Муниципальное бюджетное образовательное учреждение

дополнительного образования

«Центр детского творчества»

Ново-Савиновского района г.Казани

**Методическая разработка: Импровизация в хореографии для детей 8-10 лет**

Автор

Макарова Л.Н.

2024

**Методическая разработка: Импровизация в хореографии для детей 8-10 лет**

Цели:

• Развитие творческого мышления у детей.

• Улучшение координации движений и музыкальности.

• Поддержка самовыражения и самоуверенности.

Задачи:

**Образовательные задачи:**

* Познакомить детей с основами импровизации в хореографии.
* Развить чувство ритма, музыкальность и координацию движений.
* Научить детей выражать свои эмоции и идеи через танец.
* Поддержать развитие хореографических навыков и творческого мышления.

**Развивающие задачи:**

* Улучшить пластичность и гибкость тела у детей.
* Развить внимание к деталям и координацию движений.
* Поддержать развитие воображения и творческого потенциала.
* Способствовать развитию социальных навыков через взаимодействие и сотрудничество в группе.

**Воспитательные задачи:**

* Поддержать самовыражение и самоутверждение детей через танец.
* Поощрять уважение к мнению других участников и умение слушать и принимать их идеи.
* Способствовать развитию ответственности, дисциплины и уверенности в себе.
* Поддерживать позитивный настрой и уважение к себе и окружающим.

Вышеуказанные образовательные, развивающие и воспитательные задачи помогут детям не только освоить основы импровизации в хореографии, но и развить целый ряд навыков и качеств, важных для их гармоничного развития.

***План занятия:***

*Вводная часть:*

• Знакомство с понятием импровизации и ее ролью в хореографии.

• Разминка: упражнения на разминку тела и растяжку.

*Основная часть:*

1. Упражнения на чувство ритма:

• Игра с ритмом: дети повторяют ритм, созданный руками или ногами.

• Танцевальные шаги под музыку разной температуры.

*2. Импровизация в парах:*

• Дети поочередно выражают эмоции через движения, поддерживая партнера.

• Попробуйте создать короткую сценку в парах.

*3. Групповая импровизация:*

• Разделите детей на группы и дайте им задание создать танцевальную историю.

• Объедините группы и попросите их объединить свои идеи в общее представление.

*Заключительная часть:*

• Обсуждение процесса: попросите детей поделиться впечатлениями и эмоциями от импровизации.

• Растяжка и расслабление после активных упражнений.

*Рекомендации:*

• Поощряйте детей экспериментировать и не бояться ошибаться.

• Поддерживайте позитивный и открытый подход к творчеству.

• Стимулируйте детей к взаимодействию и обмену идеями во время импровизаций.

Эта методическая разработка поможет детям развить свою творческую натуру и уверенность в собственных способностях через импровизацию в хореографии.

***Ход занятия:***

***Вводная часть.***

*Импровизация* – это основанная на творчестве и свободном самовыражении форма исполнительства искусства, которая играет важную роль в хореографии. В хореографии, импровизация является процессом создания и исполнения движений без заранее продуманного и отработанного плана. Она дает танцорам свободу выражения, креативности и спонтанности, что позволяет им раскрыть свой индивидуальный стиль и эмоциональность.  
  
 Роль импровизации в хореографии не может быть недооценена. Она позволяет танцорам развивать свою артистичность, эмоциональное подразделение и внутреннюю свободу. Через импровизацию, хореографы и танцевальные коллективы могут исследовать различные стили, техники и идеи, а также расширять свои творческие возможности. Это помогает им углубиться в музыку, ощутить ритм, эмоциональный отклик и подлинность.  
  
 Импровизация также является средством раскрытия индивидуальности танцора. Ведь каждый исполнитель обладает уникальным стилем и музыкальностью. Через импровизацию танцор может проявить свои сильные стороны, скрытые потенциалы и особенности исполнения. Это способствует развитию его художественного выражения и подчеркивает его уникальность среди других танцевальных исполнителей.  
  
 Импровизация также является основой для моментальности и спонтанности в хореографии. Танцоры, зная основы техники и музыки, могут интерпретировать ее непосредственно в момент исполнения. Это позволяет им быть более гибкими и адаптивными к любым изменениям и ситуациям, которые могут возникнуть на сцене или во время выступления. Импровизация подталкивает танцоров на захватывающие приключения, где они сами становятся соавторами и сотворцами танцевального номера.

*Разминка* является важной частью процесса импровизации для детей. Она помогает подготовить тело и разогреть мышцы перед началом творческой работы. Упражнения на разминку тела и растяжку помогают ребятам снять напряжение, улучшить гибкость и координацию движений, а также активизировать физическую и эмоциональную подготовку к импровизации.  
  
 Вот несколько эффективных упражнений на разминку, которые помогут детям подготовиться к творческим заданиям:  
  
 *1. Солнце и луна:*

Ребята становятся в круг, все держатся за руки. Под музыку они начинают двигаться по кругу, имитируя солнце и луну. Во время движения ребята растягиваются, выполняют круговые и вращательные движения, активизируя все группы мышц.

*2. Животное-стиральная машина:*

Дети становятся в полу-приседе, сжимают кисти в кулаки и начинают совершать круговые движения руками, как будто они стирают. Затем ребята медленно поднимаются, разминают плечи и прогибаются вперед, имитируя действия стиральной машины.

*3. Волна:*

Дети становятся в одну линию и передают друг другу воображаемую волну от одного конца к другому. Для этого они начинают медленно поднимать и опускать руки, а затем передают движение от головы к ногам. Это упражнение помогает размять позвоночник и улучшить гибкость.

*4. Корабль:*

Дети встают на одной ноге, другую ногу согнутую держат за лодыжку. Затем они начинают делать плавные колебательные движения, похожие на покачивание на волнах. Постепенно ребята меняют ногу и повторяют упражнение. Это упражнение помогает улучшить равновесие и размять ноги.

*5. Воздушный шар:*

Ребята становятся рядом и начинают медленно поднимать руки, словно они надувают огромный воздушный шар. Постепенно они поднимаются на цыпочки и приподнимаются, чтобы максимально выразить движение воздушного шара. Затем руки опускаются медленно и плавно, словно шар спускается к земле. Это упражнение помогает расслабить мышцы рук и плеч.

Проведение разминочных упражнений перед импровизацией для детей является важным этапом подготовки. Они помогают ребятам снять напряжение, улучшить гибкость и координацию движений, а также подготовить физическое и эмоциональное состояние к творческим заданиям. Ребята могут сами придумывать упражнения или использовать предложенные, чтобы раскрыть свой потенциал при импровизации.

***Основная часть***

***1. Упражнения на чувство ритма:***

*• Игра с ритмом: дети повторяют ритм, созданный руками или ногами.*

Дети встают перед всей группой и начинают создавать ритм, используя свои руки или ноги. Остальные участники группы должны тщательно наблюдать и повторять этот ритм. В процессе игры можно усложнять задачу, добавляя новые элементы в ритм или меняя его скорость. Такая игра помогает детям развить чувство ритма, слух и координацию движений.

*• Танцевальные шаги под музыку разной температуры.*

Дети формируют круг и становятся в центре, по очереди предлагая свои танцевальные шаги под разные композиции музыки. Все остальные участники группы должны внимательно наблюдать и повторять эти шаги. Под музыку с быстрым темпом дети будут выступать с более активными и энергичными движениями, в то время как под музыку с медленным темпом они будут подбирать более грациозные и плавные движения. Такое упражнение помогает детям развить чувство ритма и выразительность в движениях.

***2. Импровизация в парах:***

• Дети поочередно выражают эмоции через движения, поддерживая партнера.

• Попробуйте создать короткую сценку в парах.

Одна из самых популярных форм импровизации для детей – это работа в парах. Это способствует развитию взаимодействия и сотрудничества. Одна из игр, которую можно проводить в парах, – это эмоциональная импровизация. Дети поочередно выражают различные эмоции – счастливые, грустные, злые и др. – через движения, поддерживая и вдохновляя своего партнера. Эта игра помогает детям развить эмоциональную интеллектуальность и умение эмпатии, а также научиться чувствовать и передавать эмоции.

Кроме того, импровизация в парах может стать основой для создания короткой сценки. Когда дети уже сплотились и научились работать в паре, можно предложить им поиграть в "импровизационное театральное представление". В этом упражнении пары детей должны создать небольшую сценку, используя только свою фантазию и импровизационные навыки. Они могут использовать реальные сюжеты или выдумывать собственные истории, дающие возможность для свободного самовыражения и воплощения идей.

Импровизация в парах для детей 10 лет является не только увлекательным занятием, но и полезной практикой для развития различных навыков и качеств. Она помогает детям научиться быть открытыми для новых идей, принимать неожиданные ситуации и развивать свою творческую мысль. Такие занятия способствуют улучшению коммуникативных навыков, развитию фантазии и воображения, а также повышают уверенность в себе.

В целом, импровизация в парах для детей 10 лет – это яркое и многогранный способ развлечения, который одновременно помогает раскрыть позитивные стороны личности каждого ребенка. Не стоит забывать, что импровизация – игра, поэтому самое важное – это радость от процесса, свобода выражения и возможность наслаждаться творчеством.

***3. Групповая импровизация:***

• Разделите детей на группы и дайте им задание создать танцевальную историю.

• Объедините группы и попросите их объединить свои идеи в общее представление.

Групповая импровизация является замечательной активностью для детей в возрасте 8-10 лет, которая помогает развить их творческие способности и социальные навыки. Она позволяет детям работать в коллективе, выражать себя и воплощать свои идеи вместе с другими участниками.

Во время групповой импровизации дети разделяются на группы и получают задание создать танцевальную историю. Это задание предоставляет им свободу выбора и возможность использовать свою фантазию и творческие способности. Каждая группа может выбрать тему для своей танцевальной истории и начать работу над созданием персонажей, сюжета и движений.

После того, как каждая группа завершила работу над своей танцевальной историей, все группы объединяются. Затем участники объединенной группы должны работать вместе, чтобы объединить их идеи в общее представление. Этот этап требует от детей коммуникативных и социальных навыков, таких как сотрудничество, слушание и уважение к мнению других участников.

В процессе объединения идей участники могут вносить предложения и обсуждать, как сделать их танцевальную историю более увлекательной и эмоциональной. Они учатся находить компромиссы, слушать друг друга и приходить к общему согласию. Это помогает развить навыки коллективной работы и делает их взаимодействие гармоничным.

Когда все группы завершили процесс объединения идеи, их танцевальная история готова к представлению. Дети могут исполнить свои движения и рассказать свою историю перед аудиторией, что поможет им проявить свою творческую душу и получить признание за свои усилия.

Таким образом, групповая импровизация предоставляет детям возможность развивать свою фантазию, творческие способности и социальные навыки. Она позволяет им работать в коллективе, обмениваться идеями и достигать общих целей. Групповая импровизация способствует развитию самовыражения и сотрудничества, что важно для формирования личности и успешной адаптации в обществе.

***Заключительная часть:***

• Обсуждение процесса: попросите детей поделиться впечатлениями и эмоциями от импровизации.

• Растяжка и расслабление после активных упражнений.

После окончания импровизационной сессии необходимо провести обсуждение процесса, чтобы дети могли поделиться своими впечатлениями и эмоциями. Во время этого обсуждения важно создать доброжелательную и поддерживающую атмосферу, чтобы каждый ребенок чувствовал себя комфортно и мог выразить свои мысли.

Педагог может задать следующие вопросы, чтобы стимулировать дискуссию:

- Какие эмоции и чувства вы переживали во время импровизации?

- Какие ситуации или персонажи вам понравились больше всего?

- Были ли у вас какие-то трудности или вызовы во время игры? Как вы с ними справились?

- Какая идея или момент вам запомнился особенно ярко?

Рекомендуется поощрять детей высказывать свои мысли и слушать друг друга. Данный этап поможет детям осознать и оценить свои достижения, а также развить навыки анализа и самоотражения.

Завершив обсуждение, следует провести растяжку и расслабление для детей, чтобы снять напряжение после активных упражнений. Важно обратить внимание на растяжку мышц, особенно после физически интенсивных игр. Несколько простых упражнений на растяжку и расслабление вполне подойдут для данной категории возраста.

Например, можно предложить детям выполнять следующие упражнения:

1. Растяжка верхней части тела: поднимайте руки вверх и начните игриво потягиваться вверх, а затем плавно опускайтесь вниз.

2. Растяжка нижней части тела: дети могут присесть на пол, вытянуть ноги вперед и аккуратно дотянуться до ног, стараясь коснуться пальцами кончиков.

3. Растяжка шеи и плечевого пояса: попросите детей вращать головой влево и вправо, а затем поворачивать ее влево и вправо, при этом плечи остаются неподвижными.

4. Растяжка ног: дети могут сесть на пол и протянуть ногу вперед, а затем наклониться вперед, стараясь дотянуться до ноги.

При выполнении растяжки и расслабления важно следить за своими ощущениями и не забывать об осторожности, чтобы не вызвать дискомфорт или травму. Заканчивая упражнения, можно обратить внимание детей на расслабленное дыхание, чтобы они почувствовали состояние покоя и спокойствия.

Таким образом, обсуждение процесса и растяжка после активных упражнений направлены на поддержку ребят и помогают им обдумать свои переживания, а также расслабиться и снять физическое напряжение. Эти части послеимпровизационного занятия помогут детям усвоить уроки, научиться оценивать свои действия и отдыхать после физической активности.

*Дополнительные упражнения на импровизацию:*

«Зеркальные движения»:

Дети делятся на пары. Один из партнеров является "лидером", создавая плавные и выразительные движения, а второй партнер должен отражать эти движения, будучи "зеркалом".

После некоторого времени меняются ролями.

«Тематическая импровизация»:

Выберите тему (например, природа, путешествие, сказка) и попросите детей выразить свои представления на эту тему через танцевальные движения.

Можно использовать музыкальное сопровождение, соответствующее выбранной теме.

«Имитация животных»:

Дети выбирают животное и пытаются передать его характерные движения через танец.

Затем дети могут объединиться в группы и создать коллективное представление, где каждый из них играет роль животного.

«Эмоциональная импровизация»:

Предложите детям разные эмоции (радость, грусть, страх, удивление) и попросите их выразить эти эмоции через танцевальные движения.

После этого дети могут создать короткие сценки, объединяя разные эмоции в одно выступление.

Эти упражнения помогут детям раскрыть свою творческую натуру, развить чувство взаимодействия и выразительности через импровизацию в хореографии.