

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования «Центр детского творчества»
муниципального образования Павловский район**



**Муниципальный этап краевого профессионального конкурса
«Учитель здоровья Кубани»**

**Конспект занятия
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программе «Татина» базового уровня**

**Автор — составитель:
Черная Ирина Анатольевна,
педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории**

**станция Павловская,
2023 год**

Конспект занятия
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«Татина» базового уровня

Тема занятия: «Импровизация как основа танцевальной терапии»

Тип занятия: практическое занятие по обобщению знаний и закреплению умений и навыков.

Вид занятия: комбинированное (импровизация).

Характеристика группы обучающихся: группа обучающихся 3 года обучения по разноуровневой дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Татина», количество — 10 человек, возраст – 11-12 лет.

Цель занятия: совершенствование навыков эффективного взаимодействия обучающихся, улучшение координации движений и эмоциональной выразительности при выполнении импровизации путем повторения и отработки пройденных движений.

Задачи:

обучающие:

- расширить знания обучающихся о понятиях «импровизация» и «танцевальная терапия»;
- совершенствовать навыки бесконтактной и контактной импровизации в паре и группе;
- формировать у обучающихся навыки изоляции различных частей-центров тела.

метопредметные:

- развивать моторико-двигательную память, двигательную сноровку, координацию и пластику движений;
- развивать навык сознательного управления своим телом;
- развивать художественно-образное мышление, художественное воображение, эмоциональность, музыкальность и артистизм;
- развивать коммуникативные умения и навыки;
- способствовать развитию творческих способностей обучающихся;

личностные:

- отбатывать умение работать в коллективе;
- формировать положительную самооценку;
- формировать собственные отношения к ситуации и роли.

оздоровительные:

- формировать правильную осанку;
- укреплять свод стопы;

- развивать мышечную силу, выносливость.

Формы работы обучающихся: фронтальная, индивидуальная.

Методы обучения:

- метод словесный, наглядный,
- метод практический,
- метод проблемно-развивающего обучения,
- метод контроля и самоконтроля,
- метод стимулирования и мотивация обучения.

Применяемые педагогические технологии:

- технология здоровьесберегающего обучения (здоровый образ жизни, развитие тела, ощущение радости в процессе обучения);
- технология личностно-ориентированного обучения с дифференцированным подходом;
- технология развивающего обучения;
- игровая технология;
- технология музыкального воздействия (музыкотерапия);
- технология метода хореокоррекции.

Межпредметные связи: музыка, гимнастика, анатомия, театральное искусство, физическая культура, окружающий мир.

Оборудование и материалы: мультимедийный проектор, ноутбук, экран, музыкальный центр, фонотека, гимнастические коврики.

Виды деятельности детей:

- слушание музыки;
- музыкально-пластическое движение;
- актерское мастерство;
- игровая деятельность;
- работа в группах;
- работа в парах.

Рекомендации по организации и проведению занятия:

Занятие проводится в хореографическом зале. Учебное помещение должно быть хорошо проветренным, чисто убраным, просторным. Наличие зеркал и станка обязательно.

Так как большинство заданий требуют от обучающихся импровизации и экспромта, целесообразно не репетировать заранее с воспитанниками те или иные упражнения: это обеспечить эффект неожиданности, новизны и правдоподобности от «импровиза».

Все этапы занятия сопровождаются слайд-шоу.

При подборе музыкального материала необходимо отдать предпочтение «импровизационным» жанрам в музыке (джаз).

Обучающиеся - в специальных тренировочных костюмах и обуви.

План занятия:

Организация начала занятия 3 мин.

Вступительная беседа педагога с обучающимися 2 мин.

Разминка (по методу танцевальной терапии) 10 мин.

Выполнение тренировочных упражнений и заданий 22 мин.

Создание танцевальной композиции 5 мин.

Подведение итогов, рефлексия 3 мин.

Ход занятия

1. Организационный этап.

Организация начала занятия (3 мин.)

Педагог: Добрый день! Я рада приветствовать всех на занятии!
Проходите и занимайте свои места на гимнастических ковриках

На экране – видео «Танцевальная терапия».

Все уже обратили внимание на кадры, демонстрирующие элементы танцевальной терапии в исполнении танцевальной группы «AXIS». Термин «танцевальная терапия» впервые появился в середине прошлого столетия. Имея в своей основе импровизацию, танцевальная терапия использует движение для развития социальной, когнитивной, эмоциональной и физической жизни человека.

Сегодня мы тоже будем заниматься танцевальной терапией.

И тема занятия - «Импровизация как основа танцевальной терапии». Используя методику танцевальной терапии, мы будем учиться импровизировать. Импровизировать, чтобы лучше понимать и ощущать своё тело, уметь раскрепощаться и быть свободным в своих движениях, чтобы слушать и слышать музыку. Все эти умения пригодятся нам не только на сцене, но и в жизни.

В результате тренировочных упражнений взаимодействие танцоров в паре и в группе должно стать более эффективным.

Вступительная беседа педагога с обучающимися (2 мин.)

Импровизации нельзя научить,
но ей можно научиться.

Стив Пэкстон,

танцор, импровизатор,
основатель контактной импровизации

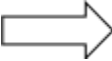
Педагог: Насколько важно для танцора умение импровизировать? Нужно ли это умение человеку вообще?

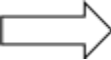
Понятие «импровизация» (франц. improvisation, итал. improvvisazione, от лат. improvisus — неожиданный, внезапный) – подразумевает создание художественного произведения в процессе его исполнения.

Именно импровизация дает возможность выразить себя в творчестве, почувствовать радость движения, гармонию тела с музыкой и ритмом.

Когда мы учимся импровизировать, то развиваем музыкальность, чувство ритма, фантазию и воображение. (Слайд) Этот процесс имеет и обратное действие. (Слайд).

На экране:

 УЧИМСЯ ИМПРОВИЗИРОВАТЬ	Развиваем:
	музыкальность, чувство ритма, музыкальную память, фантазию и воображение, чувство фразировки и формы, чувство ансамбля

 Развиваем: музыкальность;	УЧИМСЯ ИМПРОВИЗИРОВАТЬ

чувство ритма, музыкальную память, фантазию и воображение; чувство фразировки и формы, чувство ансамбля	
--	--

2. Подготовительный этап.

Разминка (по методу танцевальной терапии) 10 мин.

Педагог: Как обычно, мы начнем с разминки, при выполнении которой используем джазовую музыку. Ведь «джаз» и «импровизация» - тождественные понятия.

Разминка. Все становятся по кругу. Педагог налаживает зрительный и эмоциональный контакт с воспитанниками.

Разминка.

Стоя в кругу:

- растираем ладони, «моем» руки, сжимать и разжимать кулачки;
- наклоны головы вправо, влево;
- повороты головы вправо, влево;
- работа плечами вверх, вниз; поочередно: вверх – вверх – вниз – вниз;
- круговые движения плечами - одновременно и поочередно;
- плавные наклоны корпуса вправо, влево, руки опущены (волна корпусом);
- наклоны с разворотом корпуса вправо и влево, рукой дотрагиваться до стоящего сбоку человека – сначала одной рукой, затем двумя руками;
- повернуть корпус по ходу круга – наклон вперед, навалиться руками на впереди стоящего человека; развернуться в другую сторону;
- повернуть корпус по ходу круга – похлопывание ладошками по спине впереди стоящего;

Сидя на полу:

- сесть на пол, ноги сложить калачиком, взяться за руки, руки на колени: положить корпус направо, налево на соединенные руки;
- затем добавить противоположную руку (накрыться рукой, дотянуться до плеча соседа); тоже двумя руками
- вытянуть ноги вперед к середине круга: «помахать привет» стопой;
- ноги вытянуты вперед, корпус натянуть спина ровная – расслабиться, скинуть плечи вниз;
- потянуться вперед руками к стопам, колени прямые;

- массируем пальцами свои руки, плечи, шею;
- похлопать ладошками левую ногу соседу справа, затем правую ногу соседу слева;
- сесть паровозиком друг за другом, помассировать плечи, спину впереди сидящему, легко поколотить кулачками, ладошкой.
- стоя спиной друг к другу, сцепиться локтями – боковые наклоны, вперед и назад, слегка прогибаясь.

3. Основной этап.

Выполнение тренировочных упражнений и заданий (22 мин.)

Педагог: Импровизация – это свобода. И мы не ограничиваем свой танец жесткими рамками. Мы свободны сделать наш танец любым.

На экране – «Импровизация – это свобода».

Задание 1. «Имя» (Бесконтактная импровизация)

Педагог: А ещё импровизация – это честность. И поэтому мы стремимся к тому, чтобы быть честными с собой в процессе каждого танца.

На экране – «Импровизация – это честность».

Педагог: Переходим к 1-ому заданию: «Имя». Каждому из вас необходимо пластикой своего тела нарисовать свое имя. Продемонстрируйте свое умение творчески использовать пространство.

Демонстрация «имен» по 2-3 человека. После просмотра выбирается самое удачное «Соло». Все остальные разбиваются по динамике и характеру исполнения.

Задание 2. «Необитаемый остров» (Бесконтактная импровизация)

Педагог: Следующее задание будет связано тоже с бесконтактной импровизацией. Импровизация – это смелость мысли. Поэтому предлагаю всем отправиться на необитаемом острове.

На экране – «Импровизация – это смелость».

Всем воспитанникам педагог предлагает представить, что они на необитаемом острове. Нужно придумать 4 движения, через которые необходимо показать своё настроение и эмоции (испуг, страх, веселье, удивление и т.п.). Запомнить их последовательность. По группам предлагается показать это упражнение (3-4 человека). Получаются целые композиции. Вся остальная группа смотрит выступление

и в конце обсуждает, вносят свои предложения (что было хорошо, а что можно изменить).

Педагог: Ваши импровизации очень интересны и заслуживают аплодисментов.

Задание 3. «Ведущий и ведомый» (Контактная импровизация)

Педагог: Продолжим тренировочные упражнения. Задание усложняется: импровизация становится контактной.

В основе следующего упражнения «Ведущий и ведомый» – лежит умение слушать прикосновением и верно реагировать на полученную от партнера информацию. Разбиваемся по парам. Один в паре – ведущий, второй – ведомый. Ведущий протягивает запястье тыльной стороной своему партнеру, а ведомый мягко берется ладонью за запястье и закрывает глаза. Ведущий начинает вести своего партнера исследовать пространство вокруг. Чтобы работа была успешной, требуется исключительное умение сосредотачиваться и чувство партнера. И ведущий и ведомый должны «слушать» ту информацию, которая идет через тело партнера. Соприкосновение должно быть легким и постоянным, что бы обеспечить максимальную передачу информации.

Участники меняются ролями. После выполнения упражнения все воспитанники садятся в круг и обсуждают собственные ощущения. Обязательно надо дать возможность каждому участнику высказать свои ощущения, мысли. Затем педагог, прослушав высказывания участников, подытоживает, делает вывод.

Педагог: Согласитесь, что импровизация – это поиск, эксперимент. Экспериментировать всегда интересно!

На экране – «Импровизация – это поиск, эксперимент»

Задание 4. «Передача и прием веса и оттяжка» (Контактная импровизация)

Педагог: Продолжаем работу в контакте. Вновь разбиваемся по парам. Сначала необходимо найти способ вступить в контакт с помощью рук, кончиками пальцев. Постепенно в контакт должна войти другие части тела.

Главное в упражнении – ощущение перемещение веса, а не движение рук или головы. Упражнение повторяется разными частями тела, с тем чтобы исследовать различные точки контакта, опираясь на умение слушать партнера (как в упражнении «ведущий – ведомый»).

Полезно также напомнить, что в контактной работе использование даже небольшого веса имеет такое же значение, как и большой вес.

Далее воспитанников просят выбрать 5 способов противовеса и оттяжки и работать над ними, уделяя внимание качеству, фокусу и направлению движения. Затем найти способ связать выбранные четыре способа в единое упражнение. Выполненную работу показывают две - три пары одновременно, остальные члены группы обсуждают увиденное.

Педагог: Я бы к понятию импровизация добавила ещё и понятие «игра».

На экране – «Импровизация – это игра»

Создание импровизированной танцевальной композиции в ансамбле (5 мин.)

Педагог предлагает воспитанникам создать танцевальную композицию, используя придуманные на занятии движения и упражнения. Педагог руководит постановочной деятельностью.

Педагог: Импровизация – это творчество. Танец души, а не выученная последовательность движений, это выражение Вашего "Я", всепоглощающее чувство свободы, причастность к искусству... Вас захватывает музыка, и Вы творите.

На экране – «Импровизация – это творчество».

Демонстрация импровизированной танцевальной композиции.

К концу композиции на экране появляется предложение «Импровизация – это свобода, честность, поиск, эксперимент, смелость, игра, творчество...»

Педагог: Чувствовать музыку, поддаваться её порыву, свободно и непринужденно вести себя под любую композицию - вот что такое импровизация. Может быть, кто-то продолжит ряд ассоциаций, связанных со словом «импровизация»?

Ответы обучающихся.

7. Рефлексия.

Подведение итогов (3 мин.)

Педагог: Наше занятие завершается. На мой взгляд, оно получилось очень динамичным, эффективным. Мне было интересно с вами работать. *(Отмечает работу каждого воспитанника).*

Цели мы, безусловно, достигли. Взаимодействие танцоров в паре и группе становится более действенным, понятным, доверительным. Через импровизацию совершенствовались конкретные танцевальные умения. С другой стороны, выпол-

няя тренировочные упражнения и задания, мы учились импровизировать. А это так важно для танцоров!

По традиции занятия по хореографии заканчиваются поклоном. Предлагаю завершить наше занятие необычным поклоном. Вспомните свой жест, которым вы приветствовали друг друга. В поклоне вы должны использовать то же движение, в характере «рапида» (замедленном темпе).

Поклон.

