Создание творческого образа	44	4	40
5.1	Пантомима	11	1	10
5.2	Образное дефиле с предметом	11	1	10
5.3	Этюды	11	1	10
5.4	Пластика	11	1	10
	Итого	180	24	156

2.5. Учебно – тематический план основного этапа (5 год обучения)

№	Наименование тем, разделов	Всего часов	Теория	Практика
1	Вводные занятия	2	1	1
1.1	Правила по ТБ и ПТБ	2	1	1
2	Классический станок, одной рукой за палку	44	4	40
2.1	Деми – плие с выпадом	11	1	10
2.2	Батман – тандю с жете	11	1	10
2.3	Жете крестом	11	1	10
2.4	Ронде – жан – партер с девлоппе. Растяжка	11	1	10
3	Современное дефиле	50	5	45
3.1	Дефиле крест – на крест	10	1	9
3.2	Медленное дефиле	10	1	9
3.3	Дефиле с выпадом	10	1	9
3.4	Дефиле с танцевальными движениями	10	1	9
3.5	Дефиле с предметом	10	1	9
4	Современные комбинации на середине зала. Постановка номера	40	14	26
4.1	Джаз танец (комбинации на середине зала, спирали и твисты торса, вращение по диагонали)	10	5	5
4.2	Комбинации в портере	10	2	8
4.3	Постановка номера (рисунок, основные движения)	10	2	8
4.4	Основные положения рук в танце, основной ход танца,	10	5	5
5	Создание творческого образа	44	-	44
5.1	Образное дефиле	10	-	10
5.2	Этюды	12	-	12
5.3	Пластика рук	11	-	11
5.4	Жесты с предметом	11	-	11
	Итого	180	24	156

2.6. Учебно – тематический план итогового этапа (6 год обучения)

№	Наименование тем, разделов	Всего часов	Теория	Практика
1	Вводные занятия	2	1	1
1.1	Правила по ТБ и ПТБ	2	1	1
2	Знакомство с русско – народными стилизованными движениями. Дефиле	44	4	40

2.1	Постановка рук и позы ног	11	1	10
2.2	Порядка I, II, III позиции	11	1	10
2.3	Комбинации: припадания, ковырялочка, патартье	11	1	10
2.4	Русско – стилизованное дефиле	11	1	10
3	Пантомима	50	5	45
3.1	Образная пантомима	10	1	9
3.2	Сценическое движение	10	1	9
3.3	Движение в пространстве	10	1	9
3.4	Пластика рук	10	1	9
3.5	Понятие внутренние движения	10	1	9
4	Танцевальные композиции в дефиле	40	10	30
4.1	Дефиле в повороте	10	1	9
4.2	Дефиле по рисунку	10	1	9
4.3	Отработка танцевальных композиций	10	4	6
4.4	Дефиле на 360 ⁰	10	4	6
5	Создание творческого образа	44	4	40
5.1	Импровизация	11	1	10
5.2	Внутренние движения	11	1	10
5.3	Образное дефиле	11	1	10
5.4	Пластика	11	1	10
	Итого	180	24	156

III. Содержание изучаемого курса

3.1. Содержание изучаемого курса (подготовительный этап, 1 год обучения)

№	Наименование тем, разделов	Теория	Практика
1	Вводное занятие	Беседы по правилам ТБ и ПТБ. Ознакомление детей с образовательной программой.	
2	Основы классического танца через образы	Дать понятие позы рук и ног.	Разучивание классических позиций. Отработка выворотности. Разучивание классических позиций рук. Постановка балетной кисти, разучивание пордебра. Разучивание комбинации позы ног и рук. Самостоятельный показ.
3	Создание творческого образа	Дать понятие об образе. Дать понятие о мышцах через образ	Постановка корпуса при партере. Научить детей балетной осанке. Разучивание образных упражнений на развитие голеностопного сустава и на развитие выворотности. Соединение упражнений в образные комбинации. Подражающий показ.
4	Движение по диагонали	Дать понятие о подскоке. Рассказ о работе мышц. Дать понятие о разножке. Дать понятие о галопе.	Разучивание подскока по линиям. Отработка натянутости стопы, высоты прыжка, положение рук на талии. Разучивание подскока с поджатыми ногами. Отработка прыжка с поджатыми ногами. Разучивание разножки. Отработка прямых коленей. Разучивание галопа и его отработка. Соединение движений в комбинации по диагонали. Самостоятельный показ.

3.2. Содержание изучаемого курса (подготовительный этап, 2 год обучения)

№	Наименование тем, разделов	Теория	Практика
1	Вводное занятие	Беседы по правилам ТБ и ПТБ. Ознакомление детей с образовательной программой.	

2	Основы классического танца	<p>Дать понятие о станке. Знакомство с балетной осанкой у станка. Рассказ о правильном положении рук, ног, головы у станка. Дать понятия деми – гранд – плие. Рассказ о силе ног при батман – тандю. Дать понятие о ронде и растяжке.</p>	<p>Постановка рук, ног лицом к станку. Разучиваем деми – гранд – плие, отработка выворотности стоп, растяжки ног, музыкальности. Самостоятельный показ. Разучивание батман – тандю. Внимание уделяется четкости, резкости и выворотности ног. Самостоятельный показ. Разучивание комбинаций. Разучивание рон – де – жан – партер. Отрабатываем проходящую первую позицию ног. Постановка ног при растяжке, разучивание комбинаций. Самостоятельный показ.</p>
3	Аллегро	<p>Дать понятие о положении корпуса на середине зала.</p>	<p>Отработка корпуса на середине зала, движения на развитие координации. Разучивание комбинаций на середине зала: деми – гранд – плие, батман – тандю, рон – де – жан – партер. Уделяется внимание выворотности стоп, растяжке ног, работа позиции рук. Отработка комбинаций. Самостоятельный показ по линиям.</p>
4	Танцевальные шаги	<p>Дать понятие о танцевальных шагах. Рассказ о работе мышц ног, пятки, носка. Дать понятие о беге назад, вперед.</p>	<p>Разучивание шага на носочках по VI и I позиции ног по кругу. Отрабатывается натянутость коленок, выворотность пятки. Разучивание шага с подъемом колена. Отрабатывается подъем, натянутость стопы, четкость движения. Музыкальность. Соединение шагов в комбинацию. Самостоятельный показ. Разучивание бега назад, вперед. Отрабатывается правильность исполнения.</p>
5	Создание творческого образа	<p>Дать понятие о жесте. Этюды.</p>	<p>Ведется работа над образной партерной гимнастикой. Образные упражнения для спины. Разучивание жестов «Прошу», «Не надо», «Иди сюда». Положение корпуса в жестах и дви-</p>

			жения рук. Разучивание этюдов: «Кошка», «Щенок», «Рыжая лиса». Исполняется по показу педагога.
--	--	--	--

3.3. Содержание изучаемого курса (основной этап, 3 год обучения)

№	Наименование тем, разделов	Теория	Практика
1	Вводное занятие	Беседы по правилам ТБ и ПТБ. Ознакомление детей с образовательной программой.	
2	Классический станок	Дать понятие о релеве. Дать понятие о соте.	Разучивание ролеве, постановка корпуса при ролеве. Разучивание комбинации деми – плие ролеве. Отработка выворотности, растяжки, музыкальности. Самостоятельный показ. Разучивание комбинации батман – тандю соте. Отработка резкости, выворотности, высокого прыжка. Медленные исполнения рон – де – жан – партер. Самостоятельный показ.
3	Простые прыжки	Опрос о соте, Рассказ о работе мышц ног в прыжке.	Разучивание комбинации соте по I, II, и V позиции ног. Отработка высоты прыжка, натянутости коленей и выворотности стоп. Разучивание эшапе. Работа корпуса при прыжке. Отработка высоты прыжка, натянутости коленей и выворотности стоп.
4	Дефиле	Дать понятие о дефиле. Понятие этюд, образное дефиле.	Постановка корпуса при дефиле, постановка рук, постановка ног. разучивание простого дефиле. Отработка музыкальности, синхронности и точки. Соединение этюда и образного дефиле. Этюды на развитие воображения: «Кузнечик», «Муха», «Лягушка». Соединение этюдов в танец дефиле. Отработка танца дефиле. Обратит внимание на исполнение дефи-

			ле. Выступление на сцене. Творческие задания на придумывание сказочного персонажа, и его показ.
5	Создание творческого образа		Соединение образного дефиле с этюдами: «Шапокляк», «Кузнецик», «Лягушка», «Муха - Цокотуха». Разучиваются этюды с предметом: «Красная шапочка» (предмет корзина), «Шапокляк» (зонтик, чемодан, крыса). Разучивание пластических этюдов. Упражнения на развитие воображения.

3.4. Содержание изучаемого курса (основной этап, 4 год обучения)

№	Наименование тем, разделов	Теория	Практика
1	Вводное занятие	Беседы по правилам ТБ и ПТБ. Ознакомление детей с образовательной программой.	
2	Классический станок одной рукой за палку	Дать понятие о фондю. Опрос о пазах рук и ног. Опрос о исполнении деми – плие.	Постановка корпуса одной рукой за палку. Правила исполнения упражнений. Разучивание комбинации деми – плие. Отработка рук в I и II позиции при деми – плие. Разучивание комбинации батман – тандю крестом. Отработка выворотности позиций, четкости положения головы в комбинации. Разучивание фондю. Постановка ног при фондю. Отработка выворотности колена, исполнение пасса в фондю. Повторение растяжки у станка. Самостоятельный показ.
3	Прыжки в продвижении	Опрос о подскоке с разножкой. Понятие точки. Понятие о самбле.	Повторение прыжка с разножкой по диагонали. Разучивание подскока в повороте. Отработка точки головы, натянутости стопы, высокого колена. Разучивание комбинации «Полька». Отработка шага шассе через V по-

			зицию. Постановка корпуса при ассамбле вперед. Разучивание прыжка. Самостоятельный показ. Разучивание комбинации ассамбле в сторону и в повороте. Отработка силы прыжка вверх, V позиция ног.
4	Современные комбинации на середине зала. Дефиле. Постановка номеров.	Понятие о позах ног и рук	Разучивание современных позиций ног I, II, III, IV, V. Отработка параллельных положений стопы, аут – позиция, ин – позиция. Разучивание современных поз рук. Отработка нейтрального положение рук и пресс – позиции. Разучивание разминки: релеве, плечи, голова, позвоночник. Отработка четкости и резкости движений. Разучивание образного дефиле «Шапокляндия». Отработка выразительности движений, перевоплощения в образ.
5	Создание творческого образа		Отработка пантомимы, образного дефиле, этюдов, пластики.

3.5. Содержание изучаемого курса (основной этап, 5 год обучения)

№	Наименование тем, разделов	Теория	Практика
1	Вводное занятие	Беседы по правилам ТБ и ПТБ. Ознакомление детей с образовательной программой.	
2	Классический станок одной рукой за палку	Опрос о деми – плие,. Дать понятие о жете. Опрос о рон –де – жан – партере.	Разучивание комбинации деми – плие с выпадом по II позиции. Отработка открытых поз рук, растяжки ног, выворотность стоп. Разучивание комбинации батман –тандю с жете. Отработка точки стопы, резкости броска, поворота корпуса на 360 ⁰ . Разучивание жете крестом. Отработка резкого и четкого броска ноги. Разучивание комбинации рон – де – жан – партер с девлоппе. Отработка растяжки

			ног, подъема ноги на 90 ⁰ , силы мышц. Самостоятельный показ на открытом занятии.
3	Современное дефиле	Опрос о дефиле	Разучивание комбинации крест на крест. Отработка стопы через щиколотку, осанки и положения рук. Разучивание медленного дефиле. Отработка скульптурности. Разучивание комбинации «Дефиле с танцевальными движениями». Отработка синхронности, танцевальности. Разучивание образного дефиле. Творческие задания на придумывание образа. Самостоятельный показ на открытом занятии.
4	Современные комбинации на середине зала. Постановка номера.	Понятие джаз – танца	Разучивание комбинации на середине зала, комбинации в партере, спирали, твисты, вращения по диагонали. Отработка четкости исполнения каждого движения, растяжки ног, точки вращения. Самостоятельный показ на открытом занятии. Постановка номеров. Отработка положения рук, хода танца – дефиле, рисунка основных движений. Выступление на сцене.
5	Создание творческого образа		Отработка дефиле, этюдов, жестов с предметом.

3.6. Содержание изучаемого курса (итоговый этап, 6 год обучения)

№	Наименование тем, разделов	Теория	Практика
1	Вводное занятие	Беседы по правилам ТБ и ПТБ. Ознакомление детей с образовательной программой.	
2	Знакомство с русско – народными стилизованными движениями. Дефиле	Дать понятие о русско – народном танце. Дать понятие позы рук, ног	Постановка корпуса на середине зала в русско – народных движениях. Разучивание позы рук и позы ног. Отработка правильности исполнения. Разучивание комбинации пордебра. Разучивание комбинаций при-

			падания, ковырялочка, патартье. Отработка правильного исполнения. Разучивание русско – стилизованного дефиле. Отработка движений рук, дефиле и танцевальных движений.
3	Пантомима	Дать понятие о пантомиме	Разучивание жестов: указывающих, показывающих, эмоциональных, ритмичных. Творческие задания. Разучивание пластики рук. Отработка умения правильно выразить жестами свои чувства.
4	Танцевальные композиции дефиле	Опрос о дефиле. Что такое рисунок.	Разучивание танцевальных композиций на середине зала. Отработка выворотности стоп, растяжки ног, четкости и резкости. Разучивание дефиле в повороте. Разучивание дефиле по рисунку. Отработка правильного исполнения дефиле, точки головы. разучивание комбинаций.
5	Создание творческого образа		Задания на импровизацию и внутренние движения. Отработка образного дефиле.

IV. Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы

4.1. Методика обучения жестам.

Для создания учебно – методического материала в образовательной программе «От жеста к танцу» используется методическое пособие Е. В. Горшкова «Методика и конспекты занятий по развитию у детей творчества в танце». Цель этой методики научить детей творчески осмысливать образное содержание, воплощаемое ими в танце.

Простейшие элементы пантомимы, доступные для детского исполнения, могут быть использованы в художественно-пластической деятельности детей, в частности в танце – дефиле. Существующая методика музыкального воспитания в театре костюма и пластики «Капитошка» использует танцы и музыкальные игры, композиции которых включают — наряду с танцевальными - подражательные (изобразительные) движения, а также жесты. Дети, как правило, с удовольствием исполняют такие композиции, так как в них можно общаться между собой, выражать свое отношение друг другу. К сожалению, число подобных композиций ограничено. Кроме того, включенные в них элементы пантомимы иногда требуют специальной отработки, проведение которой от случая к случаю не развивает у детей необходимых качеств пластики. В связи с этим ощущается потребность в специальном обучении детей элементам пантомимы, выразительности жестов.

Чтобы научить детей выразительным жестам я разработала свою методику обучения. Данная методика предусматривает такое обучение. Для него были отобраны жесты «прошу», «не надо», «иди сюда», «шептание» (на ухо) и прислушивания, освоение которых составляет основные «блоки» обучения детей элементам пантомимы. Эти движения дополняют корпуса, некоторые изобразительные движения рук, а также жест, выражающие согласие, несогласие, приглашение, благодарность, приветствие, агрессию и др.

Знакомство детей с пантомимическими движениями можно начать с жеста «прошу», который используется в танце – дефиле «Цветочный переполох». Это — один из самых простых по структуре жестов. Но его исполнение сопряжено с достаточно сложными музыкально-выразительными задачами. Эмоциональное выражение просьбы передается не только вытянутой вперед рукой с «открытой» (повернутой вверх) ладонью, но и всей устремленностью исполнителя к тому, к кому эта просьба обращена. Эффект устремленности достигается переводом тяжести на переднюю часть стоп (если ноги стоят вместе) или на впереди стоящую опорную ногу. При этом корпус подается вперед в той мере, насколько требует степень выражения устремленности и позволяет возможность удержания равновесия. Шея также вытягивается вперед, взгляд направляется прямо (на партнера) и выражает просьбу.

Чтобы дети лучше поняли значения этого жеста, приемы его выразительности исполнения, он сопоставляется с контрастным по значению жестов «не надо». Эмоциональное выражение отказа, отстранения тоже достигается не одним лишь положением вытянутой руки с вертикально поставленной кистью, повернутой ладонью «от себя». Оно должно передаваться также переводением тяжести тела на заднюю часть обеих стоп (если они стоят вместе) или на сзади стоящую опорную ногу с одновременным отклонением корпуса назад; голова

при этом отворачивается в сторону, взгляд может фиксироваться на том, от кого или чего отстраняются.

В упражнении без музыки жесты «прошу» и «не надо» последовательно чередуются друг с другом. Сначала детям предлагается сопровождать выполнение этих жестов проговариванием соответствующих слов в контрастном характере. «Прошу» произносится протяжно, ласково и тем самым подсказывает исполнителю движение жеста: вывести руку мягко вперед и потянуться за ней (оставаясь на месте и сохраняя равновесие). В отличие от этого, «не надо» произносится более энергично, с заметным ударением и тем самым сообщает движению определенный акцент: в более активном развороте кисти (из горизонтального положения ладонью вверх - в вертикальное, ладонью «от себя»), а также в отклонении корпуса назад. При этом нужно добиваться четкого, хорошо артикулированного произнесения слов в заданном характере. Педагог может по очереди послушать несколько детей (в процессе выполнения ими жестов), тогда как остальные тоже прислушиваются к голосам сверстников, выделяя из них наиболее выразительные.

Дальнейшая работа на упражнении «Прошу — не надо» идет с пропеванием слов, которое еще лучше, чем проговаривание, подводит детей к «протягиванию» звука. Мелодическая протяженность голосовой интонации соотносится с «протяжностью» движений, благодаря чему дети учатся (стоя на месте) тянуться за рукой, пока «тянется» голос, ласково пропевающий «прошу», и более активно отклоняться назад во время пропевания настойчивого «не надо». Таким образом, стараясь выразительно исполнять жесты с пропеванием слов, соответствующих из значениям, дети начинают эмоционально переживать характер этих жестов, их музыкальную протяжность, смысловую акцентировку.

После первоначального освоения жестов упражнение пропеванием слов выполняется с инструментальным сопровождением, иногда начинается основная работа над выразительностью исполнением движений. Определенные «технические» трудности дошкольники испытывают при переводе кисти из одного положения в другое, при перемещении тяжести тела с передней части стоп на заднюю и обратно; кроме того, замечается малая подвижность шеи, напряжение в плечах. Для устранения этих недостатков движения можно предложить детям соответствующие упражнения на развитие мышечного чувства: «маятник», вращения кистями рук, повороты и круговые движения головой, «мельница» и др., которые в качестве разминки могут проводиться в начале занятия. Совершенствование выполнения отдельных двигательных элементов позволяет детям овладеть ими, скоординировать эти элементы в целостное движение, что является важным условием танцевальной выразительности.

Выразительность исполнения упражнения зависит также от умения использовать соответствующую мимику: менять ласковое выражение лица на испуганное, настороженное. При этом очень важное значение имеет образец педагога, которому подражают дети. Выражения его лица (при некоторой утрированности, артистической «укрупненности» мимики) должны быть естественными, не наигранными. Кроме того, при объяснении дошкольникам, как передать то или иное настроение, следует обращать их внимание на выражение глаз или лица в целом: «посмотреть ласково», «улыбнуться глазами», «посмотреть сердито (испуганно)»; ласковое, приветливое лицо», «Настороженное (сердитое) лицо и т.п. Ак-

центрирование внимание детей на других мимических движениях (рта, бровей) приводит неестественному «гримасничающий», манерности», которые не способствуют проявлению у детей внутреннего переживания необходимо для естественного, выразительного исполнения.

Из двух контрастных жестов, о которых идет речь, наибольшее внимание следует уделить жесту «прошу», т.к. горизонтальное положение кисти с «открытой» ладонью встречается и в некоторых других жестах, и освоение этого приема поможет детям в дальнейшем обучении.

Продолжение работы над выразительностью жеста «прошу» заключается в развитии у ребенка умения обращаться к партнеру с помощью этого жеста; она проводится на материале игрового упражнения «Просьба». Ребенок жестом просит у товарища игрушку, которую тот держит в руках, выступая при этом в качестве «судьи», оценивающего выразительность обращенного к нему жеста. Если судья считает, что ребенку удалось передать ласковую просьбу и в пластике, и в мимике, то он отдает игрушку. Если нет. То объясняет, почему ему не понравилось исполнение, в чем его недостатки.

При выполнении этого упражнения дошкольники допускают ряд ошибок. Одна из них заключается в том, что дети не умеют фиксировать свой взгляд на партнере, к которому обращаются с жестом, они отвлекаются на соседние пары, порой забывая про собственное исполнение. Исправлению этой ошибки нужно уделить особо пристальное внимание, т.к. Именно с развития у ребенка умения удерживать взгляд на партнере начинается овладение приемами игрового взаимодействия в танце-дефиле. Следует объяснить ребенку, что нужно все время смотреть на того, у кого он просит игрушку. Иначе его товарищем не поймет, что просьба обращена именно к нему, и не ответит на нее, не даст игрушку.

Некоторые ошибки детей выражаются в неверном способе выполнения жеста. Например, ребенок тянет руку вперед, а корпус отклоняет назад, «выпячивая» живот. Из-за этого жест приобретает оттенок либо застенчивости, либо недовольства, вынужденности. Ласковый характер теряется и в том случае, если руки при выполнении жеста «Жесткие», напряженные. Бывают случаи, когда ребенок, протягивая руку вперед, в направлении партнера, тут же опускает ее мягко вниз, описывая ею дугу. В результате теряется характер устремленности, жест перестает выражать просьбу. Преодоление этих ошибок требует индивидуальной работы. Дети (упражнения: маховые движения, качания руками, вращение, встряхивание кистями). Следует напомнить, что важно потянуться корпусом за рукой и как бы замереть чуть-чуть в этом положении, а потом уж упускать руку вниз.

Необходимо также следить, что бы дети в процессе выполнения игрового упражнения не потеряли основного его содержания: выражения просьбы при обращении к партнере. Бывает, что некоторые из них увлекаются сменой ролей и передают игрушку партнеру не за выразительность исполнения жеста, а из приятельских побуждений. Другие, наоборот, не хотят расставаться с понравившейся игрушкой и объясняют свой отказ якобы недостаточно выразительной пластикой партнера. В таких случаях следует мягко разоблачать подобные «хитрости», напоминать «правила игры» и побуждать «судей» справедливо оценивать партнеров.

Необходимо обращать внимание и на музыкальность исполнения жеста, его соотнесенность с определенными музыкальными мотивами, фразами. Можно предложить детям послушать музыку и мысленно представить, как под нее исполняется движение. Важно учитывать также, что музыкальное сопровождение должно звучать в том темпе, который удобен детям для выполнения упражнения.

Жест «Давай дружить», который используется в танце дефиле на «Лесной полянке» может означать не только просьбу, но так же выражает предложение дружить, играть вместе. Объясняя детям смысл и характер исполнения жеста, важно подвести их к выводу-обобщению, что движение может иметь несколько разных значений, т.е. Быть многозначным.

В работе над этим этюдом особое внимание требуется обратить на музыкальность исполнения его детьми. Целесообразно разучить его по фрагментам, побуждая детей вслушиваться в музыку и передавать в движениях ее изменения. Однако в процессе работы над музыкальностью важно не забывать ориентировать детей на живое, непринужденное игровое общение друг с другом, тем более, что к такому общению располагают и композиция этюда, и шуточный характер музыки.

Овладев жестами «прошу» и «не надо» в различных вариантах, дети успешно осваивают другую пару контрастных жестов: «иди сюда», «шептание» (на ухо) и «прислушивание», которые используются в танце – дефиле «Шапокляндия», по структуре являются более сложными жестами.

Чтобы выполнить жест «иди сюда», нужно сначала вытянуть руку вперед (по направлению к партнеру), повернув кисть ладонью вверх, а затем махнуть ею «к себе». Без этого предварительного вытягивания руки жест теряет амплитуду, размах, без которых невозможно его выразительное исполнение. Кроме того, одновременно с махом рукой «к себе» кисть должна мягко согнуться в запястье, как бы закругляя движение. Наоборот, жест «уходи» выполняется из положения, когда рука согнута перед грудью, и вертикально поставленная кисть отвернута ладонью «от себя». Затем мах рукой «от себя», во время которого кисть сначала «отстает», а потом сгибается в запястье (вниз), придавая жесту закругленную завершенность.

После того, как педагог объяснит значение и покажет способы выполнения жестов, дети повторяют их вместе с педагогом, осваивая координацию движения при смене махов то «себе», то «от себя». Они выполняют жесты без музыки, одновременно проговаривая слова: «иди сюда — уходи — иди сюда — уходи». Произносить эти слова можно с контрастной интонацией: ласково — сердито. Такое упражнение помогает дошкольникам лучше понять разницу в значениях и технике выполнения этих жестов. Но на него не стоит тратить много времени и после нескольких проб следует перейти к другим заданиям.

Работу над выразительностью жеста «иди сюда» целесообразней начать с исполнения его детьми в ласковом характере и спокойном темпе. Неспешность движений облегчает педагогический контроль и самоконтроль детей за правильностью их выполнения. Такая осознанность детьми при освоении двигательных навыков особенно важно на первых порах их знакомства с жестом. Она базируется на понимании детьми значения жеста и их старании выразить его помощью определенное отношение или настроение.

Ласковый характер исполнения сравнивается с веселым, при котором жест выполняется более энергично, с акцентом на махе рукой «к себе». Почувствовать разницу в контрастных характерах исполнения детям помогает соотнесение движений с различным голосовым интонированием слов «иди сюда»: мягкое, протяжное их произнесение меняется на более упругое и звонкое их звучание. Педагогу следует добиваться, чтобы детские голоса звенели, звучали звонко и свободно, но без крика. Это помогает детям придать движениям нужный характер, а также преодолеть собственное смущение и мышечную «зжатость», вызывает у них прилив положительной эмоциональной активности. На этом фоне работа над развитием у детей соответствующей мимической выразительности проходит очень эффективно.

В контрасте с веселым и ласковым характером призывного движения прогоняющий жест выполняется «сердито», решительно. При этом можно предложить воображаемую ситуацию, будто нужно прогнать кошку, которая охотится за маленькой птичкой. Жест сопровождается громким требовательным проговариванием слова «уходи» и соответствующей мимикой.

При активном характере этого жеста у детей могут появляться ошибки в его выполнении, например, «сбрасывание» кисти, которое придает всему жесту «дерганый», неестественный характер. Для исправления этой ошибки во время разминки можно предложить подготовительные упражнения: мягкие встряхивания кистями рук, «качание руками», «мельница».

На материале простейших упражнений и этюдов, включающих жесты «иди сюда» и «уходи» продолжается обучение детей приемам игрового взаимодействия в танце – дефиле: дети знакомятся с тем, какими движениями можно «отвечать» на жесты. Например, жест «иди сюда» предполагает приближение к зовущему, а жест «уходи» – удаление от него.

В одном из таких упражнений обмен «репликами» проводится с использованием куклы, которая в руках ведущего (педагога) исполняет роль «отвечающего»; она «подбегает» к тому, кто «зовет» ее лучше всех. Первоначально упражнение разучивается с пропеванием слов без инструментального сопровождения. Дети (вместе с педагогом, а затем самостоятельно) пропевают слова «иди сюда» на соответствующую мелодию (Игра с куклой), жестом подзывая куклу к себе. Следует добиваться, чтобы интонация голоса была ласковой, и с ней сочетались мягкая «интонация» жеста и доброжелательное выражение лица.

Затем это упражнение выполняется с инструментальным сопровождением и пропеванием слов. И только, когда дети более или менее ориентируются в музыке, пропевание слов вслух можно «снять». На этом этапе необходимо обратить специальное внимание на музыкальность исполнения движений. Можно предложить детям вслушаться в музыкальные интонации, сыграв на инструменте одну только мелодию, без аккомпанемента. Затем дети исполняют жест в очень спокойном темпе с мелодическим сопровождением, который (после нескольких проб выполнения упражнения) как бы незаметно дополняется аккомпанементом.

Упражнение «Пошепчемся», которое используется в танце – дефиле «Фокус – Покус», проводится в виде игры под музыку, где дети взаимодействуют не друг с другом, а с куклой. В нем навыки выполнения жестов отрабатываются изолированно друг от друга, поэтому упражнение имеет два варианта, построенных по схожему плану. Кукла (в руках ведущего) «бежит» по кругу от одного

ребенка к другому, и каждый, к кому она «подбегает», должен ей «прошептать секрет» на ухо. Или наоборот, кукла «сообщает секрет» по очереди всем детям, стоящим в круг, и каждый, к кому она «подбегает», должен подставить ухо, огравив его ладошкой, как рупором, «чтобы никто, кроме него, не услышал секрет».

Использование куклы в игровой ситуации не только помогает детям освоить жесты и их координацию с движениями партнера, но и повышает эмоциональную активность играющих, способствует развитию музыкально-двигательной выразительности. Кукла должна быть яркой, вызывающей у детей желание поиграть («пошептаться») с ней. Поэтому лучше в данном упражнении использовать игрушку, типа Петрушки, Чебурашки, у которых укрупнены уши. Хорошо, если, у игрушки также будут подвижные, гибкие руки и укрупненные кисти. Использование куклы с такими особенностями помогает детям успешней овладевать выразительным исполнением жестов. В этом упражнении следует специальное внимание уделить музыкальности исполнения: соотношению «шептания» с мотивами, звучащими тихо, и перебегания с громким звучанием музыки.

При усложнении этого упражнения роль ведущего, которую «выполняла» кукла, предлагают ребенку, наиболее выразительному в движениях, жестах. На этом этапе идет закрепление приемов музыкального и выразительно-пластического исполнения упражнения.

Затем можно приступить к выполнению жестом шептания и прислушивания, чередуя их один с другим. В таком варианте они представлены по частям. Для развития у детей выразительного музыкально-пластического исполнения этюда танца используется методы и приемы, о которых уже упоминалось.

Дальнейшая работа на жестах идет на материале танцевальных этюдов с элементами сюжета, а также сюжетных танцев, дефиле и развернутых танцевальных этюдов с элементами сюжета, а также сюжетных танцев и развернутых танцевальных спектаклей.

4.2. Сюжетный танец. Обучение образному перевоплощению. Методика работы над танцевальными спектаклями — дефиле.

Сюжетным называется танец, в котором основным элементом композиции является сюжет.

Сюжет в танце — это последовательность изображаемых событий, происходящих в определенной ситуации. Под этим подразумевается не только изображение внешних движений, поступков персонажей, но и внутренние действия: развитие характеров, переживаний, взаимоотношений действующих лиц. В основе сюжета лежит конфликт, дающий импульс к разворачиванию драматического действия. породить такой конфликт может столкновение разнообразных персонажей, их не совпадающих и даже противоположных интересов, побуждений, стремлений.

Разнохарактерные персонажи в детском танце — это образы различных животных, растений, фантастических существ, людей разного возраста и т.п. Характер того или иного героя проявляется во взаимодействии с другими персонажами, в его отношении к ним, а также во внешнем облике, особенностях пластики и движений.

На втором году обучения на занятиях дефиле дети обучаются сюжетным этюдам дефиле. Мною разработана методика по обучению образному перевоплощению. Чтобы дети могли исполнять сюжетные этюды дефиле, необходимо, по крайней мере, два условия. С одной стороны, дети должны владеть приемами игрового взаимодействия, с другой стороны, они должны уметь перевоплощаться в образы различных персонажей.

Образное перевоплощение в танце предполагает исполнение движений и действий какого-либо персонажа с характерными для него особенностями пластики. Этому необходимо учить детей специально.

Знакомство детей с приемами образного перевоплощения идет в русле обучения языку движений и естественно продолжает начатую работу над пластической выразительностью у детей. Оно непосредственно влияет на развитие у них артистизма и исполнительского творчества в танце.

Первоначальное обучение детей приемам образного перевоплощения проводится на материале этюдов дефиле, каждый из которых предназначен для работы над каким-нибудь одним образом. В методике работы с разными этюдами есть некоторые общие моменты. Знакомство с любым из них начинается с восприятия музыки. Вслушиваясь в музыку, ее выразительные особенности, дети пытаются определить, про кого она «рассказывает», каков характер этого персонажа, что он может делать, как двигаться и т.п. На основании такой короткой беседы педагога с детьми составляется образный рассказ, в котором действует названный персонаж.

Первая попытка исполнения этюда, как правило, представляется детям для самостоятельного поиска выразительных средств воплощения заданного образа. После этого педагог начинает направлять этот поиск, используя различные методы: наводящие вопросы о характере и обстоятельства действия персонажа; объяснение особенностей его пластики (в крайних случаях, когда не помогают другие методы) прямой показ движения или отдельных его фрагментов. На завершающем этапе работы над этюдом дети стараются исполнять его выразительно, по очереди, «выступая» друг перед другом.

Кроме общих черт, методика имеет некоторые особенности, которые определяются видом этюда. В одних детям предлагается воплотить того или иного персонажа, используя при этом изобразительные, пантомимические движения. Этот вид заданий близок традиционным «Образным» танца. Приведем некоторые примеры работы с такими этюдами.

В этюде – дефиле «Кошка» музыка «подсказывает» использовать при воплощении образа осторожный полубег – полубег и сильные прыжки (в конце музыкального фрагмента). Дети успешно различают этот контраст и передают его в движениях, однако качество пластики при этом не всегда соответствует образу кошки. Исполняя осторожный шаг, дети склоняют корпус вперед, ссутулив спину, опустив голову, поднимая плечи, а также двигаются мягкими, но короткими шажками. Такая пластика действительно выражает осторожность, но ту, которая вызвана страхом, боязнью. У кошки же (в данном этюде) должна быть осторожность хищника, подкрадывающегося к добыче.

Следует подсказать детям. Что при наклонном вперед корпусе плечи должны быть опущены вниз, шея вытянута вперед, голова в прямом положении (взгляд прямо перед собой); руки настороженно полусогнуты, но не прижаты к

корпусу, а отведены немного в стороны, и их движение должно быть скоординировано с движениями ног. Шаги несколько удлиненные; они скорее «стелющиеся», чем пружинные. Исполнение прыжков тоже требует определенного характера. Это не прыжки на двух ногах (как это показывают дети в первых самостоятельных пробах воплощения образа); это, скорее, перескоки с ноги на ногу с сильным продвижением вперед (или в сторону).

Важно также обратить внимание детей и на изменения в выразительной мимике, которая должна передавать смену настроения персонажа (в соответствии с изменениями музыки).

В этюде – дефиле «Щенок» музыка тоже строится на двух контрастных эпизодах. На первые и последние восемь тактов можно исполнить веселые подскоки или другие движения, передающие радостную непоседливость. На средние четыре такта с «тявкающим» созвучиями нужно передать в движениях, будто щенок задорно лает. Некоторые дети пытаются имитировать лай голосом. Однако следует предположить поискать выразительное движение (например, топающие прыжки «в пол» на двух ногах). В движении могут активно участвовать руки, корпус, голова. Мимика также должна передавать радость и задор.

В другой разновидности этюдов задача на образное перевоплощение — более сложная. Детям дается задание «поплясать» в образе того или иного персонажа, т.е. исполнить плясовую импровизацию с характерными особенностями пластики. Для таких этюдов могут использоваться плясовые мелодии или программные пьесы, где музыкальная характеристика образа носит черты танцевальности. Приведем некоторые примеры работы с такими этюдами.

Для воплощения образа медведя можно использовать музыку М. Краева «Выход и пляска медвежат» или рус. нар. мелодию «Из-под дуба» (исполненную на октаву ниже оригинального изложения). После того как дети послушают музыку и определяет, «какой зверь пляшет», они пробуют самостоятельно исполнить этюд. При этом довольно часто дошкольники воспроизводить уже известный стереотип двигательного воплощения образа медведя: шагают вперевалку на широко расставленных ногах. В этом случае обратить внимание детей на то, что медведь в предложенном задании должен не ходить, а плясать, исполняя танцевальные движения «по-медвежьи». С помощью нескольких вопросов и объяснений педагог подводит детей пониманию того, что медведь может танцевать, слегка подпрыгивая, выражая тем самым свое веселое настроение. Но прыжки его тяжеловесные, так как сам он большой и тяжелый. Как правило, это помогает детям использовать в воплощении образа более широкий набор танцевальных и пантомимических движений.

Можно предложить детям показать различия в пластике взрослого медведя и медвежат. В обоих случаях движения тяжеловесные, но «взрослый медведь» выполняет их с большим размахом, что подчеркивает его размеры, а медвежата — с меньшей амплитудой. Кроме того, в их движениях может угадываться непоседливость, шаловливость.

Образ лисы можно предложить детям воплощать на русскую народную мелодию «Ой, все кумушки, домой» или музыку Ю.Слонова «Рыжая лиса». При исполнении этого этюда танцевальные движения сочетаются с изящной, мягкой пластикой, характерной для данного образа. Следует обратить внимание детей на зависимость подбора выразительных движений от характера музыкального

сопровождения. В пляске, например, лиса веселится, значит, можно использовать прыжковые движения, передающие это настроение. Однако для нее больше подходит изящные невысокие подпрыгивания и перескоки в сочетании с «носочками» кокетливыми разворотами корпуса и движениями плеч. Им соответствует мягкая пластика рук, «хитрая» мимика. Исполнение этюда требует вальсового характера движений. Здесь в дополнение к «носочкам» мягкому бегу можно использовать кружения, повороты (которыми, впрочем, не следует увлекаться). В конце пьесы, где звучит настороженная музыка, можно использовать жест прислушивания, будто лиса услышала чьи-то приближающиеся шаги, после чего спряталась (за елочку). В таком варианте этюд можно использовать как часть инсценировки или танца.

Для воплощения образа зайца можно добрать плясовую музыку прыжкового, задорного характера, например, «Зайка» «Иван Купала». Сам образ подсказывает, что надо использовать прыжки, причем самые разнообразные, а не только на двух ногах. Тогда танец станет более интересным. Это могут быть такие движения, как выбрасывание ног на прыжке, присядка с каблучками, подбивание ног из стороны в сторону, а также повороты на прыжках вокруг себя, другие «Замысловатые коленца», передающие бесшабашность и беспечность зайки – хвастунишки.

От этюдов можно перейти к небольшим сюжетным танцам, где взаимодействуют разнообразные персонажи.

Например «Капитошка». Здесь особое внимание нужно обратить на предварительного восприятие музыки детьми. В краткой беседе проанализировать характер музыкального произведения, предложить детям вслушаться в музыкальные характеристики темы каждого персонажа. Выстроить на основе этого анализа план сюжетного танца.

Перед первой самостоятельной попыткой исполнения детьми танца предложить им подумать, какими движениями лучше передать характеры «Капитошки», «Девочек с зонтиками», побуждать их внимательной прислушаться к музыке во время исполнения и соотносить с ней выразительные движения. После первых целесообразней «придумывать» композицию танца-дефиле по фрагментам, привлекая к этому всех детей. Можно подсказать детям, чтобы они использовали различные жесты и приемы игрового общения.

Дети, освоившие в предшествующем обучении приемы взаимодействия (общения), как правило, хорошо принимают игровую ситуацию сюжетного танца-дефиле и достаточно активно используют ситуацию сюжетного танца и достаточно активно используют в нем язык движений. Однако у некоторых дошкольников сюжет танца-дефиле, где «Капитошка» играет с детьми, вызывает желание «поиграть в догонялки». В этом случае следует предложить им внимательнее прислушаться к музыке, чтобы передавать в движениях ее изменения, а также стараться представить себя в заданном образе. Если эти приемы не помогают, пусть ребенок просто понаблюдает со стороны за выразительным исполнением сверстников, а потом сам попытается двигаться так же выразительно.

На завершающем этапе работы над танцем – дефиле дети, поделившись на пары, по очереди исполняют его. «Зрители» затем высказывают свои впечатления, насколько убедительно удалось «артистам» перевоплотиться в образы и передать сюжет танца – дефиле.

На базе проведенной подготовки можно переходить к развернутым танцевальным спектаклям (по мотивам русских народных сказок «Репка» и «Колобок»). В них продолжается работа над совершенствованием выразительности игрового взаимодействия детей в танце, а также над развитием у них умения перевоплощаться в образы различных персонажей. Здесь доля детского творчества, по возможности, увеличивается, а доля прямых обучающих моментов — уменьшается.

4.3. Методика обучения современным комбинациям

На занятиях джаз танца взята за основу методика Никитина В. Ю.. Этот стиль предполагает более свободную постановку рук, плеч, спины и ног, чем основы классического танца, что дает детям возможность более легко самовыразиться. Выделяются следующие разделы, применяемые на занятиях, которые включены в разминку на середине зала перед дефиле:

1. Разогрев
2. Изоляция
3. Упражнения для позвоночника
4. Уровни
5. Комбинация или импровизация

4.3.1. Методика обучения разогрева.

Задача этого урока – привести двигательный аппарат в рабочее состояние, разогреть все мышцы. В отличие от классического тренажа с определенной последовательностью упражнений в джаз танце существуют различные способы разогрева: у станка, на середине и в партере. По функциональным задачам можно выделить три группы упражнений. Первая группа – это упражнения стрэтч – характера, т. е. растяжение, связанные со статическим напряжением мышц различных частей тела. Вторая группа упражнений связана с наклонами и поворотами торса. Они помогают разогреть и привести в рабочее состояние позвоночник и его отделы (именно на позвоночник попадает основная нагрузка в дальнейших частях урока). Эти упражнения эффективнее всего стоя или в партере. Третья группа упражнений связана с разогревом ног. Здесь много заимствований из классического экзерсиса: плие, релеве, батман тандю, батман жете и т. д.. При сочетании всех упражнений достигается необходимый разогрев различных групп мышц.

Разогрев должен состоять из 5 – 10 упражнений на различные группы мышц. Возможно сочетание нескольких движений в единую комбинацию, которая обязательно исполняется с двух ног и во всех направлениях. Возможно также изменять расположение исполнителя, например, упражнения на середине выполнять с изменением уровней, т. е. несколько упражнений выполняются в положении «стоя», затем «сидя» и «лежа» или наоборот из положения «лежа» постепенно подняться в положение «стоя». Здесь нет четких правила законов, все зависит от уровня подготовки группы (для слабо подготовленных учащихся требуется больше времени для разогрева).

4.3.2. Методика обучения изоляции.

Эта часть урока более насыщена упражнениями, чем предыдущая. И если в разогреве все тело активизируется, то при изоляции происходит дополнительный разогрев мышц различных частей тела.

Сначала я добиваюсь достаточной свободы тела детей, т. е. научить держать положение коллапса. Для этого используется несколько упражнений на напряжение и расслабление всего тела с тем, чтобы учащиеся более свободно распределяли напряжение на позвоночник.

Изоляции, как правило, подвергаются все центры – от головы до ног (например, расслабленное падение вниз или сторону торса, напряжение всего тела вверх за руками, а затем падение на колени, расслабляя торс и руки). Однако возможны комбинации, когда последовательно выполняется одно движение головой, одно плечами, одно грудной клеткой, одно руками, одно тазом, одно ногами. При исполнении подобных «цепочек» очень важно использовать принцип управления, т. е. из одного центра передавать импульс в другой.

Первоначально все движения изучаются в «чистом» виде, причем, возможно исполнение двумя способами: медленное сжатие и расширение (например, медленный наклон головы назад) или резко достичь максимального положения. Но в том и в другом случае центр, приведенный в движение, должен достигать своего крайне возможного положения. Вторым этапом обучения – соединение движений одного центра в простейшие комбинации: крест, квадрат, круг, полукруг. следующий этап – соединение в более сложные геометрические комбинации, более сложные ритмические структуры. И, наконец, последний этап – соединение движений нескольких центров.

Основная задача во время изучения движений изолированных центров – следить за тем, чтобы движения были действительно изолированными, чтобы во время движения одного центра не двигался другой. Эта на первый взгляд, простая задача вызывает трудности, так как анатомически все центры тесно связаны.

Теперь рассмотрим движения изолированных центров и технику их исполнения:

Голова

Виды движений:

- наклон вперед и назад,
- наклоны вправо и влево,
- повороты вправо и влево,
- *sundarī* вперед – назад и из стороны в сторону.

Техника обучения:

- при наклоне вперед подбородок касается груди, при наклоне назад затылок касается позвоночника;
- при наклоне в сторону голова строго горизонтальна и ухом необходимо стараться коснуться плеча; подбородок направлен точно вперед, не смещаясь вверх или вниз;
- При поворотах голова строго вертикальна, подбородок параллелен плечу; голова не должна запрокидываться, поворачивается вокруг воображаемой вертикальной оси;

- при выполнении *sundari* происходит смещение только шейных позвонков вперед – назад или из стороны в сторону; голова сохраняет строго нейтральное положение, подбородок направлен точно вперед, смещение происходит за счет удлинения и сокращения мышц шеи.

На основании четырех основных движений можно составить большое количество комбинаций, которые могут выполняться с различными акцентами в тех или иных точках и в различных ритмических рисунках.

4.3.3. Методика обучения упражнениям для позвоночника.

Основой этой техники служит прежде всего позвоночник, поэтому главная задача развить у детей подвижность во всех отделах.

Речь идет о наклонах, в которых спина, голова и руки составляют одну прямую линию. При наклонах в сторону очень важно наклонять торс без изгиба в грудной клетке. При наклоне назад невозможно достичь угла наклона 90° (как это происходит при наклоне вперед и в сторону), но необходимо стремиться наклониться как можно ниже, сохраняя прямое положение спины. При сгибании коленей и максимальном наклоне торса назад возможно, что плечи исполнителя практически касаются пола. Но даже при этом наклоне нельзя прогибаться.

Основная ошибка при выполнении – это запрокидывание головы, поэтому необходимо следить, чтобы голова находилась на одной линии с позвоночником. Другая распространенная ошибка – непроизвольное округление спины, что особенно заметно у начинающих исполнителей. Поэтому при наклоне вперед необходимо сначала немного выдвинуть грудь вперед и лишь затем наклониться вниз. При наклоне в сторону не должно быть изгиба в грудной клетке, линия наклона на уровне талии.

При всех наклонах ноги являются опорой, а угол между торсом и ногами составляет 90° .

Глубокий наклон вперед, ниже, чем на 90° . При этом наклоне спина, голова и руки находятся также на одной прямой линии, но торс наклоняется как можно ниже и если выполнять этот наклон по второй параллельно позиции ног, то голова и плечи исполнителя должны находиться практически между коленей. Основными ошибками считаются расслабление или округление позвоночника.

Наклон в сторону, при котором грудная клетка изгибается. Руки могут находиться в третьей позиции, или же при наклоне вправо правая в подготовительном положении, левая рука в третьей позиции.

Эта группа наклонов может усложняться деми – плие и гранд – плие, подъемом на полупальцах по шестой позиции.

4.3.4. Методика обучения координации.

Координация присутствует во всех разделах занятия, везде, где необходимо соединить движения двух или более центров в одной комбинации.

Первый этап обучения – координация изолированных центров. Координируются два, три, четыре, центра в одновременном параллельном движении. Затем эта координация усложняется движением в оппозицию, введением сложных ритмических рисунков. И, наконец, последний этап – координация нескольких центров во время передвижения.

Несколько примеров:

1. Свинговое раскачивание раскачивание головой и пелвисом вперед – назад.
2. То же оппозиционно: голова начинает движение назад, пелвис вперед.
3. Параллельное движение головы и пелвиса из стороны в сторону.
4. То же оппозиционно.
5. Полукруги пелвисом и головой справа – налево и слева – направо.
6. То же оппозиционно.
7. Голова двигается вперед – назад. плечи исполняют полукруг спереди – назад и сзади – вперед.
8. То же оппозиционно.
9. Голова исполняет наклон вправо, одновременно подъем вверх левого плеча, то же в другую сторону.
10. Голова исполняет *sundarī* вперед – назад, плечи двигаются вверх – вниз.
11. Голова исполняет крест, в параллель движение пелвисом.
12. Аналогично исполнить квадрат.
13. Аналогично – круг.
14. Оппозиционный крест: голова вперед, пелвис назад, оба центра в нейтральное положение, голова назад, пелвис вперед, нейтральное положение, голова влево, пелвис вправо, нейтральное положение.
15. Аналогично – оппозиционный квадрат.
16. Голова исполняет повороты вправо, влево, одновременно движение грудной клеткой вперед – назад.
17. Голова исполняет круг, одновременно круг кистями, руки во второй позиции.
18. Круг головой и круг предплечьями.
19. Наклон головой вперед – назад, одновременно батман тандю правой ногой.
20. Крест головой с одновременным трамплинным сгибанием и выпрямлением коленей.

Эти примеры координации двух центров. Умышленно взяты движения головой в сочетании с другими центрами. И это далеко не полный перечень возможных движений. Если взять сочетания других центров и добавить разнообразные ритмические рисунки, то арсенал движений окажется воистину безграничным.

Второй этап обучения – координация трех центров.

Например:

1. Голова исполняет наклоны вперед – назад, одновременно плечи двигаются вверх – вниз, а пелвис вправо – влево.
2. Грудная клетка двигается вперед – назад, руки в *jerk – position* в оппозицию назад – вперед и одновременно батман тандю правой ногой в сторону.
3. Руки во второй позиции, кисти двигаются вверх – вниз, пелвис вперед – назад, голова наклоны вправо – влево.
4. Приставные шаги – по четыре вправо и влево, руки двигаются по схеме: А – Б – В – 2 позиция одновременно на каждый счет наклоны головой вперед и назад.

5. Резкий рывок пелвисом вправо – влево, руки во второй позиции, и правым предплечьем на каждый счет круг к себе, одновременно левая рука движется по схеме А – Б – В – 2 позиция.
6. Шаги по схеме: два приставных шага вправо, два влево, два вперед, два назад. Одновременно резкий рывок пелвисом вправо – влево. Одновременно руки исполняют основную схему в обратном порядке: В – Б – А – 2 позиция.

На завершающем этапе обучения возможна координация четырех и более центров, т. е. одновременное движение всех центров тела.

Во всех вышеуказанных примерах координация осуществлялась одномоментным импульсом, приводящим в движение несколько центров одновременно.

Второй способ координации – управление, когда один центр через импульс приводит в движение другой центр.

Пример:

1. Круг головой вправо.
2. Голова активизирует плечи, которые исполняют круг от себя.
3. Плечи активизируют правую руку, которая исполняет круг от себя в вертикальной плоскости.
4. Рука активизирует грудную клетку, которая исполняет круг вправо.
5. Грудная клетка активизирует пелвис, который исполняет круг вправо.
6. Пелвис активизирует правую ногу, которая исполняет мах по дуге с права – налево.

Процесс обучения координации строится от простого к сложному. Первоначально объясняется, как распределить внимание между движением двух центров. Возможно, один из центров находится в свинговом качании, тогда он не требует внимания, а все внимание уделяется движению другого центра.

На первом этапе желательно использовать в музыкальном сопровождении четные ритмы: 2/4, 4/4, 6/8 и т. д. Затем можно переходить к полиритмии более сложного уровня – нечетные ритмы: 5/4, 7/8, 9/8. Упражнения на полиритмию тесно связаны с координацией, но задача усложняется, поскольку необходимо сочетать не только движения двух и более центров, но и различные ритмические рисунки и размеры.

В связи с этим несколько педагогических приемов из опыта практической работы:

- объяснить принципы координации и изучить на примерах,
- изучить координацию рук при переводе из позиции в позицию,
- изучить координацию двух центров,
- изучить сочетание шагов с координацией одного центра, начав с рук,
- изучить оппозиционные движения двух центров,
- изучить разноритмическую координацию двух центров,
- изучить координацию трех и более центров,
- координация трех и более центров во время передвижения,
- полицентрия и полиритмия во время передвижения

У. Список литературы для педагога

5.1. Список литературы, используемый педагогом

1. Театр студия Даля – «Я вхожу в мир искусства» - 1997 №5 – 6
2. Буренина А. И. – Ритмическая мозаика 2 – е изд. СПб ЛОИРО 2000.
3. Баранов А. Б. «Развитие артистизма у детей» - Дополнительное образование С. 45 – 48, 2003.
4. Кондратьева Л. «Как привить детям любовь к движениям» // Дошкольное воспитание – 2001. - №2. – С. 27 – 31.
5. Лисицкая Т. – Пластика, ритм – М.: Физкультура и спорт, 2000.
6. Лифиц И. В. – Ритмика: Учебное пособие. – М.: Академия, 2000.
7. Лоуэн А. Биоэнергетика – СПб.: Ювента, 2001.
8. Никитин В. И. – Психология телесного сознания. – М.: Алетейа, 2002.
9. «Основы музыкально – ритмического развития детей» // Бюллетень – 2000. - №4. – С. 71 – 85.
10. Якунина С. Ритмическая гимнастика // Дошкольное воспитание – 2002. - №10. – С. 64 – 71.

5.2. Список литературы, рекомендованный для детей

1. «Азбука танцев» Диниц Е. В. АСТ, Сталкер, 2004 г.
2. Богаткова А. И. «Хоровод друзей» ДЕТГИЗ., 2004 г.
3. Буренина А. И. «Коммуникативные танцы – игры для детей», Россия, «Музыкальная палитра», 2007 г.
4. Каплунова И. И. «Потанцуй со мной дружок», Россия, «Музыкальная палитра», 2007 г.
5. «Студия Антре» АНО, «Балет», 2008, №2
6. Суворова Т. И. «Танцуй малыш», Россия, «Музыкальная палитра», 2007 г., № 1, 2