Управление образования администрации Гаринского городского округа

Муниципальное казенное учреждение дополнительного образования

Дом детского творчества

И.Г.Анкина

 **ИГРОВЫЕ МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ В ТВОРЧЕСКОМ ОБЪЕДИНЕНИИ «ХОРЕОГРАФИЯ»**

**Методическое пособие**

**р.п. Гари 2018 г.**

**Оглавление**

Введение……………………………………………………………………………...3

Глава I.Теоретическое обоснование игровых методов на занятиях хореографией………………………………………………………………………...5

* 1. Понятие и особенности игровых методов……………………………………..5
	2. Значение игровых методов для занятий по хореографии……………………7

Глава II. Опытно-экспериментальная работа по организации занятий хореографией с использованием игровых методов………………………………10

2.1 Методика применения игровых методов на занятиях хореографией………10

2.2 Виды игровых методов используемых на занятиях хореографией…………13

Заключение………………………………………………………………………….16

Список литературы………………………………………………………………....17

Приложение

*«Для дитяти игра — действительность, и действительность гораздо более интересная, чем та, которая его окружает. В игре дитя живет, и следы этой жизни глубже остаются в нем, чем следы действительной жизни, в которую он не мог еще войти по сложности ее явлений и интересов.»*

*К.Д.Ушинский*

**Введение**

 Все мы когда-то были детьми, наверняка самые светлые воспоминания и впечатления связаны у нас с играми.

 Игра может полностъю поглощать в себя ребенка. В детском возрасте игра – основной вид деятельности, непринужденная деятельность в воображаемой ситуации по определенным правилам. Птица – является исключительно привлекательным танцевальным образом, а игровые элементы — действенным средством воспитания и обучения. Игровые элементы в искусстве хореографии популярны по сей день.

 Возможность развития детского творческого коллектива во многом зависят от умелой организации образования и воспитания детей с самого раннего детства с учетом особенностей детской психологии. Учителя, педагоги и воспитатели обязаны создавать и поддерживать атмосферу игры в жизни детского коллектива. Этот наказ А.С.Макаренко приобрел большую значимость в наше время, так как это является одним из наиболее доступных и эффективных методов в обучении воспитанников и в деятельности детского творческого коллектива.

 В достижении определенных результатов в любом виде деятельности немаловажную роль играют мотивация и направленность личности, выражающаяся в ее интересах. Именно интерес является важнейшей побудительной силой к познанию окружающей действительности. За время педагогической деятельности многие педагоги встречают со стороны воспитанников вялость, лень. Что ведет к торможению деятельности педагога, коллектива, дальнейшего развития обучающегося. Умелое руководство игровыми методами и постановка сюжетно-ролевых танцев являются одними из действенных средств в обучении и развитии художественного мастерства, появления интереса у детей к познанию.

 Анализируя разработки, конспекты занятий различных педагогов, можно сделать печальный вывод, что не все педагоги ведут свою образовательную деятельность с обучающимися на основе игровых методов.

 Главным условием успешной организации творческих игр является умение завоевать доверие детей, установить с ними контакт. Это возможно только в том случае, если педагог относится к игре серьезно, с неподдельным

интересом, осознает замыслы детей, их настроение.

 Процесс игры облегчает процесс запоминания и освоения упражнений

обучающимися, а также вызывает интерес к занятиям.

 **Актуальность** данного методического пособия заключается в исследовании и мониторинге детской игровой деятельности на занятиях хореографией и ее использование на практике, потребностью педагогов в определении приемов, и организационных форм учебно-воспитательной работы по внедрению игровых методов в хореографическом коллективе, формирования творческой, самодостаточной и активной личности.

**Целью методического пособия:** является разработка методики преподавания применяя игровые методы на занятиях хореографии с обучающимися.

**Задачи методического пособия:**

- раскрыть понятия и особенности игровых методов с обучающимися;

- изучить особенности игровых методов на занятиях хореографией;

- провести сравнительный анализ результатов опытно экспериментальной работы по внедрению игровых методов на занятиях хореографией.

**Глава I. Теоретическое обосновани****е игровых методов на занятиях хореографией**

**1.1. Понятие и особенности игровых методов**

 *Игру как метод обучения*, передачи опыта старших поколений младшим люди использовали с древности. Широкое применение игра находит в народной педагогике, в дошкольных и внешкольных учреждениях. В современной школе, делающей ставку на активизацию и интенсификацию учебного процесса, игровая деятельность используется в следующих случаях:

- в качестве самостоятельных технологий для освоения понятия, темы и даже раздела учебного предмета;

- как элементы более обширной технологии;

- в качестве урока или его части;

- как технологии внеклассной работы.

Понятие «*игровые методы*» включено в достаточно обширную структуру игровых технологий для организации педагогического процесса в форме различных педагогических игр.

РОЛЬ ИГРЫ поистине огромна.

Помимо основных функций:

*1. развивающей,*

*2. обучающей,*

*3. воспитывающей*

в любой игре может быть реализован комплекс функций:

4. *диагностической* (раскрывающей скрытые таланты),

5. *релаксационной* (снижающей излишнее напряжение),

6. *компенсаторной* (дающей человеку то, чего ему не хватает),

7. *коммуникативной* (являющейся средством общения),

8. *самореализационной* (служащей средством реализации возможностей),

9. *социокультурной* (позволяющей в процессе игры осваивать социокультурные нормы и правила поведения),

10. *терапевтической* (являющейся средством лечения психических

расстройств человека).

 Цель игровых методов в образовательном процессе - *не менять ребенка и не переделывать* его, *не учить* его каким-либо специальнымнавыкам, а *дать возможность ребёнку «прожить»* в игре *волнующие его ситуации* при полном внимании и сопереживании взрослого.

 Комплексное использование игровых методов разной целевой направленности помогает подготовить ребенка к непрерывному развитию:

1. *формирует мотивационную и эмоционально-волевую готовность*, так как каждая игровая ситуация общения обучающегося со взрослыми или с другими детьми является для ребенка «школой сотрудничества», в которой он учится и радоваться успеху сверстника, и спокойно переносить свои неудачи, учится регулировать свое поведение в соответствии с социальными требованиями, учится одинаково успешно организовывать подгрупповые и групповые формы сотрудничества;

2. *формирует интеллектуальную готовность* через игры, направленные на развитие психических процессов.

**1.2 Значение игровых методов для занятий по хореографии**

 На начальных этапах обучения хореографии игры имеют характер как свободной деятельности, (ради удовольствия от самого процесса деятельности), так и творческий характер, где ребенок может раскрыть себя как личность, снять внешние и внутренние зажимы. Игру как метод обучения можно использовать с первых занятий хореографии, для развития чувства ритма, пластики, эмоционального раскрытия, координации движений и т. Дети прочно и с удовольствием усваивают знания, полученные игровым методом.

 Именно игра дает детям возможность проявить активность, самостоятельность, воображение, позволяет частично реализовать свои интересы и желания. Радость творческой игры преображает детскую жизнь, пополняя ее сказочностью и волшебством. Создавая тот или иной образ в игре ребенок искренне верит тому, что изображает в игре ребенок может поехать на поезде, полететь на луну, стать моряком, превратиться в пирата или в любое животное. Ведь в игре все условно, все понарошку. Интересной игре он отдается целиком на ценна еще и тем что ее можно использовать для развития ребенка, т.к в ней заложены огромные воспитательные возможности.

 Реализуя основные задачи, игровые методы становятся одним из механизмов регулирования качества обучения на занятиях хореографии: они *нивелируют отрицательные факторы*, влияющие на снижение эффективности обучения. Применение на занятиях хореографией игр, позволяет снять психологические зажимы, обогащает эмоциональный опыт ребенка. Игра помогает многим ребятам преодолеть излишнюю скромность, стеснительность и закрепощенность, а чувство сотрудничества и гармоничное взаимодействие с группой сверстников придает им уверенность в себе.

 Игровые методы в применении к хореографии могут решать следующие задачи:

*1. Развитие фантазии и воображения,*

 Любая творческая деятельность невозможна без развитой фантазии и воображения. Преподаватель в своей работе должен не только научить детей пользоваться готовыми клише, но и привить им желание действовать самостоятельно, проявлять свою индивидуальность, самобытность.

*Пример.* Игра «Клумба». Детям предлагается придумать и показать цветок в различных стадиях роста: прорастание, раскрытие бутона, цветок под Дождем и т.д.

*2.Физическое развитие.*

 Хореография, как ни одно другое искусство, требует от учащихся силы, выносливости, ловкости, гибкости и т.д., которые можно развить в том числе используя игровые методы.

*Пример.* Игра «Зоопарк». Дети, подражают поведению различных животных, выполняя ПРЫЖКИ, повороты и прочие движения.

*З. Развитие чувства прекрасного.*

 Хореография вид искусства, а потому без чувства прекрасного, понимания красоты и гармонии невозможно подлинное хореографическое мастерство.

*Пример.* Игра «Времена года». Преподаватель прослушивает с обучающимися цикл П.И. Чайковского «Времена года», обсуждает услышанное и дает задание придумать танцевальные этюды на небольшие отрывки из произведения.

*4.Развитие эмоционального восприятия музыки.*

 Музыка является неотъемлемой составляющей танца. Правильное ее восприятие, интерпретация делает танец по-настоящему выразительным и эмоциональным. Эта задача тесно связана с предыдущей задачей и часто они решаются одновременно. Но для детей младшего возраста создание этюда слишком сложное задание. Для них можно использовать более простые и доступные игры.

*Пример.* «Важные коты, веселые щенки». Под медленную и важную музыку дети Движутся по кругу, изображая котов. Музыка меняется на быструю и игровую, и дети начинают показывать веселых щенков.

*5.Развитие творческих способностей.*

 Преподаватель должен не только научить детей пользоваться готовыми решениями, но помочь им раскрыть собственные способности. Для решения этой задачи, преподавателю стоит сделать больший акцент на хореографической составляющей. Наилучшим средством, на наш взгляд, являются этюды.

*Пример.* Придумать и исполнить этюды на тему: «Кукла заболела», «Собака принюхивается», «Цыпленку скучно», «Гномики отдыхают».

*6, Развитие навыков общения.*

 В хореографии индивидуальные постановки используются гораздо реже массовых, В классе дети так же занимаются, в основном, в коллективе. Создание приятной дружелюбной атмосферы, чувства взаимопомощи и поддержки немаловажная и часто довольно сложная задача для преподавателя. Решить ее можно так же используя игровые методы.

*Пример.* Игра «Прогулка». Дети гуляют под музыку по одному. Музыка меняется, Дети должны организовать пары из тех, кто находится рядом с ними. Теперь они гуляют парами и выполняют 6 в паре задания педагога

(покружиться, присесть, обняться). Музыка снова меняется, дети должны взяться за руки и образовать хоровод. Выполняют задания педагога в круге.

*7. Экологическое воспитание.*

Природа — источник вдохновения для художника. Учиться видеть ее красоту и бережно к ней относиться можно не только во время прогулок, но и в танцевальном зале.

*Пример.* Прослушивание музыкальной сказки «Приключение кузнечика Кузи», Обсуждение услышанного. Под песни из сказки дети изображают главных героев.

 Педагогу, использующему игровые методы, необходимо обладать эмпатией, доброжелательностью, уметь осуществлять эмоциональную поддержку, создавать радостную обстановку, поощрения любой выдумки и фантазии ребенка. Только в этом случае игра будет полезна для развития ребенка и создания положительной атмосферы.

**Глава II. Опытно-экспериментальная работа по организации занятий хореографией с использованием игровых методов**

**2.1 Методика применения игровых методов на занятиях хореографией**

 Начиная организацию игры, педагогу следует опираться на уже достигнутый уровень развития обучающихся, их склонности, привычки, способности. Затем осторожно перестраивать существующие интересы обучающихся на желаемые, постепенно повышая к ним требования, терпеливо и настойчиво работая над их духовным ростом.

 Сначала игровые методы используются как отдельные игровые моменты, которые очень важны, особенно, в период адаптации детей в коллективе. Начиная с раннего возраста основная задача игровых моментов - это формирование эмоционального контакта, доверия детей к педагогу, умения видеть в педагоге доброго, всегда готового прийти на помощь человека (как мама), интересного партнера в игре. Первые игровые ситуации должны быть фронтальными, чтобы ни один ребенок не чувствовал себя обделенным вниманием.

 Далее игровые методы, как игровые моменты проникают во все виды жизнедеятельности обучающихся:

- образовательная деятельность и игра;

- творческая деятельность и игра;

- повседневная бытовая деятельность, связанная с выполнением режима дня и игра.

 Первый этап игры это объяснение. Иногда оно дается в виде небольшого рассказа, в который вплетаются естественное расположение детей и игровые задания. Такое объяснение способствует уточнению пространственных представлений, развитию воображения, повышению интереса к игре.

 Дети творчески входят в образ, происходит эмоциональное восприятие игры в практической деятельности. Объяснение четкое, выразительное, что способствует формированию умения видеть главное, пробуждению интереса к игре, задачи ее способствующего темпа.

 При подведении итога – анализируется поведение детей, отмечаются лучшие участники, сообщается о возникших затруднениях. Важным моментом в игре является поощрение детей, подбадривание их, чтобы они не теряли веру в себя, в возможность достижения хороших результатов, уверенность в том, что должны и смогут справиться с заданием, исправят ошибку.

 При обучении детей движениям, хорошо использовать игровые методы, способствующие эмоционально-образному уточнению представлений о характере движений.Только посредством игры можно заинтересовать детей к изучению таких элементов как Demi plie (это подражание лягушке), releve (поднятие на носочки, чтобы кого-то увидеть), прыгать как зайчики, побежали легко и тихо, как мышки». Выученные таким образом движения, надолго остаются в памяти и значительно легче поддаются интерпретации в различном танцевальном образе.

 На занятиях имеет смысл постепенно подводить детей к такому игровому методу как возможность импровизации, то есть свободного, непринужденного движения, такого, как подсказывает музыка. Но вначале педагог зачастую сталкивается с мышечной зажатостью малышей, стеснительностью. И только путем различных упражнений, этюдов, игр он может помочь детям раскрепоститься, обрести внутреннюю и внешнюю свободу и уверенность. Например, импровизация сказки «Репка»:

Вот мы репку посадили (наклониться)

И водой ее полили (имитация движения)

А теперь ее потянем (имитация движения)

И из репы кашу сварим (имитация еды)

И будем мы от репки здоровые и крепкие! (показать «силу»).

 В организации таких занятий необходимо чувство меры, ведь детям свойственны азарт и увлеченность, которые могут нанести ущерб занятиям. В этот момент открывается роль педагога, который хоть и не принимает участие в игре, но очень внимательно наблюдает за ее участниками, корректирует их исполнение, поведение, дает оценки. Не следует, однако в одно занятие вводить сразу много игр. Окончание занятие должно быть ярким, запоминающимся и, конечно, содержать анализ.

 Чтобы занятия с использованием игровых методов проходили успешно, педагогу необходимо:

- учитывать возрастные особенности обучающихся, характер каждого ребенка, их индивидуальные способности, интересы и возможности;

- обладать всеми необходимыми знаниями и умениями;

- заинтересовать и создать условия для творческой работы;

- правильно объяснить и организовать игру;

- создавать положительный настрой.

 Благодаря интересу всех детей к играм вообще, они легче втягиваются в обучение, вкладывая больше сил, а соответственно, получая и больше физической пользы. Освоив хореографию на базовом уровне, дети через игру чувствуют себя уверенней в коллективе обучающихся дома детского творчества, школы, компании друзей. Они учатся плодотворно взаимодействовать друг с другом и получать удовольствие от коллективного творчества, укрепляются межличностные связи, совершенствуется их способность к коммуникации.

**2.2 Виды игровых методов используемых на занятиях хореографией**

 Выбор вида игровых методов для занятий по хореографии зависит от возраста и физического развития детей.

*Виды игровых методов характерные для обучающихся дошкольного и младшего школьного возраста.*

 Начать хотелось бы с **игрушки**. Игра и игрушка в жизни детей неотделимы друг от друга. Она для ребенка понятна, он воспринимает ее как друга, она делает его радостным и счастливым. Поэтому необходимо использовать ее на занятиях хореографией. Игрушка должна быть не только красивая и интересная детям, но безопасная. Это главное условие для ее применения. Она не должна быть большой, так как это будем мешать ребенку с ней двигаться. Куклы, мишки, мячи, зонтики, лошадки- это самые доступные и приемлемые игрушки в танце. Они сделают более наполненным заданное педагогом движение, помогут ребенку точнее передать образ.
 **Фольклорные, игровые песни** тоже могут стать формой для занятий по хореографии. Здесь необходим тщательный подбор так как фольклорные песни чаще всего имеют «взрослое наполнение», которое может оттолкнуть детей. Проведя анализ известных игровых песен русского фольклора, рекомендую песни-игры, где дети находят образы понятные их возрасту.
 **Игры - превращения**, где дети перевоплощаются в животных, птиц и т.д. Они развивают способности овладеть мышцами своего тела, произвольно напрягать и расслаблять.(*Приложение 1)*

 **Ролевые игры**: " цветы и бабочки", " угадай зверушку", " весёлый ковбой" и т. д. Основным моментом в этих играх является момент распределения ролей. Оно не должно зависеть от пола ребёнка, его физических особенностей, уровня развития. При распределении ролей нужно делать так, чтобы роль помогала неавторитетным укрепить- авторитет, неактивным -проявить активность, недисциплинированным- стать организованным. Детям, чем-то себя скомпрометировавшим- вернуть потерянное положение в коллективе, новичкам, ребятам , сторонящимся других детей- проявить себя. сдружиться со всеми. (*Приложение 2)*

 Следующий вид игры- **игра путешествие**. Путешествовать можно по сказкам, странам, мультфильмам. Отличительной чертой этого вида игр является активность воображения. Чтобы сыграть роль сказочного героя или персонажа мультфильма, более точно передать колорит национального танца, ребёнок должен мысленно представить себе мир, где обитает его герой, и перенестись туда вместе с ним. Для оптимального решения задачи вхождения ребёнка в образ используются элементы костюмов, различные атрибуты, игрушки и т. д.

*Виды игровых методов характерные для обучающихся среднего и старшего школьного возраста.*

**Игры на развитие воображения.**

*Пример*  “Повтори за мной“ Педагог простукивает определённый ритм ладонями (фраза чёткая и короткая) дети поочередно повторяют фразу.

“Быстрые превращения“.

Под быструю музыку дети свободно двигаются. Когда музыка  остановится, дети превращаются в того, в кого скажет ведущий. Баба-Яга, роботы, грустный клоун весёлый танцор, нервный грабитель, утомленный бегун, вежливый манекен. Музыка на 30 сек.-1 мин.

**Игры для поднятия настроения, снятия психологического барьера.**

*Пример.* “Гусеница”. Группа становится в линию. Каждый из группы передаёт свою руку тому, кто стоит сзади. Для этого играющие расставляют ноги на ширину плеч и подают  руку назад между своих ног. При этом каждый берет руку стоящего впереди. Группа начинает двигаться вперёд, потом назад, пока все не лягут на пол.

“Кто?“. Дети в кругу. Ведущий называет личностное качество и просит выполнить какое-либо  действие тех людей, которые этим качеством обладают.

У кого есть сестра – щёлкни пальцем,

у кого есть веснушки – загляни под стул,

кто любит собак – полайте,

кто любит кошек – промяукайте,

кто рад, что пришёл сюда – закричите: ”Ура”,

кому надоело играть – закричите: ”Хватит“ и т.д.

**Игры на сплочение коллектива.**

*Пример.* “Мой хороший попугай “(мишка, зайка). По кругу передают любую игрушку. Получив игрушку, ребёнок прижимает её, гладит, говорит что-то приятное, бережно передаёт другому.

“Липучка”.

Двое детей, держась за руки, пытаются поймать сверстников приговаривая: “Я - липучка - приставучка , я хочу тебя поймать“. Каждый пойманный присоединяется.

“Кенгуру “ /в парах/.

1-й кенгуру , 2-й кенгурёнок сначала встаёт спиной  к нему, а затем приседает. Оба берутся за руки. Задача: в таком положении  пройти как можно дальше.

**С правилами.**

*Пример.* «Хвостики» Оборудование: платочки 9 Ход игры: Выбирается ведущий (лиса), остальным детям раздаются платочки, из которых делаются «хвостики». Задача детей под музыкальное сопровождение убегать от ведущего (лисы) спасая свой «хвостик» различным способом, но «хвост» нельзя трогать руками, прятать далеко в одежду. У кого сорвали платочек, тот выходит из игры.

**Носящие соревновательный характер.**

*Пример.* «Успей занять остров» Оборудование: цветные А4 листы (острова) Ход игры: Дети стоят на одной половине зала, на другой половине лежат разноцветные листочки (острова). Под музыку педагог показывает танцевальные движения, дети повторяют, как только музыка прекращается нужно быстро занять любой свободный остров. Кому острова не хватило, тот выходит из игры.

**Командные игры**

 Ещё один вид игр, используемых на занятиях хореографии. С помощью этих игр решаются такие задачи, как сплочение детского коллектива, межполовые взаимоотношения, выявление лидеров, активация пассивного звена детей.

**Игры- импровизации.**

 При использовании импровизации на занятии никакого предварительного прослушивания музыки и разучивании движений не нужно. Ребята должны сами находить необходимые движения под непосредственным воздействием музыки. (*Приложение 3)*

**Заключение**

В период взросления дети интенсивно растут и развиваются. Возникает острая потребность в движении. И если эти движения преподносят им в интересной игровой форме, имитируя животных, птиц, и ко всему этому добавляется музыкальное сопровождение – то это благоприятно влияет на эмоциональный мир ребёнка.

 Движение и игра – важнейшие звенья в жизнедеятельности детей, они всегда готовы двигаться и играть. Подражание является самым доступным способом восприятия любой двигательной деятельности, дети получают представление о том, как танцевальное движение выражает внутренний мир человека, что красота танца – это совершенство движений и линий человеческого тела, лёгкость, грация.

 Дети, играя, развиваются гораздо легче, осваивая и выполняя задания с удовольствием. Игра сама по себе универсальный стимулятор. Главное, в поддержании игрового интереса чуткость, наблюдательность педагога, проявление творческого подхода в организации игры, умение заинтересовать ребенка игровым сюжетом.

 Интегрирование игры и танца дает детям дополнительный стимул, интерес к танцу и вообще к творческому самовыражению. Скучные упражнения после игры, как на занятии, так и вне него, приобретает совсем другой, более богатый смысл. Занимаясь хореографией играя, дети увлеченно взаимодействуют друг с другом, что благотворно влияет на будущую результативность.

 *«Фантазия важнее знания. Способность к воображению, фантазии присуща только человеку и отличает его от всех других существ».*

*А. Эйнштейн*

**Список литературы**

1. Дыбина О.В. Игровые технологии ознакомления дошкольников с

предметным миром. Практико-ориентированная монография – М.:

Педагогическое общество России, 2008. – 128 с.

2. Кукушин В.С., Болдырева-Вараксина А.В. Педагогика начального

образования/ Под общ. ред. В.С. Кукушина. – М.: ИКЦ «МарТ»; Ростов

н\Д: Издательский центр «МарТ», 2005. – 592 с.

3. Пидкасистый П.И., Хайдаров Ж.С. Технология игры в обучении и

развитии: учебное пособие. – М.6 МПУ, Рос. пед. агентство. 1996. –

269 с.

4. Селевко Г.К. Современные образовательные технологии: Учебное

пособие. – М.: Народное образование, 1998. – 256 с.

5. Выютский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. -

Просвещение, 1991.

6. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М., изд. Айрис – пресс., 2000

7. Гальперин С.Н. Анатомия и физиология человека (возрастные

особенности с основами школьной гигиены). – М., 1974

8. Авторская система пластики “Школа гармоничной Пластики и Танца”.

Составитель Т.С. Преображенская-Николаенко. Журнал “Танец” (№

1/1997), журнал “Натали” (№№2, 4, 6, 9, 12/1997).

9. Бекина С.И., Ломова Т.П. Музыка и движение. М.: Музыка, 1984.

10. Ерохина О.В. «Школа танцев для детей». Феникс, 2003

11. Музыкальное движение. С. Руднева, Э. Фиш. Методическое пособие

для педагогов музыкально-двигательного воспитания, работающих с

детьми дошкольного и младшего школьного возраста. СПб, 2000.

12. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. «Учите детей танцевать».-

М.: Музыка, 1961.

**Приложение 1.**

**Описание движений используемых в игровой форме**

**для работы в партере.**

1. «АЛЕНУШКА». Встать на колени, руки поставить на пояс. Сесть вправо на пол, вернуться в исходное положение. То же в другую сторону.

2. «ВАНЬКА-ВСТАНЬКА». Встать на колени, носки врозь, руки на поясе. Сесть на пол между стопами. Вернуться в исходное положение.

3. «ЗАМОЧЕК НА ЛОПАТКАХ». Согнуть одну руку локтем вверх, а другую - локтем вниз, предплечья за головой и за спиной. Соединить пальцы рук.

4. «КУЛЕЧЕК». Поднять согнутые в локтях руки и скрестить предплечья над головой так, чтоб пальцы были направлены к лопаткам. Кончики пальцев должны касаться лопаток.

5. «КУЛЕЧЕК ПО ОДНОЙ РУКЕ». Левую руку согнуть локтем вверх так, чтобы пальцы касались лопатки. Надавливать правой рукой на локоть левой (очень осторожно), стараясь опустить ладонь ниже. То же другой рукой.

6. «ЛОШАДКА». В положении полулежа на спине с опорой на локти согнуть одну ногу коленом вовнутрь так, чтобы голень была перпендикулярна выпрямленной ноге. Таз должен быть неподвижным, а колено согнутой ноги почти касаться пола.

7. «ПРУЖИНКА». Положить правую руку на левое плечо, левой взяться за правый локоть; надавливая НЕ него, стараться продвинуть локоть к левому плечу. То же в другую сторону.

8. «ПРУЖИНКА СЗАДИ». Держа руки за спиной, положить кисть одной руки на локоть другой. То же другой рукой.

9. «РОГАТКА». Держа руки перед собой, отогнуть вверх пальцы одной руки с помощью другой. То же поменяв положение рук.

10. «КОШКА ТЯНЕТ ЛАПКИ». Стоя на коленях с опорой на руки кистями к себе, стараться сесть на пятки отклоняя руки от вертикали. Ладони от пола не отрывать.

11. «КОРЗИНОЧКА». Лежа на животе, согнуть руки назад, дотянуться до согнутых ног и взяться за стопы.

12. «НАЕЗДНИК». Лечь на живот так, чтобы грудная клетка касалась пола. Поднять плечи вверх и назад ладони сложить на затылке.

*Примечание:* лучше это упражнение выполнять по парам - первый ребенок придерживает грудную клетк} второму на полу, а второй максимально поднимает плечи назад.

13. «ЛЕСЕНКА». Лежа на спине, развернуть ноги выворотно. Медленно поднимать то одну, то другую ногу, обе ноги вверх, то, вытягивая, то, сокращая их в 1 позицию.

14. «УГОЛОК». Лечь на спину, вытянуть ноги, руки положить вдоль тела ладонями вниз. Одновременно поднять корпус и вытянутые ноги (образовать угол). Руки для равновесия поднять и раскрыть t стороны.

15. «ГОРКА». Лечь на спину, руки вытянуть вдоль тела. Поставить ноги на пол за головой, вернуться в исходное положение.

16. «ЧАСИКИ СИДЯ». Сесть на пол, ноги как можно шире развести врозь, руки за голову. Наклониться в сторону, стараясь коснуться локтем до пола за коленом. То же в другую сторону.

17. «ЧАСИКИ ЛЕЖА». Лечь на спину, руки вверх. Положить руки за голову и прогнуться вправо. То же в другую сторону.

18. «ВЕЛОСИПЕД». Сесть на пол с опорой на руки. Поочередно сгибать ноги как при езде на велосипеде.

19. «ЛЯГУШКА». Сесть на пол, ноги согнуть в коленях, бедра отвести назад в стороны, стопы соединить подошвенной частью. Опираясь руками на колени, опустить их как можно ниже к полу.

20. «ГРУППИРОВКА». Лечь на спину, руки вверх. Согнуть ноги, прижать колени руками к груди.

21. «ЛОДОЧКА». Лечь на живот, руки вытянуть вперед, ноги вместе. Поднять вытянутые ноги назад над полом, прогнуться, руки вверх и вперед. Удерживать это положение некоторое время.

22. «КОШКА-СОБАКА». Принять упор на коленях. Прогнуть спину, голову поднять до предела вверх. Затем спину выгнуть, голову опустить вниз.

23. «КОЛЕЧКО». Лечь на живот. Упираясь на руки, прогнуть спину назад. Согнув ноги в коленях коснуться ими головы.

**Приложение 2**

**Музыкальные игры, используемые на занятиях хореографией**

 Приступая к описанию рекомендуемых игр, стоит уточнить то, что педагог может заменять игры по своему желанию, но так, чтобы цель игры оставалась прежней.

1. **"СОВУШКА".**

**Цель игры:** развитие координации движений, развитие навыка начинать и прекращать движение одновременно с началом и окончанием музыкального эпизода; развитие умения определять характер музыки, а также умения *соотносить свои движения* с характером музыки. Выбирается водящий – это "совушка". С началом музыки "совушка" засыпает («застывает» на месте), а все остальные дети "просыпаются" - начинают двигаться в соответствии с характером музыки. Как только музыка прекращается, "совушка" просыпается, а все дети «застывают». "Совушка" ходит между детьми и выбирает того, кто пошевелился. Этот ребенок и становится водящим, все повторяется сначала, даже если водящий не поменялся.

2. **"ЛОШАДКИ И ЛЮДИ".**

**Цель игры:** развитие умения определять на слух темп музыки и выполнять движения, соответствующие этому темпу. Когда звучит быстрая музыка, дети должны исполнять бег с высоким поднятием колена, изображая лошадок. Когда звучит медленная музыка, дети должны исполнять плавный пружинящий шаг с носка, изображая людей. Темп музыки меняется 3-4 раза за игру.

3. **"ЗЕРКАЛО".**

**Цель игры:** развитие навыка "зеркального" выполнения движений, развитие координации движений, развитие умения двигаться в соответствии с характером музыки; развитие творческого воображения. Дети выстраиваются в 2 линии, одна линия изображает зеркало, другая - людей, которые к этому «зеркалу» подходят. С началом музыки, характер которой периодически меняется, люди начинают движение (каждый перед своим "зеркалом"). Задача "зеркала" - все зеркально и музыкально повторить. Затем линии меняются ролями.

**4. "ПРАВАЯ-ЛЕВАЯ".**

**Цель игры:** развитие координации движений, развитие навыка движений в соответствии с ритмом музыки, развитие музыкального слуха. Дети становятся в круг, на расстоянии вытянутой руки, лицом к центру круга. Педагогом выбирается ведущий. Звучит умеренная музыка размером 2/4. Ведущий протягивает правую руку ладонью вверх своему соседу справа, припевая при этом: "Пра-ва-я". Сосед протягивает свою левую руку ладонью вниз, кладет ее на руку ведущего, припевая: "Ле-ва-я". Теперь ведущим становится он. Все повторяется до тех пор, пока руки всех играющих не сомкнутся.

**5. "УЗНАЙ ЖИВОТНОЕ".**

**Цель игры:** развитие умения определять характер музыки по вступлению, формирование навыка начинать движения после вступления; формирование навыка самостоятельно двигаться по кругу, соблюдая интервалы. Дети становятся в круг. Звучит музыка. По вступлению дети определяют, характеру какого животного соответствует исполняемая музыка (педагогом и концертмейстером должно быть подобрано 6-8 характерных, легко узнаваемых мелодий: медведь, заяц, лиса, бабочка, лошадка, лягушка, цапля и т.д.) После вступления дети начинают двигаться по кругу, изображая угаданное животное. После того, как дети запоминают, как двигаться под ту или иную мелодию, порядок мелодий меняется, каждый раз он новый.

**6. "ПОЙМАЙ УЛЫБКУ".**

**Цель игры:** развитие координации движений; развитие навыка *соотносить свои движения с движениями* партнера; развитие чувства ритма; развитие умения контролировать мимику лица, что является непременным условием для развития артистизма. Под ритмичную музыку (4/4) все дети стоят в кругу с серьезными лицами, кроме ведущего - у него на лице улыбка. На счет "раз" ведущий "снимает" улыбку в кулачок, на счет "два" - "кидает" любому играющему, на "три" - тот ее "ловит" в кулачок, на "четыре" - надевает на лицо и становится ведущим. Далее игра продолжается со счета "раз". По мере освоения игры темп музыки увеличивается.

**7. "НЕ НАРУШАЙ ГРАНИЦУ".**

**Цель игры:** развитие навыка ориентации в пространстве, развитие координации движений, развитие чувства ритма, развитие умения *соотносить свои движения с размерами* площади, что помогает развить навык ориентации в сценическом пространстве. Звучит ритмичная музыка (марш). Дети должны двигаться, не останавливаясь по любому пути, но не нарушать при этом границу игровой площадки, которую устанавливает педагог. Начинается игра на территории всего класса, которая потом сужается педагогом, затем расширяется и т.д. (главное, чтобы дети поняли, что там, где стоит педагог, проходит невидимая линия - граница, за которую нельзя заступать). Нарушителей границы и столкнувшихся игроков отправляют посидеть на стул, но не надолго.

8. **"ПОВОРОТ".**

**Цель игры:** развитие навыка ориентации в пространстве; развитие координации движений; развитие произвольности; развитие чувства ритма; развитие умения двигаться в соответствии с темпом музыки. Звучит ритмичная музыка (марш). Дети идут по кругу, держась за руки по команде ведущего "Поворот" останавливаются, делают четыре хлопка, поворачиваются кругом и продолжают движение. Направление меняется после каждого сигнала. Выполнивший задание неправильно, выходит из игры. По мере освоения игры, темп музыки увеличивается.

**9. «ЛАВАТА».**

Цель игры: развитие координации движений, развитие чувства синхронности, развитие внимания, развитие музыкального слуха и речи, развитие навыков адекватной реакции на слова ведущего, память. Дети встают в круг, первоначально роль ведущего выполняет учитель, потом ведущим становится любой воспитанник. Все хором под соответствующий аккомпанемент поют первые две строчки куплета (они остаются неизменными)... Когда дети поют третью строчку куплета *«Моиручки хороши»,* ведущий вытягивает вперед руки. Дети должны повторить его движение. На четвертую строчку *«А у соседа лучше»* каждый ребенок должен дотронуться правой рукой до руки соседа справа, а левой - до руки соседа слева. Таким образом, круг замыкается, и дети в таком положении идут по кругу под припев. Третья строка второго куплета *«Мои плечи хороши...»,* третьего куплета - *«Мои колени хороши...»,* четвертого куплета *«Мои пятки хороши...»* и т.д. То есть третья строка каждого куплета называет ту часть тела, которую дети должны показать на себе. А на четвертой строке ребенок должен взяться за плечо, коленку, пятку и т.д. соседа и пройти в таком положении круг под припев. Части тела могут называться в произвольном порядке.

**10."КАНОН"**

**Цель игры:** развитие координации движений; развитие чувства ритма, умения подчинять свои движения темпу музыки; развитие двигательной памяти; развитие произвольности. Дети выстраиваются в 4 линии и запоминают "канон" - 4 движения, каждое из которых исполняется в течение одного такта (например, марш на месте, приседание, хлопки, прыжки). После запоминания "канона" и репетиции его исполнения под музыку начинается собственно игра: первая линия делает "канон", начиная с первого такта, вторая начинает со второго, третья - с третьего, четвертая - с четвертого. Поскольку движения не повторяются, то после вступления всех линий в игру каждая из линий выполняет в одно время разные элементы канона. Задача участников - не ошибиться. По мере усвоения игры, меняются линии, музыка, движения.

**11. "ПРОСТРОИМ ФИГУРУ".**

**Цель игры:** развитие умения ориентироваться в пространстве; развитие координации движений; развитие навыков невербальной коммуникации (что облегчит в дальнейшем работу с рисунком танца). Дети двигаются в произвольном направлении под спокойную музыку. Педагог объявляет название фигуры (например: круг, квадрат, треугольник, линия, колонка, диагональ и т.д.). Начинает звучать ритмичная, известная детям музыкальная фраза (16 тактов). За время ее звучания дети должны построиться в объявленную фигуру. Причем сделать это молча. На первых этапах освоения игры дети могут пользоваться невербальным общением (мимикой, жестами и т.д.). По мере усвоения игры запрещаются все виды контактов между детьми, кроме визуального; уменьшается длительность музыкальной фразы.

**12. «СОЗДАЕМ ХАРАКТЕРЫ».**

**Цель игры:** развитие умения определять характер музыки по вступлению; развитие навыка движений в соответствии с ритмом и характером музыки; развитие навыка выражать характер, чувства и переживания с помощью движений и жестов; развитие эмоциональности и навыков артистичного исполнения. Дети встают в круг. Звучит музыка. По вступлению дети определяют, характеру какого героя соответствует исполняемая музыка (педагогом и концертмейстером должно быть подобрано несколько характерных мелодий, выражающих различные чувства: радость, злость, испуг; указывающих на конкретных героев: принца, доброго волшебника, злого волшебника, шпиона, старичка и т.п.). После вступления дети начинают двигаться по кругу, изображая узнанный характер или чувство. После того, как дети запоминают, как двигаться под ту или иную мелодию, порядок мелодий меняется, каждый раз он разный.

**Приложение 3**

**Задания на танцевально-музыкальную импровизацию:**

**«Возникновение пластического образа»**

Предлагается послушать музыкальное произведение, фонограмму песни. Каждый в своем воображении должен постараться найти образ. Дома выразить его различными средствами: описать словами, нарисовать, вырезать и наклеить и т.д.

На занятии передать этот образ средствами пластической выразительности.

**«Рождение образа»**

Группа делится на малые подгруппы (3 человека) для практического воплощения образа, выбранного каждой подгруппой самостоятельно. Просматривается навык синхронного исполнения его состава.

**«Детский тренинг»**

Педагог приносит на занятие мяч. Предлагает детям по одному, не сходя с места, только при помощи пластики тела и движений рук исполнить танец с мячом под звучащую музыку. Во время исполнения мяч можно перекидывать из одной руки в другую, только не разрушая ритм музыки, поднимать вверх и т.д. Главное, чтобы мяч не только не мешал исполнению импровизационного танца, но и стал средством художественного выражения индивидуальности, характера.

«**Стоп – кадр»**

Исполнители неожиданно застывают в промежуточном силуэте, позе, где нужно придумать эффектные позы тела, заканчивающего или начинающего движение.

**«Тренинг с хлопками»**

Дети встают в круг и разучивают комбинацию из четырех тактов. Комбинация закрепляется различными вариантами запоминания: закрыв глаза, при помощи воображения произвести всю комбинацию, исполнить в очень медленном темпе, вводить хлопки на сильную долю. Рисунок ритмического сопровождения может быть различным. Дети могут сами придумать различные варианты аккомпанемента в ладоши.

**«Диагональ зала»**

 Нужно каждому учащемуся попытаться все исполняемые им движения «развернуть» по диагонали зала. Движения должны исполняться в большой амплитуде продвижения. Для этого можно использовать различные прыжки, повороты, подскоки, шаги и т.д.

**«Контраст»**

Под музыку дети свободно двигаются по залу. В любой момент музыкального произведения им предлагается импровизировать: делать движения то в быстром, то в медленном темпе; то одной частью тела, то другой. По окончании задания нужно обсудить, как дети двигались, какие при этом у них были ощущения.

**«Повторяй за мной»**

Педагог выбирает трех ведущих. Они под музыку импровизируют, а остальные выбирают, за кем будут повторять движения. Ведущих можно менять.

**«Придумай танцевальную композицию».**

Под веселую мелодию придумать танцевальную композицию:

- я получил (а) двойку;

- мне купили воздушный шар;

- я разбил (а) вазу;

- ко мне придут сегодня гости;

- у меня день рождения;