

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
БЕРДЯНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

Олена МАРТИНЕНКО

**ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА РОБОТИ З ДИТЯЧИМ
ХОРЕОГРАФІЧНИМ КОЛЕКТИВОМ:
ДОШКІЛЬНИЙ ВІК
НАВЧАЛЬНИЙ ПОСІБНИК**

Бердянськ
2014

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

УДК 372.36:793.31 (075.8)

ББК 74.100.551.3

М 29

*Рекомендовано Вченою радою Бердянського державного педагогічного
університету як навчальний посібник для студентів вищих навчальних
закладів(протокол № 6 від 24.12.2014 р.)*

Рецензенти:

Коваль Л. В. – доктор педагогічних наук, професор, директор Інституту психолого-педагогічної освіти та мистецтв Бердянського державного педагогічного університету;

Зайцева Л. І. – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри дошкільної освіти Бердянського державного педагогічного університету;

Годовський В. М. – професор, кандидат педагогічних наук, Заслужений діяч мистецтв України, зав. кафедрою хореографії Рівненського державного гуманітарного університету

Мартиненко О. В.

М 29

Теорія та методика роботи з дитячим хореографічним колективом (дошкільний вік): навчальний посібник для студентів напряму підготовки 6.020202 Хореографія* / Олена Мартиненко. – Бердянськ: Видавець БДПУ, 2014. – 301 с.

ISBN

Навчальний посібник висвітлює частину нормативної дисципліни «Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом», яка розкриває специфіку хореографічної роботи з дітьми дошкільного віку. У посібнику автор розглядає психофізіологічні особливості розвитку дітей дошкільного віку, завдання, зміст та показники компетентностей (знання, уміння, базові якості) хореографічного навчання, методику організації та проведення хореографічних занять, вимоги до танцювального репертуару, надає зразки конспектів різних видів хореографічних занять, репертуарні плани, опис танців, фотоматеріали.

Посібник призначено для викладачів та студентів спеціальності «Хореографія», керівників дитячих хореографічних колективів, хореографів та музичних керівників дошкільних установ.

УДК 372.36:793.31 (075.8)

ББК 74.100.551.3

©О.В.Мартиненко, 2014

© Вид-во БДПУ, 2014

ISBN

ЗМІСТ

Вступ	4
Вікова характеристика дітей дошкільного віку та її урахування в хореографічній діяльності	6
Основні завдання хореографічної роботи з дошкільнятами	14
Особливості організації хореографічної роботи з дітьми дошкільного віку	19
Методика проведення хореографічних занять з дітьми дошкільного віку	30
Орієнтовний зміст хореографічної роботи з дітьми дошкільного віку	40
Побутові форми рухів	51
Рухи народно-сценічного танцю	57
Елементи класичного танцю	88
Рухи історико-побутового та сучасного бального танців	97
Музично-ритмічні вправи	112
Партерна гімнастика	124
Танцювальна імпровізація	139
Танцювальний репертуар для дошкільнят	167
Показники компетентності хореографічного навчання дітей дошкільного віку	179
Список рекомендованої літератури	190
Додатки	
Зразки конспектів хореографічних занять	195
Зразки танцювальної інтерпретації українських народних ігор	269
Зразки партерних комплексів	279
Ілюстрації навчально-творчого процесу	293
Фотоматеріали	295

ВСТУП

Навчальна дисципліна «Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом» є однією з провідних у фаховій підготовці майбутнього педагога-хореографа, керівника дитячого хореографічного колективу. У процесі навчання майбутні спеціалісти засвоюють не тільки завдання, які стоять перед ними як керівниками-наставниками, але й конкретні шляхи їх реалізації. Вони навчаються визначати своє творче кредо, розширюють науковий і загальнокультурний світогляд, покращують професійну ерудицію та компетентність, зміцнюють педагогічні та мистецькі погляди та переконання. Під час засвоєння цієї дисципліни студенти вчаться визначати завдання та зміст роботи дитячого хореографічного колективу, планувати навчально-виховний та творчий процес, розробляти конспекти хореографічних занять різних видів, сценарії виховних заходів та концертних програм, проводити їх фрагменти та аналізувати, добирати танцювальний репертуар для певної вікової категорії.

Одним з важливих розділів даної дисципліни є «Методика організації хореографічної роботи з дітьми дошкільного віку», в якому розкриваються питання вікових особливостей дітей дошкільного віку, основні завдання, зміст та показники компетентностей хореографічного навчання дошкільнят, методика організації та проведення хореографічних занять, вимоги до танцювального репертуару. Саме цей віковий період є найбільш важливим для розвитку спеціальних здібностей дитини та особистості загалом. Накопичення знань, формування вмінь та навичок дітей, розкриття їх обдарування найбільш ефективно проходить під час активної діяльності, до якої належать заняття хореографією.

Зміст дисципліни «Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом» базується на знаннях, уміннях та навичках, які студенти отримали під час засвоєння загальної та вікової педагогіки, психології та спеціальних хореографічних дисциплін (теорії та методики класичного, народно-сценічного, українського, сучасного танців, історії хореографічного мистецтва, мистецтва балетмейстера, ритміки, партерної гімнастики та інших). Тому виклад матеріалу передбачає закріплення та розширення знань

***Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік***

студентів з вищезазначених дисциплін, відповідно до методики роботи з дітьми дошкільного віку (елементи класичного танцю, рухи народно-сценічного, сучасного та бального танцю, партерна гімнастика тощо).

У посібнику пропонуються зразки різних видів хореографічних занять, які можуть використовувати в своїй практичній діяльності як педагоги-початківці, так досвідчені спеціалісти. Ми подаємо також приклади репертуарних планів, які можуть бути творчим поштовхом для постановочної діяльності хореографа. Зміст посібника включає інноваційні методики проведення хореографічної роботи з дітьми дошкільного віку (контактна хореографія, застосування гімнастичної палички).

Запропонована нами методика проведення хореографічної роботи з дітьми дошкільного віку пройшла апробацію в підготовчих групах Народного ансамблю танцю «МарЛен» Центру дитячої та юнацької творчості м. Бердянська Запорізької області, керівником якого є автор посібника, а також під час проходження студентами спеціальності «Хореографія» Бердянського державного педагогічного університету практик у дитячих хореографічних колективах. Деякий матеріал друкувався у фахових періодичних виданнях («Палітра педагога», «Дитячий садок», «Мистецтво», «Позашкілля») та збірниках наукових статей.

Сподіваємось, що кожен майбутній спеціаліст відшукає для себе корисну інформацію, завдяки якій зробить навчально-виховний процес у своєму колективі більш змістовним, різноманітним та цікавим.

ВІКОВА ХАРАКТЕРИСТИКА ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ТА ЇЇ УРАХУВАННЯ В ХОРЕОГРАФІЧІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

При визначенні завдань та змісту хореографічної роботи з дітьми дошкільного віку слід урахувувати вікові психологічні, фізичні та музично-рухові особливості їх розвитку.

Молодший дошкільний вік (п'ятий рік життя)

Уявлення про хореографічне мистецтво. Внаслідок активного розвитку пізнавальних процесів, дитина здатна усвідомлювати інформацію про те, що хореографія – це танок за правилами, виконання яких вчить красивим рухам, виробляє красиву поставу. Дитина починає розуміти, що танець – це німа мова, що один і той самий рух може мати різне значення, а в танцях розкриваються різноманітні образи. Може простежити закономірність, що характер виконання танцю залежить від його музичного супроводу.

Запам'ятовування інформації у цьому віці носить здебільшого мимовільний характер, тобто залежить від емоційного настрою та інтересу до відповідної теми. Активізація словника сприяє засвоєнню доступної танцювальної термінології (назви рухів, танців, позицій). Дитина може сприймати та розповідати зміст хороводів, сюжетних та побутових танців, визначати особливості музичного супроводу.

Танцювальний досвід. Дитина починає співвідносити музичні жанри (марш, полька, вальс, танок) з танцювальними (хоровод, пляска, полька, вальс), підпорядковує танцювальні рухи особливостям музичного супроводу. Починає рухатися після музичного вступу і закінчує рух після зупинки звучання музики, орієнтується в загальному характері мелодії, характеризує емоційно образний зміст музики, розрізняє відтінки одного настрою шляхом контрастного зіставлення музичних творів. Розвиток пам'яті сприяє запам'ятовуванню та відтворюванню танцювальних рухів, вправ, комбінацій та танців. Дитина здатна пригадати, які рухи виконувалися на занятті під ту чи іншу музику. Потребує частішої зміни видів хореографічних завдань та умов їх виконання, у зв'язку з нестійкістю психічних процесів.

Малюк пізнає мову танцю шляхом освоєння образно-рухового змісту танцювальних рухів («колупалочка» (колупали землю), «вірвовочка» (плести вірвовку), «моталочка» (мотати ногою) та ін.). Може передавати образи контрастного характеру («Айболит і

Бармалей», «Вовк і Засць», «Товстий і Тонкий» та ін.), диференціювати та передавати за допомогою виразних поз, жестів і міміки різні переживання і стан людини (радість, сором, страх).

Дитина емоційно виконує танці-ігри, побудовані на танцювальних формах побутових рухів (кроки, біг, стрибки) та імітаційних рухах цікавих для наслідування, може виразно розкривати цікаві та знайомі образи відповідно до танцювальних характеристик або зразків наданих дорослим. Здатна проявляти творчі знахідки, прикрашати образи влучними позуваннями, мімічними реакціями. Разом із цим, у танцювальних імпровізаціях здебільшого спостерігаються «рухові штампи».

Дитина здатна в ігровій формі засвоїти інформацію про позиції рук та ніг (характерний танець). Початковий танцювальний досвід дозволяє малюку виконувати доступний репертуар народних (хороводи, сюжетні та побутові), історико-побутових, дитячих бальних танців. Ознайомлення з парними танцями формує початкові знання про різні положення в парі, розвиває вміння утримувати погляд на партнері, узгоджувати з ним свої рухи, починати та закінчувати виконувати рух разом.

Дитина знає назви просторових малюнків (лінія, коло, колона, ланцюжок), наприкінці вікового періоду намагається утримувати інтервали, виконує елементарні перебудови з одного танцювального малюнку в інший.

Естетична та творча активність. Поряд з емоційною чутливістю формується й художнє мислення, тому дитина не просто сприймає танцювальні образи (під час власного виконання, перегляду концертних номерів, балетних вистав), порівнює їх між собою, а й вчиться співвідносити їх з реальними. Вона починає тонше диференціювати гарне і негарне, розуміється на тому, що відносять до категорії некрасивого. Естетична оцінка власної чи колективної танцювальної творчості виражається простими характеристиками: «подобається танець – не подобається», «красиво танцює – не красиво». У дитини спостерігається бажання співвідносити свої танцювальні рухи зі зразком дорослого, наслідувати красивому виконанню. Разом з тим, вона проявляє самостійність, бажання діяти не лише за вказівкою дорослого, а й на власний розсуд, за особистим бажанням, що дозволяє насичувати заняття елементами танцювальної імпровізації. У процесі танцювальної творчості охоче

оперує не лише реальними, а й уявними, віртуальними образами. Під час творчих завдань підпорядковує власну поведінку загальним правилам, спільні дії та ігри з однолітками починають домінувати над індивідуальним. Проявляє початкові форми вибірковості в установленні контактів з іншими дітьми під час виконання елементарних вправ контактної та масової імпровізації.

Дитина з задоволенням виконує танцювальні рухи з предметами, які іноді служать орієнтирами для перебудови у той чи інший малюнок, емоційно контактує з іграшками під час танцювальних вправ та творчих завдань.

Дитина здатна засвоїти правила танцювального етикету: вітати педагога танцювальним уклонем, а по закінченню заняття дякувати та прощатися також за допомогою уклону, запрошувати партнера до танцю, приймати запрошення, відповідаючи реверансом, просуватися по танцювальному класу на носочках, протягом заняття не розмовляти. Дитина починає розуміти, що для занять хореографією слід вдягати танцювальну форму і взувати спеціальне взуття.

М'язово-рухова діяльність. Зростає сила та працездатність м'язів, рухи стають більш координованими та свідомими, тому дитина здатна сприймати та виконувати більш складні танцювальні рухи (па галопу, підскоки, зальотний біг), засвоювати їх комбінаційні сполучання, поєднувати з різними положеннями рук, оплесками, притупами. У більшості дітей наприкінці вікового періоду рухи набувають ритмічності, координованості, образності, легкості.

Формування вигинів стопи та хребта сприяє формуванню правильної постави. Дитина нетривалий час може утримувати вірне положення тулубу, рук та ніг, однак швидко втомлюється і потребує зміни завдань. Їй важко розраховувати м'язові зусилля та оцінювати власні фізичні можливості.

Старший дошкільний вік (шостий рік життя)

Уявлення про хореографічне мистецтво. Дитина починає орієнтуватися в різних видах хореографічного мистецтва (класичний, народний, бальний, сучасний), розуміє, що кожен з них має свої особливості (рухи, музика, костюм); уявляє, що танці можуть бути різними за змістом, темпом (повільні, швидкі), кількістю виконавців (сольні, парні, масові), складатися з різних рухів, виконуватися в різних костюмах. Зацікавлено сприймає інформацію

про танцювальну культуру різних країн, про регіональні особливості української хореографії та танці свого регіону. Може розповісти зміст танцю, надати словесну характеристику тому чи іншому танцювальному образу, співвіднести його з літературним або реальним. Розуміє естетичну природу класичних рухів, знає позиції ніг та рук, вміє їх відрізнити від характерних.

Танцювальний досвід. Танцювальна діяльність стає більш цілеспрямованою, мета починає співвідноситися з мотивом. Дитина прагне виступати перед глядачами, батьками, стояти у першій лінії, виконувати сольні партії у танцювальних номерах.

Дитина розуміє, що один і той самий рух може виконуватись весело або сумно, швидко або повільно, на місці та під час просування, в парі та окремо, із застосуванням різних положень рук або реквізиту, під різні музичні мелодії. Зростає інтерес до відмінностей між дівчатками та хлопчиками, що дає можливість засвоїти інформацію про розмежування танцювальних рухів на жіночі, чоловічі та спільні, формувати навички виконання танцювальних рухів та доступних танців, у яких простежується розподіл лексичного матеріалу за статевими ознаками. Дитина може засвоїти більш складні танцювальні рухи та комбінації, довше утримує статичні пози, впевненіше виражає емоції під час виконання танцювального репертуару.

Завдяки розвитку уваги, пам'яті (м'язової, слухової, зорової), рухових та пізнавальних здібностей, дитина починає контролювати свої та чужі рухові дії, діяти в рамках тієї чи іншої танцювальної композиції, адекватно реагувати на успіх та невдачу під час вивчення того чи іншого танцювального руху (вправи, етюду, танцю). Розвивається здатність співвідносити власні хореографічні досягнення з ідеальним еталоном (показом педагога-хореографа або танцями професійних виконавців).

Може приймати та утримувати правильну поставу тулубу, м'які та округлені позиції рук, напів розгорнуті позиції ніг, тягнути носок, легко виконувати стрибки та біг не ставлячи на підлогу п'ятки. Дитина більш злагоджено виконує рухи в парі, вміє налагоджувати емоційний контакт з партнером. Може вибірково відноситися до вибору партнера, відмовлятися танцювати, якщо партнер по танцю не подобається.

Починає активніше використовувати простір, розуміє, що танцювальні рухи можна виконувати у різних рівнях (стоячи, лежачи, сидячи) на місці та у просуванні. Може виконувати перебудови з одного танцювального малюнку в інший, сполучати декілька послідовних перебудовань.

Естетична та творча активність. Зацікавлено ставиться до танцювального мистецтва, виділяє в ньому оригінальне, дивне, складне, яскраве. Надає перевагу певним танцювальним вправам та завданням, виявляє свої уподобання щодо виконання танцювального репертуару. Дитина починає проявляти вибіркоче ставлення до різних видів хореографічного мистецтва, що свідчить про динаміку особистого художньо-естетичного росту, формування життєвої компетентності.

Вміє диференціювати емоційні стани людини, більш усвідомлено застосовує в репродуктивній та продуктивній танцювальній діяльності різноманітні пози, жести, міміку, може співвідносити базові емоції (радість, гнів, смуток, страждання тощо) зі змістовним наповненням того чи іншого танцювального руху (комбінації, етюду, танцю). Дитина розуміє, що один і той самий рух може мати різне змістовно-емоційне наповнення в залежності від мети його застосування, намагається більш виразніше передавати в танці емоції та переживання. Вміє висловлювати свої враження після перегляду танцювальних номерів, диференційовано оцінює роботу виконавців, їх сценічне вбрання.

Активніше проявляє творчі здібності в танці, застосовує більшу кількість танцювальних та пантомімічних рухів. Зростає творча активність, яка проявляється у бажанні самостійно виконати творче завдання (вигадати танок для мами), доручення (вивчити з батьками танок). Дитина з задоволенням виконує індивідуальні завдання імпровізаційного характеру, якщо їх тематика відповідає її віковим особливостям та досвіду. Під час групової та парної імпровізації не завжди контролює власну емоційну поведінку, може відмовлятися від виконання завдання. В процесі колективної імпровізації проявляє вибіркоче ставлення до дітей в групі, обирає в партнери того з ким дружить або бажає дружити.

М'язово-рухова діяльність. Рухова активність стає більш цілеспрямованою і відповідає індивідуальним можливостям дитини, її танцювальному досвіду, інтересам, особистісним домаганням.

Вищою стає загальна фізична працездатність та витривалість. Дитина з задоволенням демонструє свої досягнення під час виконання вправ партерної гімнастики, чекає оцінки, схвалення. У дитини значно збільшується м'язова маса саме нижніх кінцівок, підвищується їх сила та еластичність, тому ознайомлення з рухами класичного танцю стає більш тривалішим.

Сьомий рік життя

Уявлення про хореографічне мистецтво. Дитина здатна сприймати більш інформації про різновиди хореографічного мистецтва, розширювати свій словниковий запас хореографічною термінологією. Вона орієнтується у традиційних видах хореографії (класичний, народна, бальна) та має уявлення про сучасні напрями (джаз, модерн, хіп-хоп, брейк); розпізнає танцювальні жанри (хоровод, гопак, гуцулка, коломийка, полька, вальс); знає регіональні особливості українського танцю (Центральна та Західна Україна, Полісся та Волинь, Поділля) та танцювальну культуру свого регіону; вибірково ставиться до вибору костюму та реквізиту (вінок, вишиванка, плахта та шаровари – український костюм, сарафан та кокошник – російський; маракаси – реквізит мексиканського танцю тощо).

Танцювальний досвід. Істотних змін зазнає змістовний компонент дитячого танцювального репертуару. Дитина виконує танці з більш розгорнутою драматургією, побудовані не лише на окремих танцювальних рухах, а на їх комбінаційних сполученнях, із застосуванням симетричних та асиметричних малюнків, фрагментів дитячої імпровізації. У зв'язку з тим, що у дитини цього віку розвивається здатність утримуватись від імпульсивних дій, підпорядковувати свої дії та вчинки загальній справі, танці стають більш злагодженими, спостерігається синхронізація рухів, усвідомлена орієнтація у просторі та злагоджена взаємодія з партнером. Дитина проявляє вибірковий інтерес до навчального матеріалу: хлопчики віддають перевагу спортивним танцям, в яких застосовуються елементи змагання (гопак, повзунець, перепляс, хіп-хоп), дівчатам подобається виконувати композиції, в яких вони можуть продемонструвати кокетливість, манерність, мати модний образ.

Дитина стає більш організованою, навчається підпорядковувати свою активність вимозі «треба» завдяки чому

заняття стають змістовнішими, збагачується танцювальний досвід дитини. Разом з тим, здатність до інтенсивної та довготривалої діяльності ще не висока – дитина швидко втомлюється (фізично і психічно) і потребує зміни протягом заняття змісту та інтенсивності різних видів танцювальної діяльності (партерні вправи, творчі завдання, абетка хореографії, танцювальний репертуар тощо). Зростає самостійність, здатність до самоконтролю та саморегуляції танцювальної діяльності.

В індивідуальній, парній, груповій та колективній імprovізації дитина опановує можливості свого тіла, можливості контактів, простору, узгодження своїх дій з діями партнерів по танцю, виявляє симпатію та антипатію, надає перевагу у взаємодії тій чи іншій дитині. Відчуття простору стає більш свідомим, дитина виконує вказівки педагога щодо перебудови з одного малюнку в інший, самостійно імprovізує в різних рівнях.

Заради досягнення результатів здатна проявляє старанність, наполегливість, дістає задоволення від долання труднощів під час виконання оптимальних для віку завдань. Вона починає розуміти залежність результату від якості виконання структурних елементів руху. Може аналізувати результати діяльності, порівнювати та оцінювати їх.

Естетична та творча активність. Естетичні враження стають більш усвідомленими та активними, дитина не лише сприймає красу навколишнього світу, а й оцінює красу власних танцювальних рухів та рухів однолітків. Виявляє бажання передавати враження отримані під час хореографічних занять у малюнках, творчих дитячих іграх (сюжетно-рольових, іграх-драматизаціях), у театралізованій діяльності.

Удосконалюється процесуальний компонент дитячої танцювальної творчості. Дитина з зацікавленням виконує вправи танцювальної імprovізації як індивідуально, так і з партнером, їй цікаві колективні форми імprovізації, в яких виконання кожним певного завдання впливає на результат виконання завдання в цілому. Під час контактної імprovізації може ініціювати контакти, узгоджувати свої дії з партнером або групою виконавців, поважати та підтримувати творчі танцювальні дії інших. Вміє орієнтуватися в настроях та станах учасників творчої імprovізації, контролювати власну емоційну поведінку, утримуватися від імпульсивних проявів.

Дитина навчається співробітничати, приймати вагу партнера та віддавати власну вагу, розподіляти функції, займати лідерські позиції, підкорятися.

Творчі імпровізації стають тривалішими, більш змістовно наповненими, як з боку застосування лексичного матеріалу (рухи, простір) так і можливостей контакту з партнером. Задуми для імпровізації стають більш усвідомленими та цікавими у емоційному плані, більш зрозумілими дорослим та іншим дітям. Дитина здатна не тільки передавати певний настрій, а й визначати причину («я засмучений, тому що образив маму», «я веселий, бо, нарешті, мені подарували мою улюблену іграшку»), може показати в танцювальній імпровізації основні риси свого характеру (добрий, веселий, непривітний, хитрий тощо) та поведінки (ввічливий, слухняний, сміливий, плаксивий тощо), свої здібності та інтереси (люблю малювати, співати, грати, вишивати) тощо.

Більш адекватною, обґрунтованою та розгорнутою стає самооцінка, виробляється звичка якісно характеризувати свої танцювальні вміння та поведінку під час занять. Формуються мотиви схвалення тих у кого виходить рух та співчуття бажання підтримати того, хто не вміє його виконувати. Дитина може виконувати доручення по навчанню тих, хто не справляється з тією чи іншою танцювальною вправою або був відсутнім на занятті.

Дитина дотримується культури одягу (танцювальна форма та взуття, охайна зачіска, відсутність прикрас) та поведінки (вітається з дорослим та дітьми за допомогою танцювального уклону, не розмовляє, не відволікає партнера, не заважає іншим під час творчої імпровізації).

М'язово-рухова діяльність. Удосконалення координації різних груп м'язів сприяє запам'ятовуванню більш складних рухів, танцювальних комбінацій, етюдів та танцювальних композицій. Дитина рухається більш легко, гармонійно, узгоджено. Вона здатна більш тривалий час утримувати та контролювати правильне положення тулубу. Виходячи з індивідуальних можливостей, виконує деякі акробатичні елементи, які застосовуються в хореографії (шпагати, мостики, перекиди). Під час виконання вправ проявляє особистісні якості – працелюбність, наполегливість, цілеспрямованість, старанність тощо.

ОСНОВНІ ЗАВДАННЯ ХОРЕОГРАФІЧНОЇ РОБОТИ З ДОШКІЛЬНЯТАМИ



Виходячи з теоретичного аналізу основних закономірностей психічного, фізичного та музично-рухового розвитку дітей середнього та старшого дошкільного віку, можна визначити **основні освітні завдання**.

Молодший дошкільний вік

Розвивальні:

– сприяти розвитку пізнавального інтересу та музичного світогляду;

– розвивати потребу і готовність проявляти творчу активність під час організованої дорослим та самостійної танцювальної діяльності, надавати можливість експериментувати з рухами, простором;

– розвивати естетичні почуття та художній смак, вчити бачити красиві та некрасиві рухи;

– розвивати рухові та вольові якості (швидкість, спритність, гнучкість, витримку), психічні процеси (увагу, пам'ять, уяву), вміння контактувати з партнерами по танцю, аналізувати музичний супровід, порівнювати рухи між собою;

– сприяти зняттю м'язової та психологічної напруги, розвивати почуття позитивного самовідчуття, впевненість у своїх можливостях.

Навчальні:

– дати уявлення, що хореографія – це танок за правилами, що існує мова танцю і рухи можуть мати різне змістовно-образне наповнення; знайомити з доступною термінологією (назви позицій, рухів, вправ, танців, частин тіла, перебудов); вчити розповідати про зміст танців, характеризувати танцювальні образи, знайомити з доступними для сприймання дітьми зразками хореографічного мистецтва (концертні виступи, балетні вистави для дітей);

– збагачувати музичний досвід дітей, використовуючи вже знайомі їм твори та зацікавлюючи новими творами композиторів-класиків і сучасних авторів, вчити визначати характер, темп, динаміку, жанр (марш, вальс, полька, танець) музичного твору, збагачувати уявлення про те, що характер руху залежить від характеру музики, вчити підпорядковувати рухи характеру музики;

– збагачувати танцювальний досвід дітей, удосконалювати навички виконання танцювальних форм побутових рухів (різновиди кроку, бігу, стрибків), поєднувати їх з різними положеннями рук та танцювальними елементами; вчити виконувати більш складні танцювальні рухи (підскоки, па галопа, зальотний крок, вихиласник та інші) та доступний репертуар (танці-ігри, образні танці, сюжетні танці, народні танці, історико-побутові); вчити передавати емоціями характер того чи іншого руху і загальний характер танцю, добирати до рухів відповідні пози, жести, міміку, розвивати вміння емоційно переживати ігрову ситуацію в танцях та інсценуваннях, проявляти творчу активність;

– вчити утримувати правильне положення тулубу, рук та ніг, координувати рухи окремих частин тіла, вільно орієнтуватися у просторі, тримати інтервали та виконувати прості фігурні перебудови (ходіння по діагоналі, колу, розходження парами, четвірками тощо).

Виховні:

– виховувати інтерес та бажання займатися хореографією, вміння дотримуватися основних правил танцювального етикету та правил поведінки під час заняття, формувати навички культури одягу;

– формувати уявлення про те, що танець сприяє формуванню красивої постави, легкої ходи і робить людину привабливою;

– виховувати особистісні якості (працелюбність, самостійність,

охайність), поважливе ставлення до інших дітей;

– виховувати бажання красиво рухатися, творчо проявляти себе в танці, демонструвати свої танцювальні досягнення дітям та дорослим.

Старший дошкільний вік

Розвивальні:

– збагачувати емоційну сферу, вміння виражати емоції та внутрішній стан під час вільної імпровізації та виконання творчих завдань, розвивати естетичні почуття та художній смак, привертати увагу до краси власних рухів;

– створювати сприятливі умови для підвищення самостійності, вправляти в танцювальному експериментуванні, надавати простір для реалізації творчих задумів;

– формувати особистісну позицію, вміння надавати характеристику хореографічним образам під час перегляду зразків хореографічного мистецтва, вправляти в умінні розмірковувати щодо змісту танцю, висловлювати власні судження, передавати хореографічні образи в інших видах творчої діяльності (малюнках, віршах, моделюванні одягу);

– сприяти розвитку музичного світогляду і пізнавального інтересу до музичних творів, як засобу мислення хореографічними образами; розвивати рухові якості (швидкість, спритність, витривалість, гнучкість і силу), психічні процеси (увагу, пам'ять, уяву), вольову регуляцію поведінки; сприяти зняттю м'язової та психологічної напруги засобами танцювальних рухів;

– розвивати почуття впевненості у своїх можливостях, відчуття особистісного емоційного комфорту, своєї значущості у дитячому колективі, підтримувати намагання дитини адекватно оцінювати свої досягнення в танцювальній діяльності; розкривати хореографічні здібності та визначати перспективи подальшого навчання.

Навчальні

– створювати сприятливі умови для збагачення, розширення, систематизації знань та уявлень дітей про хореографічне мистецтво, історію його виникнення та розвитку, види (народний (фольклорний та сценічний), історико-побутовий, бальний, класичний, сучасний (джаз, модерн, хіп-хоп, брейк), естрадний) та жанри (гопак, гуцулка, коломийка, полька, вальс);

– знайомити з доступними зразками хореографічного мистецтва (концертні виступи професійних та провідних дитячих танцювальних колективів України та світу, балетні вистави для дітей), прізвищами видатних танцівників та балетмейстерів (П. Вірський, М. Вантух, І. Моїсєєв, Г. Уланова, М. Фокін, М. Плісецька та ін.), з доступною термінологією відповідного хореографічного напрямку

– формувати систему уявлень про синкретичну та синтезовану сутність танцювального фольклору, дати елементарні уявлення про регіональні особливості українського танцю (Центральна та Західна Україна, Полісся та Волинь, Поділля) та танцювальну культуру свого регіону, знайомити з композиційними різновидами українського танцю (хоровод, гопак, козачок, гуцулка);

– збагачувати танцювальний досвід, формувати та розвивати навички виконання танцювальних рухів (класичні, народно-сценічні історико-побутові, бальні, сучасні) та акробатичних елементів (напів шпагат або шпагат, «мостик», «перекид»), які відповідають віковим особливостям та індивідуальним можливостям дитини;

– вчити виконувати доступний танцювальний репертуар, віддаючи перевагу танцям різних регіонів України та своєї місцевості; забезпечувати якість виконання навчально-танцювального матеріалу (рухи, вправи, комбінації, етюди, танці); продовжувати вчити емоційно переживати ігрову ситуацію в танцях, емоційно та виразно передавати їх зміст, знаходити індивідуальну пластику для розкриття музично-рухового образу; поважно ставитися до партнера, узгоджувати з ним рухи;

– продовжувати розвивати вміння вільно володіти своїм тілом, користуватись необхідними засобами рухової виразності (добирати до рухів відповідні пози, жести, міміку), підпорядковувати рухи музичному супроводу; заохочувати до вільної імпровізації під час індивідуальної, парної та колективної творчості; виробляти вміння протягом заняття утримувати правильну поставу, розвивати потребу слідкувати за правильною поставою у повсякденному житті; розвивати силу та еластичність різних груп м'язів, здійснювати профілактику та корекцію окремих анатомо-фізіологічних відхилень (партерні вправи, елементи класичного танцю);

– вчити вільно орієнтуватись у просторі під час виконання різних видів музично-ритмічних рухів, самостійно

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

перешикуватись і виконувати композиційні малюнки («хвилі», «завиток», «великі та маленькі зіроньки», «концентричні кола» та ін.).

Виховні

– виховувати позитивне емоційно-ціннісне ставлення до танцювального мистецтва, потребу займатися хореографією та досягати певних результатів, бажання відвідувати концертні заходи, дитячі балетні вистави, дивитися танцювальні телевізійні проекти;

– продовжувати виховувати базові якості особистості (самостійність, працелюбність, людяність, самовладання, самолюбність, відповідальність, креативність та ін.), коректне та доброзичливе ставлення до партнера по танцю та творчих проявів однолітків;

– формувати навички культури глядача та виконавця, навички поведінки та культури одягу, оцінне ставлення до власної зовнішності;

– виховувати національно-патріотичні почуття, інтерес до українського танцювального мистецтва, до культурних надбань українського народу.

ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ХОРЕОГРАФІЧНОЇ РОБОТИ З ДІТЬМИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ



Для занять хореографією бажано мати просторе, чисте, світле приміщення з дерев'яною підлогою, по можливості обладнане дзеркалами. Температура повітря в залі не повинна перевищувати +15-16°. До початку занять приміщення необхідно провітрювати, робити вологе прибирання.

Форма для занять має бути зручною та охайною. Кожний педагог може власноруч вибирати вид одягу: спортивний купальник та спідничку, футболку та коротенькі еластичні штанички чи лосини – для дівчаток, майку та еластичні шорти (лосини) – для хлопчиків. Бажано, щоб одяг був одного кольору. В хореографії класичним кольором репетиційної форми є чорний, однак в роботі з дошкільнятами можна надати пріоритет більш яскравим відтінкам. На ногах не повинно бути ніякого взуття, крім чешок або балеток (тапочок з м'якої тканини для вільного розвитку підйому). Відповідно до температурного режиму можна застосовувати шерстянки та кофтини-розігрівки. Довге волосся у дівчат повинно бути зачесане та старанно зібране. Слід запобігати на руках та шиї прикрас. Наявність форми дисциплінує дітей та сприяє відповідальному відношенню до танцювальної діяльності. Деякі

керівники замовляють спеціальний пошив репетиційної форми з емблемою колективу, що є не тільки його візитною карткою, а й активним засобом виховання в дітей культури одягу, поваги до свого колективу та його традицій.

*Організація хореографічної роботи з дітьми
молодшого дошкільного віку*

Педагог навчає дитину хореографії лише у формі гри, без зайвого навантаження та перевтоми. У навчанні надає перевагу сюжетним та ігровим видам хореографічних занять, а тематику добирає з урахуванням пізнавальних, виховних й розвиваючих цінностей хореографічного матеріалу, фізичних можливостей дитини, рівня розвитку її танцювальних вмінь та навичок. Педагог визначає зміст танцювальних вправ близький до життєвого досвіду дитини і цим розвиває інтерес до хореографії, бажання емоційно самовиражатися, проявляти творчу активність, більш свідомо відноситися до засвоєння танцювального матеріалу.

Педагог проводить заняття динамічно, використовує зміну різних видів вправ та завдань, положень дитини у просторі, музичних ритмів. З метою зниження стомлюваності, підтримки активності, усунення монотомії, корекції несприятливих емоцій застосовує прийом перемикання уваги у всіх частинах заняття і принцип зміни видів діяльності («динамічний» - «статичний», «тихий» - «гучний», «емоційний» - «менш емоційний»), забезпечує атмосферу доброзичливості та комфорту під час заняття.

Педагог навчає дитину танцювальним формам побутових рухів (різновидам кроку, бігу, стрибків), під час виконання яких працює над правильною поставою, знайомить з різними положеннями рук, вчить контактувати з партнером та активно застосовувати простір. Поступово знайомить з більш складними танцювальними рухами, застосовує ігрові моменти, багаторазові повторення у різних комбінаційних сполученнях та різних умовах (по колу, на лініях, у партері, з партнером, з реквізитом, під різний музичний супровід тощо). Для засвоєння послідовності рухів педагог використовує прийом ідеомоторного тренування (уявне виконання дії з одночасним промовлянням (приспівуванням) танцювальних рухів уголос та внутрішній мові).

Педагог починає залучати дитину до різних видів хореографічного мистецтва (народний, бальний, класичний,

історико-побутовий) і застосовує для цього інформаційні повідомлення, відео перегляд танцювальних зразків, вивчення окремих рухів та танців. Він дає уявлення, що кожний народ танцює по різному, що народні танці бувають веселі, швидкі, повільні, ліричні, а рухи можуть розподілятися на чоловічі, жіночі та спільні. Навчання руху супроводжує поясненням його змісту: «колупалочка» та «притуп» асоціюються з трудовим процесом людини, «зальотний біг» розкриває простір ланів Центральної України тощо; положення рук пов'язані з характерними особливостями того чи іншого народу (привітність, гостинність, хоробрість, гумор). Педагог розкриває перед дитиною багатозначність одного і того самого руху (нога, поставлена на каблук із піднятим вгору носком, виражає настрій запалу, хвастоців, зазнайства; нога, виставлена на каблук із одночасним присіданням має деякий відтінок «ліризму» або лукавства; «каблучок», виконаний у стрибку, передає веселощі, бешкетництво). Поступово вчить дитину виконувати один і той самий рух з різним емоційним забарвленням, формує уявлення про образну природу рухів і різноманітну мову танцювального мистецтва.

Пріоритетним напрямком хореографічного навчання молодшого дошкільника є музично-ритмічна діяльність. Педагог закріплює знання та вміння дитини, які вона отримує під час музичних занять, розвиває вміння орієнтуватися в загальному характері танцювальної мелодії, характеризувати емоційно образний зміст музики, розрізняти відтінки одного настрою шляхом контрастного зіставлення музичних творів: одного жанру (два марші), п'єс з однаковою назвою або різних за тематикою, контрастних творів у межах одного настрою (два різних сумних). Інтенсивний розвиток музичного сприйняття накопичує музичні враження і розвиває музикальність дитини. Педагог вчить дитину добирати рухи відповідно до того чи іншого музичного жанру: полька – па польки, па галопу, підскоки; марш – марширування, чіткі ритмічні рухи, повороти; вальс – плавні рухи рук, вальсовий крок, кружляння; народний танець – рухи у відповідності до національної забарвленості мелодії. Розвиває вміння не тільки емоційно сприймати музичний супровід, а й відчувати його особливості, проникатися змістом, уявляти образи. Завдання емоційно-змістовного прослуховування музики і перенесення своїх вражень у

рухи свого тіла служать імпульсом для розуміння творчої основи танцю, усвідомлення природного характеру танцювального руху, його неповторності та змістовності, розвитку музично-рухової координації, творчої імпровізації та почуття виразного виконання.

Педагог вчить дитину вільно переміщуватися по простору, по закінченню мелодії ставати на лінії, зберігати інтервали, спираючись на наочність і зоровий контроль, повертатися у правий та лівий бік. Дає уявлення про різні малюнки танцю шляхом вивчення хороводів, виконання фігурного марширування та інших завдань на передову у просторі.

Для підсилення сприйняття танцювального образу або змісту танцю педагог створює основу для перевтілення, використовує творчі завдання й допоміжні прийоми (атрибути, елементи костюмів), добирає музику у відповідності до видової та жанрової особливості танцю, його змісту, теми та ідеї. Залучає дитину до переказу змісту танцю, визначення його характеру, характеристики хореографічних образів, переліку рухів, які в ньому застосовуються.

Педагог активізує бажання дитини демонструвати свої танцювальні досягнення, підтримує у разі виникнення труднощів, радіє її успіхам і спонукає інших дітей до цього (вітає дитину, яка навчилася виконувати ту чи іншу вправу або по особливому проявила себе під час творчих завдань оплесками, дарує їй зірочку, балеринку тощо). Він створює умови для вироблення елементарного судження з приводу своїх можливостей, вчить елементарній самооцінці. Приклад аналізу танцювальних дій дітей не несе негативних характеристик, а являє собою підказку, як виправити помилки й установку на позитивний результат («Починай присідати на міцно притиснутих до підлоги п'ятках, коліна розводь у сторони, закінчуй підйом сильно витягаючи коліна, начебто виростаючи, і в тебе все вийде!»). Об'єктивна оцінка педагога поступово направляє дитину на здійснення аналізу й оцінки своїх дій, а також рухів інших дітей.

Педагог проявляє інтерес до дитячих ініціатив, розвиває та підтримує самодіяльність і елементарні прояви творчості дитини, бажання експериментувати з рухом та простором, розігрувати різні ролі своєї статі. Він стимулює дитячу творчість різними завданнями, тактично коментує танцювальні імпровізації, включає вправи на колективну творчість. Педагог виступає активним учасником

творчого процесу, що позбавляє дитину від оцінного погляду дорослого, а його танцювальні зразки розширюють уявлення малюка про різноманітність рухів та можливості простору.

Педагог продовжує працювати над розвитком фізичних даних дитини (сила та еластичність різних груп м'язів, розгорнутість стоп, тазостегнових суглобів, гнучкість хребта, почуття витягнутого носка), вихованням її вольових якостей (витримка, терплячість, наполегливість, цілеспрямованість) і застосовує з цією метою різноманітні види партерних комплексів (загально розвиваючі, танцювальні, з предметами). Кожну вправу партерної гімнастики асоціює з якоюсь дією або образом і підкріплює влучним музичним супроводом. Дитина ще не вміє розраховувати м'язові зусилля, оцінювати власні фізичні можливості, координувати рухи всього тіла, включати в роботу різні групи м'язів, тому педагог добирає зміст вправ відповідно до індивідуальних анатомо-фізіологічних можливостей малюка, враховує доцільність їх використання в тій чи іншій частині заняття, визначає оптимальне дозування, слідкує за відсутністю болісних реакцій та негативних емоцій у дитини. Дорослий спонукає дитину докладати вольових зусиль заради реалізації поставленої задачі. Не перевантажує зміст танцювальних вправ стрибковими елементами, незважаючи на високу рухову активність дитини, тому що їх виконання може негативно вплинути на формування постави.

Педагог розкриває перед дитиною рухові можливості тіла та його окремих частин. Під час виконання танцювальних рухів називає певні частини тіла (нога, стопа, плечі), застосовує імпровізаційні завдання (вигадай рухи для рук, для плечей; виконайте танок квітки (на місці) або вітру (з активним просуванням по залу) тощо).

Збагачення танцювального досвіду дитини, покращення її музично-ритмічної координації, навичок орієнтації в просторі, усвідомлення мотиву колективної діяльності, бажання контактувати з іншими дітьми, проявляти творчу ініціативу сприяє включенню в репертуар сюжетних та сюжетно-образних танців, в яких розкриваються теми природи (образи тваринного та рослинного світу, явища природи, обрядові дії сезонного циклу), теми дружби, спорту та гігієни, професій, зміст казок, дитячих оповідань та мультфільмів, зміст дитячих пісень, ігор, особливостей

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

взаємовідносин між дітьми в побуті тощо. На початку молодшого дошкільного віку педагог надає перевагу вивченню танців побудованих на ігрових елементах, будує композицію на простих, як правило, не мінливих малюнках (лінія, коло), застосовує одночасне й однакове виконання дітьми (усіма, окремо хлопчиками або дівчатками) послідовності рухів за власним показом або словесним нагадуванням. Поступово ускладнює зміст танців і будує їх на основі інсценівок дитячих пісень, оповідань та казок, радянських і сучасних мультфільмів, сюжетів ігор тощо.

Педагог проводить роботу над вивченням дитячого репертуару на високому емоційному рівні, підсилює сприймання змісту того чи іншого танцю відповідним музичним супроводом, художнім словом, залучає дитину до переказу казок або мультфільмів на основі яких створено сюжет або окремий хореографічний образ, малювання героїв танцю, костюмів, в які вони можуть бути одягнені тощо.

Педагог активно застосовує комунікативні музично-танцювальні ігри, які зустрічаються у фольклорі різних народів. Ігрові сюжети сприяють легкому запам'ятовуванню послідовності танцювальних рухів, рухи та жести, які виражають дружелюбність та відкрите відношення один до одного дозволяють підвищувати самооцінку невпевненої у собі дитини, тактильний контакт вчить спілкуватися з різними партнерами.

Педагог поряд з навчальними й розвиваючими завданнями вирішує виховні: розширює сферу дитячих інтересів, розвиває емоційне відношення й правильне судження про танцювальне мистецтво, формує навички культури поведінки, одягу та правил танцювального етикету, виховує морально-вольові та особистісні якості (самостійність, дисциплінованість, дружелюбність та інші).

Для виховання інтересу до хореографічного мистецтва педагог збалансовує організовану під час заняття танцювальну діяльність із самостійними ігровими діями дитини. Він створює ігрові ситуації, пропонує малювати ті чи інші танцювальні образи, розглядає ілюстрації дитячих книжок з хореографії, організовує перегляд дитячих танців і оцінювання їх дитиною за допомогою карток різного кольору, залучає дитину до творчих ігор («вчитель танців», «концерт»), збагачує ігрове середовище елементами костюмів та реквізитом (віяла, капелюшка, шпаги, іграшки).

*Організація хореографічної роботи з дітьми
старшого дошкільного віку*

Педагог створює умови для всебічного розвитку дитини, розкриває її емоційний, творчий та фізичний потенціал (складові хореографічних здібностей). Він сприяє не лише її танцювальній підготовці, а й підтримує основні компоненти здоров'я (фізичний, психічний, духовний, соціальний), формує особистісні якості та моральні норми поведінки; урізноманітнює форми і методи навчально-виховного процесу, покращує ефективність виховного та розвиваючого простору.

Педагог урізноманітнює види хореографічних занять (заняття-подорож, заняття-казка, заняття-змагання, заняття-концерт та інші), активно застосує ігрові прийоми та творчі завдання, поєднує теоретично-пізнавальний та практичний матеріал. Він продовжує застосовувати комплексний підхід до змісту хореографічної роботи (рухи класичного, народно-сценічного, бального, історико-побутового, сучасного танцю), який робить процес навчання більш змістовним, різноплановим, цікавим, дозволяє визначити здібності дитини для подальшого її розвитку у самодіяльних колективах певного хореографічного напрямку.

Педагог створює умови для зацікавлення дитини різними видами хореографічного мистецтва (народний, класичний, історико-побутовий, бальний, сучасний) та жанрами народного танцю (гопак, коломийка, полька). Розширює уявлення дитини про широкий діапазон народних танців: спокійні, ліричні, запальні, темпераментні; сюжетні, ігрові, побутові; чоловічі, жіночі, загальні; сольні, парні, масові і обирає з цією метою репертуар наближений до дитячої тематики, збагачений казковими, побутовими та ігровими сюжетами. Для вирішення завдань національного виховання, віддає перевагу українському танцю та його регіональним особливостям. Інші національні танці добирає у відповідності до своєї обізнаності у тій чи іншій танцювальній культурі, наявності в групах дітей різних національних меншин, соціального запиту держави (проведення року Білорусії (Китаю) в Україні) тощо. Поряд із сценічними народними та стилізованими (естрадними) танцями знайомить дитину з танцювальним фольклором.

Починаючи з шести років, у доступній формі дає уявлення про естетичну природу класичних рухів, формує вміння приймати та

утримувати м'які та округлені позиції рук, напів розгорнуті позиції ніг, вчить тягнути носок, легко виконувати стрибки та біг не ставлячи на підлогу п'ятки. Замість вправ біля станка, застосовує гімнастичні палички, які допомагають дитині усвідомити правильне утримання стегон та плечей в одній площині, виконувати вправи для голови та шиї зберігаючи пряме положення тіла тощо. Педагог ураховує індивідуальні можливості кожної дитини (фізичні, психічні), запобігає повної розгорнутості стоп та стегон, довготривалого статичного положення, яке призводить до м'язової втоми дитини, переживанню нею неприємних або болісних відчуттів. З метою розвитку сили та еластичності різних груп м'язів, попередження та виправлення дефектів постави та стопи, педагог продовжує застосовувати різноманітні партерні комплекси: загально розвивальні, ігрові, сюжетні, стрейчингові, танцювальні (народні, сучасні), парні, з предметами (м'ячі, палички, резинки) Виходячи з індивідуальних можливостей дитини навчає правилам виконання доступних акробатичних елементів (шпагати, мостики).

Педагог продовжує знайомити дитину з історико-побутовими та дитячими бальними танцями, в яких надає перевагу роботі над характером та манерністю виконання, закріпленню правил танцювального етикету. Починає включати в зміст хореографічних занять окремі рухи сучасних напрямів хореографічного мистецтва (пружинні елементи хіп-хопу, динамічні рухи диско та афро-джазу), які використовує під час розігріву, створює на їх основі танцювальні етюди та номери для виступу перед батьками.

Педагог активно застосовує хореографічні інновації (методи танцювальної терапії та контактної імпровізації), завдяки яким розкриває творчий та руховий потенціал дитини, визволяє від скутості та невпевненості у собі; розвиває творчі здібності, вміння застосовувати знайомі технічні елементи у новому танцювальному контексті, вигадувати нові танцювальні пози і рухи, підпорядковуючись можливостям власного тіла; розвиває комунікативні здібності, відчуття ваги, інерції та балансу, вміння розслаблятися та визволятися від зайвої м'язової напруги, вміння довіряти партнеру, запобігати рухових штампів та механічно вивчених рухів; розвиває емоційну сферу, можливості вільно виражати свої емоції та почуття, отримувати задоволення від сумісної творчості; виховує культуру спілкування, поважне ставлення

до учасників творчого процесу; формує такі риси характеру, як відповідальність, товариськість, колективізм, гуманність, дружелюбність; налагоджує контакт у групі однолітків, визначає міжособистісні стосунки.

З метою урізноманітнення та збагачення танцювального досвіду дитини урізноманітнює сюжети танців, розширює їх тематичний діапазон, використовує мінімум танцювальних рухів при максимумі можливостей їх комбінування, застосовує більш розгорнуті композиції (лексично-рухова основа та малюнки), у зміст танців вводить елементи творчої імпровізації.

В процесі організації творчої діяльності, педагог застосовує індивідуальні, парні, групові та колективні форми імпровізації. Для цього обирає теми близькі дитячій уяві, їх життєвому досвіду, пропонує сюжети, які пов'язані з природою, героями книжок, казок, мультфільмів, застосовує якісний та доступний для сприйняття та відтворення музичний супровід. Педагог спонукає дитину до пошуку власного рішення того чи іншого танцювального образу, розробки сюжету, використання допоміжного реквізиту, елементів сценічного костюму. Після перегляду творчих завдань застосовує аналіз діяльності дитини, залучає до нього інших дітей, рекомендує робити самоаналіз.

Хореограф створює сприятливі умови для художньо-естетичного розвитку дитини, підтримує та заохочує її самостійну танцювальну діяльність. З цією метою застосовує перегляд та аналіз зразків виступів дитячих та дорослих танцювальних колективів, творчі завдання, створює відповідне ігрове середовище. Під час створення ігрового середовища використовує елементи національних костюмів, маски, атрибути, які стимулюють дитину до гри у вчителя хореографії, до створення танцювальних номерів для власно організованих концертів.

У повсякденному житті, під час розповідей, бесід, показу наочно-ілюстративного матеріалу, перегляду відео та прослуховування музики, педагог виховує поважне ставлення до танцювальної культури інших народів, прилучає до культури минулого та сучасності свого народу. Ознайомлюючи дітей зі зразками хореографічного мистецтва, дорослий привертає увагу дитини не лише до танцювальної підготовки виконавців, а й до основного змісту танцю, формує особистісну позицію під час

сприйняття хореографічних композицій, розвиває інтерес до різних видів танцювального мистецтва. Під час перегляду національних українських танців закріплює знання дитини про національні символи та обереги, національний одяг різних регіонів, традиції та обряди українського народу тощо.

Педагог проводить активну роботу з батьками щодо відвідування разом з дитиною концертних програм, хореографічних та балетних вистав, задля збагачення хореографічного досвіду, розвитку естетичних вражень дитини, виховання художнього смаку, підвищення бажання займатися хореографією та досягати результатів. Педагог знайомить дитину з культурою поведінки глядача (не пересуватися під час виконання танцю іншими дітьми, не обговорювати голосно свої враження, оплесками сприймати виступ виконавців), а також правилами сценічної культури виконавця (культурою одягу: охайність, відповідність костюму, взуття та зачіски змісту танцю, відсутність зайвих прикрас; культурою поведінки: не розмовляти під час танцю, не робити зауваження тим, хто помилився, продовжувати посміхатись і не демонструвати розгубленість, якщо забув танцювальний рух, не піднімати з підлоги загублений під час танцю реквізит, не поправляти одяг, зачіску та взуття тощо; культурою руху: виконувати рухи старанно, емоційно, стежити за поставою, дивитися в очі глядачам; не напружувати міміку, супроводжувати рухи жестами, що відповідають жанру, характеру музики).

Для підвищення рухової активності дитини, задоволення її потреб у музичному русі, прояву творчої індивідуальності застосовує під час занять або в повсякденному житті проведення дискотек («мульт-дискотека», «різдвяна дискотека», «дискотека-подорож»). Педагог залучає дитину до участі у танцювальних флешмобах, присвячених різним темам (день здоров'я, день матері, день вчителя, день міста, день цукерок, день казок, день української мови та письменності тощо). Масове виконання простих танцювальних рухів дітьми різних вікових груп на ігрових площадках або спортивних майданчиках сприяє об'єднанню дітей, активному залученню їх до тієї чи іншої теми (проблеми), задоволенню рухової активності та підвищенню емоційного тону.

Під час навчальних занять та самостійної ігрової діяльності педагог враховує індивідуальні хореографічні здібності дитини та її

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

інтереси. Запобігає примушуванню силоміць виконувати ті чи інші рухи, з якими дитина фізично не може впоратися або приймати участь у танцювальних іграх, які не цікаві дитині. Разом з тим, дитині, яка має здібності до хореографії та показує хороші результати навчання, педагог доручає сольні партії, вивчає з нею більш складний танцювальний матеріал.

**МЕТОДИКА ПРОВЕДЕННЯ ХОРЕОГРАФІЧНИХ ЗАНЯТЬ З
ДІТЬМИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ**



Основною формою роботи в дитячому хореографічному колективі є заняття, які виконують навчальні, виховні, розвивальні та оздоровчі функції. У танцювальній практиці ці форми занять називають репетиціями.

Танцювальні заняття з дошкільниками можна проводити як у груповій (не більше 25 дітей), так і в індивідуальній формі. Як правило, вони проводяться два-три рази на тиждень у другій половині дня. За законом України «Про позашкільну освіту» (від 22 червня 2000 р.) тривалість заняття в дитячих творчих об'єднаннях визначається навчальними планами і програмами з урахуванням психофізіологічного розвитку та допустимого навантаження для різних вікових категорій і становить для вихованців віком 5-6 років – 30 хвилин, 6-7 років – 35 хвилин; інших – 45 хвилин.

Кількість дітей у групі, як правило, становить 10-15 осіб, максимальна – 25. Наповненість груп визначається директором позашкільного навчального закладу і залежить від можливостей організації навчально-виховного і тренувального процесу, рівня майстерності вихованців, змісту навчальних планів та програм.

Структура танцювального заняття повинна включати в себе три частини: вступну, основну та заключну, кожна з яких вирішує специфічні навчально-виховні завдання.

Вступна та заключна частини не змінюють своєї тривалості (складають 5-10% від загального часу заняття) та спрямованості. Так, *вступна частина* («розігрів») має на меті створення позитивного емоційного настрою, зосередженості на наступній діяльності; підготовку м'язів до більш інтенсивного навантаження. Доцільно зміст цієї частини будувати на сюжетній (ігровій) основі і включати до неї наступні побутові рухи та танцювальні елементи: крок з носка (па марше), кроки на півпальцях, кроки та біг з високим закиданням гомілки назад і високим підніманням стегна, па галопу, підскіки, па польки, стрибкові комбінації, елементи народно-сценічного та сучасного танців, імітаційні рухи та інші.

Для більшої насиченості та нетрадиційного проведення цього блоку можна використовувати нескладні гімнастичні вправи з переміщенням навприсядки, на колінах, сидячи на підлозі. Бажано, щоб виконання цих вправ мало образну спрямованість та було зрозумілим, цікавим і доступним для дітей.

Як правило, рухи вступної частини виконуються по колу. Однак можна використовувати «фігурне марширування», що сприяє формуванню почуття простору, опануванню нескладних перешикувань, які використовуються в композиційних малюнках танців.

Заключна частина заняття спрямована на поступове зниження навантаження, релаксацію, а також аналіз танцювальної діяльності дітей. До змісту цієї частини слід добирати ігрові та творчі завдання, нескладні улюблені дітьми танці, вправи на дихання та розслаблення.

Основна частина (80-85% загального часу заняття) спрямована на розвиток окремих груп м'язів, оволодіння та вдосконалення навичок танцювальної діяльності, розвиток творчості та музичальності, розучування танцювального репертуару і може варіюватися в залежності від тематики, мети, ступеня готовності дітей до танцювальної діяльності.

У роботі з дітьми дошкільного віку доцільно використовувати декілька типів занять (тренінгові, корекційно-профілактичні, музично-ритмічні, творчі, тематичні, комбіновані). Кожен тип

хореографічного заняття має свою дидактичну мету і завдання. Так, тренінгові заняття спрямовані на засвоєння й удосконалення техніки виконання танцювальних рухів. Корекційно-профілактичні вирішують завдання розвитку сили та еластичності окремих груп м'язів, профілактики й корекції незначних анатомо-фізіологічних недоліків. Музично-ритмічні заняття сприяють розвитку почуття ритму, музично-рухової координації, музичної пам'яті, уваги та уяви. Творчо-постановочні допомагають засвоїти танцювальний репертуар, активізують діяльність дітей, розкривають їх творчий потенціал, розвивають танцювальність та акторську виразність. Тематичні заняття (тематично-виховні, тематично-пізнавальні) розширюють та поглиблюють знання, отримані дітьми в інших видах діяльності, вирішують виховні завдання. Більш змістовними й ефективними для молодшого віку є комплексні заняття, які поєднують у собі завдання вищезазначених типів занять та забезпечують усебічний, багатоаспектний педагогічний вплив на дітей.

Важливого значення в роботі з дітьми набуває первинне (ознайомче) заняття, спрямоване на формування загальних уявлень про хореографічне мистецтво та танцювальний напрямок роботи колективу, в якому вони будуть займатися; ознайомлення з керівником, педагогами-репетиторами, акомпаніаторами, досягненнями колективу, правилами його відвідування; виявлення хореографічних здібностей складу групи (анатомо-фізіологічних, музично-ритмічних, творчих та артистичних) шляхом виконання простих завдань; створення дружньої, доброзичливої атмосфери та збудження інтересу до танцювальної діяльності.

Контрольні заняття дозволяють виявити рівень знань та вмінь, які отримали діти за навчальний рік, та намітити основні завдання на наступний період навчання. Відкриті заняття мають на меті демонстрацію батькам, керівникам інших колективів або адміністрації закладу, на базі якого працює колектив, особливостей проведення навчально-виховного процесу, рівень розвитку педагогічної майстерності керівника та хореографічної підготовки дітей. Відкриті заняття можуть бути поточними та контрольними.

У навчально-тренувальній роботі з дітьми початкового рівня навчання (дошкільний вік) бажано застосовувати різноманітні цікаві форми хореографічних занять: заняття-казка, заняття-екскурсія,

заняття-подорож, заняття-змагання, заняття-фантазія, заняття-розвага, заняття-концерт. Такі форми проведення репетиційного процесу захоплюють дітей, підвищують їхню активність, стимулюють творчу уяву, збагачують емоційний досвід. Заняття мають бути побудовані на сюжетній та ігровій основі, джерелами якої можуть бути дитяча література (розповіді, казки, вірші); довкілля (побут, спорт, трудова діяльність дорослих, об'єкти і явища природи); ігрова діяльність, дитячий пісенний матеріал, мультфільми, дитячі кінофільми тощо.

Результативність навчально-виховного процесу в дитячому хореографічному колективі залежить від того, як педагог відноситься до підготовки та проведення танцювальних занять.

Підготовка до заняття включає декілька етапів: вибір теми, визначення типу заняття, його мети, завдань та змісту, добір навчально-пізнавального та танцювально-тренувального матеріалу, а також методів, за допомогою яких будуть вирішуватись основні завдання заняття, визначення музичного матеріалу (робота з акомпаніатором, добір фонограм) та підготовка допоміжного реквізиту, наочно-ілюстративних, відео джерел тощо.

Важливим моментом у підготовці до заняття є визначення програмових завдань, до яких відносяться навчальні, розвивальні та виховні. Навчальні та пізнавальні завдання включають обсяг знань, умінь та навичок, які формуються, закріплюються, узагальнюються або конкретизуються. Розвивальні завдання передбачають розвиток музичних даних (почуття ритму, музично-рухової координації, емоційного сприйняття музичного твору, танцювального втілення того чи іншого музичного образу); фізичних даних (сили та еластичності різних груп м'язів); пізнавальних процесів (сприймання, пам'яті, мислення, розумової активності), розумових операцій (вміння порівнювати, аналізувати, узагальнювати); творчих умінь та артистичних навичок. Крім того, можна планувати завдання, спрямовані на формування навчальних умінь (діяти за вказівкою педагога, адекватно сприймати зауваження, аналізувати результати своєї діяльності тощо).

Поряд з вирішенням навчальних та розвивальних завдань на заняттях з хореографії слід планувати і виховну роботу, спрямовану на виховання культури одягу, культури поведінки, культури спілкування під час танцювальної діяльності, розвиток особистісних

якостей (цілеспрямованості, ініціативності, допитливості, самостійності, вимогливості, винахідливості, активного і творчого ставлення до себе та інших, організованості, відповідальності, працелюбності, доброзичливості, порядності, почуття колективізму тощо), вольових якостей (витримки, сили волі, наполегливості тощо), патріотичних почуттів (любви та інтересу до танцювальної культури України, національної гордості, емоційно-ціннісного ставлення до національних танцювальних традицій тощо), пізнавального інтересу до тієї чи іншої теми.

Під час хореографічних занять педагогу доцільно також вирішувати стимулюючі завдання, які визивають у дітей стійку потребу в цьому виді діяльності, інтерес до навчання, мотивують усвідомлене засвоєння матеріалу, активізують пізнавальну діяльність, прагнення для досягнення результатів.

Успіх проведення хореографічного заняття в значній мірі залежить від правильного підбору музичного матеріалу. Для дошкільнят слід підбирати музичні твори з чіткою структурою, танцювальною спрямованістю, які мають художньо-виховну цінність, характеризуються різноманіттям емоційних відтінків та образністю. Ці твори мають бути зрозумілими дитині, викликати позитивні емоції та руховий відгук.

Правильно підібраний музичний репертуар сприятиме розвитку почуття ритму, музичної пам'яті, музично-ритмічної координації, вмінню відчувати красу і гармонію музики, розширенню світогляду, розвитку інтересу до музичного мистецтва, підвищенню загальнокультурного рівня дитини.

В роботі з дітьми дошкільного віку слід запобігати застосуванню фонограм. Дуже часто в практичній діяльності педагоги-хореографи обмежуються музичними формами, які не відповідають ні віковим особливостям дітей, ні змісту навчально-тренувальних завдань. Крім того, робота з фонограмами порушує динаміку розвитку ходу заняття, призводить до відволікання від навчального процесу педагога та втрати уваги дітей. Такі заняття порушують цілісність хореографічного навчання, вони позбавлені художньої та естетичної спрямованості, розвитку музично-рухових здібностей дітей.

Заняття в хореографічному колективі відповідно до першої стадії педагогічного процесу повинні мати яскраво виражений

заохочувальний характер. Тому педагогічний процес доцільно орієнтувати на створення таких умов, в основі яких лежить атмосфера захопленості хореографічним мистецтвом, його виразними особливостями, колективним характером діяльності, незвичайністю відтворення (образність і пластика рухів), сценічною виконавською діяльністю.

Проведення кожного хореографічного заняття з дітьми дошкільного віку повинно бути особливим, не схожим на попереднє, мати цікаву та доступну тематику й сюжетну основу, включати різноманітні ігрові елементи, пізнавально-інформативний матеріал, виховні та творчі завдання, тобто бути цікавим, пізнавальним та емоційно-насиченим. Це не означає, що кожного разу з дітьми слід вчити нові рухи, етюди та танці. Педагогу необхідно проявляти творчу ініціативу і будувати заняття за принципом послідовності ускладнення його змісту та систематичності засвоєння програмового матеріалу. Наприклад, якщо діти на попередньому занятті вивчили підскок, то на наступному можна запропонувати цей рух виконати по діагоналі, оцінюючи та виправляючи помилки в рухах кожної дитини. Надалі доцільно поєднувати па польки з іншими рухами (кроками, оплесками, притупами та іншими), пропонувати виконання в парі, застосування у вільній імпровізації залежно від теми та змісту заняття. Наприклад, педагог дає дітям творче завдання: «Уявіть, що на вулиці пішов теплий дощик і ви радісно з парасолькою в руках гуляєте, виконуючи підскоки у вільному напрямку», або «Рухаючись підскоками, оберіть собі пару, з якою б ви хотіли піти на прогулянку, візьміться за руки і продовжуйте рухатися разом. Зі зміною музичного супроводу партнера можна поміняти». Важливо, щоб один і той самий рух неодноразово повторювався, але в різних танцювальних інтерпретаціях, під різний музичний супровід і з різним тематичним підтекстом («Овочі збираються у кошик», «Попелюшка танцює на балу» тощо). Таким чином діти набирають танцювального досвіду і можуть застосовувати той чи інший танцювальний рух як у продуктивних, так і в репродуктивних видах музично-рухової діяльності.

Взагалі, процес оволодіння танцювальним рухом слід починати з формування вміння, яке спирається на попередні знання та особистий руховий досвід дитини. За своєю природою, структурою і методикою засвоєння хореографічні вміння та навички

ідентичні руховим, тому їх формування відбувається поетапно: первинне змістовно-образне ознайомлення дітей з танцювальним рухом – поглиблене, деталізоване його вивчення – закріплення та удосконалення у репродуктивній та продуктивній видах танцювальної діяльності.

На різних етапах формування хореографічних умінь повинно змінюватись співвідношення методів і прийомів. Методи і прийоми доцільно добирати залежно від етапів навчання. На початковому етапі провідним вважається метод змістовно-образного ознайомлення дітей з рухом. Цей метод може конкретизуватись низкою прийомів: еталонний показ руху педагогом, цілісний та поелементний показ, аналіз музичного супроводу, імітація, пояснення, образні порівняння тощо. На етапі поглибленого деталізованого навчання перевага повинна надаватися методу вправлення, який доцільно доповнювати прийомами інтерпретації, ідеомоторного тренування, поляризації, змагання, контактного виконання, неформальних завдань тощо. На етапі вдосконалення рухових навичок слід використовувати репродуктивні та продуктивні методи та прийоми: самоконтроль, зміну умов виконання, введення засвоєного руху до дитячої імпровізації, творчу інтерпретацію руху. Закріпленню та вдосконаленню хореографічних умінь і навичок може сприяти засвоєння дітьми танцювального репертуару.

Основою засвоєння дітьми хореографічних навичок є увага, яка зовні виявляється у м'язовому напруженні, правильній поставі, зосередженості. Відомо, що діти дошкільного віку здатні концентрувати увагу в середньому 10-15 хвилин. Тому доцільно періодично змінювати змістове наповнення занять, використовувати ігрові вправи, елементи змагань, умови для виконання рухів. Наприклад, під час засвоєння або закріплення вправ класичного екзерсису (*plie, battement tendu* та інших) можна застосовувати підготовчі вправи до їх виконання в партері та виконання вправи біля станка або з гімнастичними паличками на середині, чергувати з музично-ритмічними завданнями, виконанням танцювальних вправ по діагоналі. Така зміна вправ, засобів розташування дітей дозволить покращити результативність заняття, зберегти увагу вихованців і запобігти їх перевтомі.

Під час навчання слід запобігати спілкуванню на рівні

авторитарно-дисциплінарних вказівок, що формують у дітей пасивну реакцію, знижують їх зацікавленість та ініціативу. У хореографічній роботі одним з продуктивних методів є співтворчість педагога та дітей. Важливо давати їм невеликі завдання творчого характеру, підтримувати творчі знахідки, ініціативу та самостійність мислення. Разом з тим, педагог повинен на рівні з дітьми брати участь у музично-ритмічних іграх, виконанні творчих та тренінгових завдань. Добре, коли керівник колективу здатен на високому виконавському рівні демонструвати вихованцям свою хореографічну майстерність, яка є прикладом для дітей, і одночасно керувати навчальним процесом (давати влучні вказівки, коректно виправляти помилки, визначати та заохочувати танцювальні досягнення тощо).

Під час планування навчально-виховного процесу керівникові колективу важливо окреслити тематичний діапазон. Перелік тем хореографічних занять слід співвідносити зі змістом знань, які отримують діти під час навчально-виховного процесу в дошкільних установах. Така інтеграція сприятиме більш свідомому засвоєнню дітьми інформативного матеріалу, закріпленню та поширенню знань, отриманих в інших видах діяльності, розвитку пізнавальної активності, розумових процесів та операцій. Прикладами можуть бути теми з народознавства («Народні символи України», «Традиції та обряди українського народу» тощо), ознайомлення з навколишнім, природою, художньою літературою, зображувальною діяльністю. Важливо, щоб під час заняття педагог застосовував не тільки методи рухової, а й розумової активізації дитини, поряд з виявленням сформованості в неї тієї чи іншої танцювальної навички визначав рівень знань, поширював світогляд, залучав до засвоєння танцювальної термінології, проводив виховну роботу.

У навчально-виховному процесі молодших груп (дошкільний вік) слід активно застосовувати ігрову діяльність, яка сприяє кращому сприйманню, усвідомленню та запам'ятовуванню танцювального матеріалу. Використання елементів гри в танцювальній діяльності стимулює розвиток пам'яті, образного мислення, сприяє формуванню дружніх стосунків між дітьми, позитивному ставленню до праці, подоланню дитячого егоцентризму, а також розвитку емоційності.

Крім урахування вікових інтересів дітей, доцільно дотримуватись їх статевої зацікавленості до тієї чи іншої теми. Так,

хлопчикам можна рекомендувати творчі завдання та етюдні форми побудовані на темі героїзму, трудової та спортивної діяльності, характерної для чоловіків. А дівчаткам пропонувати відтворювати теми, які цікаві жінкам: «Мамині помічниці», «Модниці», «На подіумі», «Вишивальниці» та інші. Під час ознайомлення з тим чи іншим рухом обов'язково слід підкреслювати характерні положення рук та тулуба, які притаманні чоловічому та жіночому танцю, а також залучати до вивчення різного лексичного матеріалу: хлопчиків навчати виконанню простих присядок, хлопавок, а дівчаток – доступним обертам тощо.

Під час організації та проведення хореографічних занять з дітьми дошкільного віку слід дотримуватися таких *методичних вимог*:

- постановка перед кожним заняттям виховних, розвивальних і оздоровчих завдань; відповідність змісту заняття його тематиці, меті й завданням;
- повторення попереднього й подача нового матеріалу з обов'язковим його закріпленням шляхом багаторазового, варіативного використання;
- зміна видів діяльності, місця розташування дітей, оптимальне дозування припустимого навантаження;
- особиста участь педагога у виконанні танцювальних рухів;
- використання різнохарактерного, образного музичного матеріалу, що відповідає завданням певної частини заняття;
- формування в дітей усвідомленої мотивації до танцювальної діяльності;
- використання різних методів і прийомів, що стимулюють рухову, розумову, пізнавальну й творчу активність дітей;
- здійснення індивідуально-диференційованого підходу (урахування фізичних можливостей, психічних особливостей, інтересів, статевих розходжень і особистісних якостей дитини);
- застосування ігрових моментів, що сприяє підвищенню інтересу до заняття;
- створення атмосфери захищеності й комфортності під час заняття, доброзичливий характер спілкування з педагогом, заохочення навіть незначних досягнень дітей;
- використання прийомів, що забезпечують емоційне наповнення заняття (прийоми емоційної регуляції, прийоми корекції несприятливих емоцій);

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

– стимуляція активності й самостійності дітей; поєднання репродуктивного й продуктивного видів діяльності, надання дітям свободи у виборі способів розв'язання творчих завдань;

– підбиття підсумків з аналізом діяльності дітей, повідомлення мети наступного заняття для підвищення інтересу й мотиваційної готовності.

Отже, проведення хореографічних занять з дітьми дошкільного віку буде ефективним за таких умов: використання педагогічного потенціалу хореографії з урахуванням її виховних та розвивальних можливостей; реалізація особистісно-орієнтовного підходу до дітей у процесі танцювальної діяльності; застосування демократичного стилю спілкування педагога з дітьми, що ґрунтується на принципах взаємодії та співтворчості; мотивації діяльності дітей; добору системи методів і прийомів залежно від етапів формування хореографічної навички; пріоритетності ігрових форм; наступності та послідовності збільшення навантаження; використання доступного й цікавого танцювального репертуару; застосування різних типів хореографічних занять; створення ситуації успіху, умов для самопізнання, творчого розвитку і самореалізації дитини; формування естетичних смаків та ціннісних орієнтацій; збереження здоров'я дитини.

**ОРІЄНТОВНИЙ ЗМІСТ ХОРЕОГРАФІЧНОЇ РОБОТИ
З ДІТЬМИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ**



Запропонований у посібнику зміст дає можливість познайомити дітей з нескладними, доступними для сприймання та виконання вправами класичного танцю, рухами народно-сценічного, бального, історико-побутового танців, хореографічною термінологією; засвоїти сюжетно-тематичні, ігрові, характерні, тренінгові комбінації та етюдні форми, доступний танцювальний репертуар.

Для зручності матеріал поділено за напрямками, які відповідають завданням хореографічної роботи з дітьми дошкільного віку. Дотримуючись їх змісту, педагоги можуть творчо підходити до проведення занять, керуючись загальними навчально-виховними завданнями.

Перший напрямок роботи «Казкова ритмопластика» має на меті музично-руховий розвиток дітей. Його зміст складають музично-ритмічні вправи, спрямовані на розвиток емоційного сприйняття музики та передачу ритмічного малюнку. Цей розділ включає колективно-порядкові вправи, які ознайомлюють дітей з фігурним шиккуванням та різними видами композиційних малюнків танцю.

Другий напрямок «Весела гімнастика» сприяє загальному фізичному розвитку дітей, підготовці тіла до виконання

танцювальних вправ та профілактиці окремих анатомо-фізіологічних відхилень. У зміст включено партерні та корегуючі рухи, які спрямовані на розвиток гнучкості, сили окремих груп м'язів та еластичності зв'язок, виворітності тазостегнових суглобів та гомілкостопу, почуття рівноваги.

Третій напрямок «*Танцювальна мозаїка*» полягає в формуванні навичок виконання нескладних танцювальних рухів (побутові форми рухів, вправи та рухи класичного, народно-сценічного, бального, історико-побутового, сучасного танців), ознайомленні з термінологією, розвитку первинних основ культури сценічного руху (вміти тримати спину, знати правильне положення рук та ніг, передавати образну та ритмічну структуру руху).

Найбільш доступними та близькими життєвому досвіду дітей є побутові форми рухів (крок, біг, стрибки та їх різновиди). Тому перевага на початковому етапі повинна віддаватися саме їм. Вони не тільки допомагають удосконалювати ритмічні здібності дітей, але й складають основу деяких танцювальних рухів (па польки, па галопу, бігунець, перемінний крок та ін.).

При ознайомленні дошкільників з елементами народно-сценічного танцю доцільно добирати рухи різного характеру. На цьому матеріалі необхідно дати малятам уявлення про широкий діапазон національних танців: від спокійних, ліричних до запальних та темпераментних, від сюжетних та ігрових до загальних та тренінгових. Доцільно народні танці наближати до дитячої тематики, збагачувати їх казковими, побутовими або ігровими сюжетами. Поряд із стилізованими формами композицій народного танцю слід також відтворювати справжній самобутній фольклорний танок, доступний для дітей дошкільного віку. Особливу увагу бажано приділяти ознайомленню дітей з танцювальним колоритом свого регіону.

У теорії та практиці хореографічної роботи з дошкільниками склалася дещо суперечлива ситуація відносно питання ознайомлення дітей із класичним танцем. Хоча існує ряд посібників (Г. Березова, О. Єрохіна), які рекомендують використовувати класичний тренаж для дошкільників, хореографи, що працюють у дошкільних установах, не включають у процес навчання класичні елементи, мотивуючи це складністю їх відтворення дітьми. На нашу думку, елементи класики обов'язкові в роботі з дошкільниками,

оскільки саме класичний танок є фундаментом для створення інших танцювальних напрямків. Однак, ми вважаємо, що вправи класичного тренажу (*battements tendus, ronds de jambe par terre*, пози *croise* і *effacee* та інші) досить складні для сприйняття дітьми цього віку. Засвоєння доступних вправ класичного танцю дасть змогу педагогу працювати над правильною постановою положення голови, рук та ніг дитини, підготує до виконання класичного екзерсису, сприятиме розвитку координації рухів.

Вивчення елементів бального та історико-побутового танців допоможе розвитку музичальності, почуття пози, познайомить дітей у доступній формі зі стилями та манерами різних епох. У роботі зі старшими дошкільниками можна використовувати основні рухи таких танців, як менует, полька, падеграс у класичному та сучасному музичному супроводі. Щодо бального репертуару, то в роботу з дошкільнятами доцільно включати всі форми дитячого бального танцю, які мають ігровий напрямок та складаються з доступних для виконання всіма дітьми рухів.

Четвертий напрямок «Танцювальні фантазії» передбачає розкриття творчого потенціалу дітей, розвиток фантазії та почуття художньо-хореографічного образу. Основний зміст завдань на імпровізацію складають теми, близькі дитячій уяві, сюжети та настрої, пов'язані з природою, казковими героями улюблених книжок, мультфільмів тощо.

П'ятий напрямок «Танцювальна ігротека» передбачає засвоєння дітьми навчального та концертного репертуару (танці-ігри, етюдні форми, сюжетні танці), формування первинних основ сценічної культури (одягу, поведінки та руху), розвиток впевненості, виховання бажання виступати перед глядачами, відповідально ставитися до концертних виступів.

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

**Навчально-тематичний план хореографічної роботи з дітьми
дошкільного віку**

Назва розділу	Перелік тем	Кількість годин			
		Молодший дошкільний вік		Старший дошкільний вік	
		Теорія	Практика	Теорія	Практика
1	2	3	4	5	6
«Казкова ритмопластика» (музично-ритмічні вправи, орієнтація у просторі)	1. «Музична скринька» (музично-ритмічні вправи)	2	20	2	12
	2. «Олівці-маловці» (колективно-порядкові вправи)	1	4	-	2
«Весела гімнастика» (елементи танцювальної партерної гімнастики, загальні та корегуючі фізичні вправи)	1. «Танцюємо сидячи» (танцювальна партерна гімнастика)	0.5	6	-	6
	2. «Гнучкі, сильні та витривалі» (загальні та корегуючі фізичні вправи)	0.5	8	-	6
«Танцювальна мозайка» (вправи класичного танцю, рухи народно-сценічного танцю, рухи історико-побутового, дитячого бального та сучасного танців)	1. «Чарівні пуанти» (пізнавальний матеріал з хореографічного мистецтва, елементарні вправи класичного танцю)	2	-	6	10
	2. «Народні візерунки» (елементарні знання про народний танок, рухи українського (російського, білоруського або ін.) танцю, комбінації та етюдні форми	5	14	6	18

**Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік**

	3. «Дозвольте запросити» (рухи та етюдні форми історико-побутового танцю, ігрові форми дитячого парного бального танцю)	3	16	3	18
	4. «Модники» (елементи сучасних напрямків хореографії, контактна імпровізація)	-	-	2	8
«Танцювальні фантазії» (творча імпровізація)	1. «Виразна пластика» (імітацій рухи та етюди)	1	6	-	4
	2. «Розмовляємо без слів» (вправи на виразність жестів, поз а міміки та на передачу різного настрою)	0.5	6	-	4
	3. «Українські забави» (імпровізація на національному матеріалі)	0.5	4	1	4
«Танцювальна ігротека» (танцювальний репертуар)		2	10	2	20
Разом		18	94	22	112

ЗМІСТ ТЕМ

РОЗДІЛ 1. «Казкова ритмопластика»

Тема 1. «Музична скринька» (музично-ритмічні вправи).

Збагачувати музичний досвід дітей, використовуючи вже знайомі їм твори та зацікавлюючи новими творами композиторів-класиків і сучасних авторів. Вчити дітей визначати характер, темп, динаміку, жанр (марш, вальс, полька, пляска) музичного твору та виконувати рухи стосовно його характеру. Вчити аналізувати музичний твір

(веселий, спокійний, енергійний, урочистий тощо), відрізнати музику різного національного характеру (українська, російська, білоруська), починати і закінчувати рухи разом із музикою, активно сприймати музичний твір та відгукуватися на нього руховою імпровізацією, вживати музичні терміни. Вчити виконувати різні види кроку, бігу та стрибків відносно характеру музичного твору: простий танцювальний крок (па марше), крок на півпальцях, крок з високим підніманням колін, м'який пружний крок, приставний крок, легкий біг, біг з закиданням гомілки назад і викиданням прямих ніг уперед та інші.

Тема 2. «Олівці-малювці» (колективно-порядкові *вправи*). Знайомити дітей з поняттями: «лінія», «півколо», «коло», «інтервал», «рівняння»; повороти ліворуч, праворуч та назвами малюнків танцю: «ланцюжок», «зірочка», «равлик», «хвилі» тощо. Вчити вільно орієнтуватися у просторі, тримати інтервали та виконувати прості фігурні перебудови (ходіння по діагоналі, колу, розходження парами, четвірками тощо).

РОЗДІЛ 2. «Весела гімнастика»

Тема 1. «Танцюємо сидячи» (танцювальна *партерна гімнастика*). Знайомити дітей з поняттями: «підйом», «виворітний», «гнучкий». Вчити музично та технічно вірно виконувати на підлозі танцювально-гімнастичні комплекси, спрямовані на підготовку дітей до виконання вправ класичного та народного тренажу. Вчити тримати спину, утримувати правильну форму підйому, працювати над розвитком виворітності, гнучкості, сили та еластичності м'язів ніг.

Тема 2. «Гнучкі, сильні та витривалі» (загальні та *корегуючі вправи*). Знайомити дітей з назвами окремих частин тіла (стопа, гомілка, стегно, хребет, попереk), назвами та змістом партерних вправ («гойдалки», «метелик», «кошеня», «кошик» та інших) та акробатичних елементів («місток», «шпагат», «берізка»). Вчити сумлінно та якісно виконувати різні комплекси вправ у партері, спрямовані на: напруження та розслаблення м'язів тіла, розвиток рухливості гомілковостопних суглобів, еластичності м'язів гомілки і стопи; розвиток рухливості ліктьових суглобів, підвищення еластичності м'язів плечей та передпліччя; розвиток гнучкості плечового та поперекового суглобів, укріплення м'язів черевного пресу; покращення гнучкості колінних та тазостегнових суглобів.

РОЗДІЛ 3. «Танцювальна мозаїка»

Тема 1. «Чарівні пуанти» (пізнавальний матеріал з хореографії, елементарні вправи класичного танцю). Дати дітям уявлення, що хореографія – це вміння танцювати за правилами. Вчити відрізняти різні види хореографії (класичний танок, народно-сценічний, історико-побутовий, бальний та сучасний). Знайомити з виразними засобами хореографії (рух, музика, костюм), назвами рухів. Формувати уявлення про те, що кожний рух передає певний настрій чи почуття і має зміст.

Знайомити дітей з основними правилами утримання правильної постави (втягнути коліна, сідниці, живіт, опустити плечі та витягнути шию), позиціями ніг (I, II), положенням кисті та позиціями рук (підготовче положення, I, II, III), назвами окремих вправ класичного тренажу (демі-пліє – напівприсідання, релеве – підйом на півпальці, па курю – дрібний біг на півпальцях, соте – стрибок з першої (другої) позиції в першу). Вчити утримувати позиції ніг (I, II) та рук (підготовче положення, I, II, III), виконувати вправи спрямовані на постановку рук та групування пальців, на розвиток рухливості шиї, та правильне положення голови, демі-пліє за I, II позиціями, релеве за I, II позиціями, спрощену форму па курю та соте.

Тема 2. «Народні візерунки» (елементарні знання про народний танок, рухи українського (російського, білоруського) народного танцю, комбінації та етюдні форми). Дати дітям уявлення, що народний танок є першоосною хореографічного мистецтва, що кожен народ має свої танцювальні традиції і танцює в своїй манері. Знайомити дітей та вчити виконувати *позиції ніг* (I, II, III, IV (паралельну) і VI), *позиції рук* (вихідна позиція – руки опущені вниз; перша позиція – руки витягнуті вперед; друга позиція – руки розкриті в сторони; третя позиція – руки підняті вгору), *положення рук* (прості положення, де руки розташовані симетрично, тобто одна так, як і друга; складні положення, де розташування різні (залежать від національних особливостей та танцювальних традицій того чи іншого народу); комбіновані положення, де руки приймають різні позиції (наприклад: права в третій, а ліва в другій, чи ліва на поясі, а права в третій чи другій позиції), *положення кисті* (пряма, трохи піднята, у кулачках, вільна та інші). Вчити вірно тримати тулуб, розслабляти й напружувати різні групи м'язів, виконувати вправи для голови

(повороти, нахили, переведення), демі-пліє (напівприсідання) за I, II, III позиціями; батман тандю (ковзання ногою по підлозі) – вперед та вбік з I та III позицій; стрибки за шостою позицією з прямими та підігнутими ногами.

Український танок. Знайомити дітей з назвами українських хороводів, танців, забав, ігор, етюдів та вправ, особливостями дівочого та чоловічого українського танцю та костюма. Вчити утримувати основні положення рук, виконувати уклін та доступні рухи українського танцю (зальотний біг, бігунець, бічна доріжка, вихилясник, вірвовочка, тинок, присядка, «жабка» у напівприсіданні та ін.). Знайомити зі змістом та формувати навички виразного виконання окремих танцювальних форм українського танцю (хороводи, танці, забави). Цікавий репертуар українських музично-хореографічних традицій для дітей дошкільного та молодшого шкільного віку представлено у монографії А.С.Шевчук «Українські музично-хореографічні традиції як засіб музично-рухового розвитку старших дошкільників». Автор пропонує музично-рухові забави («Ладки, ладки», «Зробимо коло», «Подай ручку»), музично-рухові ігри («Труби, Грицю», «Ковалі», «Котилася торба»), танцювальні етюди («Уклін – запрошення хлопчика», «Уклін – вітання дівчинки»), хороводи («Зав'ємо віночки», «Ой, у полі жито»), парні танці («Кологопачок», «Плескач», «Гречаники»), групові танці («Дрібушечки», «Дощик», «Метелиця»), сюжетні танці («Через ніжку», «Гей ви, друзі, всі до мене!»).

Російський танок. Знайомити дітей з особливостями російського народного танцю та костюма, назвами окремих рухів та музичних творів. Вчити утримувати основні положення рук, виконувати уклін та доступні рухи російського танцю (перемінний крок, російський бічний крок, крок з притупом, крок з каблучка, російський біг, припадання, гармошка, види притупів, колупалочка, вірвовочка, присядка проста, присядка й удар по халявах, присядка-розніжка, присядка з хлопавками). Формувати навички виразного та музичного виконання танцювальних комбінацій та етюдних форм російського танцю («У полі берізка стояла», «Я на гірку йшла», «Калинка» та інші).

Білоруський танок. Формувати навички виконання окремих рухів білоруського танцю (білоруська полька, білоруський основний хід з підскоком, галоп, притуп, пружинки, «потрійні пружинки»,

«м'ячики у напівприсіданні») та сюжетних етюдних форм.

Педагог може доповнювати або змінювати даний розділ відповідно до педагогічних завдань колективу, наявності в колективі дітей різних національних меншин, обізнаності в тій чи іншій народній культурі.

Тема 3. «Дозвольте запросити» (рухи та етюдні форми історико-побутового танцю, ігрові форми дитячого бального парного танцю). Знайомити дітей з основними правилами запрошення до танцю, правилами поважного ставлення до партнера. Формувати уявлення про деякі види історико-побутового танцю (менуєт, полонез, полька, фарандола). Вчити виконувати танцювальні кроки в різних напрямках, поєднувати їх з різними позами (положенням голови, тулуба, рук) та комбінувати з паузами і поклонами. Вчити контактувати з партнером (запрошувати до танцю, утримувати погляд, не заважати під час руху один одному) та виконувати етюдні форми, побудовані на рухах менуєту (па менуєту, pas grave – поважний крок), полонезу, польки та фарандоли (підскоки).

Формувати уявлення про те, що бальний танок виконується в парах; щоб красиво навчитися його танцювати, треба багато займатися і, якщо досягнеш певних успіхів, то можеш брати участь у змаганнях, для яких потрібен спеціальний одяг та взуття. Вчити виконувати уклін (для хлопчиків) та реверанс (для дівчаток), утримувати різні положення в парах: обличчям одне до одного (закрите положення – «Давай дружити»), спиною одне до одного (протилежне положення – «Посварилися»), поруч один з другим (бічне положення – «На прогулянку») та одне за другим (лінійне – «Вагончики»). Формувати навички виконання нескладних танцювальних рухів (па галопу, па польки, підскоки, різні види стрибків, оплесків, притупів, тощо), а також виразних імітаційних та образних рухів, які добираються в залежності від сюжетного або ігрового характеру танцювальної форми. Вчити виразно, технічно та музично виконувати прості дитячі танці («Вару-вару», «Берлінська полька», «Конячки», «Пінгвіни», «Страшак», «Весела зарядка», «Запрошення», «Зміни пару» та інші).

Тема 4. «Модники» (елементарні рухи сучасних напрямків хореографії). Формувати уявлення, що існують сучасні напрямки хореографії (хіп-хоп, брейк, диско), які люблять танцювати на дискотеках та для виконання яких існує відповідна музика та

костюм. Вчити виконувати нескладні рухи під сучасну музику, злагоджено та ритмічно рухатись під час виконання комбінацій та етюдних форм. Формувати навички контактної хореографії, вміння імпровізувати індивідуально, в парі, групі.

РОЗДІЛ 4. Танцювальні фантазії

Тема 1. Виразна пластика (імітаційні рухи та етюди). Вчити виконувати самостійно та за показом педагога імітаційні рухи («Зайчик» – м'які, пружні стрибки на двох ногах, «передні лапки» – руки зігнуті у ліктях, кисті м'яко звисають коло грудей; «Курчата» – бігають на півпальцях швидко, метушливо, руки відведені назад або притиснуті ліктями до тулуба, кисті передають тріпотіння крильцями; «Пінгвіни» – ходять поперемінно, переступаючи з ноги на ногу, не згинаючи коліна, виконують поступове присідання, крутячи стегнами, ніби чистять свої хвостики). Формувати вміння виразно та музично виконувати танцювальні етюди з використанням імітаційних рухів («Пташиний двір», «На річці», «Печу, печу хлібчик», «Поїхали до лісу» та інші).

Вчити емоційно відгукуватися на музику та брати активну участь у масовій імпровізації на теми природи («У зимовому лісі», «Новорічний карнавал», «Весняний красвид», «Літо», «Осінне листя» та інші).

Тема 2. Розмовляємо без слів (вправи на виразність жестів, поз і міміки). Вчити виконувати вправи на виразність жесту («Я не знаю!» – дівчинку питають, які квіти їй найбільше подобаються, а вона знижує плечима і розводить руками: «Не знаю» (виразні рухи: брови ледь підняти, кути рота опустити, плечі підняти, руки розвести, долоні розкрити) та інші), на виразність пози («Музей скульптур» – зобразити скульптуру за певною темою (мандрівники, квіти на світланку, мешканці зоопарку тощо); «Дзеркало» – діти стають кружком і зображують дзеркало, дитина в центрі набуває різних поз, а інші повторюють за нею та інші), на виразність міміки («Злюка» – хлопчик сидить на стільці і поки всі діти весело граються, позирає на кожного похмуро і незадоволено (міміка: брови насуплені, верхню губу закусити); «Кривляка» – коли хтось входить до кімнати, хлопчик починає звертати на себе увагу, кривляючись та роблячи різні гримаси та інші). Вчити передавати різний настрій, виконуючи етюди радості («Ласощі» – на день народження Оленка принесла в дитячий садок цукерки і пригощає друзів – солодощі їм дуже

подобаяються (виразні рухи: усмішка, жувальні рухи)); *етюди журби* («Неслухняні діти» – не дозволяла мати Тетяні і Назару їсти зелені яблука з дерева, а вони не послухались та наїлись недозрілих плодів і у них розболілися животи (виразні рухи: брови трохи підняти і зсунути, очі прищулені; тулуб зігнути, живіт втягнути, руки притулити до живота)); *етюди неприємних емоцій* («Неслух» – хлопчик не слухав у садочку вихователя і мама через те дуже засмутилася, а він переживає за свій вчинок (виразні рухи: голову нахилити вперед і втягнути у плечі, ноги прямі, руки звисають уздовж тіла, брови підняти вгору і звести, кутики губ опущені)); *етюди здивування* («Фокусник» – у цирку діти бачили, як фокусник поклав у ящик яйце і накинув накривку, а коли відкрив..., з'явилося маленьке курча).

Тема 3. Українські забави (імпровізація на національному матеріалі). Знайомити дітей із кращими зразками української народної музики, вчити імпровізувати на національному матеріалі («Лісоруби», «Зима та весна», «Не сваріться, помиріться», «Шевчик» та інші). Вчити творчо підходити до виконання дитячих українських народних ігор, емоційно передавати ігрові образи.

РОЗДІЛ 5. Танцювальна ігротека (танцювальний репертуар).

Вчити дітей самостійно, музично та емоційно виконувати танцювально-ігровий репертуар:

- ігри: «Музичні змійки», «Зірочка», «Осіннє листя», «Кривляння», «Пізнай, хто це?», «Веселі ручки» та інші;
- танці-ігри: «Ковбої», «Мамині помічники», «Весела пара», «Мій дзвінкий, веселий м'яч», «Печемо пиріжки» та інші;
- хороводи-розваги («Кіт і миші», «Коровай»), хороводи на трудову тематику («Шевчик», «Коваль»), на природознавчу тематику («Горобець», «Коза», «Зайчик»), орнаментальні хороводи («Кривий танець») та інші;
- танцювальні етюди та танці, створені на рухах народно-сценічного танцю: масові («Метелиця», «Збір врожаю»), парно-масові («Гопачок», «Ех, тупни, нога», «Гуцулята»), групові танцювальні форми для дівчаток («Дощик», «Подоляночка»), для хлопчиків («Повзунець», «Косарі») та інші;
- спрощені варіанти масових парних дитячих бальних та історико-побутових танців («Берлінська полька», «Полька-реготуха», «Ку-ку-рі-ку», «Мушкетери», «Падеграс», «Фарандола» та ін.),

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

сюжетних танців, створених на основі інсценівок дитячих пісень («Непосиди», «Рудий апельсин»), сюжетів дитячих ігор («Піжмурки», «Модниці») і сучасних мультфільмів («Маша і Ведмідь», «Три богатирі») та інші.

Зміст танців педагоги можуть вигадувати самостійно або спиратися на навчально-методичні посібники та репертуарні збірки танців для дітей дошкільного віку (Г. Березова, А. Белікова, Л. Богаткова, О. Єрохіна, Т. Пуртова, Л. Роговік та інші).

ПОБУТОВІ ФОРМИ РУХІВ



Ходьбу та біг називають побутовими рухами, по-перше, тому, що саме вони виступають природними засобами пересування, а, по-друге, за їх допомогою людина здатна передавати свій фізичний та духовний стан.

Значна частина хореографічної роботи з дітьми дошкільного віку відводиться саме знайомству з танцювальними видами ходьби та бігу, які не тільки виступають самостійними виразними танцювальними рухами, а й є частиною багатьох більш складних елементів танцю.

Побутові рухи за своєю природою дуже багатозначні. У

поєднанні з виразними рухами рук вони дозволяють імітувати деякі природні явища, поведінку звірів та птахів, трудові процеси, що розкриває широкі перспективи для їх використання у танцювальній творчості й підтверджує ідею існування мови рухів.

Якщо в молодшому дошкільному віці рухи виступають як засіб розкриття змісту ігрового завдання і педагог не приділяє уваги деталізації технічної сторони виконання цих рухів, то в старшому дошкільному віці слід працювати саме над їх удосконаленням. Під час виконання побутових форм рухів в хореографічній інтерпретації діти роблять технічні помилки: човгають ногами, похитують тулубом, майже не працюють стопами, мляво відштовхуючись від підлоги, рухаються не ритмічно, важко, незграбно. Ці помилки треба вчасно виправляти, звертаючи увагу на складові того чи іншого руху.

Особливу увагу слід приділяти правильній поставі, яка характеризується прямим положенням голови та тулуба (збереження нормального шийного, грудного, поперекового і крижового вигинів), розкритим положенням плечей та грудної клітини, постановкою ніг з носками, трохи розставленими назовні. Слід уникати вказівок-штампів, які використовують у практиці, та які є за своєю суттю невірними. Наприклад, вказівка «підняти носика або підборіддя догори» приводить до того, що дитина високо задирає голову, піднімаючи при цьому плечі.

Система хореографічної роботи з дітьми накопичила багатий спектр методів роботи над постановкою тулубу. Залежно від стилю керівництва, педагогічного досвіду та інших факторів хореограф обирає свою методичку, яку збагачує та адаптує до власного стилю роботи. Правильно поставлений тулуб є запорукою грамотного засвоєння хореографічної абетки, формування культури танцювальних поз та рухів.

Для засвоєння та розуміння дітьми терміна «правильна постава тулубу» на першому етапі навчання слід систематично використовувати такі вправи, як: «Дерев'яна та гумова лялька» (на напруження та розслаблення м'язів різних частин тіла), «Не знаю» (на піднімання та опускання плечей), «Сильні та слабкі ноги» (на втягування та розслаблення колін), «Жираф» (на витягування ший) та інші. Послідовне та одночасне напруження відповідних частин тіла (втягнути коліна, сідниці, живіт, розкрити та опустити плечі,

витягнути шию) допоможе сформувати в дітей навичку утримування правильної постави.

Одним із дієвих засобів формування правильної постави є застосування звичайної гімнастичної палички. Цей реквізит допомагає дитині контролювати вірне утримування тулубу: паличка має бути на рівні грудної клітини, руки витягнуті, плечі відведені назад. Виконуючи той чи інший рух дитина слідкує, щоб паличка не рухалася, тим самим утримує рівну спину, не відволікається на положення рук і акцентує увагу на виконанні вправи (біг, крок та ін.)

У зміст хореографічних занять з дошкільниками можна включати наступні танцювальні форми побутових рухів: танцювальний крок з носка (па марше), крок на півпальцях, крок з високим підніманням стегна, дрібний крок, приставний крок, легкий біг, біг із викиданням прямих ніг уперед та назад, біг із підніманням стегна та закиданням гомілки назад, різні види стрибків, перескоків та інші.

Подачу матеріалу доцільно здійснювати за принципом ускладнення або зміни. Різновиди кроку, бігу та стрибків можна об'єднувати в серії ігрових вправ та етюдів, в основі яких лежить один і той же рух, але в різних варіантах, що передають різний зміст. Так, вправу «М'ячики» (муз. Л. Шитте) можна використовувати для зображення підстрибування пружних, гумових м'ячів. В етюді «Так – Ні? – Так! Так! Так!» (французька народна мелодія «Маленький мисливець» у обробці Ш. Відора) цими ж підстрибуваннями, але в різному ритмі слід передати жартівливий діалог у формі запитань та відповідей, а у вправі «Зайці та мисливець» (муз. М. Раухвергера) приділити увагу виразності імітаційних стрибкових дій.

Наведемо приклади техніки виконання деяких побутових форм рухів.

Танцювальний крок з носка – ноги з витягнутими колінами ставляться спочатку на носок, а потім на всю стопу, тулуб і голову тримати прямо, руки на поясі (див. постановку рук). Іноді для відчуття правильної постави дітям слід пропонувати зімкнути позаду себе руки в замок і тягнути їх долонями вниз, водночас опускаючи плечі й витягуючи шию (спину при цьому не вигинати). Під час виконання танцювального кроку можна закріплювати характерні позиції рук (I, II, III) та їх комбінації (I-III, III-II та інші), тим самим удосконалюючи координацію рухів та підводячи дітей до вільного

поєднання ритмічних рухів рук та ніг.

Крок на півпальцях – маленький крок, нога ставиться з носка, безшумно, п'ятами підлоги не торкається (чим вище від підлоги п'ятка, тим якісніше рух), коліна не згинати; зберігати вільну поставу (спина пряма, голову тримати прямо, руки на поясі, дівчаткам можна підтримувати спідничку). Для більш сильного відчуття рівної спини та витягнутого хребта під час ходьби на півпальцях дітям можна запропонувати підняти руки вгору, зімкнути долоні в замок і тягнути їх догори, тим самим витягуючи тулуб і піднімаючись вище на півпальцях.

«Дрібний» крок – ледь присісти на обох ногах, зберігаючи пряме положення тулуба, невеличкими, «тупаючими» кроками на всій стопі просуватись уперед або вбік на кожну чверть такту музики. Руки тримати на поясі «в кулачках».

Високий крок – зігнуті в колінах ноги по черзі піднімаються вгору, при цьому стегно повинне приймати горизонтальне положення, а гомілка створювати зі стегном прямий кут. Тулуб прямий, руки на поясі. У деяких вправах завдяки зміні положення рук цей елемент може передавати рухи «солдатів» (рішучий змах руками), «вершників» (руки зігнути в ліктях, наче тримають повід), «чаплі, яка ходить по болоту» (прямі руки піднімати знизу в бік до рівня плечей) та інші.

М'який, пружний крок – нога опускається на підлогу на всю стопу, злегка м'яко згинати її в коліні і відразу пружно випрямляти і ставити на носок. Рух, схожий на підскоки з ноги на ногу, який виконується без відриву від підлоги. Знайомити з ним слід після засвоєння дітьми руху «пружинки» і виконувати переважно під спокійну танцювальну мелодію.

Приставний крок – одна нога ставиться в бік, а друга – приставляється у першу або шосту позицію. Рух можна виконувати в різному характері залежно від музики: під марш – чітко без помітного згинання коліна; під танцювальну музику – м'яко пружинячи на обох ногах; під музику з яскравим метричним акцентом – на «раз» з чітким притупом. Треба слідкувати, щоб у всіх формах п'яти чітко з'єднувались на кожному кроці. Цей рух можна виконувати як за шостою, так і за першою напіввиворітною позицією ніг. Він служить основою для виконання па галопу та інших танцювальних рухів.

Легкий біг – це біг у середньому темпі, що передає ритмічний характер музики. Під час виконання слід формувати невимушеність рухів, чітку роботу стопи, правильну поставу. Легкий біг можна виконувати в різному темпі, руки тримати в різному положенні.

Високий біг – зігнути в колінах ноги високо піднімаються, носки натягнуті, тулуб прямий, злегка відведений назад. Якість руху залежить від того, наскільки пружно ноги відштовхуються від підлоги. Цей рух асоціюється у дітей з бігом циркової конячки.

Біг із закиданням гомілки назад виконується на півпальцях, ноги енергійно згинати в колінах, п'ятками торкатися сідниць, носки натягнути, тулуб тримати прямо, руки на поясі. Якщо діти добре засвоїли техніку виконання цього руху, його можна ускладнити (змінюю положення тулуба: незначним нахилом уперед або назад, розворотом плечей за лінією руху; зміною положень рук та інше).

Біг із викиданнями прямих ніг уперед виконується на півпальцях, ноги з прямими колінами і натягнутими носками по черзі викидаються вперед, руки утримуються долонями на поясі.

Стрибки на двох ногах потребують безперервної активної роботи стопи: під час відскоку ноги у підйомі швидко до кінця випрямити і так залишати їх під час польоту, коліна витягнуті, п'ятки разом; приземлення м'яке – спочатку торкаються підлоги носки, а потім вся стопа. Під час виконання зберігати прямий тулуб. Стрибки можна виконувати на місці, з просуванням уперед, або повертаючись навколо себе. Положення рук різне: на поясі, попереду, з ритмічним розгинанням у ліктях, імітуючи положення лапок у зайця, крилець у пташок та ін.

Пересік з ноги на ногу – крок правою ногою вперед, одночасно ліву ногу, зігнуту в коліні, винести вперед і зробити легкий підскік на правій нозі. Повторити те ж саме другого ногою.

Після засвоєння дітьми деяких побутових форм рухів доцільно об'єднувати їх у нескладні комбінації.

Наприклад: «Веселі ніжки» (32 такти).

Музика – 2/4, бажано характеру польки.

Вихідне положення (в подальшому буде позначатися скороченням В.п.) – шоста позиція ніг (п. н.), руки на поясі.

1-4-й такти – «високі» кроки;

5-8-й такти – стрибки на двох ногах;

9-12-й такти – «високий» біг;

13-16-й такти – стрибки на двох ногах;

17-20-й такти – «високі» кроки;

21-24-й такти – стрибки на 2-х ногах навколо себе праворуч;

25-28-й такти – «високий» біг;

9-32-й такти – стрибки на двох ногах навколо себе ліворуч.

Після засвоєння дітьми технічної та змістовної сторони простих видів рухів, їх можна знайомити з більш складними танцювальними рухами, структурну основу яких складає синтез двох та більше форм побутових рухів (па польки, па галопу, перемінний крок, бігунець та ін.).

Па польки поєднує в собі легкий пружинний біг та підскоки.

На затакт – легкий підскік на лівій нозі, одночасно праву ногу, ледь підняту над підлогою, винести вперед, підйом витягнути.

На «раз» – праву ногу опустити на підлогу на півпальці.

На «і» – ліву ногу приставити до п'ятки правої ноги на півпальці.

На «два» – крок правою ногою вперед на всю ступню.

На «і» – легкий підскік на правій нозі, одночасно ліву ногу, ледь підняту над підлогою, винести вперед, підйом витягнути.

На «раз» наступного такту – ліву ногу опустити на підлогу на півпальці і рух продовжити з лівої ноги.

Цей рух бажано вивчати поетапно. Після засвоєння руху «крок з притупом», доцільно використовувати ігровий прийом «Наздоганялки» (ніжка ніжку наздоганяє), а вже потім переходити до цілісного виконання па польки. Важливим при виконанні цього руху є ритм та зміна ноги на кожному кроці. З цією метою можна запропонувати під час виконання польки підкреслювати «раз» кожного такту плесканням в долоні або промовлянням цього слова вголос. Це допоможе не збиватися з ритму та усвідомити чергування кроків і підскоків. Під час виконання руху треба зберігати невимушену поставу.

Виконання *па галопу* вимагає дотримання наступних вимог: якщо рух виконується праворуч, треба рухатись правим плечем уперед, не повертаючи тулуб в бік руху; правою ногою робити крок праворуч, ліву приставляти до неї наче «підштовхуючи» її п'яткою вправо. Виконувати галоп слід невеликими кроками, без стуку п'ятами об підлогу; спину і голову тримати прямо, руки на поясі. Під час виконання стежити, щоб підйоми були витягнутими, що дає змогу збільшити проліт і виконувати рух у більш швидкому темпі.

Після засвоєння дітьми першої позиції ніг доцільно виконувати па галоп саме за цією позицією. Як ускладнення можна виконувати цей рух, повертаючись обличчям та спиною у коло (по вісім, по чотири або по два рази) або праворуч та ліворуч з притупом (одинарним та потрійним).

Підскоки спочатку слід виконувати на місці, а потім – з просуванням вперед і повертанням навколо себе. Руки при цьому можуть виконувати енергійні рухи назад-вперед, що допомагає сильнішому відскоку на кожному крок, а потім їх слід тримати на поясі.

Засвоєні дітьми побутові форми рухів використовуються в різних комбінаціях та варіантах. Вони можуть входити до «розігріву», на їх основі можна створити етюди та танці, застосовувати в творчих імпровізаціях. Головне, щоб вони відповідали тематиці та музичній основі завдання, виконувалися легко й технічно.

РУХИ НАРОДНО-СЦЕНІЧНОГО ТАНЦЮ



Народні танці відображають особливості характеру й побуту різних народів. Вони виникли з народних ігор і розваг, тісно

пов'язані з трудовими процесами, релігійними обрядами та сімейними святами.

Дітей, насамперед, доцільно знайомити з танцювальним мистецтвом свого народу, але не слід виключати можливість засвоєння хореографічної лексики інших націй. Найбільш близькими до українського танцю за походженням, темпераментом, добором рухів можна вважати російський і білоруський. Незважаючи на багатогранні композиційні форми, музичні ритми і темпи, хореографічна лексика цих народів наближена до української. Однак, педагог має самостійно вирішувати рухи якої національності доцільно включати в зміст роботи з дітьми дошкільного віку. Це залежить від багатьох факторів: мети та завдань роботи позашкільного навчального закладу; тематичного діапазону концертних заходів, що впливає на вибір репертуару; географічного розташування міста, в якому функціонує колектив та наявності в даній місцевості національних меншин; особистої зацікавленості педагога хореографією того чи іншого народу тощо.

Визначаючи зміст навчання народного танцю, слід враховувати диференційований підхід до хореографічної лексики, що склався історично: за своєю структурою та манерою виконання вона поділяється на дві групи – чоловічу та жіночу. Тому, поряд із загальними рухами, які можуть виконувати як дівчата, так і хлопчики (танцювальні кроки, біг, «колупалочки», «тинки» та інші), слід добирати рухи з урахуванням статевих відмінностей. Так, за аналогією з чоловічою лексикою танок хлопчиків може включати прості види присядок, стрибків, хлопавок, характерні імітаційні рухи з шаблями, а також рухи, запозичені з різних видів трудової діяльності чоловіків (дії ковалів, косарів, лісорубів тощо). Рухи дівчат мають бути більш м'якими та стриманими, вони можуть танцювати зі стрічками, віночками, хустинками, решетом, а також імітувати рухи вишивання, збору врожаю тощо.

Перш ніж знайомити дітей зі сценічними рухами, слід засвоїти основні положення рук і ніг народно-сценічного танцю, а вже потім звертати увагу на характерні особливості рук того чи іншого народу.

Позиції ніг

У народно-сценічному танці використовуються не тільки розгорнуті позиції ніг, а також паралельні (II і IV позиції, у яких носки обох ніг спрямовані вперед) та зворотні (I і II позиції, у яких

носки обох ніг спрямовані всередину).

У дошкільному віці діти здатні оволодіти першою, другою, третьою, четвертою (паралеельною) і шостою позиціями ніг.

Перша позиція – п'ятки разом, носки розведені в сторони.

Перша зворотна позиція – носки з'єднані, п'ятки рівномірно розведені в сторони.

Друга позиція – п'ятки на відстані довжини ступні одна від одної, носки розведені в сторони.

Друга паралельна позиція – одна нога знаходиться на відстані стопи іншої, обидві стопи розташовані паралельно, носками вперед.

Друга зворотна позиція – одна нога знаходиться на відстані стопи від другої, носки спрямовані всередину, п'ятки рівномірно розведені в сторони.

Третя позиція – права (ліва) нога знаходиться попереду лівої (правої) так, щоб ступня однієї ноги закривала пів ступні другої, носки ніг розведені в сторони під кутом 90°.

Четверта паралельна позиція – одна нога знаходиться попереду другої на відстані стопи, носки спрямовані вперед.

Шоста позиція – стопи розташовані паралельно, щільно зімкнені.

Позиції та положення рук

Позиції рук відповідають позиціям класичного танцю (дивись розділ «Елементи класичного танцю»):

- вихідна позиція – руки опущені вниз;
- перша позиція – руки спрямовані вперед;
- друга позиція – руки направлені в сторони;
- третя позиція – руки підняті вгору.

Протилежно позиціям рук їх *положення* більш різноманітні й різнохарактерні. Вони можуть бути поділені на:

- прості положення, де руки розташовані симетрично;
- складні положення, де розташування рук різне (залежить від національних особливостей та танцювальних традицій того чи іншого народу);
- комбіновані положення, де руки приймають різні позиції (наприклад: права в третій, а ліва в другій, чи ліва на поясі, а права в третій або другій позиції).

Положення кисті теж може бути різним: пряма, трохи піднята, опущена (злегка зігнута), у кулачках, вільна та ін.

Під час знайомства з позиціями та положеннями рук і ніг, слід запобігати механічному заучуванню і спиратися на образну змістовність руху. Наприклад, під час вивчення позицій ніг використовувати ігрову вправу «Носочки та п'яточки», під час ознайомлення з різними варіантами положень рук – вправу «Співаючі ручки», а щоб діти не розводили пальці при виконанні основних позицій рук у народному танці можна застосувати прийом «дружні пальчики». Після засвоєння дітьми тих чи інших позицій та положень їх доцільно включати в ритмічні та тренінгові комплекси для подальшого закріплення та вдосконалення.

УКРАЇНСЬКИЙ ТАНОК



Український танок, як і інші види народної творчості, розвивався протягом усієї історії нашого народу, збагачуючись новим змістом і своєрідними виразними засобами. У ньому знайшли своє відображення радість творчої праці, героїзм боротьби, м'який гумор, завзятість та інші риси, притаманні українському національному характеру. Саме вони розкриваються в танцювальному привітанні українських жінок: легкий крок уперед з невеличким поклоном голови та нахилом тулуба, не згинаючи спини (на відміну від російського привітання, «у пояс, до землі»); руки, які

припадають до грудей, ледь придержуючи намисто, начебто розкривають щирість, гордість, непокірність українців.

Залучення дітей до національного танцювального мистецтва може здійснюватись як через фольклорний танок, так і стилізовані форми українського танцю (з використанням елементів сучасної хореографії та музики). Завдяки цьому разом з історичними формами народного танцю діти можуть знайомитися з сучасною лексикою, яка базується на національній основі.

Найбільш доступною художньою формою народного танцювального мистецтва для дошкільників можна вважати хороводи. Переважна більшість хороводів – це драматизована гра з використанням танцювальних рухів, тому діти із задоволенням їх сприймають та виконують. Отже, слід добирати хороводи, виконання яких пов'язано, по-перше, з обрядовими діями: традиційна зустріч весни (веснянки, гаївки), ознаменування літа (купальський цикл танців), осінні свята (збір врожаю), Різдвяні свята; а, по-друге, хороводи, у яких відображаються трудові процеси («Мак», «Печу-печу хлібчик», «А ми просо сіяли») та природознавча тематика («Зайчик», «Перепілочка», «Хурделиця» та інші). Головне, щоб тематика та зміст цих хороводів були доступними для сприйняття дітьми.

З хороводів бере свій початок і більш складний танцювальний жанр – побутові танці, до яких належать гопак, козачок, метелиця, коломийка, гуцулка та полька. Їх спрощені форми також доступні для засвоєння дітьми старшого дошкільного віку.

Цікавими для дітей є сюжетні народні танці. Введення в танок художніх образів чи життєвих ситуацій, знайомих дітям, дозволяє їм танцювати для свого задоволення, розкривати свій внутрішній стан та емоційно знайомитися з культурою свого народу. Наявність сюжету чи включення ігрових елементів у танок роблять рухи дітей свідомими та виразними, що благотворно впливає на розвиток дитячої танцювальної творчості та формування виконавських навичок.

Ознайомлення дітей з кожним танцем слід розпочинати з розкриття мотивів його виникнення (походження «Козачка» від жартівливих ігор-змагань козацької молоді, «Гопака» від бойової підготовки запорізьких козаків), визначення взаємозв'язку причин появи танцю з його назвою, семантикою основної пластичної фігури та руху («Зайчик-чеберяйчик», «Воротарі»), співвідношення сюжету

танцю з його опорними ознаками (вигуки або примовки, атрибути, елементи одягу тощо).

Поряд з добором та адаптацією тематики й змісту українських народних танців до вікових можливостей дітей дошкільного віку, хореограф має ретельно підходити до вибору художньо-якісної музики. При підборі музичного супроводу слід урахувувати регіональні, видові й жанрові особливості хореографічної постановки, її зміст, тему, ідею, лексичний матеріал, наявність і характеристику танцювальних образів. Музика має бути доступною для сприйняття й відтворення дітьми дошкільного віку, активізувати їх рухову активність і фантазію, сприяти емоційно-виразному виконанню танцю.

Фундатор дошкільної педагогіки Софія Русова зазначала, що творчі сили дітей мають бути найкраще збуджені і розвинені саме засобами національного матеріалу, що найбільш поширений у тій чи іншій місцевості. Тому педагог-хореограф має детально вивчати особливості танцювальної культури свого регіону, визначати доступні для виконання дітьми дошкільного віку танцювальні зразки та включати їх в зміст хореографічних занять. Наприклад, під час ознайомлення дітей з танцювальним фольклором Запорізького краю можна спиратися на матеріал збирача фольклору Захара Сизоненко і поступово залучати дітей до виконання найбільш розповсюджених у даній місцевості танців: хороводів та хороводних танців («Веснянки», «Весну закликати», «Ой зів'ю вінки», «Ой ходила дівчина бережком», «Подоляночка», «Дощик»), побутових танців («Метелиця», «Метелиця-завірюха», «Балабинська полька», «Запорізькі козаки») та побутових танців малих форм («Гопак», «Козачок», «Вихор», «Перепілочка»), сюжетних танців («Гречаники», «Зайчик-чеберяйчик»).

Наведемо приклади положень рук, привітань та нескладних рухів, які можна використовувати в хореографічній роботі з дітьми дошкільного віку.

Основні положення рук

Положення рук у хлопчика:

- схрещують руки на грудях або кладуть долонями на талію вище пояса;
- руки закладають за спину або кладуть на талію, заводячи великі пальці за пояс;

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

- одну руку тримають на поясі, другу – за спиною;
- одну руку закладають за спину, а другу відводять у сторону долонею вгору або обидві руки відводять у боки.

Положення рук у дівчинки:

- взявши руки в боки або одну тримаючи на талії, а другою немов підтримуючи намисто на грудях;
- одну руку кладуть на талію, а другу відводять в сторону долонею вгору, або ж обидві руки відводять в сторони;
- обидві руки опускають донизу або ж одну кладуть на талію, а другу опускають донизу.

Положення рук у парі:

– виконавці стоять поряд, обличчям по ходу руху (дівчинка праворуч, хлопчик ліворуч) і тримаються за руки, схрещені перед собою: правою рукою за праву, лівою за ліву; ліва рука дівчинки знаходиться над правою рукою хлопчика, кисті – на рівні талії;

– виконавці стоять поряд, обличчям по ходу руху (дівчинка праворуч, хлопчик ліворуч); правою рукою хлопчик тримає дівчинку збоку за талію, ліва рука дівчинки лежить на правому плечі хлопчика, вільні руки виконавців відкриті в сторони або лежать долонями на талії;

– виконавці стоять поряд: правою рукою хлопчик тримає праву руку дівчинки, обидві руки підняті вгору і трохи праворуч, зімкнені кисті знаходяться над правим плечем дівчинки; лівою рукою хлопчик тримає ліву руку дівчинки, обидві руки відведені ліворуч на рівень грудей; виконавці дивляться один на одного;

– виконавці стоять один навпроти одного, тримаючись схрещеними руками: правою за праву, лівою за ліву; тулуб злегка відхилений назад;

– виконавці стоять навскіс один від одного правим плечем: правою рукою хлопчик тримає дівчинку за талію з лівого боку, права рука дівчинки лежить на лівому плечі хлопчика; ліві руки обох виконавців або відкриті в сторони, або лежать долонями на талії;

– виконавці стоять поряд: ліва рука дівчинки з'єднана з правою рукою хлопчика, з'єднані руки підняті вгору, створюють «ворітця»; вільні руки лежать долонями на талії;

– виконавці стоять один перед одним: дівчинка кладе долоні обох рук хлопчику на плечі, а хлопчик – дівчинці на талію;

– виконавці стоять поряд, боком один до одного, тримаючись

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

за руки, які: а) вільно опущені вниз; б) підняті вгору; в) розкриті в сторони – у цьому разі виконавці розташовані на відстані витягнутих рук один від одного.

Зразок ознайомлення дітей з положеннями рук в парі представлений в конспекті тематичного хореографічного заняття «Український парний танок» (дивись додатки).

Вправа для рук (16 тактів, музичний розмір – 4/4)

В. п. – перша не виворітна позиція ніг, руки на поясі.

1-й такт. Права рука відводиться в сторону долонею догори, голова повертається за рукою.

2-й такт. Рука і голова повертаються у вихідне положення.

3-4-й такти. Повторити ті самі рухи лівою рукою.

5-й такт. Розвести обидві руки в сторони, голову тримати прямо, підборіддя трохи підняти.

6-й такт. Ліву руку зігнути в лікті, покласти до грудей, не притискаючи лікоть до тулуба.

7-й такт. Підвести праву руку до грудей і покласти зверху на ліву.

8-й такт. Руки через сторони опустити вниз.

9-й такт. Праву руку через сторону підняти до рівня третьої позиції (рук підняті вгору), долоні розгорнуті вниз, голова повертається за рукою.

10-й такт. Так само підняти вгору ліву руку.

11-й такт. Руки зігнути в ліктях і покласти долоні за голову.

12-й такт. Утримати попереднє положення.

13-й такт. Поставити руки в третю позицію, долонями назустріч.

14-й такт. Опустити руки до рівня другої позиції.

15-й такт. Покласти праву руку на пояс.

16-й такт. Покласти ліву руку на пояс.

Уклін для дівчинки

В. п. – третя позиція ніг, права нога попереду, руки вздовж тулуба.

На затакт «і» – трохи підняти руки в сторони, кисті вільні.

1-й такт:

На «раз-і» – через низ підняти обидві руки до грудей (до намиста).

На «два-і» – нахилитися трохи вперед, тримаючи руки в попередньому положенні.

2-й такт:

На «раз-і» – підняти тулуб;

На «два-і» – опустити руки, тобто прийняти в. п.

Уклін для хлопчика

В. п. – третя позиція ніг, права нога попереду, руки вздовж тулуба.

На затакт «і» – ледь піднятися на півпальці.

1-й такт:

На «раз-і» – крок правою ногою вправо, праву руку відвести в сторону, голову підняти;

На «два-і» – праву руку підвести до лівого плеча, голову ледь опустити.

2-й такт:

На «раз-і» – підняти голову;

На «два-і» – опустити руку вниз.

Детальний опис основних рухів українського танцю, етюдних форм та танців, адаптованих для ознайомлення дітей дошкільного віку, наведено в посібнику В. Верховинця «Весняночка» та у монографії А. Шевчук «Українські музично-хореографічні традиції як засіб музично-рухового розвитку старших дошкільників». Ми ж дамо декілька прикладів виконання цих рухів.

Зальотний біг

В. п. – шоста позиція ніг.

На затакт «і» – трохи підняти праву ногу.

На «раз-і» – невеликий крок-біг вперед на півпальцях з правої ноги, ліву відірвати від підлоги, зігнувши її в коліні.

На «два-і» – невеликий крок-біг вперед на півпальцях з лівої ноги.

Темп від помірнього до швидкого.

Бігунець

В. п. – шоста позиція ніг.

На затакт «і» – ледь присісти на лівій нозі і, піднімаючи невисоко уперед праву ногу, вільну в коліні, зробити нею широкий крок уперед, ніби пролітаючи в довжину («стрибнути через ямку»).

На «раз» – опуститися на всю ступню правої ноги, коліно трохи зігнути, ліву ногу, вільну в коліні, невисоко підняти.

На «і» – невеликий швидкий крок уперед лівою ногою на низькі півпальці.

На «два» – невеликий швидкий крок правою ногою уперед на

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

низьких півльцях, ліва нога швидко проноситься уперед.

На «і» – зробити широкий швидкий крок лівою ногою, як на затакт «і».

Теж саме повторити з іншої ноги. Темп від помірного до швидкого.

На першому етапі вивчення цього руху можна пропонувати дітям виконувати «біг з притупом»: на «раз» – перестрибнути через ямку, на «два-три» – зробити подвійний притуп. Потім виконати цей рух з іншої ноги. Коли діти досить впевнено будуть виконувати спрощений варіант бігунця, можна переходити до засвоєння справжньої його форми.

Бічна доріжка

В. п. – шоста позиція ніг.

На затакт «і» – невелике присідання (коліна ледь зігнути).

На «раз» – невеликий крок правою ногою праворуч, ставлячи ногу на всю ступню, коліно трохи зігнути.

На «і» – ліву ногу приставити позаду до п'ятки правої на низькі півпальці.

На «два-і» – повторити рух, що виконувався на «раз-і».

Вихлясник

В. п. – перша позиція ніг, руки на талії.

На «раз» – злегка підскочити на лівій нозі; водночас праву ногу відвести вбік і поставити на носок.

На «і» – пауза.

На «два» – знову підскочити на лівій нозі, водночас праву ногу, вирівнявши в коліні, поставити на каблук, руки розкрити в другу позицію.

У тій же послідовності рух виконується з лівої ноги.

Колупалочка в повороті

В. п. – перша позиція ніг, руки на талії.

1-й такт:

На «раз – і» – зробити підскік на місці на лівій нозі, перенести на неї вагу тіла і трохи зігнути в коліні; водночас праву ногу витягти назад і поставити на підлогу, на носок (п'яткою догори), тулуб злегка нахилити вперед.

На «два – і» – зробити другий підскік на лівій нозі, повернутися через праве плече на 180°, тобто стати спиною до глядачів; одночасно праву ногу поставити на п'ятку (носком

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

догори) у ту ж точку, коліно правої ноги випрямити, коліно лівої ноги вільне.

2-й такт:

На «раз – і – два» – зробити потрібний притуп, водночас повертаючись праворуч на 180°, стати обличчям до глядачів.

На «і» – тупнути лівою ногою, ставлячи її поряд з правою у шосту позицію.

Вірвочка

В. п. – третя позиція ніг, права нога попереду, руки на талії.

На затакт – «і» – підскочити на півпальцях лівої ноги, ледве проковзнути вперед, праву ногу, зігнуту в коліні, трохи підняти і пронести її під коліном лівої ноги назад.

На «раз» – поставити праву ногу на півпальці позаду лівої, в третю позицію.

На «і» – підскочити на півпальцях правої ноги, ледве проковзнувши вперед; ліву ногу трохи підняти із зігнутим коліном і пронести її під коліном правої ноги назад.

На «два» – поставити ліву ногу на півпальці позаду правої у третю позицію.

На «і» – повторити рух, який виконується на затакт «і».

Потім рух повторюється спочатку з рахунку «раз».

Перед засвоєнням руху дітям можна запропонувати виконання наступної вправи: на перший такт зробити чотири кроки назад, поперемінно піднімаючи ноги до рівня «пассе», руки тримати на талії чи в положенні «полочка»; на другий такт – чотири кроки вперед з носка, руки на поясі.

Тинок (па-де-баск)

В. п. – перша позиція ніг, руки на поясі.

На затакт «і» – трохи присісти на лівій нозі, праву ногу ледве відірвати від підлоги, винести вперед і описати нею в повітрі півколо.

1-й такт:

На «раз» – легко перескочити на праву ногу, поставити її поруч з лівою у першу позицію.

На «і» – переступити на ліву ногу, ставлячи її попереду правої на півпальці.

На «два» – переступити на праву ногу, залишаючи її позаду лівої ноги.

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

На «і» – злегка присісти на правій нозі, ліву ногу ледве відірвати від підлоги, винести вперед і описати в повітрі нею півколо ліворуч.

2-й такт: Починаючи з лівої ноги, виконати рух першого такту.

Спрощений варіант «тинка» можна виконувати наступним чином: з шостої позиції на «раз» зробити крок убік, на «два-три» – подвійний притуп. Потім повторити з іншої ноги.

Присядка

В. п. – перша позиція ніг, руки на поясі.

На «раз»– присісти, зберігаючи вихідне положення ніг, п'яти відірвати від підлоги, тулуб тримати рівно.

На «два» – встати й одночасно випростати праву ногу праворуч вбік навскіс.

На «раз» наступного такту – знову присісти.

На «два» – встати й одночасно випростати ліву ногу ліворуч вбік навскіс.

Присядку слід робити легко на носках, ступні ніг повинні торкатися одна одної, присідати слід спокійно, не з усієї сили, і не допускати хрускоту в суглобах, щоб не відчуті неприємного болю в колінах та ступнях і не відбити бажання до навчання, виконання цього руху.

«Жабка» у напівприсіданні

В. п. – перша позиція ніг, руки на поясі або схрещені на грудях.

На затакт – опуститися у напівприсідання на півпальці в першу позицію.

На «раз»– підскочити вгору (ноги в колінах зігнуті) і знову опуститися вниз.

На «два» – рух повторити спочатку.

Під час хореографічних занять доцільно застосовувати тренувальні вправи для формування правильної постави, усвідомлення манери виконання рухів українського танцю. Наведемо декілька прикладів.

Вправа для голови та ніг (16 тактів, музичний розмір – 4/4).

В. п. – ноги в першій не виворітній позиції, голова анфас, руки на поясі.

1-й такт. Голову повернути праворуч, але так, щоб не порушувалася пряма лінія шийних хребців.

2-й такт. Повернутися у вихідне положення.

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

3-й такт. Голову повернути ліворуч.

4-й такт. Повернутися у вихідне положення.

5-8-й такти. Повторити теж саме, тільки під час повороту голови додати невеличке напівприсідання.

9-й такт. Нахилити голову праворуч (плечі вгору не піднімати) і одночасно виконати невеличке напівприсідання.

10-й такт. Повернутися у вихідне положення, добре витягуючи коліна.

11 -12-й такти. Повторити попередні рухи, нахилиючи голову ліворуч.

13-й такт. На перший півтакт нахилити голову вправо, на другий півтакт – уліво.

14-й такт. На перший півтакт знов нахилити голову вправо, на другий півтакт – повернутися у вихідне положення.

15-й такт. Встати на півпальці, не згинаючи коліна, маківкою тягнутися вгору, плечі розкрити та опустити вниз.

16-й такт. На перший півтакт утримувати попереднє положення, на другий півтакт – повернутися у вихідне положення.

Вправо можна повторити кілька разів.

Вправа для хлопців (32 такти, музичний розмір – 2/4)

В.п. – ноги розставлені трохи ширше другої напіввиворітної позиції, коліна рівні; руки на поясі, кисті затиснуті в кулак, лікті чітко розведені; спина рівна, грудна клітина розгорнута, шия витягнута, підборіддя трохи припідняте.

1-4-й такти. Утримувати вихідне положення.

5-8-й такти. Утримуючи вихідне положення тулуба, виконувати підйом на півпальці (на один такт, не згинаючи колін, піднятися на півпальці, на наступний такт повернутися у вихідне положення).

9-12-й такти. Утримуючи вихідне положення тулуба, виконувати повороти голови (на один такт повернути голову праворуч, на наступний – повернути у вихідне положення, потім те ж саме повторити ліворуч).

13-16-й такти. Повторити підйоми на півпальці.

17-й такт. Утримуючи вихідне положення тулуба, розкрити праву руку в другу позицію (відвести вбік долонею вгору), голова рухається за рукою (повертається праворуч).

18-й такт. Повернутися у вихідне положення.

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

19-20-й такти. Повторити те ж саме, розкриваючи ліву руку.

21-й такт. На півтакту розкрити праву руку в другу позицію, на наступні півтакту – ліву руку; голова повертається у напрямку руху руки.

22-й такт. На півтакту плеснути в долоні, на наступні півтакту розкрити обидві руки в другу позицію.

23-й такт. На півтакту покласти праву руку на пояс, а потім ліву.

24-й такт. На півтакту, утримуючи руки на поясі, піднятися на півпальці, на другі півтакту повернутися у вихідне положення.

25-32-й такти. Повторити вправу з 17 такту.

Після вивчення окремих рухів українського танцю бажано спочатку їх використовувати в різних танцювальних комбінаціях, а потім включати в етюдні форми. Етюди можуть носити ігровий, сюжетний або тренінговий характер та виконуватися всіма дітьми одразу, окремо хлопчиками та дівчатками, а також попарно. Наведемо приклади декількох етюдних форм тренінгового характеру, спрямованих на закріплення техніки виконання окремих танцювальних рухів, нескладних перешикунів та передачу характеру виконання лексичного матеріалу українського народного танцю.

Ліричний етюд для дівчаток «Привітання» (40 тактів, музичний розмір – 4/4).

В. п. – дівчатка стоять по обидва боки задньої частини зали, ноги у третій позиції, руки вільно опущені вниз.

На 1-8-й такти – з правого боку виходить перша лінія дівчаток, рухаючись одна за одною простим кроком з носка.

На 9-16-й такти – тим самим кроком з лівого боку виходить друга лінія дівчаток і зупиняється позаду першої у шаховому порядку.

На 17-18-й такти – друга лінія виходить вперед, проходячи у проміжки й стає попереду першої, яка залишається стояти на місці.

На 19-20-й такти – перша лінія виходить вперед і стає перед другою.

На 21-22-й такти – обидві лінії рухаються вперед простим кроком з носка.

На 23-24-й такти – виконують привітання (український уклін).

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

На 25-32-й такти – дівчатка першої лінії одна за одною рухаються праворуч, утворюючи там маленьке коло, дівчата другої лінії рухаються ліворуч і також утворюють своє коло.

На 33-36-й такти – дівчатка продовжують рухатися колом і утворюють «маленькі зірочки» (з'єднують праві руки в центрі, а ліві піднімають угору та опускають вниз на кожен такт).

На 37-40-й такти – дівчатка розкривають коло та, рухаючись по задньому плану, утворюють півколо.

Ліричний етюд для дівчаток «Подольночка».

В. п. – дівчата розташовані з різних боків заднього плану зали, ноги у третій позиції, руки вільно опущені вниз.

На 1-й – 8-й такти – з правого боку, рухаючись одна за одною простим кроком з носка виходить перша лінія дівчаток.

На 9-й – 16-й такти – тим же кроком з лівого боку виходить друга лінія дівчат і зупиняється позаду першої у шаховому порядку.

На 17-й – 18-й такти – друга лінія виходить вперед, проходячи у проміжки і стає попереду першої, яка залишається стояти на місці.

На 19-й – 20-й такти – перша лінія виходить вперед і стає перед другою.

На 21-й – 22-й такти – обидві лінії рухаються вперед простим кроком з носка.

На 23-й – 24-й такти – виконують привітання (український уклін).

На 25-й – 32-й такти – дівчата першої лінії одна за одною рухаються праворуч, утворюючи маленьке коло праворуч, дівчата другої лінії рухаються ліворуч і також утворюють коло з ліва.

На 33-й – 36-й такти – дівчата продовжують рухатися по колу і утворюють «маленькі зіроньки» (з'єднують праві руки в центрі, а ліві піднімають угору та опускають вниз на кожен такт).

На 37-й – 40-й такти – дівчата розкривають коло та, рухаючись по задньому плану, утворюють півколо.

Після виконання цього етюд дівчата можуть залишатися у цьому малюнку, тримаючи ноги у третій або першій позиції та брати пасивну участь у наступній етюдній формі, яку виконують хлопці. За бажанням педагога, дівчата можуть робити нескладні рухи на місці (похитувати головою, притупувати ногою, виконувати оплески). Головне, щоб їх рухи не одволікали від танцю хлопців.

Етюдна форма для хлопців повинна носити чоловічий

характер і складатися на основі лексичного матеріалу, притаманного українському танцю чоловіків. Наприклад, можна застосувати спрощену форму відомого українського танцю «Повзунець». Основний хід цього танцю дуже складний для опанування дітьми, крім того, його виконання несе велике навантаження на колінні суглоби. Тому ми пропонуємо чергування основного руху з простим широким кроком.

В. п. – хлопці розташовані один за одним праворуч переднього плану зали; ноги у шостій позиції, руки вільно опущені, долоні стиснуті в кулачки.

На 1-й – 2-й такти – рухаються по передньому плану, виконуючи вісім широких кроків та динамічно змінюючи положення рук.

На 3-й – 4-й такти – напівприсядки виконують вісім кроків, поступово заводячи коло.

На 5-й – 16-й такти – продовжують виконувати рухи 1-го – 4-го такту, рухаючись по колу; на 16- такт стають у півколо.

На 17-й такт – виконують чотири стрибки у напівприсіданні, руки на поясі.

На 18-й такт – виконують чотири оплески в долоні, залишаючись у напівприсіданні.

На 19-й – 20-й такти – повторюють рухи 17-го-18-го тактів; наприкінці 18-го такту ставлять руки на підлогу, сідають, широко розкриваючи ноги.

На 21-й такт – згинають по черзі ноги у колінах.

На 22-й такт – виконують чотири оплески в долоні.

На 23-й – 24-й такти – повторюють рухи 21-го – 22-го тактів.

На паузу всі хлопці вигукують:

Ой дуб, дуба, дуба!

У Миколи нема чуба!

Ти, Миколо, не журися,

На всі боки повернися!

На 25-й – займають положення у напівприсіданні та виконують присядку м'ячик, руки на поясі.

На 26-й такт – виконують присядку в повороті праворуч, руки закладають долонями за потилицю, ніби притримують шапку.

На 27-й – 28-й такти – повторюють рухи двох попередніх тактів, тільки під час присядки повертаються ліворуч.

На 29-й – 32-й такти – швидко сідають на сідниці, ноги згинають у колінах, трохи піднімають над підлогою і притискають до себе, руками спираються об підлогу. У такому положенні крутяться праворуч, перебираючи позаду себе долонями. Наприкінці останнього такту зупиняються у вільних позах.

На паузу усі хлопці вигукують:

Годі, хлопці, жартувати!

Може, досить танцювати!

На 33-й – 36-й такти – діти займають положення в напівприсіданні, один за одним рухаються по колу, виконуючи рухи 1-го – 4-го тактів. Хлопці можуть піти з залу, а можуть залишитися у півколі навпроти дівчаток і запросити їх до спільного парного танцю.

Прикладами парних етюдних форм українського дитячого танцю можуть бути такі: «Веселі гуцулята», «Через ніжку» (під мелодію гопака), «Плескач», «Гопачок» та інші.

Зразки вправ та етюдних форм представлені в додатках (зразки конспектів хореографічних занять, зразки танцювальної інтерпретації українських народних ігор).

Цікавий репертуар українських музично-хореографічних традицій для дітей дошкільного та молодшого шкільного віку представлено в монографії А. Шевчук «Українські музично-хореографічні традиції як засіб музично-рухового розвитку старших дошкільників». Автор пропонує музично-рухові забави («Ладки, ладки», «Зробимо коло», «Подай ручку», «Веселі млиночки» та інші), музично-рухові ігри («Труби, Грицю», «Ковалі», «Котилася торба» та інші), танцювальні етюди («Уклін – запрошення хлопчика», «Уклін – вітання дівчинки та інші), хороводи («Зав'ємо віночки», «Ой у полі жито», «Кривий танець та інші), парні танці («Коло-гопачок», «Плескач», «Гречаники» та інші), групові танці («Дрібушечки», «Дощик», «Метелиця-завірюха» та інші), сюжетні танці («Через ніжку», «Гей, ви, друзі, всі до мене!»).

РОСІЙСЬКИЙ ТАНОК



Головне завдання при ознайомленні дітей з елементами російської народної лексики – пізнання її характеру, у якому поєднується веселля і запал з сором'язливістю і стриманістю. Цей характер особливо виражається в притаманній російському танцю поставі. Вона близька до нормальної постави: голова піднята, плечі відведені назад, тулуб прямий, тобто дитина здається «вищого на зріст».

Найбільш легкою та доступною для виконання формою російських танців є хороводи як повільні, так і швидкі, які будуються на простих танцювальних рухах (перемінний крок, простий крок, припадання та інших). Композиції хороводів бувають різні, нагадують дивовижні візерунки мережива. Вони виконуються не тільки по колу, а й будують «хвилі», «ланцюжки», «зірочки», «ворітця», «вісімки» та ін.

Дітям старшого дошкільного віку також доступні нескладні танці-кадрилі, танці-змагання (російською мовою – *перепляси*), у композиційну основу яких може бути покладено цікавий сюжет чи ігрову ситуацію.

Більшість рухів російського танцю в повній формі важкі для дітей дошкільного віку. Тому вони вивчаються в дещо спрощеній

формі, але зі збереженням їх характеру та виразності.

Основні положення рук

Положення рук у хлопчиків:

- руки кладуть долоньями чи кулачками на талію або широко розкривають у сторони;
- обидві руки широко розкриті в сторони долоньями угору, лікті не напружені.

Положення рук у дівчаток:

- руки тримають долоньями або в кулачках на талії, лікті відведені у сторони;
- обидві руки вільно опущені вниз, долоньями до тулуба;
- руки схрещені на грудях, наближені до тулуба або ледь відведені; права рука розташована під лівою; кисті затиснуті в кулачок і сховані під лікті протилежних рук.

Положення рук у парі:

- виконавці стоять поряд, обличчям по ходу руху (дівчинка праворуч, хлопчик ліворуч): правою рукою хлопчик тримає ліву руку дівчинки, обидві руки опущені вниз, вільні руки лежать на талії чи вільно опущені;
- виконавці стоять поряд по ходу руху (дівчинка праворуч, хлопчик ліворуч): правою рукою хлопчик тримає ліву руку дівчинки; обидві руки, зігнені в ліктях і наближені одна до одної, зімкнені кисті розташовані на рівні плечей, лікті опущені униз і наближені до тулубу; вільні руки на талії;
- виконавці стоять один перед одним на відстані кроку, тримаючись за руки (правою за ліву, лівою за праву), з'єднані руки дещо опущені униз;
- виконавці стоять правим плечем один до одного: праві руки закруглені і переплетені у ліктях, кисті злегка затиснуті в кулачок; ліві руки лежать на талії; тулуб прямий або верхню частину відхилений убік – виконавці дивляться один на одного.

Зразок ознайомлення з положеннями рук у парі представлено в конспекті тематичного заняття «В гостях у дідуся Народного таночка» (дивись додатки).

Уклін для дівчинки («малим звичаєм» – у пояс).

В. п. – третя позиція ніг. Тулуб прямий, руки опущені вздовж тіла, в правій руці можна тримати хусточку.

1-й такт:

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

На «раз-і» – підняти праву руку від ліктя і підвести долонею до середини грудей;

На «два-і» – повільно нахилити тулуб і голову вниз.

2-й такт:

На «раз-і» – повільно випрямити тулуб, піднімаючи при цьому голову та одночасно опускаючи праву руку вниз;

На «два-і» – пауза.

Уклін для хлопчика («великим звичаєм» – до землі).

В. п. – третя позиція ніг, тулуб прямиий, руки опущені вниз.

1-й такт:

На «раз-і» – підняти праву руку трохи вище пояса, лікоть при цьому опущений вниз;

На «два-і» – нахилити тулуб і голову вниз, одночасно права рука торкається пальцями підлоги.

2-й такт:

На «раз-і» – випрямити тулуб, піднімаючи при цьому голову, права рука опущена вздовж тіла;

На «два-і» – пауза.

Рухи російського танцю

Перемінний крок

В. п. – третя позиція ніг, тулуб і голова прямо.

На «раз» – крок з носка правою ногою вперед.

На «і» – крок лівою ногою вперед.

На «два» – крок правою ногою вперед.

На «і» – пауза.

Рух продовжити з лівої ноги.

Російський бічний крок

В. п. – шоста позиція ніг, тулуб і голова прямо.

На «раз» – невеликий крок правою ногою праворуч, коліно трохи зігнути.

На «два» – ліву ногу приставити до правої, коліно злегка зігнути.

Крок продовжити з лівої ноги.

Крок з притупом

В. п. – шоста позиція ніг, руки на поясі в кулачках.

На «раз-і» – невеликий крок уперед правою ногою, притупнути, опускаючи її на всю ступню.

На «і» – притупнути лівою ногою, приставляючи її до правої.

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

На «два» – притупити правою ногою, приставляючи її до лівої.

На «і» – пауза.

Російський біг

В. п. – шоста позиція ніг, тулуб трохи нахилений уперед.

Стрімко бігти вперед, виконуючи по одному легкому кроку, ступаючи з носка, на кожен восьму такту. Намагатися п'ятками торкатись сідниць, носки витягнуті.

Російський крок з каблучка

В. п. – шоста позиція ніг, тулуб і голова прямо.

На «раз-і» – крок уперед правою ногою на каблук.

На «два-і» – опустити праву ногу на всю стопу, ледь згинаючи коліно, одночасно ліву ногу підвести до щиколотки правої ноги.

Потім повторити рух з лівої ноги.

Бічне припадання

В. п. – третя позиція ніг, руки на поясі.

На загат – праву ногу злегка підняти над підлогою і винести праворуч.

На «раз» – крок правою ногою праворуч, опустивши її на всю ступню, коліно ледь зігнути, одночасно ліву ногу підвести позаду до п'ятки правої ноги.

На «і» – ліву ногу опустити на півпальці позаду п'ятки правої ноги.

На «два» – повторити рух, що виконувався на «раз».

На «і» – повторити рух, що виконувався на «і».

Потім рух виконується спочатку. Припадання в лівий бік виконується так само, тільки з лівої ноги.

Гармошка

В. п. – перша позиція ніг, голова і тулуб прямо, руки на поясі.

На «раз» – з'єднати носки обох ніг, п'ятки розвести в різні боки.

На «і» – з'єднати п'ятки, носки розвести в різні боки.

На «два-і» – повторити рухи, які виконувались на «раз – і».

Рухаючись праворуч, необхідно з'єднати носки, спираючись на п'ятку лівої ноги і на носок правої, рухаючись ліворуч – навпаки.

Притуп

В. п. – шоста позиція ніг, руки на поясі в кулачках, тулуб прямий.

На «раз» – притуп правою ногою.

На «і» – притуп лівою ногою.

На «два» – притуп правою ногою.

На «і» – пауза.

Рух виконується спочатку.

Притуп однією ногою

В. п. – шоста позиція ніг, руки на поясі в кулачках, тулуб прямий.

На «раз» – трохи присісти на правій нозі, підняти ліву ногу до рівня щиколотки правої ноги.

На «і» – притупити ліву ногою, випрямити праву ногу в коліні.

Потім рух виконується спочатку.

Колупалочка з притупом

В. п. – третя позиція ніг, руки на поясі, тулуб і голова прямо.

1-й такт:

На «раз-і» – ледь підскочити на лівій нозі, праву ногу поставити праворуч на носок, повертаючи її коліном ліворуч.

На «два-і» – знов підскочити на лівій нозі, поставити праву ногу на каблук, повернувши її коліном праворуч.

2-й такт:

На «раз» – притупити правою ногою.

На «і» – притупити лівою ногою.

На «два» – знов притупити правою ногою.

На «і» – пауза.

Вірвовочка

В. п. – третя позиція ніг, права попереду, руки на поясі, тулуб і голова прямо.

На затакт – підскочити на півпальцях лівої ноги, коліно відвести у лівий бік; праву ногу, зігнуту в коліні, підняти попереду лівої і пронести її під коліном лівої ноги назад; коліно спрямоване вбік, підйом натягнутий.

На «раз» – поставити праву ногу на півпальці позаду лівої в третю позицію.

На «і» – підскочити на півпальцях правої ноги, ледве просунувшись уперед; ліву ногу трохи підняти із зігнутим коліном і пронести її під коліном правої ноги назад.

На «два» – поставити ліву ногу на півпальці позаду правої в третю позицію, як на «раз».

На «і» – повторити рух, який виконується на затакт.

Моталочка

В. п. – шоста позиція ніг, руки на поясі, тулуб і голова прямо.

На затакт – ледь підняти ліву ногу зігнуто в коліні.

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

На «раз» – перестрибнути на ліву ногу і відвести назад праву, зігнути в коліні.

На «і» – підскочити на лівій нозі, не опускаючи правої, і ковзнути ступнею правої ноги по підлозі, провести її вперед.

На «два» – перестрибнути на праву ногу і відвести назад ліву, зігнути в коліні.

На «і» – підскочити на правій нозі, не опускаючи лівої, ковзнути по підлозі ступнею лівої ноги, перевести її вперед.

Потім рух виконується спочатку.

Як різновид «моталочку» можна робити з потрійним притупом. Тобто, «моталочка» з правої ноги та притуп з правої ноги. Те ж саме з лівої.

Присядка проста

В. п. – перша позиція ніг, руки на поясі або розведені в боки.

На «раз» – різко сісти на пів пальцях обох ніг, коліна розвести в різні боки, тулуб прямий.

На «два» – ліву ногу витягнути в коліні і поставити на каблук вперед – ліворуч; тулуб і голову повернути до лівої ноги.

Присядка й удар по халявах

В. п. – перша позиція ніг, руки на поясі.

На «раз» – присісти.

На «два» – встати й одночасно виставити вперед праву ногу, зігнувши її в коліні, вдарити лівою рукою по халяві правого чобота.

На «раз» – перескочити на праву ногу й одночасно перенести ліву ногу, теж зігнути в коліні, позаду правої ноги і вдарити правою рукою по халяві лівого чобота.

На «два» – виставити ліву ногу ліворуч вбік – навскіс.

Рух повторюється спочатку.

Присядка-розніжка

В. п. – перша позиція ніг, руки на поясі.

На «раз» – після невеличкого стрибка зробити повне присідання по першій позиції, коліна широко розвести в боки, руки залишити на талії.

На «два» – підводячись із присідання, ковзнути по підлозі ступнями обох ніг у боки і стати на каблуки в другу позицію (носки підняти вгору); руки розкрити в другу позицію.

Присядка з «хлопанням»

В. п. – перша позиція ніг, руки на поясі, тулуб прямий.

На «раз-і – невеликим підскоком опуститися на півпальці обох ніг, п'ятки разом, коліна та носки розвести в різні боки.

На «два-і» – після підскоку трохи піднятися на праву ногу, зігнути в коліні, ліву винести вперед і вдарити долонею правої руки по халяві, ліва рука направлена вбік.

Рух продовжити з другої ноги. Під час виконання присядки тулуб прямий. Разом з ударом долонею по халяві тулуб повертається в бік піднятої ноги.

Під час створення етюдних форм бажано дотримуватися характерних особливостей того чи іншого музичного матеріалу. Так, для хороводних форм доцільно використовувати ліричну, спокійну музику, а рухи добирати у відповідності до музичної основи (перемінний крок, дрібний крок на півпальцях, боковий крок, бічне припадання, гармошку, привітання (уклін)). Для більш стрімких танцювальних мелодій підійдуть такі: крок з каблука, біг, тупаючий дрібний крок, колупалочка, моталочка, віршовочка, присядки та інші.

Етюди можуть носити форму групового танцю (танцюють всі разом, або окремо хлопці та окремо дівчата), парного танцю або «переплясу». Можна використовувати фрагменти сольного танцю, який будується на основі дитячої імпровізації або завчасно вивчається з педагогом. Наприклад, під час виконання танцювального етюду, музичною основою якого може бути російська народна мелодія «Бариня» або «Коробейники», діти, рухаючись колом, зупиняються та, по черзі заходячи в центр кола, виконують сольні партії, а інші їм підтанцювають.

Після засвоєння дітьми спокійних рухів на переміщення, можна ознайомити їх з простою хороводною формою. Наприклад, лексичною основою *ліричного хороводного етюду* є простий хороводний крок (дрібний крок на півпальцях). Виконання етюду розраховано на 16-20 дітей (8 або 10 дівчаток та стільки ж хлопчиків). У разі більшої кількості дітей треба змінити композиційну побудову або збільшити кількість тактів на кожний малюнок. Музичний супровід добирається у розмірі 4/4.

В. п. – діти стоять один за одним в різних кутах зали: дівчата з правого боку, а хлопчики – з лівого.

На 1-8-й такти – діти рухаються ланцюжком, тримаючись за руки, назустріч один одному простим хороводним кроком.

Дійшовши до середини, змінюють напрямок руху – йдуть по центру і, порівнявшись з парою протилежної колонки, зустрічаються один з одним поглядом. Потім ведучі заводять коло: хлопці з лівого боку, а дівчата з правого.

На 9-10-й такти – діти, повернувшись обличчям у коло, поступово звужують його, піднімаючи руки вгору.

На 11-12-й такти – діти виходять з кола, повільно опускаючи руки вниз.

На 13-16-й такти – діти стають парами і, тримаючись за руки (положення «човник»), повертаються парами навколо себе. Наприкінці 16-го такту знов стають у коло.

На 17-20-й такти – діти розривають коло і рухаються назустріч один одному, утворюючи по середині зали парну колону.

На 21-27-й такти – перша пара повертається спиною і рухається назад під руками інших пар, потім друга, третя і так далі. Таким чином утворюється безперервний «струмочок».

На 28-33-й такти – діти розходяться парами в різні боки (пара праворуч, пара ліворуч) і, дійшовши до заднього плану, будують лінії (перші чотири пари (або п'ять) – першу лінію, а інші – другу).

На 34-35-й такти – діти рухаються лініями вперед.

На 36-й такт – виконують російське привітання (уклін).

Після виконання поклону можна змінити музичний супровід і запропонувати дітям станцювати *парний етюд*.

На 1-й такт – хлопчики, трохи повернувшись до дівчат своєї пари, виконують два притупи правою ногою, руки на поясі. Дівчата, трохи повернувшись до хлопців, стоять, тримаючи руки в положенні «полочка», ноги у третій позиції.

На 2-й такт – хлопці виконують потрійний притуп, дівчата залишаються у попередньому положенні.

На 3-4-й такти – дівчата повторюють рухи, які виконували хлопці на 1-й та 2-й такти. Хлопці стоять на місці, руки на поясі.

На 5-8-й такти – пари виконують рух «до-за-до» (обходять один одного спочатку правим, а потім лівим плечем) дрібним, тупаючим кроком, руки на поясі.

На 9-12-й такти – зупинившись обличчям один до одного, виконують дві «колупалочки» з притупом, починаючи з правої ноги (у хлопців руки на поясі, у дівчат – у положенні «полочка»). На останній притуп діти розвертаються обличчям до глядача.

На 13-14-й такти – виконують рух «крок-навхрест-крок-каблук»: дівчата з правої ноги, рухаючись попереду хлопців, а хлопці з лівої ноги, проходячи за дівчатами. У хлопців руки на поясі, у дівчат – у положенні «полочка».

На 15-й – 16-й такти – повертаються на свої місця, виконуючи той самий рух з іншої ноги.

На 17-20-й такти – хлопці виконують присядку й удар по халявах з правої та лівої ноги, а дівчата – одинарний притуп правою ногою на кожен такт (руки в положенні «полочка»).

На 21-24-й такти – дівчата виконують припадання навколо себе через праве плече, а хлопці – оплески на кожні півтакту.

На 21-24-й такти – хлопці виконують три присядки розніжки, а на останній такт – присідають та встають за першою позицією. Дівчата на кожні півтакту піднімаються на півпальці, трохи похитуючи ліктями (положення рук «полочка»).

На 25-28-й такти – діти беруться правими руками під лікоть (ліві руки на поясі) і повертаються навколо, виконуючи дрібний, тупаючий крок.

На 29-30-й такти – діти, повернувшись обличчям до глядача, виконують «вірвовочку», просуваючись назад, руки на поясі.

На 31-32-й такти – дрібним, тупаючим кроком виходять вперед.

На 33-34-й такти – знов повторюють «вірвовочку».

На 35-й такт – роблять крок правою ногою вперед і приставляють ліву позаду в третю позицію.

На 36-й такт – виконують уклін.

Після цього можна вивчити з дітьми етюдну форму, побудовану на стрімких рухах, де ведучими будуть, наприклад, російський біг та «моталочка». Для цього підійде російська народна мелодія «Калинка».

Коли діти всі ці невеличкі різнохарактерні фрагменти засвоять, їх можна об'єднати в окремих танок і назвати «Російські візерунки».

БІЛОРУСЬКИЙ ТАНОК

Білоруські танці мають свою багатовікову історію. Вони були однією із складових і необхідних усіх народних свят та гулянь. Народом були складені і зараз продовжують розвиватись такі танці, як «Кружачок» (від російського «круг»), який будується на рухах по колу, «Крижачок» (від слова «крыж» – хрест), для якого характерне

розташування танцівників хрестом і їх переходи навхрест. Усі танці були складені на основі народних ігор та розваг. Трудовий процес був зображений у танцях «Бульба», «Качан», «Ленок». У танцях «Коза», «Горобець» виконавці імітували рухи звірів та птахів. Майже всі ці танці є масовими і парними. Іноді танцювали тільки дівчата або тільки хлопчики.

Характер постави і рухів у білоруських танцях відрізняється від характеру російського та українського танців: тулуб дещо відхилений назад; рухи виконуються легко, пружно, дівчатка часто танцюють на півпальцях (носочках). Все це в поєднанні зі жвавою, динамічною музикою складає загальний характер веселощів.

Основні положення рук

Положення рук у хлопчиків:

- руки розкриті в боки на рівні плечей долонями догори;
- руки кладуть долонями чи кулачками на талію;
- руки відводять за спину, складаючи їх так, щоб кисті однієї руки наближались до ліктя другої.

Положення рук у дівчаток:

- руки тримають кулачками або долонями на поясі, лікті відведені в боки;
- руки кладуть на пояс тильною стороною кисті, лікті відведені в боки;
- обома руками тримають фартух чи спідничку.

Положення рук у парі:

- виконавці стоять один перед одним: хлопчик обома руками тримає дівчинку за талію, руки дівчинки лежать на плечах хлопчика;
- виконавці стоять поряд, обличчям по ходу руху (дівчинка праворуч, хлопчик ліворуч) і тримаються за руки, схрещеними перед собою: правою за праву, лівою за ліву; зімкнені кисті розташовані на рівні талії;
- виконавці стоять правим плечем один до одного: праві руки, переплітаючись, з'єднані в ліктях, кисті трохи стиснуті в кулачок, ліві руки розташовані на талії або підняті догори;
- виконавці стоять на невеликій відстані один від одного обличчям по ходу руху (дівчинка праворуч, хлопчик ліворуч): правою рукою хлопчик тримає ліву руку дівчинки, підняту вгору, вільні руки на талії.

Руки білоруського танцю

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

Білоруська полька

- В. п. – третя позиція ніг, тулуб трохи відхилений назад, руки на поясі.
- На затакт – легкий підскік на низьких півпальцях лівої ноги, одночасно праву ногу, зігнуту в коліні, трохи підняти над підлогою.
- На «раз» – притупнути ногою, ставлячи її на всю ступню поряд з лівою, коліно трохи зігнути; ліву ногу підняти над підлогою, зігнувши її в коліні.
- На «і» – ліву ногу опустити на всю ступню поряд з правою ногою, коліно трохи зігнути, праву ногу підняти над підлогою.
- На «два» – праву ногу опустити на всю ступню поряд з лівою, коліно трохи зігнути.
- На «і» – легкий підскік на низьких півпальцях правої ноги, одночасно ліву ногу, зігнуту в коліні, підняти над підлогою.

Рух продовжити з лівої ноги.

Білоруський основний хід з підскоком

- В. п. – шоста позиція ніг, тулуб трохи відхилений назад, руки на поясі.
- На затакт – ледь присівши, підскочити на лівій нозі, трохи зігнувши коліно; праву ногу підняти, коліно дуже зігнути і спрямувати уперед (підйом витягнутий).
- На «раз» – невеликий крок правою ногою вперед на низьких півпальцях, коліно трохи зігнути.
- На «і» – невеликий крок лівою ногою вперед на низьких півпальцях, коліно трохи зігнути.
- На «два» – невеликий крок правою ногою уперед на низьких пів пальцях, коліно трохи зігнути.
- На «і» – злегка підскочити на правій нозі, коліно трохи зігнути, як на затакт.

Рух продовжити з лівої ноги.

Галоп

- В. п. – шоста позиція ніг, тулуб і голова прямо, руки на поясі.
- На «раз» – крок правою ногою праворуч на низьких пів пальцях, коліно трохи зігнути.
- На «і» – лівою ногою з невеличким підскоком підбити праву ногу ударом каблука й опустити на низькі півпальці на місце

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

правої ноги, яку після «підбивки» відвести праворуч, коліна повинні бути близько одне від одного.

На «два – і» – повторити рух, що виконувався на «раз – і».

Притуп

В. п. – шоста позиція ніг, коліна трохи зігнуті.

На «раз» – притупнути всією ступнею правої ноги поряд з лівою по шостій позиції; ліву ногу, зігнуту в коліні, злегка підняти над підлогою.

На «і» – притупнути всією ступнею лівої ноги поряд з правою по шостій позиції; праву ногу, зігнуту в коліні, злегка підняти над підлогою.

На «два» – притупнути всією ступнею правої ноги поряд з лівою по шостій позиції.

На «і» – пауза.

Під час виконання притупу тулуб трохи нахилити вперед.

«Пружинки»

В. п. – шоста позиція ніг, руки на поясі.

На «раз-і-два» – три рази легко підскочити на обох ногах, витягуючи підйом.

На «і» – трохи присісти на обох ногах і витримати паузу.

Під час виконання цього руху можна чергувати повертання колін, присідаючи, після стрибків праворуч і ліворуч.

«Потрійна пружинка»

В. п. – третя позиція ніг, руки на поясі.

На затакт – легенько присісти на лівій нозі, праву ногу, зігнуту в коліні, підняти вперед.

На «раз» – перескочити з лівої ноги на праву вперед праворуч, ліву ногу підняти невисоко вперед, коліно витягнути.

На «і» – переступити на півпальцях лівої ноги попереду правої (навхрест).

На «два» – переступити на низьких півпальцях правої позаду лівої.

На «і» – ліву ногу, зігнуту в коліні, підняти невисоко вперед, готуючись до перескоку.

Рух продовжити з лівої ноги.

«М'ячики в напівприсіданні»

В. п. – шоста позиція ніг, руки на поясі, тулуб прямий.

На затакт – опуститися в напівприсідання на півпальцях, зберігаючи положення тулуба.

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

На «раз» – підскочити вгору (ноги в колінах зігнуті) і знову опуститися у напівприсідання.

На «два» – рух повторити спочатку.

«Основний хід танцю «Крижачок»

В. п.- шоста позиція ніг, руки на поясі, тулуб прямий.

На затакт – підскочити на півпальцях лівої ноги з пересуванням вперед, одночасно правую ногу підняти зігнутим коліном вгору під прямим кутом.

На «раз» – різко переступити на півпальці правої ноги, а ліву ногу трохи відірвати від підлоги.

На «і» - зробити пружинний крок вперед на півпальці лівої ноги.

На «два» – зробити пружинний крок вперед на півпальці правої ноги.

На «і» – підскочити на півпальцях правої ноги з пересуванням вперед, одночасно ліву ногу підняти зігнутим коліном вгору під прямим кутом.

На «три» – різко переступити на півпальці правої ноги, а ліву ногу трохи відірвати від підлоги.

На «і» – зробити пружинний крок вперед на півпальці правої ноги.

На «чотири» – зробити пружинний крок вперед на півпальці лівої ноги.

На «і» – виконати теж саме, що й на затакт.

Наведемо приклад ігрової етюдної форми, побудованої на матеріалі білоруського танцю.

Етюд «Збір урожаю»

В. п. – дівчатка, розташувались по лініях, сидять на колінах (тулуб прямий, сідниці торкаються стоп, руки на поясі); хлопчики стоять на лініях один за одним на відстані від дівчат (ноги у шостій позиції, руки попереду, зігнуті в ліктях, наче тримають кермо).

На 1-6-й такти – хлопчики, виконуючи на кожен такт білоруську польку, рухаються один за одним по лініях, проходячи позаду дівчат, і зупиняються кожен за своєю партнеркою. Дівчата, утримуючи вихідне положення, виконують нахили головою в правий та лівий бік на кожні півтакту.

На 7-8-й такти – дівчата продовжують виконувати нахили голови, одночасно відриваючи сідниці від стоп і піднімаючись на коліна. Хлопчики виконують випади:

7-й такт:

На «раз-і» – крок правою ногою у правий бік, згинаючи при цьому коліно, ліва нога залишається рівною.

На «два-і» – повернутися у в. п.

8-й такт – повторити той же рух у лівий бік.

На 9-12-й такти – хлопці, виконуючи білоруську польку, обходять навколо дівчат, зупиняючись позаду них. Дівчата, продовжуючи виконувати нахили головою, ставлять праву ногу вперед і повільно піднімаються з колін.

На 13-14-й такти – дівчата виконують па галопу в правий бік (руки тримають на спідничці), а хлопці – у лівий (руки – на поясі).

На 15-16-й такти – хлопці та дівчата виконують потрійну пружинку, спочатку в бік руху, а потім – у протилежний.

На 17-18-й такти – повернувшись обличчям до своєї пари, рухаються назустріч один одному, виконуючи білоруську польку.

На 19-20-й такти – виконують потрійну пружинку, починаючи з правого боку.

На 21-24-й такти – тримаючись правими руками під лікоть (у хлопчика ліва рука на поясі, а у дівчинки – піднята над головою, долонею догори), виконують білоруську польку, повертаючись парами праворуч.

На 25-28-й такти – дівчатка, виконуючи білоруську польку, збираються купою в центрі зали, а хлопчики цим же рухом утворюють коло навколо дівчат.

На 29-30-й такти – хлопці виконують по колу па галопу в правий бік, дівчатка виконують потрійну пружинку.

На 31-32-й такти – хлопці рухаються галопом ліворуч, дівчата продовжують виконувати попередній рух.

На 33-36-й такти – хлопці виконують м'ячики у напівприсіданні, а дівчата плескають в долоні.

На 37-40-й такти – зберігаючи малюнок (дівчата в центрі, а хлопці навколо), рухаються у правий або лівий бік білоруською полькою. Хлопці, уявляють, що тримають кермо, а дівчата махають правою або лівою рукою (головне, щоб не затуляти рукою обличчя). Урожай зібрано та відвезено у сховище.

ЕЛЕМЕНТИ КЛАСИЧНОГО ТАНЦЮ

Нескладні рухи класичного танцю вводяться у зміст хореографічних занять поступово. Ознайомлення дітей дошкільного віку з класичним танцем сприяє правильній поставі тулуба, рук та ніг, зміцненню м'язів тіла, розвитку музично-рухової координації, усвідомленню естетики і краси хореографічних рухів.

У зв'язку з недоступністю сприймання і засвоєння багатьох класичних елементів вивчення їх дається обмежено, обов'язково в незакінченій формі, тобто без збереження повної виворітності.

Отже, педагог послідовно протягом 1-2 років може ознайомити дітей з такими рухами та вправами класичного танцю:

- позиції ніг: перша, друга, третя розгорнута (четверта і п'ята не вивчаються);
- вправи, спрямовані на постановку рук, групування пальців;
- позиції рук: підготовче положення, перша, друга, третя;
- вправи, спрямовані на розвиток рухливості шиї та правильне положення голови;
- *demi plié* (демі-пліє) – напівприсідання за першою, другою та третьою розгорнутими позиціями;
- *battement tendu* (батман тандю) - відведення та приведення витягнутої ноги, не відриваючи носка від підлоги.
- *releve* (релєве) – підйом на півпальці за першою, другою напіввиворітними та третьою розгорнутою позиціями;
- *pas couru* (па курю спрощена форма) – дрібний біг на півпальцях;
- *sauté* (соте) за першою та другою позиціями.

Безумовно, діапазон класичних вправ можна значно розширити. Це залежить від напряму роботи колективу, змісту програми за якою працює керівник, кількості навчальних годин, рівня хореографічних здібностей дітей.

Рухи слід виконувати як біля станка, так і на середині зали (ми



пропонуємо задля цього застосовувати гімнастичну паличку), а також в партері (за системою Б. Князева). Ураховуючи складність вправ класичної лексики, а також специфіку її засвоєння (статичність поз, довге зосередження уваги на одному русі), обсяг засвоєння нового матеріалу, який вивчається на занятті, повинен бути тим менший, чим більша кількість рухів повторюється. Виконання рухів доцільно проводити в повільному темпі, що складає передумови для уточнення та відпрацьовування деталей.

Один і той самий рух доцільно виконувати в різних варіантах (в партері, біля станка та на середині). Як відомо, навички виконання того чи іншого руху (вправи) формується на основі багаторазового повторення. Чим різноманітнішим буде виконання однієї і тієї ж вправи (руху) в різних умовах, тим кращим буде результат її засвоєння. Наприклад, виконання вправи *plié* може розпочинатися з підготовчих вправ в партері (сидячи, лежачі на животі та спині), які полягають у повільному згинанні ніг в колінах з максимальним розкриттям їх в сторони. Потім діти можуть виконати цю вправу біля станка і повторити її виконання на середині з гімнастичною паличкою. Такий підхід забезпечить більш свідоме виконання тієї чи іншої вправи, допоможе утримувати увагу дітей шляхом зміни умов виконання завдання, місця розташування та музичного супроводу.

Особливу увагу необхідно приділяти роботі над правильною постановкою тулуба. Оволодіти рівновагою, вмінням правильно утримувати тулуб (*aplomb*) – це одне з найголовніших завдань хореографічних занять. Правильну поставу виробляють на середині, біля верстата та в партері. Наприклад, повернувшись обличчям до палки, покласти на неї обидві руки, злегка зігнуті і опущені в ліктях; кисті вільно розташовані рівня плечей, палку не охоплювати. Ноги в першій позиції, коліна витягнуті, плечі розкриті і опущені. Вага корпусу рівномірно розподіляється на обидві ноги. М'язи таза підтягнуті вгору настільки, щоб тулуб був легкий, прямий та стрункий. Завдання для дітей можна послідовно ускладнювати: спочатку утримувати правильне положення плечей (вони повинні бути опущені та розгорнуті), потім підтягнути сідниці та живіт, далі – напружити м'язи ніг (витягнути коліна) і так далі.

Ефективною умовою збереження правильної постави у дітей початкового рівня навчання під час виконання вправ на середині є, на наш погляд, застосування гімнастичної палички. Утримування

даного атрибуту на рівні I позиції рук привчає дитину контролювати вірне положення тулубу (паличка має бути розташована на рівні грудної клітини, під час виконання відповідної вправи не рухатися) і акцентувати увагу на роботі відповідних м'язів ніг.

Паралельно з постановкою тулуба слід засвоювати основні позиції рук та ніг класичного танцю.

Позиції ніг

Перша позиція. Ступні ніг торкаються п'ятками, носки розгорнуті назовні, створюючи пряму лінію на підлозі.

Друга позиція. Зберігається пряма лінія першої позиції, але п'ятки розташовані одна від одної приблизно на відстані однієї довжини ступні.

Третя позиція. Ступні торкаються виворітно п'ятками, які заходять одна на другу на пів ступні.

Позиції рук

Починати вивчати позиції рук необхідно з формування правильного положення кисті. Щоб надати кисті певної форми, діти повинні перш за все вільно володіти пальцями і вірно їх групувати: підняти руку до рівня грудної клітки, надати кисті заокругленої форми, великий і третій пальці злегка підтягнути один до одного, а другий, четвертий і п'ятий – відвести назад. Пальці не повинні бути напруженими, округлими й м'якими, зап'ястя не мають виглядати «затисло» і «зламано». Під час роботи над постановкою кисті можна використовувати ігрове завдання «Неслухняна дитина», яке доцільно супроводжувати розповіддю й показом педагога: «Жила – була дружна родина (ручка витягнута перед собою, долоня нагору, всі пальці разом). І була в них неслухняна дитина. Як тільки тато лягав спати (великий палець кладемо на долоню), вона тікала гуляти (вказівний палець відсуваємо назад, зберігаючи положення кисті). Тому й лають дітей от цим неслухняним (вказівним) пальцем». Потім вправу слід повторити разом з дітьми й запропонувати їм розповісти батькам і знайомим цю історію. Таке домашнє завдання сприятиме більшій зацікавленості, усвідомленню й багаторазовому повторенню його дітьми.

Можна також використовувати додатковий атрибут – намистинку, яку доцільно утримувати між великим та середнім пальцями. Такий прийом сприяє формуванню правильної форми кисті. Перед початком вправ для рук, дітям пропанують взяти

намистинку або вдягнути на середній палець перстень (намисто на мотузці) і повернути намистинку на внутрішню сторону долоні.

Після того, як діти навчаються зберігати форму кисті обох рук, вони вивчають підготовче положення, а після його засвоєння – першу та третю позиції рук. Зосередження саме на цих позиціях пояснюється тим, що руки не змінюють своєї форми, а тільки переводяться в різні напрямки: у підготовчому положенні руки опущені вниз, у першій позиції розташовані навпроти грудної клітки, а у третій – підняті над головою. Тому важливо, щоб діти усвідомили правильне підготовче положення рук і під час переходу із однієї позиції в іншу дотримувалися певних вимог. По-перше, при переміщенні рук із підготовчого положення в першу позицію і навпаки слід стежити за тим, щоб форма підготовчого положення руки й кисті не порушувалась. По-друге, переводячи руки з першої позиції в третю, необхідно стежити, щоб форма рук, прийнята в першій позиції, не порушувалась, плечі й лопатки не піднімалися вгору.

Вивчення другої позиції рук в дошкільному віці не є обов'язковим. Унаслідок того, що вона передбачає розрив «уявного кола», яке створюють руки, то дітям дуже важко утримати правильне положення рук, розведених у сторони. Однак у разі успішного засвоєння дітьми першої та третьої позиції можливе вивчення і другої позиції також. Друга позиція вивчається з першої, шляхом розкриття рук в сторони.

Підготовче положення – обидві руки вільно опущені униз, кисті спрямовані всередину, близько одна од одної, але не торкаючись, лікті заокруглені. Верхня частина руки (від плеча до ліктя) ледь відведена в сторону, руки не торкаються тулуба. Пальці рук згруповані без напруження, м'які в суглобах. Кисть продовжує загальну округлену лінію руки від плеча.

Перша позиція – руки заокруглені й підняті до рівня грудей, долоні звернуті на діафрагму. Під час піднімання рук з підготовчого положення у першу позицію рух починається від ліктя.

Друга позиція – руки відведені в сторони, злегка заокруглені в ліктях. Лікті підтримуються напруженням м'язів плеча. Плечі не можна піднімати і відводити назад, передпліччя повинно бути на одному рівні з ліктем.

Третя позиція – руки підняті вгору, заокруглені в ліктях, кисті

спрямовані всередину, близько одна до другої, але не торкаються і знаходяться у такому положенні, щоб їх можна було побачити, не піднімаючи голови.

Вправи для правильного положення голови

Кожному танцювальному руху відповідає правильне положення голови: шия продовжує загальну пряму лінію хребта, тобто є прямою. Це забезпечує вільні, м'які повороти, фіксацію правильної пози, що надає рухам точності й закінченості форми. Для формування правильних положень та поворотів голови доцільно застосовувати вправи, розроблені Г. Березовою.

Перша вправа

В. п. – стати прямо, голова анфас; руки на поясі (можна виконувати обличчям до станка).

1-2 такти – утримувати в. п.

3-4 такти – голову повернути праворуч, але так, щоб не порушувалась пряма лінія шийних хребців.

5-6 такти – залишитись у цьому положенні.

7-8 такти – повернути голову анфас.

Друга вправа

1-2 такти – стати прямо, голова анфас.

3-4 такти – ледь опустити підборіддя, повернути голову праворуч. Під час повороту шия пряма, нахилиється тільки підборіддя.

5-6 такти – залишитись у цьому положенні.

7-10 такти – ледь опустивши підборіддя, повернути голову ліворуч.

11-12 такти – залишитись у цьому положенні.

13-16 такти – ледь опустити підборіддя, повернути голову праворуч.

Третя вправа

1 такт – ледь нахилити голову вперед.

2 такт – не повертаючись у вихідне положення, нахилити голову праворуч.

3 такт – нахилити голову назад.

4 такт – повернутися у в.п.

5-8 такти – повторити рухи попередніх тактів, з нахилом голови у лівий бік.

Вправи класичного танцю

Присідання є одним з головних рухів класичного танцю. Воно розвиває еластичність зв'язок і виворітність ніг, служить основою для

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

правильного виконання стрибка. Під час вивчення присідання слід ураховувати деякі вимоги: дотримуватися допустимої розгорнутості стоп та тазостегнових суглобів; важкість тіла рівномірно розподіляти на обидві ноги, спину тримати рівно. Не слід допускати «завалювання» на внутрішню сторону ступні, тобто на великий палець. У дошкільному віці дітей знайомлять лише з напівприсіданням (демі-пліє) за першою, другою та третьою позиціями ніг.

Демі-пліє (demi plié) виконують, не відриваючи п'яток від підлоги. Присідаючи, коліна повільно згинають, а, піднімаючись з присідання, повільно випрямляють.

Музичний розмір – 4\4

В. п. – перша позиція ніг, тулуб і голова прямо.

1-й такт:

На «раз-два» – коліна обох ніг повільно розвести в сторони.

На «три-чотири» – зафіксувати положення.

2-й такт:

На «раз-два» – повільно підвестися, випрямляючи коліна і повертаючись у вихідне положення.

На «три-чотири» – зафіксувати вихідне положення.

Релеве (releve) – піднімання на півпальцях виконується в дошкільному віці по першій, другій і третій позиціях, причому вага тулуба рівномірно розподіляється на обидві ноги. Цей рух розвиває силу, еластичність ступні й ніг, підтягнутість, зміцнює стрункість спини. Без підтягнутості тулуба правильно виконати піднімання на півпальці важко. Виконуючи цей рух, необхідно слідкувати за тим, щоб коліна були максимально випрямлені.

Музичний розмір – 2\4

В. п. – перша позиція ніг.

1-й такт:

На «раз» – піднятися на півпальці.

На «два» – залишити попереднє положення.

2-й такт:

На «раз» – опуститися на всю ступню.

На «два» – повернутися у в. п.

Батман тандю (battement tendu) – відведення та приведення витягнутої ноги, не відриваючи носка від підлоги. Ця вправа сприяє виробленню рухливості гомілкоstopного суглоба, зміцненню всією

ступні і коліна.

Музичний розмір – 4\4

В. п. – перша позиція ніг.

1-й такт:

На «раз-два» – праву витягнуту ногу у виворітному положенні ковзним рухом винести в другу позицію на всю ступню. У міру віддалення від опорної ноги, підйом і пальці витягнути, а п'ятку відокремити від підлоги. Працююча нога торкається підлоги лише носком.

На «три-чотири» – пауза (фіксація положення).

2-й такт:

На «раз-два» – працюючу ногу, поступово переводячи з носка на всю ступню, ковзним рухом повернути у першу позицію.

На «три-чотири» – пауза (фіксація положення).

За таким же принципом *battement tendu* виконується вперед і назад. Під час руху вперед, щоб уникнути викривлення підйому, носок повинен торкатися підлоги лише першим та другим пальцями, п'ятка залишається виворітною. Виконуючи рух назад необхідно стежити, щоб плечі та стегна були рівними.

Спочатку рух виконують на два такти, а потім на один.

Па курю (pas couru, від слова courir – бігти) – це біг на півпальцях, який виконується тільки з просуванням уперед. Рух виконується чітко, переступання з ноги на ногу дрібне (ноги знаходяться у невиворітному положенні), тулуб підтягнутий. Па курю спочатку виконується повільно, поступово збільшуючи темп.

Come (sauté) – стрибок з двох ніг на дві за позиціями. Цей рух вперше знайомить дітей з елементарною основою стрибка. З нього починають відпрацьовувати техніку стрибка, тобто еластичність демі-пліє, пружне відштовхування, легкий зліт та м'яке його завершення. У дошкільному віці рекомендується вивчати соте за першою позицією.

Музичний розмір – 2\4

В. п. – перша позиція ніг, руки на поясі або в підготовчому положенні.

На «раз-і» – демі-пліє, п'ятки щільно притиснути до підлоги, тулуб прямий та підтягнутий.

На «два-і» – ноги сильно відштовхнути від підлоги, одночасно витягнувши у стрибку коліна.

На «три-і» – стрибок закінчити на демі-пліє, ноги перевести з носка на всю ступню.

На «чотири-і» – коліна повільно витягнути й повернути у в. п. За таким же принципом виконується соте за другою позицією.

Свідоме відношення до сприймання рухів класичного танцю слід формувати шляхом створення точних та яскравих уявлень про них. На початковому етапі вивчення руху особливу увагу треба приділяти показу та поясненню, а на етапі вдосконалення навички – самостійному відтворюванню дій з подальшою їх оцінкою та самооцінкою.

Показ нового елемента повинно здійснювати на високому технічному рівні, з підкресленою легкістю. Після цілісного показу слід використовувати поетапний, під час якого всі дії педагога повинні супроводжуватись стислим, зрозумілим та емоційним поясненням. Це сприятиме формуванню чіткого образу руху, який, на думку О. Запорожця, відіграє головну роль у регуляції рухових актів людини. Завершувати знайомство з рухом необхідно методом повторного цілісного показу під музичний супровід. Особливе значення в процесі самостійного відтворення різних елементів і окремих вправ слід надавати контактним методам (дотик, сумісне виконання за руку тощо) й оцінці дій дітей з боку педагога. Відомо, що правильна, об'єктивна педагогічна оцінка стимулює процес оволодіння рухами, орієнтує дітей на усвідомлення їхніх власних умінь і навичок, сприяє позитивним змінам у мотивації поведінки (Є. Вільчковський, М. Голощокіна, Г. Лескова та інші).

При оволодінні технікою нового хореографічного елемента дитина не відразу досягає позитивного результату. Найчастіше це приводить до неприємних переживань, що негативно позначається на процесі формування рухової навички. Щоб уникнути подібних емоційних проявів, відразу після показу нового матеріалу доцільно



не чекати від дітей його бездоганного виконання, а оцінювати їх спроби диференційовано. Слід виявляти неточності в техніці руху і відразу показувати, називати шляхи їхнього усунення. Такий аналіз не повинен містити негативних характеристик, а являти собою підказку щодо виправлення помилки й установку на позитивний результат («Починай присідати на міцно притиснутих до підлоги п'ятах, коліна розводь чітко у сторони, закінчуй підйом, дуже витягуючи ноги в колінах, начебто виростаючи, і твій рух буде красивим і правильним»). Така об'єктивна оцінка педагога поступово направляє дітей на методично правильне виконання руху, сприяє аналізу й оцінці власних дій, а також виконання рухів іншими дітьми.

Для розвитку інтересу до краси класичного танцю доцільно застосовувати наочний матеріал (репродукції з книжок, які розкривають фрагменти балетних вистав; малюнки, які відображають виконання тих чи інших поз та вправ класичного танцю тощо).

РУХИ ІСТОРИКО-ПОБУТОВОГО ТА СУЧАСНОГО БАЛЬНОГО ТАНЦІВ

Бальний та історико-побутовий танці – дійова, найбільш масова і доступна хореографічна форма і, що вкрай важливо, один з ефективних засобів формування правильної й красивої постави, фізичного та естетичного розвитку дітей.

Історико-побутові та ігрові бальні танці для дітей мають досить незначну кількість і різноманітність рухів, техніка їх виконання значно спрощена, композиція набуває закінченості. Ці танці складаються з різноманітних елементів природних рухів (кроку, бігу, стрибків, погойдування тулуба і рухів руками), а також нескладних для виконання танцювальних вправ, які однак вимагають точної координації і пластичності.

У дошкільному віці історико-побутові та бальні танці найчастіше виконуються по колу, яке прийнято називати лінією танцю. Напрямок – проти руху годинникової стрілки (по лінії танцю). Іноді використовуються лінійні і діагональні напрямки, які потребують від виконавців уваги. Під час виконання цих танців діти засвоюють навички спілкування, поваги, доброзичливості. Хлопчики вчаться правильно подавати руку дівчинці, дівчатка – відповідати на запрошення і класти руку на долоню хлопчика.

Характерною рисою бальних та історико-побутових танців є парне виконання рухів. Тому спочатку дітей знайомлять з різноманітними положеннями танцівників у парі: обличчям одне до одного (закрите положення), спиною одне до одного (протилежне положення), поруч один з одним (бічне положення), одне за одним (лінійне положення). Для зручності кожному положенню можна надати образну назву («Давай дружити», «Посварилися», «На



прогулянку», «Вагончики»).

У процесі навчання положенням у парі можна спостерігати прояви негативної реакції з боку хлопчиків: деякі з них не бажають танцювати в парі з дівчинкою. Подолати цей стереотип і навчити дітей деяким прийомам доброзичливого спілкування можна за допомогою ігрових ситуацій, у яких хлопчикам доцільно надавати ролі захисника, друга, помічника. Далі дошкільників слід навчати «контактувати» з партнером, зокрема, утримувати на ньому погляд. З цією метою доцільно використовувати наступні завдання: «Дзеркало» (один показує рух, інший повторює), «Вірно-невірно» (педагог показує рух, потім діти по черзі демонструють його один одному й оцінюють якість виконання), «Чий танок краший?» (одна підгрупа дітей спостерігає, інша – виконує в парах рухи, після чого діти першої підгрупи обирають кращу пару) та ін. Подібні ігрові взаємовідносини між дітьми сприятимуть емоційно-безпосередньому спілкуванню в процесі танцю, уникненню внутрішньої скутості та засвоєнню деяких прийомів контакту з партнером.

Для виховання інтересу до історико-побутових та бальних танців під час навчання можна використовувати наочно-ілюстративний матеріал, художнє слово, реквізит (віяла, капелюшки, шпаги), створювати ігрові ситуації («На балу у Попелюшки», «Зачарована принцеса»). Це допоможе дітям відчути й передати характерну манеру виконання того або іншого танцювального руху.

Позиції ніг та рук в історико-побутових та бальних танцях збігаються із класичними. Особливість позицій ніг полягає в тому, що вони не потребують повної виворітності (тому дітей можна знайомити з IV позицією). Основними позиціями є I та III; II і IV використовуються як проміжні і в більшості випадків без опускання п'ятки на підлогу. Позиції рук також нагадують класичні. Однак замість підготовчого положення існує основне, у якому у хлопчиків руки опущені й не притуляються дуже до тулуба (пальці вільно згруповані) або зігнуті в ліктях і закладені за спину, а в дівчат – заокруглені у ліктях, наче підтримують плаття великим і середнім пальцями або опущені вниз.

Особливу увагу слід приділяти навчанню дітей підготовці до танцю або запрошенню: хлопчиків доцільно навчати поклону, а дівчаток – реверансу. Ці рухи можна відпрацьовувати в ході наступної вправи: під музику повільно пересуватися по залі, а з її

зупинкою – виконати запрошення, під час якого педагогу необхідно звернути увагу на вміння зосереджувати погляд дітей один на одному. Після виконання декількох проходжень, найкращу пару слід заохочувати – вона може очолювати рух парної колони.

Уклін для хлопчиків

В. п. – перша позиція ніг, руки в основному положенні.

1-й такт :

На «раз» – невеличкий крок правою ногою вбік.

На «два-три» – підтягнути ліву ногу до правої у вихідне положення.

2-й такт:

На «раз-два» – трохи нахилити голову.

На «три» – підняти голову.

Реверанс для дівчаток

В. п. – третя позиція ніг (права попереду), руки в основному положенні.

1-й такт:

На «раз» – невеликий крок правою ногою вперед, трохи по діагоналі, ліва нога, зігнута в коліні, залишається позаду; її носок торкається підлоги, п'ятка трохи піднята.

На «два-три» – ледь присісти та нахилити голову.

2-й такт:

На «раз-два-три» – повільно витягнути опорну ногу та підняти голову.

Уклони можуть виконуватися на 2 такти 2/4 розміру. Під час уклону спина повинна бути прямою, тулуб підтягнутим.

Вважаємо, що в зміст хореографічної роботи з дітьми дошкільного віку доцільно включати нескладні форми історико-побутового танцю та доступні ігрові форми дитячого бального танцю. Добір рухів, етюдних та композиційних форм кожен педагог може визначати самостійно. Зміст може варіюватися в залежності від завдань та мети роботи з дітьми, від їх психофізіологічних особливостей, рівня емоційного та фізичного розвитку, інтересів, а також хореографічної підготовки педагога. Бажано уникати копіювання дорослої програми з сучасного бального танцю (самба, танго, румба, джайв та інших). Ці танці є недоступним не тільки для виконання, а й для сприймання дітьми дошкільного віку. Тому іноді виглядає кумедно, коли маленькі діти намагаються передавати почуття дорослих, невміло грають мімікою та незграбно виконують

механічно завчені за педагогом рухи.

Танцювальний репертуар слід добирати цікавий та доступний для виконання, який по можливості несе в собі навчально-виховний потенціал. Так, діти дошкільного віку люблять казки, у яких принци та принцеси танцюють на балах. Тому цей інтерес потрібно підтримувати, знайомлячи малят з деякими нескладними формами історико-побутового танцю (менуует, полонез, падеграс, фарандола та ін.). Для більш детального ознайомлення з історією виникнення того чи іншого танцю, з його композиційною побудовою та лексичною насиченістю педагогам-хореографам доцільно звертатися до навчально-методичної літератури (М. Васильєва-Рожественська, І. Вороніна, А. Шульгіна та інші), вивчати її та адаптувати зміст стосовно вікових особливостей дітей дошкільного віку.

Починати ознайомлення дітей з історико-побутовим танцем слід з танцювального кроку. Він є основним рухом майже в усіх побутових танцях, тому важливе значення приділяється його вірному виконанню.



Спочатку вивчається танцювальний крок вперед, а потім назад. У танцювальному кроці вперед нога спочатку ставиться на носок, а потім плавно й легко опускається на всю стопу. Носки витягнуті, трохи розведені в сторони. Важкість тулуба рівномірно й повільно переноситься на ногу, яка робить крок уперед. При виконанні кроку назад нога, яка залишається попереду, повинна бути витягнута в підйомі, який не піднімається і не відривається від підлоги. Танцювальний крок може виконуватись у різних музичних розмірах –

2/4, 3/4, 4/4 та в різних темпах. Вивчати цей рух слід у такій послідовності: а) крок на цілий такт у музичних розмірах на 4/4, 3/4, 2/4; б) крок на кожну чверть такту на 2/4, 3/4, 4/4.

Танцювальні кроки в історико-побутових танцях можна виконувати в різних напрямках, поєднувати з тими чи іншими позами (положенням голови, тулуба, рук) та комбінувати з паузами й уклонами. Такі нескладні танцювальні вправи розвивають легку ходу та танцювальність, а також складають основу танцювальних композицій.

Крім формування виконавських навичок, дітям можна давати пізнавальний матеріал. Так, *менуєт* – це придворний французький танок XVII-XVIII століть, який на балах виконувала одна пара. Танцюристи мали змогу варіювати па на свій погляд, зберігаючи головний малюнок танцю. Коли ж менуєт стали виконувати кількома парами, рухаючись однією чи двома колонами, то танцюристи вже не мали змогу імпровізувати, а повинні були зберігати встановлені па і фігури. Цей танок вважали головним на балах та церемоніях.

Па менуєту

В. п. – третя позиція ніг (права попереду); руки в основному положенні.

На «затакт-і» – трохи присісти на обох ногах.

1-й такт:

На «раз» – зробити невеликий крок правою ногою вперед, ліва нога, витягнута у коліні і підйомі, залишається позаду, торкаючись носком підлоги.

На «два» – пауза.

На «три» – підтягнути ліву ногу до правої назад у третю позицію, піднімаючись при цьому на півпальцях обох ніг.

2-й такт:

На кожну чверть такту, починаючи з лівої ноги, зробити три маленьких кроки на низьких півпальцях. Причому на рахунок «три» ліву ногу поставити попереду в третю позицію.

3-4-й такти:

Повторити рухи 1 і 2 тактів з лівої ноги.

Під час виконання па менуєту рухи треба робити злито, розмірно. На рахунок «два» під час паузи зберігати позу, тулуб і голову тримати прямо.

Pasgrave – поважний величний крок.

В. п. – стати один проти одного на відстані кроку. Ноги в третій позиції (права попереду); руки в основному положенні.

1-й такт:

На «раз»– зробити крок назустріч один одному правою ногою і подати ліві руки, кисті яких трохи підняти вище талії, лікті опустити..

На «два-три» – підтягнути ліву ногу до правої у третю позицію назад, трохи піднімаючись при цьому на півпальці обох ніг.

2-й такт:

На «раз» – зробити крок назад лівою ногою, переносячи на неї важкість тулуба; права нога, витягнута в коліні й підйомі, залишається попереду, торкаючись носком підлоги. Одночасно з кроком назад з'єднані ліві руки опустити до рівня талії (кисті рук трохи підняті, лікті ледь опущені).

На «два» – витримати паузу.

На «три» – підтягнути праву ногу до лівої у третю позицію уперед.

Після виконання *pas grave* руки можна не роз'єднувати, а обмінюватись місцями, роблячи при цьому маленькі кроки на півпальцях. Якщо танцівники виконують цей рух з лівої ноги, то слід подавати один одному праві руки.

Ще одна цікава форма історико-побутового танцю, з якою можна знайомити дошкільнят – це величний *полонез*. Він зародився у Польщі, звідки і походить його первинна назва «польський». Цей танок виник з народних масових танців-прогулянок, тому ним починалися всі народні свята. Пізніше, коли «польський» був прийнятий високим суспільством, його стали виконувати і на балах. Дуже швидко він став відомим в інших країнах. У Франції його називали *полонезом*, і ця назва збереглася до наших часів.

Поступово, втративши національні звичаї, *полонез* став урочистим танком-процесією, зберігаючи свій головний стиль і манеру виконання: строгу підтягнутість тулуба, горду поставу, легкі, ритмічні кроки, які чергуються з повільними присіданнями, підкреслюючи повагу до своєї дами.

Па полонезу

В. п. – третя позиція ніг, руки в основному положенні.

На «раз» – крок уперед правою ногою.

На «два» – крок уперед лівою ногою.

На «три» – крок вперед правою ногою, дещо присідаючи на ній;

одночасно ліву ногу провести ковзаючим рухом через першу позицію вперед, трохи торкаючись носком підлоги.

Потім повторити рух, починаючи з лівої ноги.

Коли па полонезу буде добре засвоєно, його вчать виконувати в парі. Вихідне положення при цьому наступне: танцюристи стоять обличчям по лінії руху танцю (хлопчик правою рукою тримає ліву руку дівчинки, при цьому лікоть її руки не повинен лежати на руці хлопчика (з'єднані руки танцюючих розташовані трохи нижче рівня плечей дівчинки – ліва рука хлопчика опущена тильною стороною трохи вперед або закладена назад, права рука дівчинки опущена і трохи відведена від тулуба чи підтримує спідничку), ноги у третій позиції, права нога попереду. Коли танцюристи рухаються в парах, важливо не змінювати вихідного положення тулуба, голови і рук. Під час виконання фігур, у яких виконавці повинні розходитися (дівчата – праворуч, хлопчики – ліворуч), необхідно роз'єднувати руки на рахунок «три» того чи іншого такту, роблячи при цьому легкий уклін головою один одному. Коли вони знов з'єднуються, то подають один одному руки і також роблять легкий уклін на рахунок «три».

Вивчення полонезу відпрацьовує добру ходу і поставу, прищеплює навички сценічної культури спілкування, уваги та поваги до партнера в танці.

У хореографічній роботі з дошкільнятами можна використовувати вивчення рухів старовинного народного чеського танцю – *польки*. Це веселий, жвавий парний танок, особливості виконання якого полягають у стакувальному ритмі, швидких і легких просуваннях і обертаннях пар. Найбільш розповсюджені фігури польки: пари рухаються вперед і виконують па польки в повороті, хлопчик правою рукою тримає праву руку дівчинки, при цьому з'єднані руки заокруглені й підняті вгору; дівчинка, виконуючи па польки, повертається навколо себе під з'єднаними руками та інше. Всі рухи цього жвавого танцю повинні бути легкими, уривистими, невеличкими і виконуватись на пів пальцях.

Па польки з просуванням уперед

В. п. – третя позиція ніг, права нога попереду; руки в основному положенні.

На «затакт – і» – невеликий підскік на лівій нозі, одночасно висунути праву ногу вперед, випрямляючи коліно і витягуючи

носок, який трохи відокремлюється від підлоги, тулуб ледь нахилити праворуч, голову трохи повернути до правого чи лівого плеча.

1-й такт:

На «раз»– праву ногу поставити на пів пальці.

На «і» – ліву ногу підставити до правої на пів пальці в 3 позицію назад;

На «два»– зробити невеликий крок правою ногою вперед, ставлячи її на пів пальці, потім підтягнути ліву ногу до правої в першу позицію.

На «і»– зробити невеликий підскік на правій нозі, одночасно витягуючи ліву ногу вперед.

На 2-й такт повторити так само з другої ноги.

Па польки бокове

Виконується так, як і па польки вперед, але на рахунок «і» 1-го і 2-го тактів витягують праву або ліву ногу не вперед, а в бік. Всі кроки роблять не вперед, а праворуч чи ліворуч на місці. Повороти та нахили тулуба й голови такі ж, як і при виконанні па польки вперед.

Цікавим за зміною композиційних малюнків є танок епохи Середньовіччя *фарандола*. Він формує та вдосконалює вміння дітей орієнтуватися у просторі, знайомить з деякими малюнками танцю («равлик», «ворітця», «ланцюжок», півколо, парна колона). Фарандола має веселий, динамічний характер і будується на єдиному танцювальному русі – підскоках. Під час ознайомлення з композицією цього танцю роль ведучого повинен взяти на себе педагог, який не тільки показує зміну фігур, а й передає емоційний настрій виконання рухів. Наводимо опис цього танцю

В. п. – стати один за одним, утворивши ланцюжок, тримаючись за руки (можна за хустинки). У першого та останнього руки на поясі.

Перша фігура «Равлик»

Рухаючись за ведучим підскоками, виконавці утворюють широке коло, з якого ведучий, повільно просуваючись до центру, закручує «равлик». Потім починається розкручування, тобто ведучий пропускає кожного другого під своєю рукою. Решта рухається за ним і створює таким чином ланцюжок.

Друга фігура – «Мости»

Перший та другий, що стоять у ланцюжку, утворюють пару і

повертаються обличчям один до одного. З'єднавши руки, піднімають їх догори. Друга пара, просуваючись підскоками під руками першої, також піднімає руки догори. І так до тих пір, поки не пройде остання пара. Після цього ведучий проходить під руками, приєднуючи до себе решту, і знов утворює ланцюжок.

Третя фігура – «Лабіринт»

Виконавці рухаються за ведучим, який утворює півколо. Потім ведучий повертається і проходить під аркою, яку утворює той, хто іде за ним. Таким чином здійснюються переплетення, яке знов переходить у ланцюжок.

На відміну від історико-побутових танців, дитячі форми бального танцю носять більш ігровий характер і подобаються дітям своїм характером і доступністю виконання. Основу цих танців становлять нескладні танцювальні рухи (па галопу, па польки, підскоки, різні види стрибків, оплесків, притупів тощо), а також виразні імітаційні та образні рухи, які добираються в залежності від сюжету. Так, улюблений дитячий танок «Мамині помічники» передає основні дії під час прання білизни (тнуть, викручують, витрушують, вішають на мотузку, прикріплюють, витирають піт з чола), а «Веселі ковбої» знайомить дітей з особливостями полювання американських хлопців (їдуть на конях, виглядають здобич, закидають ласо, стріляють з пістолетів). У роботі з дошкільнятами можна використовувати відомі дитячі танці: «Конячки», «Пінгвіни», «Страшак», «Весела зарядка», «Запрошення», «Зміни пару» та інші. Такі форми танцю доступні для виконання всім дітям. Вони найчастіше виконуються на місці або з невеличким переміщенням, розвивають почуття ритму, рухову пам'ять, увагу та виразність здійснення образних рухів. Зміст танців педагоги можуть вигадувати самостійно або спиратися на навчально-методичні посібники та репертуарні збірки танців для дітей молодшого віку (А. Белікова, Л. Богаткова, О. Єрохіна, Т. Пуртова, Л. Роговік та інші).

Наведемо приклади декількох форм дитячих танців.

«Вару-вару»

В. п.- стати по колу парами (хлопчики спиною до центра кола, дівчатка – обличчям); ноги у шостій позиції, руки на поясі.

1-й такт:

На «раз-два» – крок правою ногою в бік, ліву приставити у в.п.

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

На «три-чотири» – крок правою ногою в сторону, ліву ногу на каблук.

2-й такт – повторити рухи першого такту з лівої ноги ліворуч.

3-й такт:

На «раз-два» – присісти (пліє за шостою позицією), поставити ліву ногу вперед на носок.

На «три-чотири» – повторити попередні рухи з виносом правої ноги на носок.

4-й такт:

На «раз-три» – по чергове винесення лівої, правої, лівої ноги вперед на носок.

На «чотири» – приставити ліву ногу у шосту позицію.

5-6-й такти: повторити рухи 3-4 тактів, починаючи з правої ноги.

7-й такт:

На «раз»– присісти і зробити оплеск перед грудьми.

На «два»– поставити праву ногу на каблук, одночасно повертаючи тулуб і розводячи руки в сторони.

На «три-чотири» – повторити те ж саме з лівої ноги у лівий бік.

8-й такт:

На «раз»– присісти і зробити оплеск перед грудьми.

На «два»– поставити праву ногу вперед на каблук, стукнути в долоні партнера.

На «три-чотири» – повторити те ж саме з лівої ноги.

Берлінська полька

В. п. – стати по колу парами (хлопчики спиною до центра кола, дівчатка – обличчям); ліва рука хлопчика та права рука дівчинки з'єднані та відведені вбік, правою рукою хлопчик тримає дівчинку за талію, її ліва рука розташована на його правому плечі.

1-й такт:

На «раз»– праву ногу поставити вбік на каблук.

На «два»– праву ногу поставити на носок навхрест попереду лівої.

На «три-чотири» – повторити рухи, які виконувалися на рахунок «раз-два».

2-й такт – зробити три кроки па галопу в правий бік, на рахунок «чотири» приставити ліву ногу у шосту позицію.

3-й такт:

На «раз»– ліву ногу поставити вбік на каблук.

На «два»– ліву ногу поставити навхрест на носок попереду правої.

На «три-чотири» – повторити рухи, які виконувалися на рахунок «раз-два».

4-й такт – три кроки па галопу в лівий бік, на «чотири» приставити праву ногу в шосту позицію.

3-й такт:

На «раз»– зробити оплеск перед грудьми.

На «два»– стукнути в долоні партнера.

На «три»– оплеск перед грудьми.

На «чотири» – стукнути правою долонею у долоню партнера.

4-й такт:

На «раз-два» – оплеск перед грудьми, стукнути лівою долонею у долоню партнера.

На «три-і-чотири» – три оплески перед грудьми.

5-й такт – підскоки з обертанням навколо себе праворуч, руки на поясі.

6-й такт – підскоки з обертанням навколо себе ліворуч, руки на поясі.

7-8-й такти – тримаючись за руки, виконати підскоки у парі.

Цей танок доцільно вивчати спочатку по лініях, не ставлячи дітей у пари. Для засвоєння послідовності рухів у танцях такого типу доцільно використовувати прийом ідеомоторного тренування (уявне виконання дії з одночасним промовлянням танцювальних рухів уголос та внутрішній мові). Наприклад, словесне виконання «Берлінської польки» буде виглядати так: каблук-носок-каблук-носок, галоп-галоп-галоп-топ (повторити 2 рази), хлоп-долоньки, хлоп-права, хлоп-ліва, хлоп-хлоп-хлоп, підскок-підскок-підскок-підскок-підскок-підскок-підскок- за ручки, підскок-підскок-підскок-підскок-підскок-підскок- і стоп.

Під час ознайомлення дітей з дитячими формами ігрових танців можна використовувати музичні фонограми сучасного напрямку, які відповідають ідейно-тематичній основі танцю та добору лексичного матеріалу. Так, танок-гра «Боксери» може виконуватися під музику у стилі «хіп-хоп», танок «Мій дзвінкий, веселий м'яч» – під музику в стилі «диско», «Ковбої» можуть супроводжуватися музичним матеріалом у стилі «полька-кантрі».

Танок-гра «Боксери»

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

В. п. – руки на поясі, кисть у «кулачках»; ноги у шостій позиції.

1-2-й такти – «Боксер виходить на ринг».

На «раз-чотири» – чотири кроки вперед.

На «раз-чотири» – чотири кроки назад.

3-6-й такти – «Боксер показує м'язи».

На «раз-два» – піднімає праву руку вбік, згинаючи її у лікті та напружуючи м'язи.

На «три-чотири» – повернутися у в. п.

На «раз-чотири» – те ж саме лівою рукою.

На «раз-два» – зробити крок правою ногою вбік, одночасно піднімаючи обидві напружені руки.

На «три-чотири» – повернутися у в. п.

На «раз-чотири» – повторити рухи попереднього такту.

7-8-й такти – «Боксер наносить удар».

На «раз-два» – випад вперед на праву ногу, ліва рука виноситься у правий бік.

На «три-чотири» – повернутися у в. п., руки захищають обличчя.

На 4-й такт – повторити рухи, починаючи з лівої ноги.

9-10-й такти – «Боксер захищається».

На «раз-два» – випад назад на праву ногу, руки захищають обличчя.

На «три-чотири» – повернутися у в. п.

На 4-й такт – повторити рухи, починаючи з лівої ноги.

11-12-й такти – «Боксер наносить удар», повторити рухи 7-8-го тактів.

13-16-й такти – «Привітання переможця».

На «раз-два» – стислі у замок руки перевести до правого плеча.

На «три-чотири» – стислі у замок руки перевести до лівого.

На «раз-чотири» – повторити рухи 13 такту.

На «раз-два» – зробити крок правою ногою вбік, одночасно піднімаючи обидві руки вгору.

На «три-чотири» – ліву ногу приставити до правої, нахилиючи тулуб та опускаючи руки вниз.

На «раз-два» – зробити крок лівою ногою вбік, одночасно піднімаючи обидві руки вгору.

На «три-чотири» – ліву ногу приставити до правої, руки опустити вниз та вигукнути «Перемога!»

Танок-гра «Мій дзвінкий, веселий м'яч»

В. п. – діти стоять на лініях або обличчям у коло, руки на поясі, ноги

у шостій позиції.

Перед початком танцю діти голосно промовляють вірш, супроводжуючи текст виразними рухами рук:

Мій дзвінкий, веселий м'яч.

(на кожне слово нахиляють голову у правий та лівий бік)

Ти куди пустився вскач?

(розкривають руки у другу позицію, трохи нахиляючи тулуб вперед)

Рожевий, синій, золотий,

(вказівним пальцем правої руки рахують уявлені м'ячики)

Обирай собі любий!

(знов розкривають руки у 2 позицію)

1-й такт – чотири стрибки на двох ногах на місці.

2-й такт – чотири стрибки на двох ногах, повертаючись праворуч.

3-й такт – чотири стрибки на двох ногах на місці.

4-й такт – чотири стрибки на двох ногах, повертаючись ліворуч.

5-й такт – чотири стрибки (права нога та ліва рука вперед, ліва – нога та права рука – назад, потім навпаки).

6-й такт:

На «раз»– стрибнути у другу позицію, руки в боки.

На «два»– стрибнути у шосту позицію, зробити оплеск руками над головою.

На «три-чотири» – повторити попередні рухи.

7-8-й такти – повторити рухи 5-6-го тактів.

9-12-й такти – повторити рухи 1-4-го тактів.

13-й такт – чотири стрибки у напівприсіді, руки на поясі.

14-й такт – згрупувавшись, зробити перекаат на спині у правий бік (якщо ця вправа важка, то можна виконати стрибки у напівприсіді навколо себе).

15-16-й такти – повторити рухи 13-14-го тактів, повертаючись у лівий бік.

Танок-гра «Ковбої»

Музика - полька-кантрі

«Ковбой скаче на коні»

В. п. - ноги по 6-й позиції, ліва рука витягнута вперед, права підняти вгору.

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

1-4-й такти – ноги пружиняють, піднята рука описує над головою коло.
«Ковбой виглядає, де товариші»

В. п. - ноги нарізно, руки вздовж тулуба.

5-й такт - ліва рука як «козилок», права на поясі, випад вліво на ногу.

6-й такт – права рука як «козилок», ліва на поясі, випад вправо на ногу.

7-8-й такти - повторити ті ж самі рухи.

«Підхльостує коня»

В. п. - 6-а позиція ніг, руки вздовж тулуба.

1-2-й такти - пружинка з поворотом колін в лівий бік, права рука плескає по стегну.

3-4-й такти - ті ж самі рухи з поворотом в правий бік.

5-8-й такти – повторити рухи.

«Кінь іде в галоп»

В. п.- ноги в 6-й позиції, руки зігнуті в кулаки перед собою вниз.

1-й такт - кік ногою в правий бік.

2-й такт - кік ногою в лівий бік.

3-8-й такти – повторити рухи.

«Кінь не слухається»

В. п. - ноги в 6-й позиції, руки зігнуті в кулаки перед собою вниз.

1-й такт – 2 па галопу ліворуч.

2-й такт – кік правою ногою двічі.

3-й такт - 2 па галопу праворуч.

4-й такт – кік лівою ногою двічі.

5-8-й такти - повторити те ж саме.

«Зупинка коня»

В. п. - ноги в 6-й позиції, руки зігнуті в кулаки перед собою вниз.

1-2-й такти - на рахунок 1-3 кроки три кроки лівою ногою в лівий бік, на 4 - поворот на лівій нозі, праву зігнути в коліні.

3-4-й такти – на рахунок 1-3 рухи руками, що згинаються в ліктях, до себе, на 4- оплеск в долоні.

5-8-й такти – повторити рухи з правої ноги.

«Ковбой сідає на коня»

В. п. - ноги по 6-й позиції, руки на поясі.

1-8-й такти - перекаат з одного носка на другий.

Танок-гра «Печемо пиріжки»

«Місимо тісто»

В. п. - ноги по 6-й позиції, руки вздовж тулуба.

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

1-8-й такти - руки почергово роблять рухи з імітацією замісу тіста згори вниз, ноги – рухи з підніманням п'ятки, носки не відриваються.

«Розкачуємо тісто»

В. п. - ноги по 6 й позиції, руки вздовж тулуба.

1-8-й такти – руки рухаються вперед-назад на рівні пояса долонями вниз, ноги перекачуються з п'ятки на носки.

«Ріжемо тісто»

В. п. -ноги злегка розставлені, руки на поясі.

1-4-й такти - ліва рука на поясі, ребром правої долоні робимо рухи зліва направо.

5-8-й такти – права рука на поясі, ті ж самі рухи робимо лівою рукою справа наліво.

«Печемо пиріжки»

В. п. - ноги злегка розставлені, руки на поясі.

1-2-й такти - плескаємо в долоні зліва направо.

3-4-й такти – повторюємо рухи справа наліво.

5-8-й такти – повторюєморухи.

«Струшуємо руки»

В.п. - ноги нарізно.

1-2-й такти - трусимо кистями рук ліворуч.

3-4-й такти - трусимо кистями рук праворуч.

5-8-й такти – обтрушуємо руки одна об одну.

«Смачні пиріжки»

В. п. - ноги по 6-й позиції, руки на поясі «в боки».

1-2-й такти - нахиляємо тулуб в лівий бік, хитаючи головою.

3-4-й такти - смачні пиріжки.

5-6-й такти – нахиляємо тулуб в правий бік.

7-8-й такти – імітуємо бажання скоштувати смачну їжу.

«Запрошуємо до страви»

В. п. - ноги по 6-й позиції, руки в боки.

1-й такт –присідаємо, повертаючи тулуб ліворуч.

2-й такт - те ж саме з поворотом в правий бік.

3-й – присідаємо, утримуючи тулуб прямо.

4-й такт – нахиляємо тулуб вперед, імітуючи руками запрошення.

5-8-й такти - повторюємо рухи.

МУЗИЧНО-РИТМІЧНІ ВПРАВИ



Музично-ритмічний розвиток має важливе значення під час хореографічної роботи з дітьми дошкільного віку і передбачає розвиток емоційного й образного сприйняття й відгуку на музику, прищеплення інтересу до неї; формування вміння рухатися відповідно до характеру, темпу, динамічних відтінків музичного твору; вміння виділяти структурні частини музичного матеріалу й діяти відповідно до них (використовувати вступ як сигнал до руху, закінчувати рух точно у відповідності з музикою); вміння розрізняти нескладні ритмічні малюнки й передавати їх рухами (оплесками, кроками, стрибками та ін.).

Для формування навичок музично-ритмічного руху значну увагу слід приділяти добору музичного репертуару. Його основу повинні складати твори, рекомендовані програмами виховання й навчання дошкільників і дитячими репертуарними музичними збірками. Взагалі, вибір музичного матеріалу повинен здійснюватися на основі наступних вимог: художність і різноманітність за характером; доступність, відображення в змісті тематики, близької дитячому досвіду (А.Зиміна).

На початку хореографічного навчання слід використовувати вправи, засновані на знаннях і вміннях, отриманих дітьми на музичних заняттях у дошкільних установах. Перевага має віддаватися завданням, спрямованим на емоційне й образне сприйняття музики. Наприклад, у музично-ритмічній грі «Хто живе в лісі?» (муз. І. Монусян) діти можуть перевтілюватися в образи різних лісових звірів відповідно до характеру музики. Гра включає п'ять частин («Лісова тиша», «Ведмеді», «Зайці», «Вовки», «Лисиці»), які можуть використовуватися як окремі завдання, так і комплексно. При цьому учасники можуть вибирати для себе роль того чи іншого персонажа або виконувати завдання колективно.

Під час проведення хореографічних занять необхідно планувати та регулярно застосовувати прослуховування музичних творів різного характеру з подальшим їх аналізом. Спочатку педагог повинен пропонувати власні зразки характеристик, використовуючи при цьому образні порівняння, які активізують уяву й словниковий запас дітей. У наступній роботі доцільно застосовувати прийоми доповнення й продовження характеристик, запропонованих педагогом або дітьми, а також прийоми помилкового зразка (невірна характеристика музичного твору). З метою збагачення словника дітей для характеристики емоційно-образного змісту музики можна використовувати завдання на розрізнення відтінків одного настрою. Це допоможе дітям уважно вслухуватися у звучання мелодії, розуміти, що одним словом, наприклад «весела», можна лише дуже приблизно охарактеризувати настрій, виражений у музиці, що необхідно знаходити кілька слів-образів. Наприклад, при порівнянні п'єс Г. Свиридова «Хлопець із гармошкою» (весела, жвава) і П. Чайковського «Мужик на гармошці грає» (весела, маршова, відважна, важка).

Для розвитку музичного сприйняття також можна використовувати прийом контрастного порівняння музичних творів одного жанру (наприклад, два марші), п'єс з однаковою назвою (наприклад, два різних «Дошки») або різних за тематикою (наприклад, Р. Шуман «Сміливий наїзник» і «Вершник»), контрастних творів у межах одного настрою (наприклад, два різних сумних).

Працюючи над формуванням у дітей уміння утримувати темп, можна використовувати різноманітні завдання: продовжувати рух у

заданому темпі після припинення звучання музики; а потім відновити звучання, щоб звирити з ним темп руху: вправа «Маршируємо» (А. Петров «Пісенька про дружбу»), вправа «Коліскова» (А. Аренський «Спи, дитя моє, засни»); змінювати рух залежно від зміни темпу, яка може бути раптовою або поступовою, виконуватися з прискоренням або з уповільненням: вправа «Крокуємо-бігаємо» (Д. Кобалевський «Рондо-марш»), вправа «Марш із сигналами» (Ф. Шуберт «Три військові марші»), вправа «Підскоки й пружний крок» (І. Сац «Полька» до спектаклю «Синій птах») та інші.

Робота над розвитком почуття ритму може проводитися у двох напрямках: це інтуїтивне сприйняття на слух тривалостей, ритмічних малюнків, метричної пульсації, відчуття сильних і слабких долей у такті, а також свідоме засвоєння метроритму. На початку діти можуть сприймати тривалості, ритмічні малюнки на слух. Для цього педагог може запропонувати учням прослухати, а потім передати кроками найпростіші ритмічні малюнки. Перевага повинна віддаватися ігровій формі завдань. Так, у грі «Веселий бубон» педагог простукує в бубон простий ритмічний малюнок і передає його одному з дітей (діти стоять у колі, повернувшись обличчям до центру). Дитина йде відповідно до ритмічного малюнка й на кінець першої музичної фрази зупиняється та передає бубон іншій дитині, яка виконує аналогічні дії на другу фразу й так далі.

Нескладні ритмічні малюнки можна «записувати» умовними жестами. Наприклад: на шістнадцяті робити рухи кистями рук, піднятими до рівня грудей; восьмі відзначати ударами; чверті – піднявши праву руку від ліктя, робити чіткі короткі рухи ребром долоні зверху вниз; половинні – обидві руки покласти на пояс; цілу – руки сховати за спиною або описати ними велике коло. Педагог може вигадати й інші рухи для позначення тривалостей. Все це носить умовний характер. Подібні завдання прекрасно тренують у дітей увагу, почуття ритму, музичну пам'ять.

Ефективним методом, на наш погляд, є використання різних прийомів «відлуння». Наприклад, педагог задає ритмічну задачу, дитина її повторює (можна використати для цього бубон, барабан, музичний молоточок). Але найчастіше застосовують мелодії з різними ритмічними малюнками, прослухавши які, діти повинні відтворити малюнок будь-яким доступним їм способом. Дітям також

можна надавати можливість самостійно придумувати ритмічні малюнки, які слідом за дитиною повторюють всі учасники гри («Повтори ритм»).

Для розвитку чіткої ритмічності рухів велике значення мають також вправи, які діти виконують спільно, тримаючись за руки або втілюючи колективний образ. Виконавців захоплює загальний ритм, і їхні рухи чітко узгоджуються з музикою. Наприклад, учасники гри стають колом, обличчям до центру. На «раз» першого такту перший номер подає праву руку другому. Другий номер подає йому свою ліву руку на «раз» другого такту. На «раз» третього такту другий номер простягає свою праву руку третьому номеру. Коли все коло з'єднається в такий спосіб за руки, усі починають рухатися праворуч, роблячи по одному кроку на такт. Наприкінці музики всі зупиняються й опускають руки. Аналогічно може проходити гра «Коло дружби», у якій діти одночасно із протягуванням руки вимовляють слова «Давай дружити» (один такт), а інші, відповідаючи на пропозицію: «Давай» (один такт), кладуть свою руку на руку сусіда.

Для розвитку музично-рухової пам'яті доцільно використовувати наступні прийоми: прослуховування конкретної мелодії з подальшим запитанням, спрямованим на відтворення змісту завдань, які діти виконували раніше під цю мелодію; аналіз мелодії за характером звучання, динамічними відтінками, темпом; наспівування знайомої мелодії під час руху. Таким чином у дошкільників розвивається стійка увага до процесу сприйняття музики та покращується музично-рухова пам'ять.

Наведемо приклади вправ, які можна включати в зміст хореографічних занять з метою музично-ритмічного розвитку дітей дошкільного віку.

Вправи на розвиток емоційного сприймання музики:

1. «Курчата». Дітям пропонують прослухати музику і створити образи курчаток: наслідувати ходу, змах «крилець», манеру поведінки.

2. «Квіти». Дітям пропонують прослухати музику, обрати з букета квітку, яка найбільше подобається, і станцювати з нею танок.

3. «Солдатики». Запропонувати дітям відобразити в рухах образи солдат: стрункі, підтягнуті, чітко крокують, віддають честь тощо.

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

4. «У гостях у казки». Дітям пропонують прослухати музичний твір, потім самостійно вибрати маску чи інший реквізит (парасольки, окуляри, хусточки, кошки тощо) та по черзі передати під музику обраний образ. Інші діти повинні здогадатися, хто ж це танцював.

Вправи на передачу характеру музики (зміна темпу, динамічні відтінки).

Програється музичний уривок (одна-дві фрази), педагог показує дітям зразок виконання руху. Спочатку на прикладі танцювального кроку, то прискорюючи, то уповільнюючи його, то тихо, то голосно стукаючи п'яткою об підлогу, тобто відповідно до характеру музики. Діти повторюють за дорослим. Потім програється новий музичний уривок, і педагог пропонує їм самим виконати рухи. Ускладнити завдання можна розділивши дітей на дві групи: одна рухається під тиху й спокійну мелодію, а інша навпаки – під швидку й бадьору.



Вправи на розвиток чуття ритму

1. Визначити голосне звучання музики.

На «раз» кожного такту виконати оплеск.

2. Визначити тихе звучання музики:

На «раз» кожного такту виконати оплеск;

На «два» кожного такту притупнути ногою об підлогу.

3. Визначити сильну й слабку долі:

- а) На «раз» – плескати у долоні;
На «два» – вдарити долонями по колінах;
б) На «раз» – плескати у долоні;
На «два» – затуляти долонями очі.

4. Передати ритмічний малюнок мелодії – вправа «Веселі оплески».

В. п. – діти стоять парами обличчям один до одного.

1-й такт – переводять руки вперед і показують долоні;

2-й такт – легко й чітко тричі плещуть у долоні;

3-4-й такти – переводять руки назад і плещуть за спиною;

5-6-й і 7-8-й такти – повторюють ті ж рухи;

9-10-й такти – діти переводять руки вгору і плещуть над головою;

11-12-й такти – опускають руки за спину і плещуть в долоні;

13-14-й такти – повторюють рух 9-10 тактів.

5. Передати ритмічний малюнок мелодії – вправа «Роби, як я».

В. п. – діти стають у коло, педагог у центрі.

1-й такт – педагог робить два оплески;

2-й такт – педагог робить три оплески;

3-4-й такти – діти повторюють 1-2 такти;

5-й такт – педагог поперемінно робить два притупи правою і лівою ногою;

6-й такт – педагог робить трійний притуп;

7-8-й такти – діти повторюють 5-6 такти.

6. Вправа «Передай вітання іншому»

В. п. – діти разом з педагогом утворюють коло, стають у першу позицію, тулуб тримають прямо, підтягнуто.

Перший варіант. Педагог виконує два легкі оплески, звертаючись до сусіда праворуч; потім спокійно опускає руки і одночасно нахиляє голову вниз, супроводжуючи рухи щирою усмішкою. Той виконує все те саме, звертаючись до дитини, що стоїть праворуч від нього.

Другий варіант. Педагог зі щирою усмішкою нахиляє голову вниз (на один такт), адресуючи вітання сусіду, що стоїть праворуч. На другий такт завершує вітання двома легкими оплесками. Той виконує все те саме, звертаючись до дитини, що стоїть праворуч від нього.

Третій варіант. Педагог виконує легкий нахил головою на один такт, спрямовуючи уклін і привітну міміку до дитини, що стоїть

праворуч. На другий такт випростовується. На третій такт вони удвох вітаються таким сучасним жестом: обома своїми випрямленими долоньками легенько вдаряють по долонях партнера, спрямовуючи жест одне до одного і трохи вгору. Те саме можна виконати лише долоньками правих рук. На четвертий такт опускають руки і виконують чверть оберта праворуч до наступного сусіда. Дитина, яка отримала вітання, виконує те саме, передаючи його по колу.

Для цієї вправиви користується музика на 2/4, помірного темпу, з яскраво вираженим фразуванням. Музичний твір бажано через кілька уроків змінювати, щоб було тимчасове звикання, але не було прив'язування до певної мелодії.

7. Вправа «Мандрівка оплесків»

В. п. — діти разом з педагогом утворюють коло, стають у першу позицію, тулуб тримають прямо, підтягнуто.

Перший варіант. Педагог виконує три оплески (чверть, чверть, половина), звертаючись до сусіда, що стоїть праворуч. Сусід відтворює оплески, адресуючи їх особі справа від себе і т. д., аж поки оплески не дійдуть до педагога.

Другий варіант. Педагог виконує оплески у будь-якому найпростішому ритмі, звертаючись до дитини, що стоїть праворуч від нього. Дитина може повторити ці оплески або вигадати новий ритм, звертаючись вже до іншого сусіда — того, хто стоїть праворуч від неї. Бажано, щоб вигадування нового ритму підпорядковувалося музиці.

Значне місце в змісті музично-ритмічній діяльності займає низка завдань, що включає колективно-порядкові шиккування, які дозволяють підвести дошкільників до поняття «малюнок танцю».

Використання завдань та вправ цього напрямку під час проведення хореографічних занять допоможе педагогу не тільки організувати групу дітей, налагодити контакт між ними, збагатити їх знаннями та вміннями, а й навчити передавати одні й ті ж танцювальні рухи в різних композиційних побудовах, що складатиме основу для створення дитячих етюдів та танцювальних мініатюр.

Процес засвоєння дошкільниками змісту цієї серії завдань повинен відбуватися послідовно, за принципом ускладнення матеріалу. Так, на початку навчання слід закріпити з дітьми вміння

виконувати прості стройові вправи (коло, проста й парна колони, ланцюжок та ін.). При цьому особливу увагу слід приділяти завданням на знаходження й збереження інтервалів, спираючись на наочність і зоровий контроль. Потім поступово в процес навчання необхідно включати більш складні композиційні малюнки: «два концентричних кола», «хвилі», «маленькі кола», «зірочки», «велика зірка», «струмочок» тощо. Для ознайомлення з правилами й логікою їх побудови доцільно використовувати ігри-завдання («Осінь», «Гра в будиночки», «Клумби», «Вітерець і море» та інші). Так, за допомогою ігрового завдання «Вітерець і море», у якому педагог виступає у ролі «вітерцю» (або «бережка»), а діти, попередньо поділившись на лінії, зображують «хвилі», які по черзі «підходять» до берега, можна засвоїти малюнок танцю, який так і називається «хвилі».



Після ознайомлення дітей з кількома композиційними малюнками їх можна навчати переходу з однієї побудови в іншу. Для цього використовують прийом фігурного марширування, в якому сполучаються кілька послідовних перешиків. Наприклад, вправи «Ходьба в шерензі під ворітцями», «Кола й ланцюжки», «На параді» та інші. У міру засвоєння танцювальних малюнків кількість перешиків може поступово збільшуватися до десяти.

Наведемо приклади вправ, які допоможуть дітям засвоїти

танцювальні шикування.

Два концентричних кола:

1-й варіант. Педагог пропонує дітям уявити, що вони квіти: одні – ромашки, другі – волошки (для зручності через одного надягає дітям капелюшки з трафаретами відповідних квітів чи дає штучні квіти в руки). Діти стають у велике коло. За сигналом педагога чи ритмічною зміною музичного супроводу діти-ромашки залишаються у великому колі, а діти-волошки забігають у середину й утворюють маленьке коло. Потім обмінюються місцями (діти-волошки утворюють велике коло, а ромашки – маленьке).

2-й варіант. Діти рухаються по колу парами. По знаку педагога діти повертаються обличчям один до одного (одні спиною, другі обличчям у коло). Якщо в парах стоять хлопчик з дівчинкою, то хлопчики стоять у внутрішньому колі спиною до центру; дівчата – у зовнішньому до них обличчям.

Хвилі. Діти створюють два концентричних кола. Кожний, хто стоїть у зовнішньому колі, має свою пару у внутрішньому і стає за нею ліворуч. Діти внутрішнього кола піднімають з'єднані руки, відступають назад на 4-8 кроків. Діти зовнішнього кола роблять стільки ж кроків вперед під руками тих, хто відступає. Потім діти нового внутрішнього кола знову відступають назад на 4-8 кроків з піднятими вгору руками і пропускають під ними дітей зовнішнього кола, які рухаються вперед.

Гребінець. Діти стоять у двох чи чотирьох шеренгах обличчям один до одного чи один за одним у шаховому порядку. Зберігаючи побудову шеренг, вони сходяться та розходяться, рухаючись під руками та обмінюючись місцями.

Маленькі кола. Дітей розподіляють на четвірки чи п'ятірки, крайній з правого боку є першим. Тримаючись за руки, діти рухаються по колу праворуч. Після зміни музичної фрази кожний перший з'єднує руки з крайнім ліворуч із своєї четвірки чи п'ятірки, і таким чином створюються маленькі кола, які продовжують напрямок руху. Для спрощення першому та останньому з четвірки (п'ятірки) слід дати орієнтовний предмет (стрічку, прапорець, квітку та інші).

Зірочки. Дітей розподіляють на четвірки чи п'ятірки. Рухаючись праворуч, діти утворюють маленькі кола, з'єднуючи у середині праві руки. Маленькі кола та зірочки можна утворювати також під час руху кола ліворуч, тоді першим буде крайній зліва у

кожній групі четвірок (п'ятірок).

Велика зірка. Після закінчення руху в маленькому колі всі перші номери йдуть до центру загального кола, де з'єднують праві або ліві руки (в залежності від того, у який бік рухались маленькі кола). Діти, які залишились, не роз'єднують між собою рук і рівняються за своїм першим номером, повертаючись обличчям у бік руху. Під час руху «великої зірки» перші номери роблять маленькі кроки, другі – більші, треті – ще більші, а країні в кожному радіусі – найбільші.

Струмочок

1-й варіант. Діти йдуть по колу пара за парою. За сигналом діти піднімають вгору з'єднані руки. Перша пара повертається у протилежному напрямку і проходить під з'єднаними руками інших пар. За першою парою таким же чином рухаються друга, потім – третя і всі останні пари.

2-й варіант. Діти парами рухаються по колу. Перша пара повертається і йде у протилежному напрямку (назад), піднімає з'єднані руки вгору і утворює «ворітця», під якими пропускає інші пари. За першою парою йде друга і так далі.

Фігурний марш

В. п. – діти стають парами один за одним.

Перша фігура. Пари рухаються по колу, потім по черзі проходять по середині залу і колоною доходять до протилежного краю.

Друга фігура. Колона ділиться на дві колони попарно: пара – праворуч, пара – ліворуч.

Третя фігура. Обидві колони рухаються по колу назустріч одна одній, проходять повз, тримаючись кожна свого боку.

Четверта фігура. Зустрівшись знов, перша колона піднімає руки, з'єднані попарно («ворітця»), через які проходить друга колона. При наступній зустрічі друга колона створює «ворітця», а перша проходить через них.

П'ята фігура. Під час наступної зустрічі обидві перші пари з'єднуються у четвірки і проходять посеред залу вперед (як і в першій фігурі), за ними йдуть другі пари, треті і т.д.

Шоста фігура. Дійшовши до протилежного краю, четвірки розходяться: перша – праворуч, друга – ліворуч. Зустрівшись, перші дві четвірки з'єднуються у вісімки і проходять уперед. Так само з'єднуються і інші четвірки.

Сьома фігура. Дійшовши до протилежного кінця, вісімка створює коло і рухається праворуч. Так само створюють кола і рухаються останні вісімки.

Восьма фігура. Виконавці кожної вісімки з'єднують у центрі праві руки, створюючи «зірку», і рухаються праворуч; змінивши руки, рухаються ліворуч.

Дев'ята фігура. Зірки розриваються, знов створюються вісімки. Можна йти «змійкою», робити «хвилі» та інші композиційні побудови, знайомі дітям.

Вправа «Ходьба у шерензі під ворітцями». Дітей розподіляють на чотири групи, вони стають у шеренги, обличчям у середину (перша шеренга навпроти третьої, друга – проти четвертої). Діти у третій і четвертій шеренгах беруться за руки і піднімають їх угору. Перша і друга шеренги йдуть спокійним кроком назустріч одна одній і міняються місцями, діти першої шеренги проходять під «ворітцями», які створюють діти третьої шеренги, після повернення на місце протилежної шеренги, повертаються обличчям одна до одної (третьа шеренга при цьому опускає руки, перша береться за руки). Таким же чином міняються місцями друга і четверта шеренги: друга проходить під руками четвертої.

Потім шеренги знов міняються місцями. Всі приходять на попередні місця, «ворітця», при цьому піднімають перша і друга шеренги – і так далі.

На початковому етапі ознайомлення дітей з композиційними побудовами і перебудовами слід звертати увагу тільки на правильне відтворення малюнка. Коли ж малюнок буде засвоєний, можна ускладнювати спосіб переміщення (ходьба на високих півпальцях, приставними кроками, біг, підскоки, галоп, танцювальні кроки в образах (журавля, лиси, кішки, ведмедя, мишки та ін.). Так, у вправі «Кола і ланцюжки» дітей розподіляють на три-чотири групи по сім-вісім чоловік. Вони створюють маленькі кола в різних куточках кімнати на одному рівні. У колах діти тримаються за руки, у кожному колі є ведучий. Діти рухаються праворуч підскоками. За вказівкою педагога ведучий опускає руку свого сусіда з правого боку і веде свій ланцюжок до сусіднього (праворуч) кута, де знов завертає ланцюжок у коло. Таким чином, усі кола зміщуються на одне місце виконуючи при цьому м'який пружний крок. Музичний супровід слід добирати з чіткими динамічними контрастами: ритмічна музика

– на підскоках, лірична – на пружний крок.

Вправа «Рухливі струмочки». Діти утворюють групи по 5-6 осіб, з'єднують руки вниз і повертаються у напрямку за ведучим. Так утворюється кілька підгруп («струмочків»).

На вісім тактів усі рухаються легким бігом за своїм ведучим, який самостійно обирає напрям і вигадує малюнок руху. На уповільненні останнього такту діти призупиняються, ледь присідають на двох ногах і змінюють напрямок руху на протилежний – «струмочок» потече в інший бік. Таким чином з повторенням вправи остання дитина в ланцюжку стає першою. У такий спосіб легко змінюється ведучий і напрям руху. На закінчення ігрової вправи обидва струмочки можуть злитися в один: діти-ведучі з'єднують угорі руки і утворюють «ворітця», в які по черзі пробігають діти з обох «струмочків».

У навчально-методичній літературі з музично-ритмічного виховання дітей дошкільного віку є безліч прикладів цікавих вправ, які педагог може застосовувати під час хореографічної роботи (Т. Бабаджан, Н. Ветлугіна, Ю. Двоскіна, А. Зиміна, А. Кенеман, Н. Метлов, М. Палавандішвілі, С. Руднева, К. Тарасова, А. Шевчук та інші).

ПАРТЕРНА ГІМНАСТИКА



Під партерною гімнастикою (par - по, terre - земля, тобто по землі) розуміють виконання різних вправ у положенні сидючи та лежачи з різних упорів.

В системі початкового хореографічного навчання дітей партерна гімнастика є однією з провідних форм роботи. По-перше, вправи на підлозі (у партері) дозволяють з найменшими затратами енергії вирішувати одразу декілька завдань, спрямованих на покращення гнучкості суглобів, збільшення еластичності зв'язок і сили окремих груп м'язів, попередження й виправлення деяких фізіологічних недоліків у розвитку дітей. По-друге, урізноманітнення змісту партерних комплексів робить навчання дітей цікавим, змістовним і результативним. По-третє, систематичне виконання комплексу партерних вправ готує тіло дитини до засвоєння більш складних рухів класичного, народно-сценічного, сучасного танців та гімнастичних вправ, які потребують підвищеної фізичної працездатності.

Автори навчально-методичної літератури, які розкривають специфіку роботи в дитячих хореографічних колективах (Т. Баришнікова, Б. Колногузенко, В. Кирилюк, О. Мартиненко,

Т. Пуртова, Ж. Фірілеєва та інші), вважають партерну гімнастику важливим компонентом будь-якого хореографічного заняття. Вони підкреслюють, що в роботу з дітьми дошкільного віку слід обов'язково включати групи партерних вправ спрямованих на розвиток гомілковостопних суглобів і еластичності м'язів гомілки й стопи; розвиток рухливості ліктьових суглобів і підвищення еластичності м'язів плеча й передпліччя; розвиток рухливості колінних суглобів; розвиток виворотності гомілковостопного й тазостегнового суглобів; розвиток рухливості тазостегнового суглоба й еластичності м'язів стегна; поліпшення гнучкості хребетного стовпа. Дослідники системи музично-ритмічного виховання дітей (Н. Ветлугіна, А. Зиміна, Н. Конорова, М. Румер та ін.) пропонують використовувати рухи на підлозі, як різновид вправ на розвиток музичного сприйняття, чуття ритму, темпу, розкриття творчої ініціативи.

В хореографічній роботі з дітьми можна використовувати різні види партерних комплексів: загально розвивальний, танцювальний, з предметами (м'ячем, резинкою, паличкою), стрейчинговий, корекційно-профілактичний, силовий, контактний (в парі), комбінований (змішаний).

Так, *загально розвивальний комплекс* має бути спрямований на розвиток рухових якостей (сили, гнучкості, витримки), підвищення працездатності та рухової активності дитини. Різновидами цього комплексу можна вважати партерний комплекс з предметами та силовий комплекс.

Партерний комплекс з предметами (резинки, палички, м'ячі, гантелі) дозволить урізноманітнити завдання загально розвивального комплексу, внести елементи новизни, посилити навантаження на ті чи інші частини тіла. Зміст *силового* партерного комплексу може включати вправи спрямовані на розвиток сили м'язів плеча й передпліччя, спини, рук, ніг, червонного пресу.

Вправи *стрейчингового партерного комплексу* допоможуть педагогу більш цілеспрямовано працювати над розвитком сили та еластичності м'язів тазостегнових суглобів, задніх м'язів стегна, хребетного стовпа, підготують тіло дитини до виконання більш складних вправ класичного тренажу, акробатичних та гімнастичних елементів.

Особливістю *контактного партнерного комплексу* є виконання рухів в парі. Цей комплекс сприятиме не тільки розвитку сили та еластичності м'язів різних частин тіла дитини, який відбувається здебільшого в пасивній формі (за допомогою партнера), а й вчить працювати в парі, підпорядковувати свої емоції один одному, відчувати потребу в фізичному навантаженні товариша, виховує поважливе ставлення до партнера.

Метою *корекційно-профілактичного партнерного комплексу* можна вважати формування постави та корекцію деяких її порушень (кіфоз – сутулість, поперековий лордоз – сідлообразна спина, сколіоз – бокове викривлення хребта), попередження таких відхилень в анатомічній побудові стопи, як плоскостопість та клишоногість.

У роботі з дітьми дошкільного віку доцільно надавати перевагу *комбінованим* (змішаним) видам партнерних комплексів, які можуть включати в себе різні серії вправ на підлозі і проводитись у сюжетній або ігровій формі. Такі комплекси захоплюють дітей, підвищують їхню активність, стимулюють творчу уяву й довірливу увагу, збагачують емоційний досвід.

Найбільшої уваги в процесі проведення хореографічних занять з дітьми педагог має надавати *танцювальним партнерним комплексам*, які можуть вирішувати завдання спрямовані на підготовку тіла дитини до виконання вправ тренажу, постановку тулубу, розвиток чуття ритму, музичності, пластичності рухів. Цей комплекс може бути побудований на основі підготовчих вправ до вивчення народного (українського, білоруського, російського характеру), класичного, сучасного (джаз, модерн, диско, хіп-хоп) танців і мати відповідну музичну основу. Основна мета танцювальних партнерних комплексів полягає у формуванні правильної форми підйому, розвитку сили та еластичності м'язів стопи, виворітності гомілкостопних та тазостегнових суглобів, рухливості колінних і тазостегнових суглобів, гнучкості хребетного стовпа, готує дитину до вивчення елементів класичного тренажу (*pliés, battements tendus, battements tendus jetés, demi-rond en dehors та en dedans, relevés lents, battements développés, положень sur le cou-de-pie, passé, grand battements jetés*).

На думку засновника танцювального партнерного комплексу Б. Князева, вірно підібрані вправи гармонічно формують м'язову масу, значно покращують її силу, розвивають амплітуду кроку,

відпрацьовують точність координації рухів. Результати навчання досягаються без вертикального навантаження на хребет і суглоби, тому що всі рухи виконуються лежачи на спині та на животі без зайвого напруження тіла.

Результативність партерних комплексів у хореографічній роботі з дітьми початкового рівня навчання (дошкільний вік) залежить від наступних *принципів*: доступність, поступове нарощування розвивально-тренувального впливу, адаптоване збалансування динаміки навантаження (для попередження втомлюваності та підтримки оздоровчого ефекту), наочність (зразковий показ виконання вправи педагогом).

При складанні партерних комплексів для дітей слід дотримуватися наступних *вимог*:

- комплекс повинен мати цільову спрямованість (профілактичний, танцювальний, змішаний та ін.);
- будуватися на ігровій або сюжетній основі;
- починатися з нескладних рухів і поступово включати рухи з більшим фізичним навантаженням і більш складною технікою;
- положення тіла наприкінці кожної вправи має служити вихідним положенням для виконання наступного руху;
- кожний попередній рух комплексу повинен мати структурну схожість із наступним;
- кожен рух має компенсуватися «контр-рухом»: напруження – розслаблення, розтягування – силове навантаження;
- дозування рухів має відповідати віковим та індивідуальними особливостям дітей, рівню їх підготовки, рівномірно розподілятися між правою та лівою частинами тіла;
- музичний супровід доцільно добирати у відповідності до виду партерного комплексу, його тематики, сюжетної лінії, навчально-тренувальній та образній характеристиці вправи.

Основними засобами дозування навантаження є: тривалість виконання комплексу, його зміст (добір партерних вправ), мета (навчання, розвиток, виховання), фізична підготовка дітей, їх вікові та індивідуальні особливості.

На початку комплексу вправи мають носити локальний характер, тобто впливати на дрібні групи м'язів, а в кінці необхідно підключати більшу кількість м'язових груп. Інтенсивність залежить від швидкості виконання, кількості вправ, пауз і відпочинку

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

(пасивний, активний), змісту пауз (медитація, розслаблення, пояснення педагога, імпровізація), від тривалості комплексу, музичного супроводу, координаційної складності вправ. Залежно від виду та мети комплексу до нього добираються відповідні вправи: пасивні, активні, статичні, динамічні, комбіновані. Тетяна Баришнікова підкреслює, що під час підбору партерної групи вправ необхідно враховувати вікові особливості кістково-м'язової системи дітей та індивідуальні особливості їх анатомо-фізіологічного розвитку. З цією метою можна об'єднувати дітей у підгрупи на підставі переваги певних фізичних недоліків (порушення постави, Образні ноги, клишоногість тощо). Якщо кожен підгрупу розмістити окремою колоною (потокком), це, на нашу думку, дозволить фіксувати увагу на виконанні відповідної групи завдань профілактично-корекційного характеру.

Під час самостійного складання або застосування запропонованих у методичній літературі партерних комплексів педагог має враховувати рівень фізичної підготовки дітей, їх рухові та координаційні здібності. Вправи мають бути доступними, викликати у дітей інтерес та бажання їх виконувати. Невдале виконання важких вправ і боязнь у подальшому демонструвати своє невміння особливо в умовах групових занять, може сприяти негативному відношенню до цього виду діяльності, розвитку невпевненості у собі, закомплексованості. І навпаки, вірно і красиво виконане завдання приносить задоволення, збуджує інтерес до занять, сприяє розвитку особистісних якостей.

Відомо, що виконання окремих вправ у партері може викликати в деяких дітей болючі відчуття. Це приводить до зменшення амплітуди рухових дій, а іноді викликає



негативну емоційну реакцію. Попереджувати таку поведінку можна завдяки переконанню дитини в необхідності бути витривалим, ставити за приклад товаришів, заохочувати тих, хто зумів перебороти труднощі. Ефективним методом, на наш погляд, є метод змагання, який дозволяє кожній дитині застосовувати свої внутрішні резерви для досягнення як особистого результату, так і результату команди в якій він працює.

Під час проведення танцювальних партерних комплексів слід приділяти увагу роботі конкретної групи м'язів, в той час як інші частини тіла мають бути розслабленими. Все це має досягатися за умови повільного темпу, бо швидкий темп робить виконання рухів умовним і не сприяє глибокому «диханню» м'язів. На початку ознайомлення дітей зі змістом партерного комплексу танцювального напрямку слід дотримуватися вихідного положення, коли руки лежать вздовж тулубу долонями у підлогу, а ноги – у вільній позиції. На другому році навчання вправи мають виконуватися зі збереженням виворітного положення ніг. Таким чином, вправи партерної гімнастики на першому етапі дозволяють набути навички витягнутого носка, рівного й підтягнутого тулубу, дадуть первинне уявлення про роботу м'язів ніг, рук, шиї, спини. На другому етапі відбувається розвиток рухових функцій (виворітності ніг, форми підйому, гнучкості хребта, амплітуди кроку). Під час виконання вправ партерного комплексу педагог має приділяти увагу розвитку в дитини навичок правильного дихання.



Важливе значення під час проведення партерних комплексів з дітьми дошкільного віку має правильний добір музичного супроводу, який має відповідати віковим особливостям, бути емоційно виразним, доступним для сприймання, різножанровим, чітко передавати характер вправ, ритм та темп, мати оптимальну тимчасову довжину (достатню для виконання рухів і не занадто затягнуто). Якщо партерний комплекс має танцювальну спрямованість і використовується, як допоміжна частина до вивчення вправ класичного танцю, то слід використовувати репертуар класичної музики; якщо педагог використовує образні вправи, то відповідно добирається й музичне оформлення, яке має бути насичене яскравими образами, відповідати сюжетній лінії. Правильний добір музичного супроводу до партерних вправ буде сприяти не тільки емоційному забарвленню діяльності дитини, а й розвитку музично-рухової координації, уваги, слухового сприйняття й чуття ритму.

Важливим є наповнення партерних комплексів ігровими методами та прийомами. Застосування активних методів навчання та ігрових технологій сприятиме максимальній активізації дітей, підвищенню їх зацікавленості змістом вправ, прояву позитивних емоцій. Педагог може використовувати комплекси сюжетного характеру в основу яких входять образні рухи, уявна ситуація («Ялинкові іграшки», «Ляльковий магазин» та ін.); комплекси імітаційного характеру побудовані на рухових діях, пов'язаних з наслідуванням знайомих дітям образів, предметів та явищ оточуючого світу («Мамині помічники», «Пташиний двір» та ін.); комплекси з елементами змагань, в основі яких лежить певний ігровий образ та елементи змагання («А вам слабо?», «Самий гострий носочок» та ін.); комплекси з елементами танцювального фольклору, в основу яких покладено фольклорні ігри та характерні народні образи («Ходить гарбуз по городу», «Котилася торба» та ін.). Цікавою формою може бути ігрова колективна розтяжка, в процесі якої діти можуть промовляти скоромовки (віршики), змагатися, рухатися відповідно до якогось сюжету тощо.



Обираючи ту чи іншу тематику партерного комплексу треба враховувати наступні дидактичні вимоги: органічне поєднання обраних прийомів з навчально-виховними завданнями; запобігання відволікання від виконання завдання; відповідність віковим особливостям дітей, рівню їх знань, музично-рухової та фізичної підготовки.

У зміст партерних комплексів доцільно включати й творчі завдання, які дають змогу дітям проявляти ініціативу та самостійність мислення, демонструвати вивчені під час занять вправи у власній руховій інтерпретації та вигадувати нові рухи. Так, після колективного виконання групи партерних вправ спрямованих на розвиток еластичності м'язів гомілкоstopних суглобів і вироблення правильної форми підйому, дітям можна запропонувати вигадати невеличкий танок для «носочків» і «п'яточок» або дати ігрове завдання («лисичка крадькома йде за зайчиком», «зайчик швидко тікає від неї» та інше).

Осучаснення системи хореографічної роботи передбачає застосування інтерактивних методів навчання до яких можна віднести методи танцювальної терапії та контактної імпровізації. Включення в зміст партерної гімнастики окремих завдань танцювальної терапії та контактної імпровізації дозволить дитині більш свідомо ставитися до можливостей свого тіла, сприятиме

визволенню від скутості та невпевненості у собі, розвитку відчуття ваги, інерції та балансу, вмінню розслабитися та визволятися від зайвої м'язової напруги, довіряти партнеру, творчо інтерпретувати знайомі рухи в вільній імпровізації. Наприклад, комплекс релаксаційних вправ може сприяти зняттю фізичної та емоційної напруги, підвищенню життєвого тону. Вправи на загальне розслаблення можуть виконуватися в ігровій формі з використанням художньо-образних тем («Чарівний сон», «Ранок», «Фантастична планета») або виконуватись у позі відпочинку («ембріону», «потилицьки» або в іншій зручній для дитини на даний момент позі) із заплющеними очима під повільну мелодію зі словесним супроводом педагога з подальшим описом та обговоренням уявлених дітьми тематичних картин.

Наведемо приклади деяких груп вправ. Найбільш повно ця серія завдань розкрита в посібнику Т.Баришнікової «Абетка хореографії».

Вправи на розвиток рухомості гомілковостопних суглобів, еластичності м'язів гомілки і стопи:

Вправа 1.

В. п. – сісти або лягти на спину.

На «раз – чотири» – максимально натягнути вперед пальці ніг і напружити всі м'язи тіла.

На «п'ять-вісім» – повністю розслабитися.

Вправа 2.

В. п. – сісти, руки в упорі ззаду, спина пряма.

На «раз»– носки максимально натягнути на себе.

На «два»– носки витягнути в протилежному напрямку, намагаючись торкнутися великими пальцями підлоги.

Вправа 3.

В. п. – сісти, руки в упорі ззаду, ноги в першій на пів виворотній позиції.

На «раз»– ледь підняти сильно витягнуту праву ногу, п'яткою догори.

На «два»– повернутися у в. п.

Повторити те ж саме лівою ногою.

Вправа 4.

В. п. – сісти, руки в упорі ззаду, спина пряма.

На «раз»– підняти витягнуту праву ногу.

На «два-сім» – зробити шість обертань стопою по ходу годинникової стрілки.

На «вісім» – повернутися у в. п.

Повторити те ж саме лівою ногою. Цей рух можна виконувати, повертаючи стопу проти годинникової стрілки.

Вправи на розвиток рухомості ліктьових суглобів, підвищення еластичності м'язів плечей та передпліччя:

Вправа 1.

В. п. – лягти на спину, руки підняти, пальці у «замок».

На «раз» – перевести руки праворуч.

На «два» – повернутися у в. п.

Те ж саме повторити в інший бік.

Вправа 2.

В. п. – сісти на підлогу, руки в упорі ззаду, ноги зігнути у колінах.

На «раз-чотири» – ледь підняти таз і подати його уперед до п'яток.

На «п'ять-вісім» – повернутись у в. п.

Вправа 3.

В. п. – стати на коліна. Ноги урізнобіч, руками взяти п'ятки зсередини.

На «раз-чотири» – підняти таз уперед, розвернути плечі, прогнутися.

На «п'ять-вісім» – повернутися у в. п.

Вправи на розвиток гнучкості колінних суглобів:

Вправа 1.

В. п. – сісти на підлогу, руки в упорі ззаду, спина пряма.

Попеременно згинати ноги, імітуючи їзду на велосипеді.

Вправа 2.

В. п. – стати на коліна, руки на поясі, спина пряма.

На «раз-два» – сісти праворуч.

На «три-чотири» – повернутися у в. п.

Те ж саме в інший бік.

Вправа 3.

В. п. – стати на коліна, носки врізнобіч, руки на поясі, спина пряма.

На «раз-два» – сісти на підлогу поміж носками.

На «три-чотири» – повернутися у в. п.

Вправа 4.

В. п. – лягти на живіт з упором на передпліччя.

Попеременно робити махи зігнутими ногами назад, носки натягнуті.

Вправа 5.

В. п. – лягти на спину.

На «раз»– підтягнути до рівня грудей праве коліно, утримуючи його обома руками.

На «два»– повернутися у в. п.

Вправи на розвиток виворотності ніг:

Вправа 1.

В. п. – сісти на підлогу, руки в упорі ззаду, ноги витягнути вперед і напружити у колінах, спина рівна.

На «раз-два» – розвернути ноги внутрішньою стороною назовні, намагаючись мізинцями торкнутися підлоги (утворити І п.).

На «три-чотири» – повернутися у в. п.

Під час виконання необхідно відчувати скорочення м'язів, а потім їх розслаблення.

Вправа 2.

В. п. – сісти на підлогу, ноги зігнути в колінах, стопи з'єднати підощвами.

На «раз-три» – спираючись на коліна, опустити їх якомога нижче до підлоги.

На «чотири» – повернутися у в. п.

Вправа 3.

В. п. – лягти на живіт, з упором на передпліччя, коліна зігнути, стопи з'єднати підощвами.

Спину максимально прогнути назад, намагаючись стопи і стегна утримувати на підлозі.

Вправа 4.

В. п. – лягти на спину, руки розвести в сторони.

На «раз»– підняти напружену ногу вгору.

На «два»– відвести її вбік, утримуючи таз і опорну ногу на підлозі.

Повторити те ж саме з іншої ноги.

Вправи на розвиток рухливості тазостегнових суглобів і еластичності м'язів стегна:

Вправа 1.

В. п. – сісти на підлогу, ноги витягнути вперед, коліна максимально напружені.

На «раз-три» – нахилитися, намагаючись грудьми торкнутися ніг, руки вперед, ноги у колінах не згинати.

На «чотири» – повернутися у в.п.

Вправа 2.

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

- В. п. – сісти на підлогу, ноги урізнобіч, коліна максимально напружити, носки витягнути, стопи розвернути мізинцями до підлоги.
- На «раз-три» – нахилитися вперед, намагаючись торкнутися грудьми підлоги.
- На «чотири» – повернутися у в. п.
Вправа 3.
- В. п. – сісти, руки в упорі ззаду, ноги розставити й зігнути в колінах.
- На «раз» – опустити праве коліно усередину, намагаючись торкнутися ним підлоги, сідниці від полу не відривати.
- На «два» – повернутися у в. п.
- Повторити те ж саме іншою ногою. Рух можна виконувати двома ногами одночасно.
Вправа 4.
- В. п. – лягти на спину, ноги підняти вгору, руки в сторони.
- На «раз-два» – опустити обидві напружені ноги праворуч.
- На «три-чотири» – повернутись у в. п.
- Повторити те ж саме в інший бік.
Вправи на покращення гнучкості хребта:
Вправа 1.
- В. п. – лягти на спину, руки за голову, ноги зігнути у колінах.
- На «раз-два» – намагатися колінами торкнутися підлоги праворуч, голову при цьому повернути ліворуч.
- На «три-чотири» – повернутися у в. п.
- Те ж саме повторити в інший бік.
Вправа 2.
- В. п. – лягти на спину, руки витягнути вздовж тіла.
- На «раз-чотири» – поставити ноги на підлогу за головою, коліна не гнути.
- На «п'ять-вісім» – повернутися у в. п.
Вправа 3.
- В. п. – сісти, ноги якомога ширше розвести урізнобіч, руки за голову.
- На «раз-два» – нахилитися праворуч, намагаючись торкнутися ліктем підлоги за коліном правої ноги.
- На «три-чотири» – повернутися у в. п.
- Те ж саме повторити в інший бік.
Вправа 4.
- В. п. – сісти, ноги зігнути в колінах і трохи розставити, руки перед

грудьми.

На «раз-два» – повернути тулуб ліворуч, правим ліктем при цьому торкнутись лівого коліна, ліву руку відвести якомога далі назад і торкнутися підлоги.

На «три-чотири» – повернутися у в. п.

Те ж саме повторити в інший бік.

Вправа 5.

В. п. – лягти на живіт, ноги трохи розвести в сторони і зігнути в колінах, руками взятися за стопи.

На «раз-чотири» – намагатися випрямити ноги, трохи піднімаючи верхню частину тулуба.

На «п'ять-вісім» – повернутись у в. п.

Вправа 6.

В. п. – лягти на живіт, спираючись на руки, прогнути спину назад. Ноги зігнути в колінах і намагатись дістати стопами до голови.

Вправа 7.

В. п. – упор на колінах.

На «раз-чотири» – згинаючи руки, по черзі торкатися підлоги грудьми, животом, стегнами і повзти вперед у положення упор лежачи.

На «п'ять-вісім» – прогнутися, поступово закругливши спину і повернутись у в. п.

У дошкільному віці в багатьох дітей спостерігаються недоліки в поставі. Якщо ці викривлення фіксовані, різко виражені і дитина прикладає багато зусиль, щоб прийняти (утримати) правильне положення тулуба, то в цьому випадку слід звернутися до лікаря. Нестійкі, трохи виражені порушення піддаються виправленню при наполегливій, систематичній цілеспрямованій роботі. Попередження та профілактика незначних недоліків (кіфоз – сутулість, поперековий лордоз – сідлообразна спина, сколіоз – бокове викривлення хребта) може здійснюватися за допомогою систематичного виконання наступних вправ.

Вправа 1.

В. п. – сісти, ноги зігнути в колінах, руки в сторони.

На «раз-два» – повернути тулуб праворуч, руки за голову, лікті назад, лопатки звести.

На «три-чотири» – повернутись у в. п.

Повторити те ж саме в інший бік.

Вправа 2.

В. п. – лягти на спину, руки вгору.

На «раз»– ноги зігнути і притулити коліна руками до грудей.

На «два»– повернутись у в. п. і потягнутися руками вгору, м'язи максимально напружити.

Вправа 3.

В. п. – сісти, схрестивши ноги «по-турецьки», руки в сторони.

На «раз»– нахилитися праворуч, праву руку за спину, ліву підняти вгору.

На «два»– повернутися у в. п.

Повторити те ж саме в інший бік. Можна ще робити нахил тулуба вперед і назад.

Вправа 4.

В. п. – лягти на спину, руки вгору.

На «раз-два» – руки за голову, тулуб нахилити праворуч.

На «три-чотири» – повернутися у в. п.

Повторити те ж саме в інший бік.

Вправа 5.

В. п. – упор на колінах.

На «раз-два» – спину прогнути, голову максимально підняти вгору.

На «три-чотири» – спину вигнути, голову опустити вниз.

Вправа 6.

В. п. – встати на коліна, руки вздовж тіла.

На «раз-два» – витягнути праву ногу вперед – вбік на носок і нахилитися до неї, лівою рукою торкнутися носка правої ноги, праву руку назад.

На «три-чотири» – повернутися у в. п.

Повторити те ж саме в інший бік.

Вправа 7.

В. п. – встати на коліна, руки на поясі.

На «раз-два» – праву ногу зігнути в коліні і виставити вперед, спину вигнути, голову максимально підняти вгору.

На «три-чотири» – повернутись у в. п.

Повторити те ж саме з лівої ноги.

Для виправлення та профілактики плоскостопості слід укріпляти ресорну функцію стоп, для цього доцільно використовувати вправи, які включають кроки на півпальцях, п'ятках і на зовнішніх краях стоп, а також обертання стопами, сидячи

або лежачи на підлозі. Крім цього, можуть бути використані всі вправи, які пов'язані із скороченням і витягуванням стоп (дивіться вправи на розвиток рухливості гомілковостопних суглобів і еластичності м'язів гомілки і стопи).

При наявності у дітей Х-подібних ніг слід використовувати вправи, спрямовані на розтягування зв'язок у тазостегновому суглобі. Такі вправи виконуються з ледь розслабленими колінами. Особливо ефективною є вправа «циркуль».

В. п. – лягти на спину, ноги максимально напруженні, руки покласти вздовж тіла.

На «раз-два» – розкрити ноги в сторони «циркулем», пальці витягнути, коліна тримати трохи зігнутими.

На «три-чотири» – повернутися у в. п., приділяючи увагу максимальній напруженості стопи й гомілки.

При наявності О-подібних ніг необхідно розтягувати підколінні зв'язки. Для цього також рекомендується виконувати вправу «циркуль», однак розкривати ноги слід, починаючи із стопи, намагаючись якомога довше утримувати зведеними стегна й коліна. Повертаючись у вихідне положення, спочатку слід з'єднати коліна. Педагог повинен слідкувати за правильним і чітким виконанням цих, так званих «лікувальних» вправ. У першу чергу, дитина повинна усвідомити, які м'язи слід напружувати, а які навпаки – розслабляти. Для цього, крім власного показу, можна практично допомагати дитині, натискаючи на ті м'язи, які треба напружити, а словами нагадувати, в який момент і що розслабити.



ТАНЦЮВАЛЬНА ІМПРОВІЗАЦІЯ



Самостійно імпровізувати дітям дошкільного віку допомагає певний запас танцювальних рухів, вміння увійти в роль та передати своє розуміння того чи іншого образу відповідно до особливостей музичного твору та образних рухів різноманітних персонажів.

На активізацію творчих проявів дітей у танцювальній діяльності впливають наступні фактори:

- спеціальне навчання дітей на заняттях з метою накопичення необхідного досвіду виконавських навичок;
- створення високої емоційності та творчого піднесення під час виконання творчих завдань;
- збагачення вражень дітей про навколишню дійсність;
- оволодіння виразними засобами хореографії;
- використання непрямого педагогічного керівництва для активізації музично-рухової імпровізації.

Для того, щоб навчити дітей вільно, невимушено імпровізувати, у зміст занять слід включати вправи та етюди на:

- оволодіння виразними засобами руху (поза, жест, міміка);
- передачу художнього образу;
- розвиток уяви, ініціативи й самостійності;

– передачу характерних ознак предметів та явищ природи.

При плануванні тематики завдань слід урахувати пізнавальні, виховні й розвивальні цінності матеріалу, реальні можливості дітей стосовно передачі запропонованого змісту.

Особливого попиту в останні часи набуває використання в практиці роботи дитячих хореографічних колективів вправ контактної хореографії, яка базується на імпровізації, розкритті творчого потенціалу дитини через пізнання можливостей свого тіла, засвоєння простору та тілесного контакту з іншими.

Використання синтезу танцювальних рухів та імпровізаційних вправ дозволяє визначити широкий спектр навчально-виховних завдань: розкриття творчого та фізичного потенціалу, визволення від скутості та невпевненості у собі; розвиток творчих здібностей, вміння застосовувати знайомі технічні елементи у новому танцювальному контексті, вигадувати нові танцювальні пози і рухи, підпорядковуючись можливостям власного тіла; розвиток комунікативних здібностей, завдяки усвідомленню можливостей власного тіла та тіла партнера; розвиток гнучкості, музикально-рухової координації, почуття ритму, сили та еластичності різних груп м'язів; розвиток відчуття ваги, інерції та балансу, вміння розслаблятися та визволятися від зайвої м'язової напруги, вміння довіряти партнеру, запобігати рухових штамтів та механічно вивчених рухів; розвиток емоційної сфери, можливості вільно виражати свої емоції та почуття, отримувати задоволення від сумісної творчості; виховання культури спілкування, поважного ставлення до учасників творчого процесу.

Вправи творчого характеру в зміст хореографічних занять з дітьми дошкільного віку слід впроваджувати поступово залежно від віку дітей та їх готовності до імпровізації на ту чи іншу тему. Творчі вправи можна застосовувати в різних частинах заняття (вступній, основній та заключній) відповідно до мети заняття та його завдань.

Імітаційні рухи (виразна пластика)

«Зайчик» – м'які, пружні стрибки на двох ногах, «передні лапки» – руки зігнуті в ліктях, кисті м'яко звисають коло грудей. Бігає «зайчик» швидко, відкидаючи назад «лапки», тулуб при цьому дещо нахилиється вперед.

«Ведмідь» – ходить перевалюючись, важко підтягуючи ногу, коліна трохи зігнуті, стопи ставить клишоного (носками у середину).

Тулуб для збереження рівноваги дещо відкинути назад, голову тримати прямо. Руки трохи зігнуті в ліктях, розвести в сторони, кисті звисають м'яко, пасивно. Під час ходьби «ведмідь» може повертати голову в різні боки, начебто приношуючись і прислухаючись до навколишнього.

«Курчата» – бігають на півпальцях швидко, метушливо, наслідуючи рухи справжніх курчат. Руки відведені назад або притиснуті ліктями до тулуба й розкриті в сторони, кисті передають тріпотіння крилець. Показуючи, як курча дзьобає, треба тулуб трохи нахилити вперед і похитувати головою, наче «дзьобаєш».

«Півник» – ходить поважним кроком, плавно піджимаючи під себе, а потім випрямляючи вперед ногу для кроку. Голова гордо піднята вгору, руки можна тримати за спиною.

«Гуси й качки» – ходять перевалюючись, можна використовувати ходьбу у напівприсіданні, опираючись руками на коліна (пальцями усередину, лікті в сторони). Зупиняючись, «гуси» можуть «витягувати шиї і шипіти», втікаючи, «гуси» широко «махають крилами».

«Пінгвіни» – ходять, поперемінно переступаючи з ноги на ногу, не згинаючи коліна, виконують поступове присідання, крутячи стегнами, ніби чистять свої хвостики.

Танцювальні етюди з використанням імітаційних рухів

«Пташиний двір»

Серед дітей обираються «лисиця» й «квочка». Решта – «курчата».

В. п. – усі, крім «лисиці», розташовані по один бік зали – в курнику; «лисиця» – на протилежному боці.

1-8 такти – діти дрібним кроком (крок на кожен вісімку) вибігають «надвір», метушливо розбігаються в різні боки, імітуючи рухи курчат, які шукають зернятка.

9-16 такти – з курника виходить «квочка» й поважною ходою рухається по підвір'ю. Курчата збігаються і метушаться біля неї. У цей час «лисиця» крадькома йде вздовж стіни до курника.

17-18 такти – «лисиця» робить рух у бік птахів, наче виглядає із-за кущів. «Квочка», відчувши небезпеку, зупиняється і хлопає «крильцями» (руками по стегнах).

19-20 такти – «квочка» повертається обличчям до «лисиці» і розкриває руки – «крила» в сторони. «Курчата» ховаються за її

спиною. «Лисиця» знову робить вигляд, що причаїлася в кущах.

21-26 такти – «лисиця» кидається до «квочки» і намагається дістати «курчат»; «квочка» не пускає.

26-28 такти – птахи швидко біжать до курника, а «лисиця» їх ловить.

«На річці»

В. п. – діти стоять, нахилившись уперед. Руки вільно звисають перед тулубом, у кожній руці – уявна хусточка.

1-4 такти – діти полощуть хусточки у воді (легко махають опущеними руками праворуч-ліворуч).

5-8 такти – випростовуються і, тримаючи руки перед собою долонями униз, струшують з хусточок воду.

9-12 такти – піднімають руки вгору, щоб підсушити хусточки на сонці.

Повільно похитують руками праворуч-ліворуч.

13-16 такти – обмахуються хусточками – опускають руки в сторони, згинають і розгинають їх у ліктях.

«Печу, печу хлібчик»

В. п. – діти стоять кружком, перед кожним – умовна піч, під руками ніби діжка з тістом, праворуч – лопатка.

Звучать перші такти і слова пісні: «Печу, печу хлібчик. Дітям на обідчик». Діти удають, що вимішують тісто. Для цього на кожний склад слова в «діжку» з певним зусиллям опускається то ліва, то права рука (пальці стиснуті в кулачок).

На слова «беру, беру» діти трохи присідають, опускають обидві руки вниз, щоб набрати тісто.

На слово «папку» усі випростовуються, тримаючи руки перед собою так, ніби у долонях шмат тіста.

На слова «кладу на лопатку» нахилиються, опускають руки з «тістом» дещо праворуч – униз, потім випростовуються, тримаючи «тісто на лопатці», – ліва рука спереду, права – трохи ззаду.

На вигук «Шусть у піч! Шусть у піч!» діти кидають «тісто лопаткою» у «піч», виступаючи лівою ногою вперед (права залишається на місці).

Можна зробити два випадки, тобто на кожне слово «шусть» – випад лівою ногою і корпусом вперед, на кожне «у піч» – повернення до попереднього положення.

Слова пісні:

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

Печу, печу хлібчик
Дітям на обідчик.
Беру, беру папку,
Кладу на лопатку,
Шусть у піч!
Шусть у піч!

«П'ємо чай»

В. п. – діти стоять кружком або по лініях, ноги в шостій позиції, руки на поясі.

«Розігривається чайник» (повторити 4 рази в кожен бік)

На раз – нахилити голову в правий бік.

На два – повернутися у в. п.

На три – нахилити голову в лівий бік.

На чотири – повернутися у в. п.

«Чайник випускає пару» (повторити 4 рази кожним плечем)

На раз – підняти праве плече вгору.

На два – повернутися у в. п.

На три – підняти ліве плече вгору.

На чотири – повернутися у в. п.

«Чайник випускає пару» (повторити 4 рази кожною ногою)

На раз – підняти праву ногу зігнуту в коліні.

На два – повернутися у в. п.

На три – підняти ліву ногу зігнуту в коліні.

На чотири – повернутися у в. п.

«Запрошуємо до чаю» (повторити 4 рази)

На раз – нахилити тулуб в правий бік.

На два – нахилити тулуб вперед, розкриваючи руки в сторони.

На три – нахилити тулуб в лівий бік.

На чотири – нахилити тулуб вперед, розкриваючи руки в сторони.

«Наливаємо чай» (повторити 4 рази)

На раз-два – підняти праву руку вгору, тулуб повернути ліворуч.

На три-чотири – повернутися у в. п.

На п'ять-шість – підняти ліву руку вгору, тулуб повернути праворуч.

На сім-вісім – повернутися у в. п.

Повторити 4 рази в кожний бік.

«П'ємо чай» (повторити 4 рази)

На раз-два – піднести руки до обличчя.

На три-чотири – повернутися у в. п.

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

На п'ять-вісім – зробити глибокий вдих.

«Дякуємо за чай» (повторити 4 рази)

На раз-чотири – нахилити тулуб вперед

На п'ять-вісім – повернутися у в. п.

«Ростуть дерева» (музика – вальс)

В. п. – діти стоять кружком або по лініях, ноги в шостій позиції, руки опущені.

«Дерева випускають гілочки» (по 4 рази кожною рукою) – почергове піднімання рук вперед-вгору.

«Дерева хитаються» (по 4 рази кожною рукою) – почергове піднімання рук в сторони.

«Дерева гнуться від вітру» (по 4 рази в кожний бік)

В. п. – ноги на ширині плечей, руки опущені.

На раз-два – руки піднімаємо вперед-вгору при цьому тулуб повертаємо в правий бік.

На три-чотири – руки опускаємо, корпус повертаємо у в. п.

На п'ять-шість – руки піднімаємо вперед-вгору при цьому тулуб повертаємо в лівий бік.

На сім-вісім – руки опускаємо, корпус повертаємо у в.п.

«Дерева помахують гілками» (повторити 4 рази)

В. п. – ноги на ширині плечей, руки вгорі.

На раз-два – нахилити тулуб в правий бік.

На три-чотири – нахилити тулуб в правий бік.

На п'ять-вісім – повторити рухи.

«Сильний вітер» (повторити 4 рази)

В. п. – ноги на ширині плечей, руки вгорі.

На раз-чотири – виконати рух тулубом по колу в правий бік

На п'ять-вісім – виконати рух тулубом по колу в лівий бік

«Дерева ховають та випускають гілочки» (повторити 4 рази)

В.п. – сісти вниз на коліна, руки опущені.

На раз-два – повільно встати і підняти руки вгору.

На три-чотири – потрясти кистями рук.

На п'ять-вісім – повернутися у в.п.

У кінці вправи можна виконати легке похитування тулубу з одного боку в інший, руки вільні.

«Поїхали до лісу»

В. п. – діти стоять у колоні один за одним, перший – «тепловоз».

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

1-4 такти – повільно й важко ступають на місці.

5-4 такти – «поїзд» рушає вперед. Спочатку дуже повільно, потім (відповідно до музики) рухи прискорюються, діти переходять на легкий біг, знову сповільнюють ходу і, нарешті, зупиняються.

Зігнувши руки в ліктях, роблять коллові рухи плечима (на кожний такт), імітуючи рухи «коліс».

42-44 такти – «поїзд» зупинився. Гудок тепловоза.

45-48 такти – діти приїхали на станцію, зійшли з поїзда, розбіглися по галявині (по всій залі).

49-56 такти – діти гуляють на галявині, шукають у траві полуниці, ходять обережно, оглядаючись врізнобіч, намагаючись не розчавити ягід, що поховалися в траві. На 56-му такті вдають, що, побачивши полуничні кущики, зупиняються і присідають.

57-64 такти – збирають полуниці: на «раз» кожного такту – зривають ягоду, на «два» – кладуть на долоню або до рота.

Наприкінці можна знову повторити музику, під яку їхав поїзд (1-44 такти). Діти стають один за одним, і «поїзд» їде у протилежному напрямку.

«У світі тварин»

Педагог повинен підібрати музичні твори, що відповідали б характеру різних тварин. Бажано, аби музика була знайома і зрозуміла дітям.

Діти стають кружка. Звучать різні уривки музики. Діти за бажанням виходять на середину кола та імітують рухи тієї чи іншої тварини. При повторенні музики всі виконують показану імпровізацію.

За таким же принципом можна проводити гру «Зоопарк» або «У цирку», у якій створене дітьми коло нагадує цирковий манеж.

Танцювальні етюди на теми природи

«Зима» (масова імпровізація).

Дітям пропонують зобразити рухами настроїв, пов'язаний з зимою, через образи ялинки, сніжинки, Снігуроньки і Діда Мороза, дітей, які бавляться сніжками або ліплять снігову бабу.

Рухи: танцювальні кроки, біг, стрибки, кружляння на місці, виразні рухи.

«Новорічний карнавал» (масова імпровізація).

Дітям пропонують побувати на карнавалі. За власним бажанням вони обирають маски улюблених героїв казок та

мультфільмів і передають рухами їхні характерні особливості. Рухи добирають самостійно.

«Весняний краєвид» (масова імпровізація).

Образи : пролісок, струмочок, птахи, бруньки на деревах.

Рухи: дрібний біг по колу, підскоки, використання виразних рухів рук (крила птахів, сонячних променів, біг струмочка), тощо.

«Літо» (масова імпровізація).

Дітям пропонують імпровізувати на теми, пов'язані з літом, – хвилюється колосся жита, летять у небі птахи, бджоли гудуть, бабки та метелики пурхають.

Рухи: підскоки, стрибки, кружляння, похитування тулубом, руками, головою, перебіжки з місця на місце (з квітки на квітку) тощо.

«Осіннє листя» (масова імпровізація).

Діти показують, як кружляє і падає на землю листя, як сильний вітер несе його в далечінь, а діти радісно збирають гарні букети і граються з листям.

Рухи: дрібний біг, кружляння, плавне човгання ногами по підлозі, присідання, виразні рухи руками.

Вправи на виразність жесту

Жест – виразно – зображувальний засіб у хореографічному мистецтві, що зумовлюється особливостями того чи іншого персонажа (логікою його поведінки, індивідуальними рисами характеру тощо).

Жести, у широкому розумінні цього слова, – не тільки рухи руками, але й тулубом, головою, частиною обличчя (міміка). Викликані емоційними переживаннями, вони можуть бути представлені найрізноманітніше: людина в стані гніву – показує кулак, насуплює брови; у пригніченому стані – опускає плечі, руки, голову; у стані переляку – вбирає голову в плечі та ін. Жест розповідає, наказує, дає уяву про національну, соціальну приналежність персонажа, його характер, звичаї.

У танці не може бути довільних жестів, у кожному закладено певний емоційний зміст, що відтворює настрій, почуття людини. Таким чином, жести йдуть від логіки поведінки персонажа в тій чи іншій ситуації, і це зумовлює логіку композиції танцю.

Прикладом можуть бути наступні вправи.

«Тихіше!»

Уявна ситуація: зайці йдуть лісом і раптом бачать на дорозі вовка, який спить. Вони починають іти то на пальцях, то зупиняються, завмирають і знаками показують один одному: «Тихіше!».

Виразні рухи: шию витягнути вперед. Вказівний палець приставити до стулених губ, брови підняти вгору.

«Я не знаю!»

Дівчинку питають, які квіти їй найбільше подобаються. Вона знизує плечима і розводить руками: «Не знаю».

Виразні рухи: брови ледь підняти, кути рота опустити, плечі на мить підняти, руки трохи розвести, долоні розкрити.

«Сніжки»

Зима. Діти надворі грають у сніжки.

Виразні рухи: нахилитись, схопити обома руками уявний сніг; розігнути і кинути сніжки різким рухом, широко розводячи пальці.

«Гра з камінцями»

Діти гуляють на березі моря. Вони то зупиняються, нахилившись по камінець, який їм сподобався, то входять у воду і хлюпаються. Потім сідають на пісок і починають гратися з камінцями: то підкидають їх угору і ловлять, то кидають на відстань.

«Дружна родина»

Діти сидять на стільчиках. Кожен займається якоюсь справою: один малює, другий забиває цвях, хтось вишиває або плете, інші вигадують вірші.

Виразні рухи: маніпуляції руками так, наче в них справді реальні предмети.

Вправи на виразність пози

Поза – фіксація певної дії руху. Вона подібна до скульптури, що має свій образний матеріал – застиглу мить руху.

Поза координує рухи голови, тулуба, плечей, ніг, рук. Так, у позі, що зображує угамування, заспокоєння, голова опущена вперед, при відтворенні гордоців, відчуття власної сили голова високо підводиться вгору і відхиляється трохи назад.

Багато нюансів надають позі плечі. Особливо зведене одне плече – зневага; розправлені – сила тощо.

Оскільки поза є активним елементом руху, у ній не повинно відчуватися м'язової скутості. Тривалість пози може бути різною. Вона нерідко поєднується з жестом, відтак створюючи складні

пластичні малюнки.

Наводимо зразки вправ.

«Музей скульптур»

Педагог пропонує дітям зобразити скульптуру за певною темою: мандрівники, квіти на світанку, мешканці зоопарку тощо.

«Дзеркало»

Діти стають кружком і зображують дзеркало. Одна дитина стає в центр і, начебто дивлячись у дзеркало, набуває різних поз. Інші повторюють за нею.

«Запам'ятай свою позу»

Діти стають кружком і зображують якусь позу. За сигналом педагога або на перші такти музики розбігаються врзнобіч. По закінченні музики діти повертаються на місця і приймають ту ж саму позу.

«Лисичка підслуховує»

Лисичка стоїть біля віконця будиночка, у якому живуть котик з півником, та підслуховує, про що вони балакають.

Поза: ногу виставити вперед, тулуб також трохи нахилити вперед. Голову повернути вбік і схилити (наставити вухо), погляд спрямувати в інший бік.

«Капітан»

Діти уявляють себе морськими капітанами. Капітан стоїть на містку корабля і дивиться вперед. Навколо – темне небо, високі круті хвилі, завиває вітер. Але капітан не боїться, він сміливий, сильний, упевнений.

Поза: спина пряма, ноги розставлені, дивиться вперед. Можна час від часу підносити до очей уявний бінокль.

Вправи на виразність міміки

Міміка – виразні рухи м'язів обличчя, яка передає без слів про ті чи інші почуття людини. Якщо людина посміхається, значить, вона радіє; стулені брови й вертикальні складки на лобі говорять про гнів і незадоволення. Багато може розповісти погляд людини – прямий, відвертий, притуплений, довірливий, ласкавий, похмурий... Загальний вираз обличчя може бути сумним, огидливим, самовдоволеним, байдужим, щасливим. Міміка буває живою, млявою, збідненою, маловиразною, спокійною.

«Злюка»

Хлопчик сидить на стільці і, поки всі діти весело граються,

позирає на кожного похмуро і незадоволено.

Міміка: брови насуплені, верхню губу закусити.

«Кривляка»

Коли хтось входить до кімнати, хлопчик починає звертати на себе увагу, кривлячись та роблячи різні гримаси.

«Снігуронька»

Педагог розповідає казку "Снігуронька". Потім діти зображують подив і радість діда і баби, коли вони побачили живу дівчинку Снігуроньку.

Міміка:

1. Подив: розкрити рот, трохи підняти брови.

2. Радість: широко всміхатися.

«Різний настрій»

Цей примхливий хлопчик

Сам сидить як стовпчик,

Гратись заманеться –

Зразу усміхнеться.

Діти зображують: примхливість – брови насуплені, голова трохи нахилена, плечі опущені; гарний настрій – брови ледь підняти, голову трохи відхилити назад, плечі розгорнути, посміхнутися; хочеться плакати – брови ледь підняті й зведені, рот напіввідкритий; знову гарний настрій (повторити).

«Сердитий дідусь»

Хлопчик приїхав до дідуся в гості і без дозволу пішов у ліс з друзями. Дідусь розсердився.

Міміка: насупити брови.

«Острів плаксіїв»

Мандрівник потрапив на чарівний острів, де живуть тільки плаксії. Він намагається їх заспокоїти, але вони відштовхують його і продовжують ревити.

Міміка: брови підняти і звести, рот напіввідкрити.

Етюди радості

«Теплий дощик»

На вулиці так спекотно, що в дітей навіть немає бажання гратися. Раптом почався дощик. Дітям приємно, вони підставляють обличчя теплим, прозорим крапелькам.

Виразні рухи: голова відкинута назад, рот напіввідкритий, очі заплющені, м'язи обличчя розслаблені, плечі опущені.

«Ласощі»

На день народження Оленка принесла в дитячий садок цукерки та печиво. Вона пригощає друзів – солодощі їм дуже подобаються.

Виразні рухи: усмішка, жувальні рухи.

«Ранок»

Теплий промінчик сонця впав на землю – почали прокидатися квіти. Вони підставляють теплу і світлу кожную свою пелюстку.

Виразні рухи: сісти навпочіпки, голову й руки опустити. Спочатку піднімається голова, випростовується тулуб, руки піднімаються врізнобіч – квітка розквітла (голова трохи відкидається назад, повільно повертаючись за уявним сонцем). Очі заплющені, посмішка, м'язи обличчя розслаблені.

«Зустріч»

Довго Сергійко не був у бабусі й дуже за нею сумував. Але ось настало літо, і батьки хлопчика відвезли його до бабусі. Як же зрадів Сергійко, коли вони зустрілись.

Виразні рухи: посмішка, обійми.

Етюди журби

«Неслухняні діти»

Не дозволяла мати Тетяні й Назару їсти зелені яблука з дерев. Не послухались вони наказу, наїлись недозрілих та ще не митих плодів і їм стало погано.

Виразні рухи: брови трохи підняти і зсунути, очі прищулені. Тулуб зігнути, живіт втягнути, руки притулити до живота.

«Гномик втопився»

Маленький гномик несе на спині велику важку шишку. Ось він зупинився, поклав шишку біля ніг і говорить: «Я так стомився, я дуже стомлений».

Виразні рухи: стати, руки звисають уздовж тіла, плечі опущені.

«Невдале свято»

На новорічному святі Наталці не сподобалося. Навіть Дід Мороз не подарував їй подарунка. Вона прийшла додому дуже засмученою.

Виразні рухи: уповільнена хода, схилена голова, зведені брови, опущені кутики губ.

«Холодно»

Іванко не послухався мами – не вдягнув шапки. Тепер стоїть і

ледь не плаче, бо змерз.

Виразні рухи: коліна зігнуті так, що одне прикриває друге, руки біля рота, дихає на пальці й цокотить зубами.

Етюди неприємних емоцій

«Я винен»

Хлопчик без дозволу з'їв цілу банку варення. Коли прийшла мама, він злякався, що його покарають, і сказав, що це зробила його молодша сестра. Дівчинку покарали, а старшому брату було дуже соромно.

Виразні рухи: голову нахилити вперед, брови підняти і звести, кутки рота опустити.

«Неслух»

Хлопчик не слухав у садочку вихователя, і мама через те дуже засмутилася. Він переживає за свій вчинок.

Виразні рухи: голову нахилити вперед і втягнути у плечі. Ноги прямі, руки звисають уздовж тіла. Брови підняти вгору і звести, кутики губ опущені.

«Солоний чай»

Сестричка переплутала і поклала у чай замість цукру сіль. Кирило покоштував його, йому не приємно.

Виразні рухи: голову відхилити назад, брови насупити, очі прижмурити, верхню губу підтягнути до носа, ніс зморщити.

«Дюймовочка»

Вихователь пригадує з дітьми уривок з казки Г.Х.Андерсена «Дюймовочка», а саме, коли хрущ приносить крихітну дівчинку на дерево, де він живе. Його друзі оглядали Дюймовочку з голови до ніг і говорили: «У неї тільки дві ніжки! Гидко дивитись! У неї немає вусиків! Яка у неї тоненька талія! Фі! Вона зовсім, як людина! Як некрасиво!»

Діти зображують хрущів і з зневагою дивляться на дівчинку Дюймовочку.

Виразні рухи: дивитись зверху униз, голову відкинути назад, брови трохи підняти, обличчя витягнути.

«Боязкий хлопчик»

Батьки хлопчика затримались на роботі. Він боїться самотності, нерухомо сидить на стільці і зі страхом дивиться на двері... А якщо в іншій кімнаті хтось притаївся?

Виразні рухи: голова відкинута назад і втягнута у плечі. Брови

підняті вгору, очі розширені, рот відкритий, наче для вигуку.

«Гроза»

За вікном гроза. Періщить дощ. Блискає блискавка. Гучно гримить грім. Діти вдома самі. Вони стоять біля вікна і під час гуркоту грому їм страшно.

Виразні рухи: голову задерти і втягнути у плечі. Очі широко розкрити, рот відкрити, долоні наче відгороджують від обличчя страшне видовище.

«Як я загубився»

Миколка пішов з батьками до зоопарку. Біля клітки з мавпочками затримався. Коли побачив, що залишився наодинці, розгубився і не знав, куди йти.

Виразні рухи: голову нахилити вперед, плечі втягнути і трохи підняти, брови підняти і звести, губи розтулити, щоб було видно перший ряд зубів, одна рука з силою стискає іншу.

Етюди здивування

«Круглі очі»

Одного разу на прогулянці діти побачили, як бігає... ганчірка. Коли її підняли, то здивувалися: там сиділо маленьке кошеня.

Педагог пропонує дітям показати, які круглі очі були у дітей, коли вони побачили «живу ганчірку».

«Фокусник»

У цирку діти бачили, як фокусник поклав у ящик яйце і накинув накривку, а коли відкрив..., з'явилося маленьке курча.

Педагог пропонує показати дітям, як вони здивувались, коли замість яйця побачили курча.

Виразні рухи: відкрити рота, брови й верхні повіки ледь підняти.

Імпровізації на національному матеріалі

Включення в зміст хореографічних занять вправ вільної імпровізації на національному матеріалі має розпочинатися з усвідомлення дітьми змістовного аспекту танцювальних рухів. Так, в народних таночках, присвячених приходу весни, пробудженню природи, гупаючий, енергійний та різний характер рухів ногами розглядався раніш як бажання танцюючих розбудити землю від зимового сну. А такий рух як «колупалочка», тобто поперемінні удари по землі то п'яткою, то носком, як би колупаючи землю, зв'язувались у давнину з копанням землі та посівом злаків. У піснях

про пшеницю, висота стрибка танцюючих як би співпадала з висотою пшениці: «Хто вище стрибне, у того й пшениця буде висока».

Важливе навчально-виховне значення в роботі з дошкільнятами мають творчі завдання з використанням народних ігор, малих форм ігрового і пісенного фольклору. З явним інтересом діти відносяться до обігрування малих форм пісенно-ігрового фольклору. Нескладні та доступні за змістом та об'ємом забавлянки, примовки, коліскові та частівки («Дощик», «Сірий кіт», «Дві тетері» та ін.) сприяють залученню малят до імпровізації та випереджають подальшу колективну роботу над драматизацією ігрових пісень і складанню рухів до ігрових хороводів.

Софія Русова неодноразово вказувала на необхідність використання в дитячому садку різних ігор та драматизацій, в яких діти могли б імпровізувати. Наприклад, з відомої всім пісні – «Ходить гарбуз по городу» вона пропонувала зробити цікаву гру з рухами, в яких діти могли б показати ті «враження, пахощі, кольори, вид, деталі», які вони засвоїли під час спілкування з природою. З цією ж метою, на її думку, можна використовувати відомі всім казки «Руковичка», «Коза-Дерева», «Господарство» та інші, в яких діти не тільки відтворюють характерні рухи та поведінку звірів, але й імпровізують за змістом казки.

Вибір гри має обов'язково обумовлюватися попереднім аналізом її можливостей. Перевагу слід віддавати українським народним іграм, участь в яких сприяє залученню до джерел національної культури та духовності, вихованню національної свідомості та оволодінню рідною мовою.

В хореографічній роботі з дошкільнятами можна використовувати наступні види народних ігор:

- сезонно-обрядові («Перепілонька», «Ой летіла зозуленька», «А ми просо сіяли-сіяли», «Калита» та ін.);
- на трудову тематику («Косарі», «Лісоруби», «Шевчик» та ін.);
- на природознавчу тематику («Гуси», «Грибок», «Нахмурю я брови» та ін.);
- на взаємовідношення між людьми («Не свариться», «Баба та дід», «Нероба» та ін.).

З метою зацікавленості дітей змістом гри, перед її проведенням слід використовувати уривки розповідей народних казок, загадки.

Наприклад, перед грою «Кривий танок» дітей можна познайомити з її історією: «Появилась вона дуже давно, коли на нашу Україну нападали татари. Батьки навчали своїх дітей остерігатися ворога, заплутувати свої сліди, щоб чужі не потрапили в село». Перед грою «Коза» загадували загадку – «Не дід, а з бородою, не бик, а з рогами, не корова, а доїться».

Організація дітей під час проведення гри має носити індивідуально-груповий характер. При цьому доцільно враховувати угруповання дітей за їх інтересами, рівнем здібностей, особистими якостями. Так в іграх, які відображають трудові процеси («Шевчик», «Дроворуби») вільно імпровізувати, добираючи рухи відповідно до змісту пісні слід пропонувати хлопчикам, а дівчаткам в цей час співати пісню. Для участі в грі «Не свариться» залучати перш за все дітей, які люблять займати один одного та дражнитися. Наприклад, в завданні «Зима» дітям в колективній імпровізації можна запропонувати виразити свій настрій, пов'язаний з зимою через образи ялинок, сніжинок, снігової баби, діда Мороза, дітей ковзаючих на ковзанах або граючих в сніжки, а в завданні «Осіннє листя» показати, як падає та кружляє листя, як сильний вітер несе його вдалечінь, а діти радісно збирають красиві букети та грають з листям. Дітям можна запропонувати виконання завдань на передачу відповідних дій («дівчата плетуть вінки, несуть воду з криниці, збирають врожай», «козаки їдуть на конях, впевнено вправляються з шаблею» та ін.) на створення образів контрастного характеру («Сварлива баба та діти», «Говстий панич та хоробрий козак», «Весна та зима» та ін.).

Для виконання даних вправ треба добирати контрастні за змістом п'єси, мелодії різних жанрів (полька, хоровод, гопак, коломийка), які мають відповідати характеру того чи іншого образу або дії. Педагог має застосовувати прослуховування музичного твору, його аналіз, бесіду (про кого або що розповідає музикант, який персонаж ви собі уявляєте, його дії тощо), образні розповіді педагога, які мають спонукати вихованців до пошуку та вигадування нових танцювальних рухів та добору виразних рухів, відповідно того чи іншого образу.

Наведемо приклади завдань

«Лісоруби»

Педагог з підгрупою дітей співають пісню «Лісоруби». Друга

підгрупа дітей вільно імпровізують, виконуючи рухи відповідно до змісту пісні.

Ой так-так, робітники наші ідуть в ліс по дрова, ой так-так.
Ой так-так, робітники в лісі вже дерево ріжуть, ой так-так.
Ой так-так, робітники в лісі вже дрова рубають, ой так-так.
Ой так-так, робітники в лісі дрова на купу зносять, ой так-так.
Ой так-так, робітники в лісі дрова на віз складають, ой так-так.
Ой так-так, робітники з лісу дрова везуть додому, ой так-так.
Ой так-так, робітники наші дрова в піч кидають, ой так-так.
Ой так-так, робітники наші в печі затопили, ой так-так.
Ой так-так, робітникам шана, а всім неробам сором, ой так-так.
«Зима та весна»

Діюві особи Зима і Весна стоять біля протилежних стін кімнати, слухаючи слова пісні, по черзі передають рухами й мімікою настрій зимової пори та переходу зими у весну.

«Насуплю я брови, – говорить Зима, -
І вітер холодний повіє.
Від мене нікому рятунку нема,
Під снігом земля, заніміє».
«А я засміюся, – Весна промовля, -
І сонце ласкаво засяє.
Прокинуться луки, ліси і поля,
Усе розцвіте, заспіває».

Діти, які грають роль Зими та Весни, виступають наперед і зображують: Зима – суворість, Весна – ласкавість. Решта виконують імпровізовані рухи: холодно – зіщулитися, ніби під вітром, притупувати; тепло – розправитися, усміхатися, радісно танцювати.

«Не сваріться, помиріться»

До імпровізації цієї гри треба найперше залучити таких дітей, що люблять сваритися, чіплятися, аби виховати в них бажання й уміння миритися. Діти утворюють коло і співають:

«Не сваритесь,
Не сваритесь!
Дайте один одному
Та обидві рученьки,
Помиритесь.»

Діти, дочекавшись тієї миті, коли «суперники» взяли за руки, радісно плещуть у долоні й вигукують: «Помирилися, помирилися».

«Шевчик»

Перед грою дітей слід ознайомити з шевською роботою і за допомогою пісні навчити відтворювати в рухах трудові процеси.

А чи бачив ти, як шевчик

Шкіру в воді мочить?

Ой так, брате, ой так-так,

Шкіру в воді мочить.

А чи бачив ти, як шевчик

Шкіру натягає?

Ой так, брате, ой так-так.

Шкіру натягає.

А чи бачив ти, як шевчик

Черевички шиє?

Ой так, брате, ой так-так,

Черевички шиє.

А чи бачив ти, як шевчик

Цвяхи набиває?

Ой так, брате, ой так-так,

Цвяхи набиває.

А чи бачив ти, як шевчик

Гвіздки розчищає?

Ой так, брате, ой так-так,

Цвяхи розчищає.

А чи бачив ти, як шевчик

Черевички чистить?

Ой так, брате, ой так-так,

Черевички чистить.

А чи бачив ти, як шевчик

У свято танцює?

Ой так, брате, ой так-так,

У свято танцює

Зразки українських народних ігор та варіанти їх хореографічної інтерпретації представлені в додатках.

Контактна імпровізація

Творчий потенціал дітей старшого дошкільного віку можна розвивати за допомогою вправ контактної імпровізації, яка останнім часом набуває популярності. Ми пропонуємо авторську методику

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

ознайомлення дітей дошкільного віку з вправами контактної хореографії та вільної імпровізації, яка пройшла апробацію в підготовчих групах Народного ансамблю естрадного танцю «МарЛен» (ЦДЮТ, м. Бердянськ). Процес навчання включає три етапи: від засвоєння можливостей простору та вміння індивідуально імпровізувати у різних рівнях – через оволодіння варіантами контакту з партнером – до колективної імпровізації.



На початковому етапі імпровізаційні вправи повинні носити індивідуальний характер. Перш за все, малята мають засвоїти можливості простору. Для цього можна використовували просте завдання: під спокійну мелодію діти рухаються по всій площі, намагаючись пройти через центр, зайти у кути, йти по колу, діагоналям, ламаним лініям тобто так, щоб охопити увесь простір і разом з тим ні до кого не доторкнутися. Поступово темп музики можна прискорювати і повільно доводити рухи дітей до легкого бігу. Потім теж саме можна пропонувати виконати рухаючись спиною, а коли діти вже впевнено будуть володіти простором, застосовувати зміну положення тіла під час переміщення – то спиною, то обличчям. Педагог може зупиняти рух дітей оплесками в долоні, які служать сигналом не тільки для зупинки, а й для підйому на півпальці й

утримання рівноваги до наступного оплеску, який символізує відновлення руху.

Поступово вправи на засвоєння простору доцільно ускладнювати. Так, малятам можна пропонувати рухатися відповідно до акторського завдання: передавати почуття радості, страху, сорому тощо і після команди педагога завмирати в позі, яка передає саме цей стан людини. Безумовно під час перших занять деякі діти будуть відчувати себе скуто, намагатися повторювати пози за іншими, іноді відмовлятися від виконання завдання. Позбутися дітям невпевненості можна за допомогою власного прикладу. Педагог повинен приймати активну участь у виконанні завдань, заряджати малюків енергією, бажанням творити та отримувати задоволення, а не пасивно спостерігати за їх творчим процесом. Слід не примушувати дітей виконувати завдання, якщо вони почувають себе не комфортно, не звертати уваги на невдалі моменти і в той же час хвалити за творчі знахідки. Перед виконанням завдання на передачу певного почуття, важливо проводити з дітьми бесіду з метою виявлення їх бачення виникнення у людини того чи іншого стану. Наприклад: «Діти, від чого у вас виникає почуття радості?», «Мені сьогодні було соромно, бо я за браком часу не допомогла старенькій бабусі. А ви коли-небудь відчували почуття сорому?». Після відповідей дітей їм можна запропонувати показати, як вони будуть радіти, якщо побачить матусю, а як виражати радість під час отримання жаданого подарунка. При цьому важливо звертати увагу не тільки на мімічні реакції дітей, а й на те, як вони будуть рухатися (бігти, стрибати, повільно йти, крастися тощо).

Наступний етап роботи слід присвятити ознайомленню дітей з можливостями виконання рухів у трьох рівнях: перший – це лежачи або сидючи на підлозі, другий – нижче половини свого росту і третій – стоячи. Спочатку дітей необхідно познайомити зі зразками виконання рухів у тому чи іншому рівні. Наприклад, після якоїсь активної рухової вправи запросити малят лягти на підлогу так, щоб їм було зручно (на спину, на живіт, скрутившись, розкинувши або навпаки стуливши ноги та інше), затулити очі і виконувати під повільну мелодію рухи, які називає педагог: «рухаємо тільки плечима», «рухаємо тільки правою ногою, додаємо рухи пальців лівої руки, а тепер усієї руки», «рухаємо тільки стопами, а тепер головою» і так далі. Такі вправи допомагають дітям відчувати своє тіло,

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

виражати свій внутрішній стан, тому, що кожна дитина буде виконувати рухи у різному темпі: хтось повільно та м'яко, хтось швидко і нервово (не зважаючи на характер мелодії). Завдяки цим вправам діти навчаються координувати свої рухи, виражати свій емоційний стан, закріплюють назви окремих частин тіла, поняття «правий» та «лівий».



Важливо показати дітям можливості використання рухів у різних положеннях тіла в партері – вигадати рухи, які можна робити лежачи на животі, спині, боці, сидячи на сідницях, колінах, карачках, відшукати варіанти переміщення у цих положеннях. Цікаво, що діти можуть вигадувати самі неймовірні рухи і якщо педагог буде вміло керувати творчим процесом і допомагати малятам наповнювати їх пластикою, естетичним забарвленням, то діти не тільки будуть отримувати задоволення від творчого процесу, а й розуміти можливості свого тіла, тренувати м'язи, шукати красиві та незвичайні положення тіла, зручні переходи з однієї пози в іншу.

Після засвоєння можливостей рухового простору першого рівня, слід знайомити дітей з варіантами імпровізаційних рухів у другому та третьому рівнях. Спочатку пропонувати імпровізувати на місці, а згодом у процесі переміщення. Для цього бажано

використовували різний музичний матеріал (повільний, стриманий, спокійний, середнього темпу, швидкий, веселий, урочистий). У залежності від характеру музики рекомендувати дітям обирати рухи для переміщення (кроки, стрибки, біг). Можна змінювати не тільки музичну основу імпровізації, а й кількість тактів, яка відводиться для переміщення й для фіксації пози. Наприклад, на рахунок «1-8» – діти рухаються і «1-8» – фіксують позу, або на «1-6» – рухаються, а на «7-8» – завмирають на місці. Отже, варіанти можуть бути самими різними.

Завдання на засвоєння простору необхідно весь час урізноманітнювати. По-перше, діти не будуть звикати до однієї вправи і це активізуватиме їх увагу, творчу активність, бажання діяти в новій ситуації, а, по-друге, елемент новизни буде робити заняття більш цікавим, а в наслідок цього – результативним. Наведемо приклади вправ на переміщення у просторі для індивідуальної імпровізації: вправа «Чарівний оплеск» (вільно рухаючись по залу за командою педагога прийняти позу того рівня, який зазначено у команді (один оплеск - перший рівень, два – другий і три – третій)); вправа «Трасформер» (на рахунок 4 або 8 перейти з пози у першому рівні у позу другого, а потім третього і навпаки).

Після усвідомлення можливостей рухового простору, оволодіння навичками виконання вільної імпровізації в різних просторових рівнях, слід переходити до наступного етапу – ознайомлення дітей з простими контактними вправами.

Завдання на засвоєння різних варіантів контактів необхідно ускладнювати поступово. Так, під час фіксації пози після переміщення у просторі, можна пропонували доторкнутися до того, хто опинився поруч. Місцями контакту можуть бути самі різні частини тіла: голова, рука, нога, спина тощо. Пізніше доцільно давати вказівку на спільний контакт з сусідом певною частиною тіла: «торкаємось пальцями рук» (животами, сідницями, плечима...). Задоволення у дітей викликає рухлива гра «Втечи від контакту», під час якої учасники пересуваючись по залу повинні доторкнутися до певної частини тіла інших і в той же час не дозволити, щоб хтось торкнувся їх. Точки для контакту, як і в попередньому завданні називає педагог.

Поряд з активними формами контакту, можна використовувати завдання на більш розслаблену, заспокоїливу контактну діяльність в основу якої покладено елементи масажу.

Повільно рухаючись по залу дітям пропанують зупинитися і почати масажувати частину тіла, яку називає педагог (ноги, спина, руки, живіт) тій дитині, яка опинилася поруч. Після масажу партнери міняються: той, кого масажували, сам стає масажистом. Потім учасники завдання знов розпочинають рух і обирають нового партнера, виконуючи масаж іншої частини тіла. Таким чином, діти під час виконання цієї вправи мають змогу контактувати з багатьма партнерами, довіряти один одному, розслабитися.

Прикладами вправ для простого контакту з партнером можна назвати: вправу «Інопланетяни» (змінювати пози у різних рівнях під час переміщення і під час контакту з різними партнерами); вправу «Казкова доріжка» (пройти по лінії у першому рівні («країна мурах»), у другому рівні («країна ліліпутів») і у третьому («країна велетнів»)); вправу «Кумедний ланцюжок» (рухаючись по діагоналі або лінії перша дитина приймає позу за власним бажанням, потім друга стає попереду першої і в контакт з нею приймає наступну позу і так далі, поки всі діти не пройдуть по лінії і не утвориться контактний ланцюжок).

Після засвоєння простих форм контакту, в зміст заняття поступово слід вводити завдання на формування вміння відчувати та приймати вагу партнера. Отже, враховуючи вікові та індивідуальні особливості дошкільників ми рекомендуємо використовувати найбільш прості та безпечні види парного контакту: спиною, плечима та грудною клітиною. Так, під час засвоєння першого контакту, дітям пропонують встати один до одного спиною і утримуючи точку контакт в області лопаток, відходити ногами



збільшуючи відстань. Важливим є пояснення виходу з цього контакту, під час якого під час якого дітей навчають утримувати рівновагу, відповідати за безпеку партнера, робити одночасно крок назад і повернувшись обличчям один до одного кивком голови дякувати за довіру під час виконання вправи. Другий вид контакту характеризується торканням і утриманням ваги один одного лише плечем (при цьому діти стоять боком один до одного), а третій – грудною клітиною (діти стоять обличчям один до одного, при цьому підборіддя одного спиратися на плече іншого). Для більш старанного виконання вправ та усвідомленого розуміння точки контакту, можна використовувати метод змагання між парами. Для цього застосовують папірець або серветку, яку педагог розміщує в області парного контакту (лопаток, плечей, грудної клітини). У якій пари в наслідок розриву контакту впаде серветка, той програє.

По мірі засвоєння дітьми цих видів контакту, їх доцільно ускладнювати шляхом поєднання вправи переміщення по площі й фіксації певного контакту з різними партнерами. Партнером діти обирають того, хто опинився під час руху найближче за всіх.

Зрозуміло, що контакт з партнером може здійснюватися не тільки в третьому рівні, а й в першому. Так, під час ознайомлення з варіантами контактних вправ у першому рівні слід приділяти більше уваги вихованню довіри між партнерами, розвитку вміння приймати вагу тіла іншого та віддавати свою. Найбільш доступними для засвоєння дітьми дошкільного віку ми вважаємо вправи «Стілець» та «Струмочок». Під час виконання першої вправи діти навчаються приймати та віддавати вагу стоячи на карачках, а у вправі «Струмочок» - перекачуватися один по одному лежачи на підлозі. На етапі ознайомлення дітей з парними контактами провідним є метод показу педагогом техніки виконання тієї чи іншої вправи. З цією метою на заняття запрошується інший педагог-репетитор або учасник колективу зі старшої групи, які володіють навичками контактного танцю. По-перше, діти мають уявний приклад вірного виконання вправи, а по-друге помічник допомагає контролювати дії пар і страхувати дітей, які проявляють невпевненість під час роботи з партнером, або напроти ведуть себе занадто активно. Метод показу можна доповнювати образними порівняннями задля більш свідомого розуміння того чи іншого положення: «якщо ніжки стола (руки та ноги дитини) не будуть стояти рівно під кришкою, то він впаде»,

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

«якщо кришка стола (спина) буде вигнутою, то з неї може скотитися будь-яка річ», «струмочок тече повільно і несе на своїх хвилях паперовий кораблик, отже і ми повинні розслабитися і не стримувати рухи свого тіла».

Виконання цих вправ вчить дітей не тільки приймати вагу тіла партнера, а й утримувати власну рівновагу, віддаючи свою вагу іншому. Такі завдання вимагають від дітей певного зосередження, старанності та відповідальності. Тому, враховуючи вікові особливостей дітей дошкільного віку, їм не слід приділяти багато уваги і, бажано, чергувати з більш емоційними і рухливими завданнями. Рекомендуємо деякі з них. Так, вправа «Лідер» передбачає рух дітей по лінії в парах спиною один до одного (перший контакт), під час якого, той хто стоїть спиною по лінії руху намагається перегнати, того, хто рухається обличчям. Під час руху важливо не розірвати точку контакту і не дати супернику зайняти місце лідера. Вправа «Дзеркало» спрямована на розвиток уважності, координації та творчої ініціативи. Діти стають у пари напроти один одного і за завданням педагога перший починає виконувати якісь рухи (танцювальні, мімічні, образні, імітаційні, на місці або в переміщенні), а другий повторює рухи свого «відображення». Аналогічною вправою можна назвати гру «Тінь», в якій діти виконують теж завдання, тільки стоять не обличчям один до одного, а один стоїть за спиною іншого.



Після засвоєння дитиною певного імпровізаційного досвіду у різних рівнях і з різними партнерами, бажано застосовувати виконання творчих завдань для глядача. У ролі якого мають виступати самі діти. Наприклад, всі сідають у коло, в середину виходить педагог і починає імпровізувати, потім до своєї імпровізації він підключає когось з дітей і вони рухаються в контакт. Далі педагог для тілесного діалогу може обрати іншу дитину, або запропонувати своєму партнеру запросити когось іншого для подальшого контактного танцю. Таким чином діти мають змогу спостерігати та аналізувати, як дві людини рухаються разом, торкаються один одного, підтримують спонтанний, тілесний діалог, на собі відчувати, як тіло може розслаблятися, звільнятися від зайвої м'язової напруги навіть тоді, коли за тобою хтось спостерігає. Такі рухові навички, як падіння, перекатування, розташування догори ногами досліджуються тілом та приводять до усвідомлення дитиною своїх рухових можливостей.

Задля оцінки дітьми виконання завдань на творчу імпровізацію, можна використовували фотографування творчого процесу. Наприклад, на протязі декількох занять фотографувати «ланцюжок» створений дітьми, а потім разом з малятами аналізувати фотографії і визначати, який з варіантів ланцюжків, на їх погляд, самий незвичний, пози кого з дітей можна визнати найбільш цікавими, чи повторюються малята під час позування у своєму творчому процесі тощо. Найбільш вдалі фотографії доцільно розміщували на стенді для батьків, або дарувати дітям з надписом «кращому винахіднику танцювальних поз!». Така форма роботи дозволяє бачити та оцінювати результати творчості, стимулює активність, самостійність мислення дітей, зацікавлює даним видом діяльності.

Наш практичний досвід показав, що паралельно з парною імпровізацією бажано вводили в зміст хореографічних занять вправи для колективної творчості. Тематику доцільно обирали стосовно сезону, погодним умовам або відповідному святу. Наприклад, на вулиці дощ. Педагог пропанує подивитися у вікно і сказати, хто що бачить (люди йдуть під зонтами, хтось перестрибує через калюжі, собака біжить у пошуках їжі і так далі). Після цього пропанує дітям під музичний супровід, або під шумові ефекти дощу передати побачене за вікном. Для відтворення колективної картини того чи

іншого стану людини можна запропонувати завдання «Чарівний кут». Педагог називає один із станів людини (радість, злість, страх, сонливість тощо), а діти рухаючись по черзі з одного кута в інший створюють «куточок радості» (сорому, страху). Одним з прийомів стимулюючих імпровізації дітей є безпосередня участь педагога у виконанні завдання, або показ зразка імпровізації на ту чи іншу тему.

Допоміжним моментом на занятті може бути м'яч. Його використання дозволяє без зайвих слів керувати творчим процесом і організовувати дітей. Наприклад, під час визначення теми для колективної імпровізації, можна кинути м'яч комусь із малят і запропонувати назвати тему. Якщо у дитини виникає сумнів, вона може запросити на допомогу іншого, кинувши йому м'яча. Також після прийняття поз у будь-якому рівні, педагог може запропонувати дитині визначити найкращу. Для цього він знов таки ж кине м'яч комусь з дітей, а той, у свою чергу, обравши кращу позу може запропонувати іншій дитині зробити теж саме.

Цікавим моментом є також використання м'яча на початку і наприкінці заняття. Сівши у коло, педагог ставить запитання («Які справи ви бажаєте сьогодні виконувати?», «У яку гру ви б хотіли сьогодні пограти?», «На яку б тему хотіли поімпровізувати?», «Який у вас сьогодні настрій?») і передає м'яч дитині, та після відповіді кидає м'яча іншій і так далі, поки кожна дитина не відповість на запитання. Якщо дитина не хоче відповідати або не впевнена, то може просто передати м'яч іншому. При цьому педагог не повинен робити акцент на відсутність активності дитини і не в якому разі не примушувати її відповідати. Діти повинні відчувати себе природно і комфортно. По закінченню можна також запросити дітей до загального кола і запропонувати розповісти про свої враження від заняття або висловити свої побажання іншій дитині.

Важливо, щоб кожне заняття проходили радісно, розслаблено і без усяких зусиль, щоб діти отримували задоволення від руху, спілкування, від нових емоційних вражень та нових контактів. Такі заняття розвивають почуття простору, спритність, координацію, розкривають творчий потенціал, дозволяють виявляти на налагоджувати відношення між дітьми, виховують поважне ставлення до партнера, вчать бути надійним та відповідати свої дії.

Безумовно, наші рекомендації щодо застосування на хореографічних заняттях танцювальної імпровізації кожен педагог буде застосовувати виходячи зі своєї педагогічної та хореографічної майстерності. Однак, слід пам'ятати, щоб навчати дітей контактній імпровізації важливо самому досконало володіти цим матеріалом і бути творчою особистістю. Важливо вміло поєднувати в навчально-виховному процесі тренувальні хореографічні вправи, музично-ритмічну діяльність та завдання на імпровізацію. Тоді хореографічна робота з дітьми буде не тільки результативною для дітей, а й цікавою для педагога.

ТАНЦЮВАЛЬНИЙ РЕПЕРТУАР ДЛЯ ДОШКІЛЬНЯТ

Танцюють діти і Земля радіє,
Бо світить Сонце і в цвіту усе.
То ж у Землі майбутнє є, надія.
Її війна страшенна не трясє.
Все мирно й тихо... І танцюють діти.
Все так, як треба, і життя іде.
А на столі є хліб, як не радіти!
Ані війни, ні голоду – ніде...
Танцюють діти – серце завмирає.
Вирує в танці радість запальна.
Нічого кращого у світі не буває,
Як юний танець й чарівна весна...
Надія Красоткіна

Процес навчання в дитячому танцювальному колективі містить різні підвиди колективної роботи, до яких діти залучаються по мірі оволодіння хореографічними знаннями, уміннями і навичками. На початку це навчально-тренувальна робота, надалі – репетиційна і як підсумок – сценічна практика.

На сучасному етапі в дитячій хореографічній творчості широко розповсюджені тенденції, пов'язані із застосуванням багатожанровості й синтезу танцювальних форм і напрямів під час формування репертуару. Саме ці тенденції зумовили появу великої кількості хореографічних шкіл, стилів, напрямів.

У відповідності до завдань та змісту хореографічної роботи з дітьми дошкільного віку доцільно використовувати танцювальний репертуар, спрямований на:

- формування в дітей системи уявлень та знань про



різноманітність хореографічного мистецтва, розвиток навичок виконання танцювальних композицій різної спрямованості з урахуванням виду (народні, дитячі бальні, історико-побутові, сучасні), жанру (побутові, казкові, комедійні, фантастичні, ліричні), форми (масові, групові, парні, сольні) та змісту;

– розвиток у дошкільників інтересу до сприйняття та відтворення простих, художньо-образних танців, які поєднують у собі музично-поетичну, ігрову та танцювальну основу та відповідають життєвому досвіду й виконавським можливостям дітей;

– формування уявлень про характерні риси української танцювальної культури та розвиток навичок виконання різновидів українського народного танцю (хороводи, побутові й сюжетні танці);

– закріплення й удосконалювання хореографічних умінь, отриманих у процесі навчання;

– розкриття творчого потенціалу дітей, розвиток фантазії, творчої уяви, ініціативи та самостійності, вміння імпровізувати та мислити хореографічними образами.

Добираючи репертуар для дітей дошкільного віку, педагог має дотримуватися наступних вимог:

– *ідейність* (сучасна спрямованість, виховна та пізнавальна значущість);

– *художність* (продуманість та стислість композиції; виразність, точність лексичного матеріалу, його відповідність темі та ідеї танцю; чітке співвідношення драматургічних частин танцю);

– *доступність* (урахування вікових можливостей виконавців (здатність зрозуміти ідею твору, емоційно передати його зміст), вікових інтересів та рівня хореографічної підготовки (здатність технічно впоратися з виконанням того або іншого танцю);

– наявність сюжетної лінії та ігрових елементів;

– оригінальність;

– яскраве художнє оформлення (оригінальність костюмів, реквізиту).

Джерелами танцювального репертуару для дошкільнят можуть виступати: народна творчість, фольклор (зміст доступних для дитячого сприйняття й виконання народних традицій і обрядів); класична спадщина (танці за записом, відеоматеріали); сучасна дійсність; національна й інтернаціональна тематика; літературні твори (казки, розповіді, вірші), зміст дитячих пісень та

мультиплікаційних фільмів; навколишній світ і громадське життя людей, побут та ігри дітей, теми дружби, природи й спорту.

Робота педагога над створенням концертного номера для дітей дошкільного віку складається з чотирьох етапів.

1-й етап – виникнення задуму, який включає в себе розробку теми та ідеї майбутнього танцю, визначення та обґрунтування його актуальності; визначення зацікавленості дітей обраною темою (бесіда, малювання, ігрові моменти); вибір жанру та форми побудови танцю, розробку сюжету та визначення драматургічної основи; характеристики образів.

2-й етап – створення танцю, що передбачає роботу хореографа з музичним матеріалом (добір, аналіз та розподіл за частинами), розробку композиційного плану, надання завдання художнику-модельєру та костюмеру.

3-й етап – робота з виконавцями, яка спрямована на ознайомлення дітей зі змістом постановки, прослуховування та аналіз музичного супроводу, характеристики дійових персонажів, розподіл ролей, вивчення лексичного матеріалу (в роботі з дітьми відбувається завчасно, в процесі навчально-тренувального процесу); постановка танцю, робота над створенням хореографічного образу (вживання в образ); репетиція в костюмах.

4-й етап – виступ перед глядачем – розрахований на перевірку результатів втілення задуму, видовищності номера, реакції глядача; обговорення дебютного виступу з дітьми, обов'язкове заохочення, позитивна мотивація для подальшого навчання; у разі необхідності доопрацювання і внесення необхідних змін у композиційну побудову або сценічне оформлення танцю.

Методичну основу розучування танцювальних композицій з дітьми дошкільного віку складає комплекс методів і прийомів:

– емоційно образна розповідь сюжету танцю педагогом, його переказ і характеристика танцювальних образів дітьми;

– застосування творчих завдань, спрямованих на зацікавленість дитиною темою постановки (вигадати історію життя того чи іншого танцювального персонажа, скласти віршик про героїв танцю, перечитати оповідання або переглянути мультфільм, на основі якого створено сюжет майбутньої композиції або запозичені образи, намалювати майбутніх героїв танцю або вигадати костюми, в яких можуть танцювати герої тощо);

- прослуховування й аналіз музичного оформлення танцю;
- виразний показ педагогом окремих рухів або танцю в цілому, акцентування на основному типовому русі танцю;
- розучування танцю на основі співтворчості педагога зі всією групою або окремою дитиною, підтримка дитячої ініціативи;
- використання творчих завдань і допоміжних прийомів (атрибути, елементи костюмів), що підсилюють сприйняття і створюють основу для перевтілення.

Підготовка до постановки концертного номера в дитячому хореографічному колективі проходить завчасно. Тобто педагог знайомить дітей з лексичним матеріалом, випробовує композиційні перебудови, дає творчі завдання на передачу образу тощо. Це є запорукою емоційної та зацікавленої роботи над постановкою номеру.

У роботі з дітьми молодшого та середнього дошкільного віку танцювальні номери (як правило, етюдні форми) вивчаються не для показу на сцені, а носять навчальний характер: сприяють закріпленню знань, умінь і навичок у цікавій танцювальній формі, розвитку творчості, акторської майстерності. Так, на початковому етапі доцільно віддавати перевагу вивченню танців, побудованих на простих і доступних сюжетах з переважанням елементів гри. Танці-ігри побудовані на нескладних танцювальних рухах (галоп, стрибки, підскоки) та доповнені побутовими і виразними рухами, цікавими для наслідування («Боксери», «Мамині помічники», «Мій веселий дзвінкий м'яч», «Веселі ручки» та ін.). Композиції мають будуватися на простих, як правило, не змінних малюнках (лінія, коло), а виконання припускати одночасне й однакове виконання дітьми (всіма, окремо хлопчиками або дівчатками) послідовності рухів (за показом педагога або словесним нагадуванням). При цьому кожна дитина має можливість висловити своє відношення до змісту танцю і передати індивідуальну манеру виконання за допомогою міміко-пантомімічних рухів.

Удосконалення музично-рухового досвіду і збільшення запасу танцювальних рухів у дітей сприяє ускладненню сюжетно-смісловій (більш розгорнутий сюжет, введення окремих персонажів, використання елементів спілкування, співтворчості між виконавцями) і змістовної (різноманітність малюнків і лексичного матеріалу) основи тацю.

В роботі с дітьми старшого дошкільного віку можна використовувати спрощені варіанти масових парних дитячих бальних та історико-побутових танців («Берлінська полька», «Полька-реготуха», «Ку-ка-рі-ку», «Падеграс», «Фарандола» та ін.), сюжетних танців, створених на основі інсценівок дитячих пісень («Що таке доброта», «Рудий апельсин»), сюжетів дитячих ігор («Піжмурки», «Модниці») і сучасних мультфільмів («Маша і Ведмідь», «Тачки», «Три Богатирі»).

Народний репертуар може бути представлений доступними для сприйняття та відтворення дошкільниками танцювальними різновидами (хороводи, побутові й сюжетні танці), при вивченні яких перевага має надаватися музично-хореографічним традиціям української танцювальної культури.

Ознайомлення дітей з особливостями народного танцю слід починати з розучування хороводів, змістовна сторона яких може бути представлена у вигляді гри (ігровий хоровод), інсценівки пісні (хороводна пісня) або розвитку композиційного малюнка (хороводний танець). У репертуар можна включати хороводи-розваги («Кіт і миші», «Коровай», «Дід і баба»), хороводи на трудову тематику («Шевчик», «Коваль»), на природознавчу тематику («Горобець», «Коза», «Зайчик»); хороводи, назви яких походять від фігурних побудов («Кривий танець») або асоціюються з провідним персонажем («Дударик»).

Залучення дітей до виконання побутових і сюжетних народних танців може здійснюватися в єдності масових («Метелиця»), парно-масових («Гуцулочка», «Гопак») і групових танцювальних форм для дівчаток («Дощик»), для хлопчиків («Повзунець»). У зв'язку з тим, що гра є основним видом діяльності дітей дошкільного віку, педагог має приділяти значну увагу хореографічній інтерпретації народних українських ігор, які можуть служити основою для створення концертних номерів (зразки представлені в додатках).

Крім українських танців, у репертуар можна включати танці інших національностей, які входять до програми навчання. Такий підхід не тільки збагачує музично-руховий досвід дітей, але й підкреслює особливості українського народного танцю на основі порівняння з танцями інших національностей.

Таким чином, процес освоєння танцювального репертуару повинен відбуватися за принципом його ускладнення й відповідати

цілям і завданням хореографічного навчання дошкільників.

Великого значення слід надавати добору художньо-якісної музики, доступної для сприйняття й відтворення дошкільниками, яка активізує фантазію й моторику дітей та викликає емоційно-виразне виконання рухів. Підбираючи музику, необхідно враховувати видові та жанрові особливості хореографічної постановки, її зміст, тему, ідею, лексичний матеріал, наявність і характеристику танцювальних образів.

Не слід використовувати в репертуарі дорослу тематику, складні в технічному плані рухи, доцільно уникати костюмів, що надають дітям дорослого вигляду. Взагалі, сценічний одяг для дітей повинен відповідати стильовій єдності сценічного костюма, взуття, зачіски, танцювальних аксесуарів; урахувати специфіку конструювання костюма для дитячої хореографії та сучасних технологій пошиву костюма; бути зручним і гігієнічним; відповідати ідейно-тематичній основі танцю, підкреслювати сприйняття того чи іншого хореографічного образу.

Зацікавленість дітей тематикою, близькою до їх життєвого досвіду, поєднання репродуктивних і продуктивних методів сприяє не тільки закріпленню і вдосконаленню виконавських навичок, але і самовираженню дитини, розкриттю її творчого потенціалу, створенню дружньої, творчої атмосфери в колективі.

Приклад танцювального репертуару для дошкільнят:

1. Танці-ігри: «Ковбої», «Мамині помічники», «Весела пара», «Мій дзвінкий, веселий м'яч», «Печемо пиріжки», «Веселе прання» та інші.

2. Народні танці: хороводи-розваги («Кіт і миші», «Коровай»), хороводи на трудову тематику («Шевчик», «Коваль»), на природознавчу тематику («Горобець», «Коза», «Зайчик»), орнаментальні хороводи («Кривий танець», «Ланцюжок»), масові танці («Метелиця», «Збір врожаю»), парно-масові («Гопачок», «Ех, тупни, нога», «Гуцулята», «Весела кадрили»), групові танцювальні форми для дівчаток («Дощик», «Подоляночка»), для хлопчиків («Повзунець», «Косарі», «Джигіти») та інші.

3. Спрощені варіанти масових парних дитячих бальних та історико-побутових танців («Берлінська полька», «Полька-реготуха», «Ку-ку-рі-ку», «Мушкетери», «Падеграс», «Менует», «Фарандола»,

**Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік**

«Каченята» та ін.).

4. Сюжетні танці, створені на основі інсценівок дитячих пісень, сюжетів дитячих ігор і сучасних мультфільмів, теми природи, спорту: «Піжмурки», «Модниці», «Осінь», «Острів мавп», «Антошка», «Снігопад і хуртовина», «Новорічні іграшки», «Марі і принц», «Веселий хоровод», «Ми до сонечка йдемо», «У старому будинку», «Три веселих зайчика», «Проліски»; «Країна чудес», «Дитячий садок», «Кіт Леопольд», «Весела карусель», «Телепузики», «Черепашки Нінзя», «Циркові конячки», «Весела прогулянка», «Бал іграшок», «Святкова танець», «Дощик», «Дівчата, хлопчики», «Помічниця», «Кіт-мореплавець», «Вітер змін», «Метелики», «Какадурчик».

5. Сучасні танці: «Танцювальний батл», «Бугі-вугі», «Іграшковий бум (хіп-хоп)», «Рок-зірки», «Крапля» та інші.

Репертуарний план

груп початкового рівня навчання (дошкільний вік) ансамблю
естрадного танцю «МарЛен» (ЦДЮТ, м. Бердянськ)

Зміст	Тривалість	Музичний матеріал		Постановник
1	2	3	4	5
Дитячий танок «Перші кроки»				
Веселий дитячий танок, створений за мотивами популярних дитячих пісень із використанням простих танцювальних рухів та перешикування.	2.47	Дитячі пісні з м/фільмів: «В кожному маленькому ребенку», «Не можливо знать»		Мартиненко О.В.
Дитячий танок «Непосиди»				
Жартівливий дитячий танок в якому передається вертлявий, бешкетний образ 6-7-річних непосид, які виконують цю композицію.	3.00	Популярна естрадна мелодія «Жокей» в аранжуванні Брендона Стоуна		Мартиненко О.В.
Хореографічна картинка «Пригоди Незнайки та його друзів»				
Основний конфлікт танцю полягає в суперечках між Знайкою, який разом із друзями намагається побудувати автомобіль та Незнайкою, який весь час йому заважає.	3.04	Синтез мелодій з кінофільму «Людина з бульвару Капуцинів»		Мартиненко О.В.

**Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік**

Зацікавленість загальною справою та дружні стосунки допомагають казковим героям здійснити свою мрію і навіть усвідомити бешкетному Незнайці, що дружба – це саме найкраще почуття.			
Хореографічна казка «Доктор Айболіт»			
Сюжетна лінія та музичний матеріал даної постановки запозичені з сатиричної версії мультитіткаційного фільму «Доктор Айболіт». Підступні розбійники на чолі з Бармалесом запрошують мешканців Африки на виставу «Муха Цокотуха», після якої частують усіх глядачів їжею, завчасно отруєною хворобами. Однак у казці щасливий кінець. Доктор Айболіт та його помічники лікують хворих звірів і навіть злий розбійник Бармалей просить вибачення за свої вчинки і приєднується до веселого дружнього танцю.	12.10	Музика Г.Фіртіг до мультфільму «Айболіт»	Мартиненко О.В.
Хореографічна картинка «Шалений водій»			
Сюжетний дитячий танок, в якому водій запрошує до свого автобусу дітей – мешканців різних вулиць: червоної, жовтої та зеленої (асоціація зі світлофором). У кульмінації виснажений водій засинає, однак нетерпляча маленька дівчина його будить і на сцені з'являються всі учасники, які виконують загальний танок разом із привітним водієм.	4.11	Синтез мелодій: «Axel F» та «Porscop» у виконанні групи Crazy Frog	Тараненко Ю.П.
Хореографічна картинка «Лічильочка»			
Веселий танок, створений на основі улюблених дитячих ігор із використанням простих танцювальних рухів, іграшок та перешиків. В основу танцю покладено відому	2.47	Музична композиція «Весела ферма» у виконанні групи «Holle Dolli»	Тараненко Ю.П.

**Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік**

лічилку, яка є початком кожної дитячої гри.			
Хореографічна казка «Дива у решеті»			
Основним персонажем казки є герой улюбленого дитячого мультфільму Петрик П'ятчкін, який під час тихої години вмикає телевізор, будить всіх дітей і тут розпочинаються пригоди... До дітей звертаються за допомогою відомі герої казок: Білосніжка, Айболіт, Муха-Цокотуха, Незнайка, які загубили свої казки. Бешкетники із задоволенням поринають у світ пригод і повертають героїв у свої казки. Веселий танок припиняє стукіт підборів виховательки. Діти миттю повертаються у свої ліжка. Лише Петрик буркотить якусь мелодію. Тиха година скінчилася і діти разом з вихователькою відправляються на прогулянку.	10.57	Музичний колаж творів дитячих (О.Рибніков) та класичних (Є. Гріг) композиторів і популярної групи «Nolli Dolli»	Мартиненко О.В.
Дитячий танок «Танок маленьких каченят»			
В онову концертного номеру покладено популярну музичну композицію 70-х років «Танок маленьких каченят» у сучасному аранжуванні. Композиція розвивається за рахунок поступової зміни танцювальних груп, які представлені у вигляді популярних танцювальних течій і відповідних костюмів (хіп-хоп, диско та рок).	3.15	Музична композиція з репертуару шоу-групи «Маски»	Мартиненко О.В. Тараненко Ю.П.
Хореографічна композиція «Лісова казка»			
Постановка складається з 2-х частин, які поєднані однією сюжетною лінією, однак виконуються під різний музичний супровід. У першій частині розкриваються образи веселих	7.11	Музичний колаж: народного норвежського танцю (група «Acid Folk») та симфонічної картинки «В печері гірського короля» (Є. Гріг)	Мартиненко О.В.

**Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік**

<p>мешканців країни казок – гномів, життя яких проходить у забавах, іграх та хороводах. Зав’язкою композиції є момент, коли один із гномів, заблукавши у лісі, знаходить чарівну сопілку. Її мелодія збирає на галявині лісових німф, ельфів, метеликів, які допомагають гному, який заблукав, відшукати своїх друзів.</p> <p>Синтез музики, віршованого тексту, який читає дитина та хореографії допомагає глядачам поринути в дійсно казковий світ.</p>			
<p>Хореографічна композиція «Ми кохаємо тебе – Бердянськ!»</p>			
<p>На сцені один за одним з’являються діти у різнокольорових костюмах і утворюють на задньому плані коробку з олівцями.</p> <p>На передньому плані міняються одна за одною картинки, які передають слова відомої дитячої пісні «Коробка з олівцями». На сцену виходить інша група дітей, яка обирає собі пару – дитину-олівець. У процесі танцю вони імітують процес малювання, періодично міняючись олівцями.</p> <p>Перед кульмінацією діти виносять малюнки і демонструють один одному те, що намалювали. Склавши в єдине полотно всі малюнки вони показують глядачу візитну картку міста Бердянська – Приморську площу. Кульмінаційний момент збігається з розв’язкою, у якій діти розібрав пазли голосно вигукують: «Ми любимо тебе – Бердянськ!»</p>	<p>3.40</p>	<p>Музичний колаж дитячих пісень: «Коробка с карандашами» (Г. Гладков), «Прекрасне далеко» (Ю. Єнтін, Є. Крилатов)</p>	<p>Мартиненко О.В.</p>
<p>Український танок «Ми гідні онуки козацького роду!»</p>			

**Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік**

<p>На сцені з'являються дівчата з віночками, які заводять хоровод. Після їх уходу вискакує хлопець і голосно викрикує «Гей ви, хлопці, всі до мене. Гарі чоботи у мене!». Поступово з різних боків виходять хлопці, які котять бочку. Хлопець, який в руках тримає чоботи стає на бочку і розпочинає гру-змагання, спрямовану на те, щоб дістати чоботи. Переможець взуває чоботи і виконує сольний танок, після якого на сцені з'являються дівчата з віночками і виконують разом з хлопцями парний танок. По його закінченню всі голосно промовляють: «Ми гідні онуки козацького роду! Козацькому роду – нема переводу!»</p>	3.10	Народні українські мелодії у виконанні оркестру народних інструментів	Мартиненко О.В.
Танцювальний колаж «Раз, два, три, чотири, п'ять, я біжу тебе шукать!»			
<p>Композиція поставлена на основі дитячих українських ігор: «Кіт Васько», «Піжмурки», «Бахча», «Ой, у полі на роздолі», «Ведмідь та лісові звірята». Зміст кожної нової гри, поступово витікає з попередньої (зіткнення основних персонажів, реквізит) і виконується новою групою дітей.</p>	7.12	Синтез українських народних мелодій у виконанні оркестру народних інструментів	Мартиненко О.В.
Російський танець «Пуф-пуф самовар»			
<p>Танок виконують три гру дітей, які одягнені в костюми одного крою, але різного кольору. На початку танцю виходять діти старшого дошкільного віку, які демонструють свої танцювальні здібності відповідно змісту пісні. Потім з'являється група дітей</p>	3.23	Російська народна пісня «Жил поживал самовар»	Мартиненко О.В.

**Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік**

<p>середнього дошкільного віку, яка приєднується до танцю. І в кульмінаційному моменті виходить великий Самовар разом з молодшими дошкільнятами, які зупиняються посеред сцени. Загальний танок всіх дітей продовжується навколо Самовара і підкреслює любов до давньої традиції чаювання і поваги до старовинного самовару.</p>			
--	--	--	--

**ПОКАЗНИКИ КОМПЕТЕНТНОСТІ ХОРЕОГРАФІЧНОГО
НАВЧАННЯ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ**

Показники компетентності дітей молодшого дошкільного віку

Знання	<p>Уявлення про хореографічне мистецтво. Володіє елементарними уявленнями про хореографію та образну природу танцю; знає виразні засоби танцювального мистецтва (рух, малюнок, музика, костюм); орієнтується у видах хореографічного мистецтва (народний, бальний, класичний), танцювальній термінології (назви рухів, танців, позицій).</p> <p>Танцювальний досвід. Знає і може назвати танцювальні та музичні жанри, орієнтується в загальному характері мелодії, розуміє, що від характеру музики залежить характер танцю; знає основні вимоги до правильного положення тулубу, рук та ніг під час виконання танцювальних вправ, варіанти положень в парі; розуміє значення поняття «інтервал», «поворот праворуч та ліворуч», володіє інформацією про назви малюнків танцю (коло, два кола, равлик, ланцюжок та ін.).</p> <p>Естетична та творча активність. Розуміється на тому, що відносять до категорії красивого та некрасивого; уявляє, що танцювальні образи можна співвідносити з реальними або фантастичними, до позитивних персонажів добирати красиві рухи, потворних та злих зображувати відповідними рухами та мімікою; знає правила танцювального етикету, вимоги до танцювальної форми та взуття.</p> <p>М'язово-рухова діяльність. Елементарно визначає частини свого тіла (нога, стопа, плечі), орієнтується в призначенні кожної та її рухових можливостях; знає поняття «підйом», «виворітний», «гнучкий», назви партерних вправ («кошик», «складка» та ін.).</p>
Уміння	<p>Уявлення про хореографічне мистецтво. Може оперувати хореографічною термінологією, розповідати про зміст хороводів, сюжетних та побутових танців, надавати образні порівняння одного руху з іншим.</p>

Танцювальний досвід. Ритмічно рухається, вміє утримувати правильне положення тулубу, рук та ніг; активно сприймає музичний твір та відгукується на нього руховою імпровізацією, співвідносить музичні та танцювальні жанри, підпорядковує танцювальні рухи особливостям музичного супроводу, характеризує емоційно образний зміст музики, розрізняє відтінки одного настрою шляхом контрастного зіставлення музичних творів; емоційно виконує танцювальний репертуар, запам'ятовує послідовність рухів у танці; проявляє творчі знахідки, прикрашає танцювальні образи влучними позуваннями, мімічними реакціями; вміє показати позиції рук та ніг характерного танцю; знає та вміє прийняти різні положення в парі, починає узгоджувати свої рухи з рухами партнера, утримує погляд на ньому; намагається утримувати інтервали, виконує елементарні перебудови з одного танцювального малюнка в інший.

Естетична та творча активність. Емоційно сприймає зміст танцю та танцювальні образи, порівнює їх між собою, співвідносить з реальними та фантастичними; починає тонше диференціювати гарне і негарне, може надавати елементарну естетичну оцінку власній чи колективній танцювальній творчості; намагається співвідносити свої танцювальні рухи зі зразком дорослого, наслідує красиве виконання; емоційно сприймає та виконує завдання творчої імпровізації, оперує не лише реальними, а й уявними образами; вміє діяти з предметами, емоційно контактує з іграшками під час танцювальних вправ та творчих завдань; включає танцювальні рухи в ігрову діяльність; застосовує навички танцювального етикету (вітає педагога танцювальним укланом, запрошує партнера до танцю та ін.).

М'язово-рухова діяльність. Починає свідомо та координовано рухатися; намагається виконувати більш складні танцювальні рухи, засвоює їх комбінаційні сполучання, поєднує з різними положеннями рук,

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

	<p>оплесками, притупами; нетривалий час утримує вірне положення тулубу, рук та ніг; цілеспрямовано виконує партерні вправи, володіє елементарною витривалістю, зосереджує увагу на болісних відчуттях; вміє вигадувати рухи для кожної частини тіла.</p>
Базові якості	<p>Самостійність. Вміє самостійно готуватися до заняття (одягати форму та взувати танцювальне взуття); ініціює прояви творчості, обирає партнера за власним бажанням; передає емоції отримані під час заняття в малюнках, показує батькам вивчений матеріал.</p> <p>Працелюбність. Свідомо докладает зусиль, щоб досягти результату для виконання того чи іншого руху або вправи; більш зосереджено, старанно і цілеспрямовано працює на занятті; проявляє активність під час розподілу доручень (принести наочний матеріал, диски, навчити однолітка виконанню тієї чи іншої вправи), цікавиться думкою дорослого про результат виконаного доручення; заради схвалення працює дома над виконанням танцювального матеріалу.</p> <p>Людяність. Радіє танцювальним досягненням інших дітей, вітає їх посмішкою, оплесками, висловлює співчуття, якщо в них щось не виходить; пробачає партнеру по танцю, якщо той не впорався з завданням, намагається не ображати його, дає елементарні рекомендації по виправленню помилок; наслідує педагогу у гуманному ставленні до менш успішних дітей, допомагає і підтримує їх.</p> <p>Розсудливість. Розмірковує з приводу результатів власної танцювальної діяльності, аналізує діяльність однолітків, робить елементарні смислові акценти та висуває припущення щодо танцювальних досягнень та невдач; розсудливо ставиться до виконання завдань, які висуває педагог під час заняття.</p> <p>Справедливість. Домовляється з партнерами по танцю та творчій діяльності, віддає провідні ролі більш здібній дитині, діє узгоджено, орієнтується на правила виконання того чи іншого завдання, підкоряється не лише власним інтересам, а й іншим учасникам</p>

танцювальної діяльності, визнає свої помилки, не перекидає на інших свої обов'язки; починає зіставляти, аналізувати свої танцювальні досягнення, поведінку під час заняття, співвідносить з діяльністю інших дітей.

Самовладання. Більш цілеспрямовано та тривало виконує танцювальні вправи, менш відволікається, намагається досягти певного результату у продуктивній та репродуктивній діяльності; може витримати фізичне, емоційне та вольове напруження, не впадає у відчай якщо щось не виходить; намагається братися за виконання складного танцювального матеріалу, може виявити сміливість, бажання продемонструвати свої танцювальні досягнення іншим; уникає звернень про допомогу, доки здатний впоратися власними силами; намагається стримувати свої імпульсивні дії та невдоволення по відношенню до дорослого та однолітків.

Самолюбність. Старанно виконує танцювальні рухи, коли на нього хтось дивиться, заради позитивної оцінки намагається бути взірцем для наслідування, прикладом для інших дітей, чекає схвалення за будь-які танцювальні досягнення; проявляє чутливість до схвальних та негативних оцінок з боку авторитетних людей; позитивно оцінює власну діяльність під час заняття; вдається до хитрощів, щоб приховати свої невдачі.

Спостережливість. Порівнює танцювальні образи з тими які бачила в природі, побуті, по телебаченню; намагається наслідувати емоційний стан людини, поведки тварин; пригадує танцювальні рухи або перебудови в просторі, які застосовувалися в тому чи іншому танці; може підказати педагогу хто з дітей стояв на якій лінії, які виконував творчі етюди на минулому занятті тощо.

Креативність. Проявляє фантазію, вигадує танцювальні рухи, добирає реквізит та елементи одягу до власно створених танцювальних мініатюр, полюбляє виступати перед глядачами, радіє оплескам,

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

	<p>заохоченням.</p> <p>Відповідальність. Намагається підпорядковувати свою поведінку вимогам дорослого, орієнтуватися не лише на особистісні бажання, а й на загальні правила; може взяти на себе роль педагога, допомогти іншим, радіє коли йому довіряють; розуміє, що під час заняття не потрібно розмовляти; намагається не підвести партнера, слідкує щоб до заняття був підготовлений танцювальний одяг та взуття.</p>
--	---

Показники компетентності дітей старшого дошкільного віку

Знання	<p>Уявлення про хореографічне мистецтво. Орієнтується в різних видах хореографічного мистецтва (класичний, народний, бальний, сучасний) та танцювальних жанрах (хоровод, гопак, гуцулка, коломийка, полька, вальс); знає, що танці можуть бути різними за змістом, темпом, кількістю виконавців, складатися з різних рухів, виконуватися в різних костюмах; усвідомлює, що танець складається з рухів та будується на малюнках; розуміє, що існує чоловіча та жіноча танцювальна лексика; знає, що кожен народ має свою танцювальну культуру, володіє інформацією про регіональні особливості українського танцю та танцювальну культуру свого регіону.</p> <p>Танцювальний досвід. Надає перевагу певним танцювальним вправам та завданням, виявляє свої уподобання щодо виконання танцювального репертуару; знає назви танцювальних рухів та танців, які вивчає під час занять, пояснює правила виконання рухів; має уявлення про танцювальні рівні і можливості застосування танцювального простору; розуміє, що один і той самий рух може мати різне змістовно-емоційне наповнення в залежності від мети його застосування.</p> <p>Естетична та творча активність. Зацікавлено ставиться до танцювального мистецтва, виділяє в ньому оригінальне, дивне, складне, яскраве; цікавиться</p>
---------------	--

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

	<p>телевізійними танцювальними проектами; орієнтується в критеріях естетичної оцінки танцювального номеру; знає правила культури глядача та виконавця.</p> <p>М'язово-рухова діяльність. Знає назви вправ партерних комплексів, які призначені для розвитку сили та еластичності тих чи інших груп м'язів, назви акробатичних елементів; пояснює правила виконання вправ партерної гімнастики; розуміє, що людина яка танцює має бути стрункою та підтягнутою, багато працювати над своїм тілом.</p>
Уміння	<p>Уявлення про хореографічне мистецтво. Вміє застосовувати хореографічну термінологію (назви позицій, рухів, танців), розрізняє хореографічні напрямки (класичний, народний, сучасний, історико-побутовий, бальний) та танці за національністю (російський, український); вміє порівнювати рухи класичного та народного танцю; може розповісти зміст танцю, надати словесну характеристику тому чи іншому танцювальному образу.</p> <p>Танцювальний досвід. Проявляє вибіркоче ставлення до різних видів хореографічного мистецтва; емоційно відгукується на музику, невимушено, без сорому рухається під неї; злагоджено і синхронно виконує рухи, підпорядковує свою активність вимозі «треба», виконує один і той самий рух в різних варіантах (швидко або повільно, на місці та під час просування, в парі та окремо, із застосуванням різних положень рук або реквізиту, з різними емоціями); може засвоїти більш складні танцювальні рухи та комбінації, довше утримує статичні пози, впевненіше виражає емоції під час виконання танцювального репертуару; вміє контролювати свої та чужі рухові дії, адекватно реагує на успіх та невдачу під час вивчення того чи іншого танцювального руху (вправи, етюду, танцю); співвідносить власні хореографічні досягнення з ідеальним еталоном (показом педагога-хореографа або танцями професійних виконавців); злагоджено виконує рухи в парі, емоційно контактує з партнером; активно</p>

використовує простір і свідомо в ньому орієнтується, виконує перебудови з одного танцювального малюнку в інший, сполучає декілька послідовних перебудовувань; проявляє самостійність, здатність до самоконтролю та саморегуляції танцювальної діяльності; може показати танцювальний матеріал іншій дитині, виконати доручення і навчити того, хто не справляється з тією чи іншою танцювальною вправою або був відсутнім на занятті; включає хореографічні рухи в ігрову діяльність, організовує домашні концерти.

Естетична та творча активність. Диференціює емоційні стани людини, свідомо застосовує в репродуктивній та продуктивній танцювальній діяльності різноманітні пози, жести, міміку, може співвідносити базові емоції (радість, гнів, смуток, страждання тощо) зі змістовним наповненням того чи іншого танцювального руху (комбінації, етюду, танцю); більш свідомо виконує вправи танцювальної імпровізації (індивідуальні, парні, групові, колективні), може ініціювати контакти, узгоджувати свої дії з партнером або групою виконавців, поважати та підтримувати творчі танцювальні дії інших; орієнтуватися в настроях та станах учасників творчої імпровізації, контролює власну емоційну поведінку, утримується від імпульсивних проявів; вмie співробітничати, приймати вагу партнера та віддавати власну вагу, розподіляти функції, займати лідерські позиції, підкорятися; емоційно передає своє враження після перегляду танцювальних номерів, диференційовано оцінює роботу виконавців, їх сценічне вбрання; вмie дати естетичну оцінку власним виконавським навичкам та виконавській майстерності однолітків; передає враження отримані під час хореографічних занять у малюнках, ігровій та театралізованій діяльності; розповідає про зміст відвіданих концертних програм та балетних дитячих вистав; дотримується культури одягу та поведінки.

М'язово-рухова діяльність. Більш тривалий час

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

	<p>утримує статичні пози під час виконання вправ класичного танцю, контролює правильне положення тулубу під час заняття та в повсякденному житті; намагається виконати деякі акробатичні елементи (шпагати, мостики), проявляє старанність, наполегливість.</p>
Базові якості	<p>Самостійність. Ініціює проведення сюжетно-рольових ігор на теми танцювальних занять; обирає одяг та реквізит для танцювальних імпрровізацій, партнера по грі та танцю; проявляє ініціативу по навчанню інших дітей тим чи іншим рухам, бере на себе роль педагога; виявляє елементарну критичність та самокритичність, працює над результатом виконання того чи іншого руху (вправи), намагається застосовувати адекватну, обґрунтовану та розгорнуту самооцінку, проявляє звичку якісно характеризувати свої танцювальні вміння та поведінку під час занять; самостійно повторює вправи та рухи, які були вивчені під час заняття, організовує «домашні концерти».</p> <p>Працелюбність. Наполегливо працює над результатом виконання того чи іншого танцювального руху, вправи; може мобілізуватися на подолання труднощів, досягти поставленої мети; протягом заняття намагається не відволікатися, вправно виконувати всі завдання; висуває бажання довчити танець, навіть якщо час заняття вже скінчився; дістає задоволення від результатів своєї діяльності, працездатності; контролює правильну поставу тулубу під час заняття та у повсякденному житті; цілеспрямовано вчить батьків, однолітків, іграшки виконанню того чи іншого танцювального матеріалу.</p> <p>Людяність. Знає моральні правила та норми поведінки під час занять та відвідування концертних заходів; проявляє інтерес до результатів танцювальної діяльності однолітків, порівнює їх зі своїми; проявляє культуру спілкування, поважне ставлення до учасників творчого процесу; схвалює тих у кого виходить рух, співчуває та підтримує того, хто не вмів його</p>

виконувати; навчається рахуватися з думкою партнера по танцю, узгоджує власну позицію з позицією співучасника творчого процесу; виявляє толерантність, захищає товариша, якщо йому інші роблять зауваження.

Розсудливість. Аналізує результати своєї танцювальної діяльності, виробляє елементарні самостійні судження з приводу досягнення успіхів або невдач; охоче обговорює з дорослим та однолітками проблеми невдалого виконання завдань, виступів перед глядачами та шляхи їх розв'язання, висуває припущення з приводу невдалого виконання рухів іншими дітьми; під час колективних форм роботи стримує імпульсивні поривання, уникає негативних емоцій; ставить запитання, якщо щось не розуміє; вчиться планувати свої дії для досягнення результату (зробити мостик, сісти в шпагат), оцінює процес власного просування до мети; порівнює власну оцінку танцювальної діяльності з оцінкою педагога, радіє, якщо вона співпадає з її думкою.

Справедливість. Підтримує справедливу оцінку педагога з приводу власної танцювальної діяльності або діяльності інших дітей, намагається самостійно робити справедливу оцінку; усвідомлює, що нечесність і несправедливість засуджуються, дезорієнтують у взаєминах, знижують статус у групі однолітків; намагається бути доброзичливою до інших під час танцювальної діяльності і чекає за це схвалення; вміє керуватися у творчому процесі не лише особистими інтересами, а й інтересами інших, намагається бути не егоїстичною; вимагає засудження дитини, яка підвела інших.

Самовладання. Контролює власну поведінку, регулює емоції, проявляє терплячість та витривалість; намагається виконувати складні танцювальні рухи, акробатичні елементи, відмовляється від допомоги, порівнює власну витривалість з витривалістю інших, виважено ставиться до труднощів; в разі невдалого

виконання того чи іншого руху намагається утримуватися від зліз, не ображатися на негативну оцінку однолітків та педагога.

Самолюбність. Дитина проявляє почуття самоповаги, само підтримки, самоствердження під час індивідуальної та колективної танцювальної діяльності; перебільшує власні танцювальні досягнення, дає завищену самооцінку результатам своєї роботи під час заняття, захищає себе від негативних оцінок; визначає свої успішні та неуспішні дії у продуктивній та репродуктивній діяльності, порівнює себе з іншими, спостерігає за собою, виробляє до результатів своєї діяльності елементарні судження та припущення; має свій ідеал в обличчі педагога, видатного танцівника, іншої дитини, прагне до нього; усвідомлює своє місце в групі однолітків, намагається проявляти лідерські якості; навчається задовольняти свої творчі, рухові та пізнавальні потреби.

Спостережливість. Тривалий час може переглядати концертні програми та дитячі балетні вистави, порівнювати зміст танцювальних номерів з раніш побаченими, зосереджуватись на змісті танців, костюмах виконавців; бачить помилки, які робить інша дитина в процесі виконання окремих танцювальних рухів та танців; спостерігає за явищами природи, поведками тварин, поведінкою людей і передає це у творчій танцювальній діяльності.

Відповідальність. Дотримується правил культури танцювального одягу та поведінки; розуміє, що від кожного виконавця залежить якість танцювального номера, що неухважність може спричинити незлагодженість дій в роботі з партнером; намагається поводитися відповідно до моральних норм не лише тоді, коли контролює дорослий; навчається відповідати за свої вчинки, відчуває почуття провини, дискомфорт, якщо своїми діями підводить інших.

Креативність. Ініціативно та творчо діє в процесі танцювальної діяльності, вводить в танцювальну

**Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік**

	<p>творчість побачені у відеозапису та під час відвідування концертних програм цікаві танцювальні рухи, моделює сценічний одяг, застосовує макіяж, добирає реквізит;намагається зробити щось неординарне, цікаве та отримати за це схвалення; проявляє інтерес до сучасних танцювальних напрямків, намагається копіювати стильних та неординарних танцівників; з задоволенням приймає участь у творчих завданнях, танцювальних проектах (флешмоби, конкурси); пишається власними оригінальними рішеннями, вдалими діями; підкреслено демонструє модний танцювальний одяг.</p>
--	---

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Алексютрович Л. Белорусские народные танцы / Л. Алексютрович. – Минск, 1978. – 35 с.
2. Бальные танцы: Репертуарный сборник / Сост. Л. Н. Беликова. – М. : Сов. Россия, 1978. – 47 с.
3. Барышникова Т. К. Азбука хореографии : [методические указания] / Татьяна Константиновна Барышникова. – СПб. : «ЛЮКСИ», «РЕСПЕКС», 1996.
4. Бекина С. И. Музыка и движение / Светлана Бекина. – М. : Просвещение, 1984. – 288 с.
5. Бекіна С. І. Музично-ритмічна діяльність дітей старшого дошкільного віку // Музика в дитячому садку / уклад. Л. М. Жербіна. – К. : Музична Україна, 1986. – С. 32-37.
6. Березова Г. О. Хореографічна робота з дошкільнятами / Галина Олексіївна Березова. – К. : Музична Україна, 1989. – 204 с.
7. Бесіди про танець: методична розробка на допомогу керівникам хореографічних колективів і позашкільних установ / Укл. А. П. Тараканова. – К. : ІЗМН, 1996. – 20 с.
8. Боголюбская М. С. Музыкально-хореографическое искусство в системе эстетического и нравственного воспитания / М. С. Боголюбская. – М. : Мин-во культуры СССР, 1986. – 93 с.
9. Бондаренко Л. А. Хоровод дружбы / Людмила Бондаренко. – К. : Музична Україна, 1986. – 214 с.
10. Буц Л. М. Подвижные игры под музыку / Л. Буц. – К. : Музична Україна, 1987. – 96 с.
11. В веселом хороводе: Танцы и игры народов СССР для детей дошкольного возраста / Сост. Т. И. Науменко и др. – К. : Музична Україна, 1987. – 72 с.
12. Василенко К. Ю. Сюжетні танці / Ким Юхимович Василенко. – К. : Мистецтво, 1966. – 155 с.
13. Василенко К. Ю. Українські народні танці для дітей / Ким Юхимович Василенко. – К. : Муз. Україна, 1985. – 84 с.
14. Василенко К. Ю. Лексика українського народно-сценічного танцю / Ким Юхимович Василенко. – К. : Мистецтво, 1971. – 562 с.
15. Васильева-Рождественская М. В. Историко-бытовой танец / М. В. Васильева-Рождественская. – М. : Искусство, 1987. – 382 с.
16. Верховинець В. М. Весняночка / Василь Михайлович

Верховинець. – К. : Музична Україна, 1989. – 342 с.

17. Ветлугина Н. А. Музыкальное воспитание в детском саду / Наталья Ветлугина. – М. : Просвещение, 1981. – 240 с.

18. Ветлугіна Н. Музичний розвиток дитини / Наталя Ветлугіна. – К. : Музична Україна, 1978. – 254 с.

19. Вимоги до навчальних програм з позашкільної освіти // Позашкілля. – 2008. – № 2.

20. Воронина И. А. Историко-бытовой танец / И. А. Воронина. – М. : Искусство, 1980. – 128 с.

21. Выготский Л. С. Воображение и творчество в детском возрасте / Лев Семенович Выготский. – С-Пб. : Союз, 1997. – 96 с.

22. Годовський В. М. Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом : [метод. рекомендації, лекції, навчальна програма] / Володимир Годовський, Валентина Арабська. – Рівне : РДГУ, 2000.

23. Голдрич О. С. Методика роботи з хореографічним колективом / Олег Семенович Голдрич. – Львів : Каменяр, 2007. – 96 с.

24. Горшкова Е. В. От жеста к танцу. Методика и конспекты занятий по развитию у детей 5-7 лет творчества в танце. – М. : Издательство «Гном и Д», 2002. – 120 с.

25. Громов Ю. И. Танцуйте, дети / Юрий Громов. – Чебоксары, 1967. – 90 с.

26. Детские бытовые массовые танцы: Рекомендованный репертуар / Главное управление культуры Мосгорисполкома, Единый научно-методический центр народного творчества и культурпросветительной работы главного управления народного образования Мосгорисполкома. – М., 1985. – 28 с.

27. Жук Н.В. Партерная гимнастика: Типовая учебная программа для детских школ искусств (направление деятельности «Хореографическое») / Наталья Жук. – Минск : Институт культуры Беларуси, 2012. – 22 с.

28. Зимина А. Н. Музыкальные игры и этюды в детском саду / Ангелина Зимина. – М. : Просвещение, 1971. – 96 с.

29. Книга керівника позашкільного навчального закладу : [довідково-методичне видання / упоряд. : З. М. Рудакова, Л. М. Павлова]. – Харків : Торсінг плюс, 2006. – 768 с.

30. Козлов В. В. Интегративная танцевально-двигательная

терапия /В. В. Козлов, А. Е. Гиршон, Н. И. Веремеенко. – М. : Наука, 2005. – 255 с.

31. Колногузенко Б. М. Методика роботи з хореографічним колективом. Частина 1. Хореографічна робота з дітьми : [навчально-методичний посібник] / Борис Миколайович Колногузенко. – Х. : ХДАК, 2004. – 152 с.

32. Колодницький Г. А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей : Учеб.-метод. пособие для педагогов / Г. Колодницький. – М. : Гном-Пресс, 2000. – 64 с.

33. Лисицкая Т. С. Хореография в гимнастике / Т. Лисицкая. – М. : Физкультура и спорт, 1984. – 175 с.

34. Мартиненко О. В. Методика хореографічної роботи з дітьми старшого дошкільного віку : [навч. посіб.] / Олена Мартиненко. – Донецьк : ТОВ «Юго-Восток, Лтд», 2009. – 156 с.

35. Мартиненко О. В. Теорія та методика роботи з дитячим хореографічним колективом : навчальний посібник / Олена Володимирівна Мартиненко. – Донецьк : ЛАНДОН-XXI, 2012. – 232 с.

36. Методические указания в помощь начинающему педагогу бального танца /Сост. Р. С. Блок. – М.: МГУК, 1980. – 40 с.

37. Музыка и движение (упражнения, игры и пляски для детей 5-6 лет) /Авт.-сост. С. И. Бекина, Т. П. Ломова, Е. Н. Соковнина. – М. : Просвещение, 1983.– 208 с.

38. Музыкально-двигательные упражнения в детском саду /Е. П. Раевская, С. Д. Руднева, Г. Н. Соболева, З. Н. Ушакова – М.: Просвещение, 1969. – 222 с.

39. Музыкально-ритмическое воспитание в дошкольных учреждениях / Т. С. Бабаджан, Ю. А. Двоскина, Н. А. Метлов, М. А. Румер – М. : Работник просвещения, 1930. – 108 с.

40. Музыкальные игры и пляски в детском саду /Е. Е.Каява, Л. Н. Кондрашова, С. Д. Руднева. – Л. : Гос. учебно-педагогическое изд-во, 1963. – 399 с.

41. На дозвіллі: Збірник бальних танців / Упорядник П. Григор'єв. – К.: Держвидав, 1960. – 56 с.

42. Науменко С. І. Музично-естетичне виховання дошкільнят /С. Науменко. – К. : Магістр-S, 1996. – 96 с.

43. Особенности психического развития детей 6-7 летнего возраста : [монографія / упоряд. : Д. Б. Эльконин, А. Л. Венгер]. – М. : Педагогика, 1988.

44. Особенности психического развития детей 6-7 летнего возраста : Монография / под ред. Д. Б. Эльконина, А. Л. Венгера . – М. : Педагогика, 1988. – 136 с.

45. Програма розвитку дитини дошкільного віку «Я у світі» (нова редакція). У 2 ч. Ч II. Від тьох до шести (семи) років / Аксьонова О.П., Артемова Л.В., Мартиненко О.В. та ін.; наук.кер. О. Л. Кононко. – Київ : ТОВ «МЦФЕР Україна», 2014. – С. 332-342, 357-371, 443-449.

46. Програми для творчих об'єднань позашкільних і загальноосвітніх навчальних закладів / [упоряд. Л. М. Павлова]. – Суми: Антей, 2005.

47. Психология детей дошкольного возраста: Развитие познавательных процессов / Под ред. А. В. Запорожца и Д. Б. Эльконина. – М. : Просвещение, 1964. – 352 с.

48. Пуртова Т. В. Учите детей танцевать : [учеб. пособие] / Т. В. Пуртова, А. Н. Беликова, О. В. Кветная. – М. : Владос, 2003. – 256 с.

49. Резникова З. П. Танцы для детей / З. Резникова. – М. : Сов. Россия, 1968. – 117 с.

50. Роговик Л. С. Танець і практична психомоторика: Навч. посібник /Л. Роговик. – К. : Київський міжрегіональний інститут удосконалення вчителів ім. Б. Грінченко, 1997. – 28 с.

51. Руднева С. Д. Музыкальное движение: Методическое пособие. 2-е изд, перераб. и доп. / С. Д. Руднева, Э. М. Фиш. – СПб : Гуман. Академия, 2000. – 320 с.

52. Титаренко Т. М. Хлопчики і дівчатка: Психологічне становлення індивідуальності / Т. Титаренко. – К. : Знання, 1989. – 48 с.

53. Ткаченко Т. С. Народный танец /Под общ. ред. Н. И. Львова. – М. : Искусство, 1967. – 656 с.

54. Український музичний фольклор та народні традиції в житті дошкільнят / Уклад. Т. І. Науменко, І. С. Товма. – К.: ІСД, ІПАПН України, 1993. – 86 с.

55. Фирилеева Ж. Е. Са-Фи-Данс. Танцевально-игровая гимнастика для детей: [учебно-метод. пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений] / Ж. Е. Фирилеева, Е. Г. Сайкина. – СПб. : Детство-пресс, 2000. – 234 с.

56. Фольклор – музыка – театр: Программы и конспекты

занятий для педагогов дополнительного образования, работающих с дошкольниками: Программно-методическое пособие / Под ред. С. И. Мерзляковой. – М. : Гумант. изд. центр ВЛАДОС, 1999. – 216 с.

57. Фомин А. С. Детский танец в системе воспитания и образования : [методические рекомендации для студентов ФДВ и ФНК] / А. С. Фомин. – Новосибирск : НГПИ, 1989. – 55 с.

58. Фриз П. І. Теорія і методика хореографічної роботи з дітьми: [навч.-метод. посіб. для студентів спеціальності «Хореографія»] / Петро Іванович Фриз. – Дрогобич : ДДПУ, 2006. – 190 с.

59. Черемнова Е. Ю. Танцтерапия : танцевально-оздоровительные методики для детей / Елена Юрьевна Черемнова. – Ростов н/Д : Феникс, 2008.

60. Чистякова М. И. Психогимнастика / Маргарита Ивановна Чистякова ; под ред. М. И. Буянова. – М. : Просвещение, 1990. – 128 с.

61. Чурко Ю. М. Белорусский хореографический фольклор / Ю. Чурко. – Минск: Вышэйшая школа, 1990. – 415 с.

62. Шевчук А. С. Дитяча хореографія: програма та навчально-методичне забезпечення хореографічної діяльності дітей від 3-7 років : [навчально-методичний посібник] / Антоніна Семенівна Шевчук. – К. : Шкільний світ, 2008. – 128 с.

63. Шевчук А.С. Розвиток дітей дошкільного віку в музично-руховій діяльності. Забави, ігри, хороводи, танці: Методичний посібник / Антоніна Шевчук. – К.: Навч. посібники, 1997. – 115 с.

64. Шевчук А.С. Українські музично-хореографічні традиції як засіб музично-рухового розвитку старших дошкільників / Антоніна Шевчук. – Ф.: «Поліфаст», 2005. – 332 с.

ДОДАТКИ

Додаток 1.

Зразки конспектів хореографічних занять

Сюжетне хореографічне заняття «На морському дні» (6 років)

Мета: *розширювати* уявлення дітей про деяких мешканців моря (акула, краб, морський коник, морська зірка, мідії, восьминіг), *вчити* наслідувати характерні їм рухи; *закріплювати* вміння утримувати правильні положення тулуба та рук під час виконання різновидів кроку та бігу, стрибків, па галопу, імітаційних та образних рухів; *розвивати* еластичність зв'язок і силу м'язів, вміння вільно орієнтуватися в просторі та виразно рухатись відповідно до характеру музики, *підтримувати* самостійність і творчу ініціативу, *розвивати* увагу та образну уяву; *виховувати* інтерес до інформації природничого характеру, доброзичливість та повагу одне до одного під час виконання вправ імпровізаційного характеру та парного танцю.

ХІД ЗАНЯТТЯ

Вступна частина

Заняття розпочинається в нетрадиційній формі. Педагог пропонує дітям переглянути ілюстративний матеріал, на якому зображені морські мешканці. Після бесіди педагог або акомпаніатор вмикає музику (спокійна мелодія із звуковими ефектами шуму моря, крику чайок) і запрошує дітей на новорічний карнавал до Морського царя. Діти на півпальцях входять до танцювального класу й до кінця музики вільно рухаються по ній. У цій частині можлива вказівка на імпровізацію рухів дітей стосовно характеру музики.

Педагог. Цар морський вказівку дав –
Карнавал свій розпочав!

Музика стихає, і діти стають у коло. На запрошення педагога виконують привітання (танцювальний уклін).

Педагог. Але щоб дістатися до палацу, нам треба пройти по дну моря. Діти, ви готові до пригод? Тоді вирівняйтесь, підтягніть животики, підніміть підборіддя – і рушаймо в подорож по морському царству, щоб скоріше потрапити на свято!

Звучить марш, діти рухаються разом з педагогом по колу.

Спочатку йдуть звичайним кроком з вільними рухами рук, а потім, за вказівкою педагога, кладуть руки на пояс (пальці щільно стулені: чотири спрямовані вперед, а великий – назад, лікті чітко розведені в сторони) і виконують па марше (танцювальний крок із носка).

Педагог. А ось і він, підводний світ! Який же він безмежний, прекрасний і неповторний. Тож сідаймо в човник і рушаймо пізнавати його.

Діти напівприсіди рухаються по колу, руки тримають на поясі.

Педагог. Як швидко човник наш пливе, немов летить на хвилях.

Музика змінюється, і діти виконують легкий біг на півпальцях, руки тримають на поясі.

Педагог. Дивіться, діти, ось **акула**, над водою видніється її плавник, вона дуже швидко пливе. Але ми можемо ще швидше, правда? Давайте покажемо, які ми прудкі.

Темп музики прискорюється, і діти виконують біг із закиданням гомілки назад, п'ятки торкаються сідниць, руки на поясі.

Педагог. Від акули ми втекли і навіть не заморилися. Час нам човник залишати і пірнати на морське дно.

Музика змінюється, і діти виконують стрибки на обох ногах, тримаючи руки на поясі.

Педагог. Ой, дивіться, як гарно! Ми ніби потрапили в казку! Які незвичайні та **пластичні водорості** навкруги.

Діти стають обличчям у коло. Педагог виходить на середину, приймає вихідне положення (ноги у шостій позиції, руки підняті вгору, долоні стулені разом) й імітує рухи водоростей (хвилеподібні рухи тулубом праворуч і ліворуч). Після показу пропонує дітям виконати цей рух разом з ним.

Педагог. Ось пливе **морський коник**, який навіть трошки схожий на звичайного коня. Однак цей пливе повільно, а той скаче.

Діти разом з педагогом виконують біг з високим підніманням стегна, тримаючи руки на поясі.

Педагог. А тепер



давайте дружно наздоганяти **менших рибок**. Розбігайтесь хто-куди! Тільки пам'ятайте: на мій оплеск всі мають повернутися на свої місця. Подивіться уважно і запам'ятайте, хто стоїть праворуч і ліворуч від вас. Готові? Отож починаймо.

Звучить ритмічна мелодія, і діти вільно рухаються по залі, намагаючись не зачепити одне одного (це правило пояснює їм педагог до початку руху). За сигналом (музика зупиняється, педагог тричі плескає в долоні) всі повертаються на свої місця. Педагог разом з дітьми перевіряє, чи правильно діти стали на місця. Цю гру можна повторити кілька разів.

Педагог. На дні морському є безліч **коралів**, які мають незвичайні чудернацькі форми. Ось таку (показує) або таку (показує), а можу, яку іншу.

Педагог пропонує дітям прийняти чудернацьку позу стоячи, сидячи чи лежачи. Головне, щоб пози були різними. Якщо хтось із дітей з якоїсь причини не хоче виконувати завдання (соромиться, не має достатнього рухового досвіду, довго сприймає вказівку педагога тощо), то педагог запрошує таких дітей до себе, і вони «мандрують по морському дну» й обирають найоригінальніші «корали». Цю гру-імпровізацію можна проводити, поділивши дітей на дві підгрупи: одна – це «морські мандрівники», а інші – «корали». Кожна дитина обирає собі корал. Виграє той, форма якого сподобалася більшості дітей. Гра супроводжується спокійною мелодією.

З початком швидкої музики діти знову бігають по залі, а на оплески педагога стають на свої місця і утворюють коло.

Педагог. Дивіться, діти, тут на дні **зірки морські** розташувалися, лежать спокійно, нерухомо, мабуть чекають на здобич.

Діти разом з педагогом приймають позу морської зірки – ноги та руки широко розкриті в сторони.

А іноді вони повзуть по дну повільно, ледь помітно.



Утримуючи попередню позу, діти рухаються по колу один за одним, намагаючись чітко тримати ноги й руки розведеними в сторони.

Педагог. Тепер тихенько, на півпальцях крадькома йдемо по дну.

Діти рухаються по колу на півпальцях, коліна рівні, руки на поясі.

Педагог. Як незручно нам у лапах крокувати дном морським. Але нам вони потрібні, щоб ми могли плавати швидше.

Діти виконують крок за першою напіввиворітною позицією (п'яти разом, носки розведені в сторони).

Педагог. Я бачу вузьку печеру. Може, це царство Царя? Тут вузько, отож треба йти боком один за одним.

Діти, повернувшись обличчям у коло, виконують приставний крок за першою позицією, руки тримають на поясі. Потім темп музики пришвидшується, і діти рухаються галопом.

Педагог. Нарешті ми потрапили в царство, однак нікого тут нема. Дивіться, діти, я знайшла якийсь аркуш паперу... Це лист для нас. Ідїть швиденько всі до мене, будемо його читати.

Діти підходять до педагога і всі у вільних позах сідають на підлогу.

Педагог (читає листа від Царя морського)

Добрий день, малятка, хлопчики й дівчатка!

Я не можу вас зустріти, привітати, пригостити.

Але ви не ображайтесь – все навколо роздивляйтесь.

А для мене в подарунок нехай кожен шле малюнок.

Зобразіть, кого зустріли, а, можливо, полюбили.

Я вам буду дуже вдячний за малюнки чарівні,

Їх повішу в галерею на морському дні!

Основна частина

Педагог: Треба, діти, шикуватись
І навколо роздивлятись,
Щоб нічого не забуть,
Вирушаймо знову в путь.

Діти стають одне за одним і рухаються маршем по колу. За вказівкою педагога по шість дітей виходять на лінії, тримаючи проміжний інтервал. Із закінченням музики за показом педагога

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

приймають вихідне положення для виконання наступних вправ (ноги у другій паралельній позиції, руки на поясі, голова прямо).

Педагог

Подивіться, що праворуч (поворот голови праворуч),
Подивіться, що ліворуч (поворот голови ліворуч),
Подивіться, що вгорі (дивляться в гору),
Подивіться, що на дні (нахил голови вниз).
Знов праворуч, знов ліворуч,
Вгору дивимось і вниз.

Діти повторюють вправу вісім разів. Під час виконання педагог стежить, щоб вони робили повороти та нахили чітко, утримуючи вихідне положення (тулуб не повинен рухатися разом з головою), і не згинали ноги в колінах.

Педагог

Від таких цікавих вражень
Закрутилась голова.
Зараз нею ми покрутим.
Раз-і, два-і, раз-і, два.

Діти роблять колові оберти головою – спочатку ліворуч, а потім праворуч.

Педагог

Ми дивуємось так часто:
Плечі вгору, плечі вниз,
Тільки праве, тільки ліве
Знов двома: і вгору й вниз.

Утримуючи вихідне положення, діти повторюють вісім разів цю вправу. Під час виконання, як і в попередніх вправах, педагог слідкує за правильним положенням тулуба і за тим, щоб діти, піднімаючи плечі вгору, не згинали лікті.

Педагог

Як втомились ми стояти!
Треба ніжки розім'яти,
П'ятки дружно відриваємо,
Ніжки ми розігриваємо.

Діти стають у шосту позицію (п'яти і носки разом) і поперемінно піднімають вісім разів то ліву, то праву п'ятку. Потім чотири рази стають на носочки, відриваючи обидві п'ятки від підлоги (на «раз» – стати на носки, на «два» – прийняти вихідне

положення). Вправу повторюють кілька разів. Під час виконання руки можна або тримати на поясі, або згинати в ліктях у такт руху.

Педагог

А тепер носочками ми будемо малювати,
Витягуючи ніжки, пісок перегортати.

Діти стають у першу напіввиворотну позицію, коліна рівні, руки на поясі. На «раз, два» – виводять праву ногу вперед, носок сильно витягують, коліно опорної ноги не згинають. На «три, чотири» – повертаються у вихідне положення. Потім ту саму ногу, на той же рахунок відводять у сторону. Повторюють цей рух з лівої ноги.

Після восьми разів виконання цієї вправи можна виконати наступну. Утримуючи попереднє вихідне положення, на «раз, два» – виставити праву ногу вперед, як у попередній вправі, на «три, чотири» – відвести її в сторону, утримуючи рівною опірну ногу і не повертаючи стегна за ногою, що рухається. На «пять, шість» – виставити ногу вперед і на «сім, вісім» – повернутися у вихідне положення. Повторити те саме з лівої ноги. Під час виконання вправи треба стежити, щоб діти утримували правильне положення тулуба, не згинали ноги в колінах і тягнули носки.

Педагог

Швидко так хвилини йдуть:
Тік-так, тік-так.
Непомітно промайнуть:
Тік-так, тік-так.

Діти разом з педагогом приймають наступне вихідне положення: ноги у другій паралельній позиції, в колінах прямі, руки на поясі. На «раз» – виконують нахил праворуч, лікті тримають чітко розведеними в сторони, коліна не згинають. На «два» – повертаються у вихідне положення. На «три, чотири» – повторюють рух ліворуч. Вправу виконують шістнадцять разів з можливим пришвидшенням нахилів. Тобто діти, не повертаючись у вихідне положення, нахилиються поперемінно ліворуч і праворуч, стегна при цьому не рухаються.

Педагог

Щоб нам краще роздивитись,
Що тут Цар сховати міг,
Треба низько нахилитись

І по центру, і до ніг.

Утримуючи попереднє положення, діти виконують нахили тулуба: на «раз» – нахил до правої ноги, на «два» – прямо по центру, на «три» – нахил до лівої ноги, на «чотири» – повернутись у вихідне положення. Під час виконання вправи ноги не можна згинати в колінах, руками намагатися торкнутися підлоги. Після повторення цих рухів вісім разів, можна обхопити руками гомілки обох ніг і, нахилиючи тулуб, просунути голову між колін (коліна при цьому не згинають), немов роздивляючись, що там позаду.

Педагог

Подивіться, **восьминіжки!**
Просто диво, як пливуть.
Кожен хай розставить ніжки,
Щоб до них подібним буть.

Діти виконують випад на праву ногу, ліва спрямована чітко в сторону, руки розташовані по центру між ногами на підлозі. На «раз, два» – перехід через низ на ліву ногу, на «три, чотири» – повернутися у вихідне положення. Вправа виконується вісім разів.

Педагог

Ми ляжем на животики,
Мов **зірочки морські**.
Розправимо промінчики,
Гарнесенькі такі.

Діти разом з педагогом лягають на живіт, руки й ноги якомога ширше розводять в сторони, немов морські зірочки. На рахунок «раз-вісім» – утримують вихідне положення, а на наступну вісімку руки кладуть під підборіддя, а ноги згинають у колінах (при цьому коліна залишаються на місці) і стуляють стопи (стопи та стегна слід утримувати на підлозі). Ця вправа нагадає вправу «Жабка». Можна те саме виконати в положенні лежачи на спині.



Педагог

Скільки мідій! Озирніться,
Їх уважно роздивіться.
Щоби нам їх назбирати,
Треба **кошик** відшукати.

Діти лягають на живіт, ноги трохи розводять у сторони та згинають у колінах, руками беруться за стопи. На «раз-чотири» – намагаються випрямити ноги, піднімаючи верхню частину тулуба (як у вправі «Човник»). На «п'ять-вісім» – повертаються у вихідне положення.

Педагог. Усім риbam, що тут живуть, треба швидко плавати, щоб тікати від ворогів, а також, щоб бавитися, грати у веселі ігри. І для цього ще маленькими всі вони вчаться працювати хвостами, пересуваючись у воді.

Діти лягають на спину, спираються на лікті, ноги разом, коліна й носки витягнуті. На «раз, два» – зберігаючи вихідне положення ніг, піднімають їх під кутом 45-60 градусів, на «три, чотири» – повертаються у вихідне положення, «на п'ять, шість» – ноги згинають у колінах і підводять їх до грудей, на «сім, вісім» – повертаються у вихідне положення. Вправу повторюють шість-вісім разів.

Педагог. **Риби** мають гнучке тіло, завдяки чому вони жваві та спритні. Треба нам потренуватись, щоб плавати, як вони.

Діти лягають на спину, руки піднімають угору, долоні складають у «замок», тулуб напружений. На «раз, два» – зберігаючи нерухомою нижню частину тіла, нахилиються праворуч, не роз'єднуючи долоні й не згинаючи руки в ліктях (розтягуючи бічні м'язи тіла). На «три, чотири» – повертаються у вихідне положення. На «п'ять-вісім» – повторюють вправу, але нахилиючись ліворуч. Виконавши нахили вісім разів, можна підключити роботу ніг (ноги в напруженому стані рухаються в напрямку до рук: якщо нахил праворуч, то й ноги рухаються праворуч, при цьому стегна слід утримувати на підлозі). Та сама комбінація повторюється в положенні лежачи на животі.

Педагог. Ще не бачили ми **крабів**, які повзають по дну. Давайте покажемо клешні та будемо імітувати їхні рухи.

Діти вільно рухають руками та ногами, імітуючи рухи краба (спочатку лежачи на животі, а потім на спині). Цю вправу діти виконують повільно, відновлюючи при цьому дихання.

Педагог. Ми вже роздивились морське царство, Цар буде цьому радий. Але погляньте, ось і дісталися ми до головного палацу, де незабаром почнеться карнавал. Давайте для всіх мешканців морських покажемо поважний придворний танець – **менуєт**.

Діти, сподіваюсь, ви пам'ятаєте, що менуєт – це придворний французький танок, який був головним на балах, церемоніях, урочистих святкуваннях. І під час його виконання партнери дуже поважно ставляться одне до одного, не розмовляють, а спілкувалися лише мовою танцю. Давайте скористаємося нагодою і на дні морського царства виконаємо цей танок. Тільки будьте уважними та старанно виконуйте рухи, бо на вас дивляться всі мешканці моря.

Діти стають у вихідне положення і виконують вивчену раніше композицію **менуєту**.

Вихідне положення – діти стоять один за одним у парній колоні на середині зали (хлопчики ліворуч від дівчаток). Ноги в третій позиції: у дівчаток права нога попереду, у хлопців – ліва. Дівчата обома руками підтримують спідничку. Руки хлопчиків трохи відведені від тулуба, долоні повернуті донизу.

Вступ – 8 тактів (музика – вступ).

1-2-й такти. Пари виконують уклін, причому на рахунок «три» 2-го такту хлопчик і дівчинка кожної пари повертаються одне до одного.

3-4-й такти. Виконавці вклоняються одне одному.

5-й такт. Дівчатка роблять правою ногою невеликий крок праворуч від хлопців; ліва нога, торкаючись «подушечкою» стопи підлоги, залишається позаду правої. Тулуб повертають плечем уперед. Хлопчики виконують те саме, що й дівчатка, але крок виконують лівою ногою ліворуч від дівчаток.

6-й такт. Виконують три маленьких кроки на півпальцях, повертаючись навколо себе: дівчатка – праворуч, хлопчики – ліворуч. Після цього стають півобертом один до одного.

7-й такт. Хлопчики подають дівчаткам праву руку.

8-й такт. Дівчатка кладуть кисть лівої руки на руку хлопчиків. З'єднані руки виконавців трохи вище рівня талії дівчинки, лікті зігнуті й опущені, кисті ледь підняті.

Перша фігура – 8 тактів.

1-8-й такти. Виконують чотири рази па менуєту вперед. Дівчатка починають з правої ноги, хлопчики – з лівої.

Па менуету

На затакт – «і» – трохи присісти на обох ногах.

1-й такт. На «раз» – зробити невеликий крок правою ногою вперед, а ліва нога, витягнута в коліні й підйомі, залишається позаду, торкаючись носком підлоги. На «два» – пауза. На «три» – підтягнути ліву ногу до правої у третю позицію, піднімаючись при цьому на півпальцях обох ніг.

2-й такт. На кожну чверть такту, починаючи з лівої ноги, зробити три маленьких кроки на низьких півпальцях. Причому на рахунок «три» ліву ногу поставити попереду в третю позицію.

3-4-й такти. Повторити рухи 1-го і 2-го тактів з лівої ноги.

Під час виконання па менуету рухи треба робити плавно, розмірено. На рахунок «два» під час паузи зберігати позу, тулуб і голову тримати прямо.

Друга фігура – 8 тактів.

1-4-й такти. Виконуючи два рази па менуету, діти обертаються навколо себе: дівчатка – праворуч, хлопчики – ліворуч. Потім зупиняються одне навпроти одного.

5-6-й такти. Хлопчики роблять уклін дівчаткам.

7-8-й такти. Дівчатка відповідають хлопчикам реверансом.

Третя фігура – 8 тактів.

1-4-й такти. Дівчинка і хлопчик кожної пари повертаються одне до одного трохи праворуч так, щоб ліве плече було направлене вперед, голова повертається до лівого плеча. Виконуючи два рази па менуету вперед, проходять одне повз одного по діагоналі праворуч.

5-6-й такти. Виконуючи шість маленьких кроків на півпальцях, діти повертаються навколо себе: дівчатка – праворуч, хлопчики – ліворуч, і зупиняються одне навпроти одного.

7-8-й такти. Вклоняються одне одному.

Четверта фігура – 8 тактів.

Діти кожної лінії вирівнюються таким чином, щоб дівчатка стояли спиною до глядачів, а хлопчики – обличчям. Голову трохи повернути до лівого плеча.

1-4-й такти. Роблячи два рази па менуету вперед, розходяться в різні сторони.

5-8-й такти. Виконуючи па менуету вперед, діти рухаються назустріч. Потім роблять три маленьких кроки на півпальцях, повертаючись праворуч, і зупиняються одне навпроти одного.

П'ята фігура – 8 тактів.

1-2-й такти. Кожна пара виконує pas grave з правої ноги, одночасно протягуючи одне одному ліві руки.

3-4-й такти. Не роз'єднуючи ліві руки, діти з правої ноги роблять шість маленьких кроків на півпальцях, міняючись при цьому місцями. Хлопчик стає на своє місце – зліва від дівчинки.

5-6-й такти. Виконують уклін.

7-8-й такти. Хлопчик і дівчинка кожної пари повертаються обличчям одне до одного. Хлопці роблять уклін дівчаткам, які у свою чергу відповідають реверансом.

Заключна частина

Педагог

Добре ви потанцювали.
Просто диво, молодці!
Ну, швиденько пригадали,
Що ви бачили на дні?
Вас тепер чекає гра,
Щоб потішити Царя.
Раз, два, три, чотири, п'ять –
Пози будемо приймать.

З початком музики діти рухаються вільно по танцювальній залі. Із закінченням музики педагог називає когось із мешканців морського дна, а діти завмирають у відповідній позі. Потім малята самостійно приймають пози, а педагог намагається вгадати, кого вони хотіли показати. Таким чином відбувається повторення матеріалу, з яким діти знайомились під час заняття.

Після закінчення гри педагог пропонує дітям потанцювати на підводному новорічному карнавалі. Вмикається фонограма й під веселу музику діти виконують разом із педагогом вільний танок.

Педагог

Повертатися додому
Нам, малята, вже пора.
Дружно всі підем по колу.
Вирушаєм в путь. Ура!

Діти стають у коло, роблять уклін педагогу й під музику маршу виходять із танцювальної зали.

*Домінантне музично-ритмічне заняття для дошкільних закладів
«Хореографія – країна музики й танцю»
(6 років)*

Мета: продовжувати *виховувати* стійкий інтерес дітей до музики і танцю, *розвивати* емоційне сприйняття музичних творів, культуру слухання, уміння аналізувати музичний матеріал; *ознайомити* з поняттям «хореографія», рухами та композицією сучасного бального танцю «Вару-вару»; *виховувати* почуття колективізму, відповідальності один за одного, закріпити важливість і значимість поняття «дружба».

ХІД ЗАНЯТТЯ

Вступна частина

Під звуки чарівної мелодії діти один за одним входять до танцювальної зали. Виконують уклін-привітання педагогу і музичному керівнику.

Педагог. Діти, сьогодні ми з вами помандруємо до чудової країни «Мистецтволяндії». В ній живуть багато веселих осіб. Деяких з них ви вже добре знаєте – це Дінь-Дон і Домісолька. Вони вміють співати і грати на музичних інструментах. А ще там живуть загадкові істоти, які вміють красиво танцювати – це хлопчик «Хорео» і дівчинка «Графію». З ними ми сьогодні з вами і познайомимось.

Звучить загрозна мелодія на фоні якої таємничий голос повідомляє: «Я, королева із країни Суму! Я викрала «Хорео» і «Графію» і ув'язнила їх, щоб вони не могли радувати людей своїм мистецтвом».

Педагог. Що ж робити? Як урятувати веселих танцівників?

Таємничий голос. Ви зможете їх звільнити тільки в тому випадку, якщо впораетесь з моїми музичними завданнями.

Основна частина

З'являються дві дитини, які мають танцювальний досвід. «Дінь-Дон» і «Домісолька».

Дінь-дон. Ми прийшли до вас на допомогу.

Домісолька. Дружно, разом ми впораємося з будь-яким, навіть самим складним завданням.

Педагог (звертаючись до таємничої незнайомки). Ми готові до виконання твоїх завдань.

Таємничий голос. У моїй музичній скриньці є дві мої улюблені

мелодії. Прослухайте кожну з них і скажіть, чим вони відрізняються?

Аналіз музичних творів. Звучать мелодії: «Смутна пісенька» муз. О. Гречанінова й «Коліскова» В. Моцарта. Дітидають характеристику мелодій порівнюючи їх між собою.

Педагог. Діти, вам не здається, що в нас стало якось нудно й сумтно? Це королева Суму навмисно пропонує нам такі завдання, щоб ми забули про наших друзів.

Домісолька. Я знаю як позбутися від сумтку й урятувати полонених танцівників.

Діти. Як?

Домісолька. Що міцніше за все на світі?

Діти. Дружба!

Домісолька. Хто допоможе у важку хвилину? Хто тебе ніколи не підведе?

Діти. Друг!

Педагог. Правильно діти! Молодець, Домісолька! Ми можемо перемогти сумток, якщо станцюємо танок дружби. Для цього під музику ми повинні з'єднати наші руки і виконати спільні танцювальні елементи. Будьте уважними і старанними, ніхто не повинен помилитись, рухатись потрібно злагоджено, всім разом і красиво.

Танцювальний етюд «Дружба» (музичний супровід – «Пісню про дружбу», муз. Ю.Рожавскої, сл. Г. Гриненко). Діти стають у коло і з початком музики по черзі подають один одному руку (на кожен такт). Після цього за показом педагога виконують прості танцювальні рухи: па марше по колу, па галопу у правий та лівий бік, кроки на півпальцях звужуючи коло, підскоки – розширюючи коло та інші, руки при цьому не розривають.

Королева Суму. Ви дуже дружні діти. Ви б змогли перебороти сумток і перемогти мене, але вам ніколи не зруйнувати моїх міцних, високих воріт.

Педагог. Що ж робити?

Дінь-Дон. Я чув, що королева Суму терпіти не може веселої музики та танців. А ще, щоб зруйнувати ворота Королеви, потрібно виконати музично-ритмічні завдання. Ви можете впоратися з цим завданням? Відповіді дітей.

Педагог. Зараз я буду вам простукувати в бубен музично-ритмічні завдання, а ви повинні їх повторити за допомогою ніг,

виконуючи притупи, а потім за допомогою рук, передаючи ритмічний малюнок оплесками.

Музично-ритмічне завдання «Почуй та відтвори». Після виконання завдання лунає гуркіт і тріск. У кімнату вбігають хлопчик і дівчинка в танцювальному одязі й взутті.

Хлопчик. Дякуємо вам діти за наше звільнення! Ви врятували нас і тепер ви не залишитесь без танців і веселощів! Мене кличуть «Хорео», а це – моя сестричка «Графія». Ми із царства Хореографії. А править нашим царством витончена й гарна цариця – Терпсихора.

Дівчинка. Хореографія – це мистецтво танцю. Щоб навчитися танцювати потрібно знати абетку танцю, уміти фантазувати, красиво рухатися, слухати й передавати в рухах характер музики й багато чого іншого.

Хлопчик. За наш порятунок, ми вивчимо з вами веселий танок «Вару-вару». Хочете? Тоді хлопці, подивіться навколо і оберіть собі дівчинку з якою б ви хотіли сьогодні танцювати. Я обираю свою сестру. Подивіться як я її запрошу на танець. Показує дітям зразок запрошення до танцю і пропонує хлопцям повторити за ним.

Діти стають парами по колу «Домісолька» і «Дінь-Дон» стають у загальне коло. У центрі танцювальна пара. Вони показують під музику всю композицію танцю. Потім проводиться поетапний розбір рухів, який супроводжується вказівками педагога й показом змісту рухів дітьми.

Танець «Вару-вару» (муз. розмір 4/4)

Вихідне положення – ноги в 6-й позиції, руки на поясі.

1-й такт: На 1-2 – крок правою ногою убік, ліву приставити, на 3-4 – крок правою ногою убік, ліву на каблук.

2-й такт. Повторити теж з саме, починаючи з лівої ноги.

3-й такт: На 1-2 – трохи присісти і винести ліву ногу вперед на носок, на 3-4 – трохи присісти і винести праву ногу вперед на носок.

4-й такт: На 5-7 – легкий підскік з почерговим викиданням ніг уперед на носок, на 8 – пауза.

5-й такт: На 1-2 – трохи присісти за 6-ю позицією і винести вперед на носок праву ногу, на 3-4 – те ж з виносом лівої ноги на носок.

6-й такт: На 5-7 – легкий підскік з почерговим викиданням ніг уперед на носок, на 8 – пауза.

7-й такт: На 1-2 – трохи присісти за 6-ю позицією, винести

праву ногу вперед на каблук і виконати оплеск в долоні перед груддю, на 3-4 – теж повторити вліво з лівої ноги.

8-й такт: Повторити рухи попереднього такту.

Словесне «виконання»:

1-й такт: Крок-приставити-крок-каблук

2-й такт: Крок-приставити-крок-каблук

3-й такт: Сісти-носок-сісти-носок

4-й такт: Ліва-права-ліва

5-й такт: Сісти-носок-сісти-носок

6-й такт: Права-ліва-права

7-й такт: Сісти-оплеск-сісти-оплеск

8-й такт: Сісти-оплеск-сісти-оплеск.

Заключна частина

З'являється хтось з робітників дошкільного закладу (вихователь, помічник вихователя, методист): Як у вас весело! А мені сказали, що з вами трапилося лихо і я поспішаю вас рятувати!

Діти розповідають про свої пригоди й знайомлять робітника дошкільного закладу з новими друзями – танцювальною парою.

Педагог. Наші діти сьогодні були справжніми героями. Вони були дружними і не залишили у біді «Хорео» і «Графію. І вам спасибі наші нові друзі за те, що познайомили наших дітей з новим веселим танцем. Я думаю, що діти навчать його танцювати не тільки мене, але й своїх друзів, батьків, знайомих. Ми будемо з нетерпінням чекати вас на наступному занятті.

Дінь-дон. Настав час нам вертатися в країну «Мистецтвозляндію», у якій живуть танець, пісня й музика.

Домісолька. Але ми до вас обов'язково прийдемо знову. До побачення! До нових зустрічей!

Хорео. А ми хочемо сказати вам до побачення по особливому, так як роблять у нас в країні танцю. Ось так (виконує разом з дівчинкою танцювальний уклін). А чому в нас такий засіб спілкування з людьми? Ви подумайте й скажете під час нашої наступної зустрічі.

Веселі герої під веселу музику виходять із зали.

Педагог. Час і нам вирушати до групи. Сподобалося вам сьогодні заняття? А чим саме? Чи запам'ятали ви, що означає слово «хореографія»? Яке ім'я носить цариця країни танцю? Як ви вважаєте, як вона виглядає? Давайте на наступне заняття ви

принесете малюнки з її зображенням і ми спитаємо у наших нових друзів чи схожі вони на царицю танцю Терпсихору?

Пропоную вам попроситися сьогодні так, як це зробили «Хорео» і «Графія». Згодні? Дивіться, я вам покажу як слід виконувати уклін.

Педагог показує виконання уклону під музику. Діти декілька разів повторюють за ним, після чого виходять із зали.

*Тематичне заняття «Ми діти твої, Україно!» (перша частина)
(6-7 років)*

Мета: *розширювати* знання дітей про український народний танок та його особливості; *вчити* виконувати українське привітання-уклін (для дівчаток і для хлопчиків), *формувати* первинні навички виконання «зальотного бігу» та «вихилясника», *ознайомити* з різними положеннями рук в українському танці; розширювати уявлення про образний характер танцювальних рухів; *поглиблювати* знання про хороводи, *вчити* виконувати хоровод «Кривульки» та характерні для нього танцювальні малюнки («ланцюжок», «равлик»); *розвивати* музично-ритмічну координацію, вміння виразно рухатися відповідно до характеру музики, сприймати музичний твір та розповідати про його образне бачення; *виховувати* патріотизм, любов та інтерес до танцювальної культури України.

ХІД ЗАНЯТТЯ
Вступна частина

Діти входять до зали, вітаються (виконують танцювальний уклін).

Педагог. Діти, ми живемо з вами у великій, могутній державі з героїчною історією. Наша Україна має чарівну природу, співучу мову, неповторну музику, пісні та танці. Наші пращури пестили й цінували свою культуру. Сьогодні ми з вами будемо знайомитись із **танцювальною культурою** нашого народу.

Все чим живе душа, чим серце володіє:

Ясну блакить небес, і зелень ранніх трав,
Калинові гаї та пісні солов'їні –
Український танок усе в собі зібрав.
Зібрав і сплів, мов у яскравому вінку,
Дівочу лагідність, чаруючу красу

І силу козаків, що ім'я Батьківщини,
Наче святу корогву, в правий бій несуть!

Педагог. Перш за все ми з вами вивчимо українське привітання-уклін, яким радо зустрічають у нас на Батьківщині гостей. У вірші ви, мабуть, почули, що в українському танку підкреслюються такі риси нашого народу, як жіноча врода, ніжність і гостинність, а також чоловіча сила, могутність та непоборність. Усе це ми з вами зараз передамо у привітанні.

Педагог показує спочатку особливості жіночого уклону, а потім чоловічого. Після цього діти повторюють рухи за педагогом. Спочатку уклін виконують дівчата, а потім – хлопчики.

Уклін дівчинки

Вихідне положення – третя позиція ніг, права нога попереду, руки уздовж тулуба.

На затакт «і» – трохи підняти руки в сторони, кисті вільні.

1-й такт:

На «раз-і» – через низ підняти обидві руки до грудей (до намиста).

На «два-і» – нахилитися трохи вперед, тримаючи руки в попередньому положенні.

2-й такт:

На «раз-і» – підняти тулуб.

На «два-і» – опустити руки, тобто прийняти вихідне положення.

Уклін для хлопчика

Вихідне положення – третя позиція ніг, права нога попереду, руки уздовж тулуба.

На затакт «і» – ледь піднятися на півпальці.

1-й такт:

На «раз-і» – крок правою ногою вправо, праву руку відвести у сторону, голову підняти.

На «два-і» – праву руку підвести до лівого плеча, голову ледь опустити.

2-й такт:

На «раз-і» – підняти голову.

На «два-і» – опустити руку вниз.

Педагог. Ось і добре. Як чудово у вас виходить. Тепер ми з вами радо можемо зустріти гостей, як справжні діти України.

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

А зараз вирушаємо в путь по нові знання та враження. Готові? Тоді пригадайте, як треба тримати тулуб під час руху, де повинні бути ваші руки. Молодці, станьте рівненько, покладіть руки на пояс і рухайтесь танцювальним кроком по колу.



Розігрів по колу може включати в себе різні види кроку (на півпальцях, з високим підніманням стегна, дрібний, бокові кроки за шостою та першою не виворітною позиціями), бігу (дрібний, з високим підніманням стегна, із закиданням гомілки назад), танцювальних рухів (па польки, па галопу, підскоки).

Основна частина

Після розігріву по колу педагог показує дітям два основних українських рухи на переміщення у просторі («зальотний біг» і «бігунець»).

Педагог. Діти, що спільного в цих двох рухах? Так, вони стрімкі і, виконуючи їх, ви наче перестрибуєте через невеличкі ямки.

А чим відрізняються ці рухи один від одного? Вірно, виконуючи зальотний біг, ви весь час стрибаєте і начебто пролітаєте над землею. Звідси, мабуть, і назва –»зальотний біг». А в «бігунці» ви ще робите притуп.

Давайте з вами спробуємо виконати «зальотний біг» (цей рух вивчається з дітьми першим, тому що він служить основою для «бігунця»).

Зальотний біг

Вихідне положення. – шоста позиція ніг, руки на поясі.

На затакт «і» – трохи підняти праву ногу.

На «раз-і» – невеликий крок-біг вперед на півпальцях з правої ноги, ліву відірвати від підлоги, зігнувши в коліні.

На «два-і» – невеликий крок-біг вперед на півпальцях з лівої ноги.

Педагог. В українському танку рухи бувають повільними, а бувають дуже стрімкими. Їх виконання залежить від характеру музики. Зараз ми з вами пограємо в танцювальну гру «В ритмі музики». Ви маєте уважно слухати музичний супровід і добирати відповідні рухи. Коли буде звучати спокійна мелодія, ви будете вільно, простим танцювальним кроком з носка рухатися залогом, а коли заграє швидка мелодія – рухатиметеся «зальотним бігом».

Танцювальна гра «В ритмі музики». Після гри педагог запрошує дітей встати на лінії.

Педагог. Діти, в танці дуже велике значення мають положення рук. Деякі народи за допомогою рук можуть розповідати цілі історії. Наприклад, індіанці, в яких кожен рух має якесь значення.

Бажано, щоб педагог навів приклади кількох положень рук і пояснив, що вони означають (сплетені мізинці – символ дружби; схрещені вказівні пальці – символ ворожнечі; руки, стиснуті в замок, крім великих пальців лівої та правої рук, – посудина з водою).

В українському танцювальному мистецтві руки підкреслюють особливості характеру нашого народу. Подивіться, що може виражати ось таке положення рук (руки зігнуті в ліктях, долоні прикладені до грудей, немов підтримуючи намисто)? А таке (одну руку на талії, а друга відведена в сторону долонею догори, або ж обидві руки розведені в сторони)?

Педагог. А тепер давайте під спокійну ліричну мелодію виконаємо **танок рук**, який характерний для нашої нації. Я буду показувати, а ви уважно дивіться й повторюйте за мною.

Вправи для рук (16 тактів, музичний розмір – 4/4)

Вихідне положення – перша невиворітна позиція ніг, руки на поясі.

1-й такт. Права рука відводиться в сторону долонею догори, голова повертається за рукою.

2-й такт. Рука і голова повертаються у вихідне положення.

3-4-й такти. Повторити ті самі рухи лівою рукою.

5-й такт. Розвести обидві руки в сторони, голову тримати прямо, підборіддя трохи підняти.

6-й такт. Ліву руку зігнути в лікті, покласти до грудей, не притискаючи лікоть до тулуба.

7-й такт. Підвести праву руку до грудей і покласти зверху на ліву.

8-й такт. Руки через сторони опустити вниз.

9-й такт. Праву руку через сторону підняти до рівня третьої позиції (рук підняті вгору), долоні розгорнуті вниз, голова повертається за рукою.

10-й такт. Так само підняти вгору ліву руку.

11-й такт. Руки зігнути в ліктях і покласти долоні за голову.

12-й такт. Утримати попереднє положення.

13-й такт. Поставити руки в третю позицію, долонями назустріч.

14-й такт. Опустити руки до рівня другої позиції.

15-й такт. Покласти праву руку на пояс.

16-й такт. Покласти ліву руку на пояс.

Педагог. Наші руки так мелодійно та виразно, ніби розповідали про широкі лани, високі гори, про щедрий, привітний та гордий характер українського народу.



А ще українці дуже працьовитий народ. І це також виражається в рухах. Давайте виконаємо відомий вам рух «колупалочку». Який вид праці він нагадує? Правильно, діти, ми ніби копаємо, колупаємо землю то носком, та п'яткою.

В українському танці є ще один рух, схожий на процес копання. Називається він «вихилясник». Перша частина руху така сама, як і в «колупалочки» (носок-каблук), а друга відрізняється. Дивіться, ми ніби беремо землю (робоча нога наближається спереду до рівня гомілки опорної ноги), а потім відкидаємо її від себе (нога у повітря виводиться в сторону).

Вихилясник (музичний розмір – 2/4.)

Вихідне положення – перша позиція ніг, руки на талії.

На «раз» – злегка підскочити на лівій нозі; водночас праву ногу відвести вбік і поставити на носок.

На «і» – пауза.

На «два» – знову підскочити на лівій нозі, а праву ногу, вирівнявши в коліні, поставити на каблук.

На «і» – пауза.

На «три» – знову підскочити на лівій нозі, зігнувши праву ногу в коліні й підвести до гомілки лівої ноги, коліно розгорнувши в сторону.

На «і» – пауза.

На «чотири» – підскочити на лівій нозі й відвести праву ногу в сторону, вирівнявши її в коліні.

На «і» – пауза.

У тій самій послідовності рухи виконуються з лівої ноги.

Педагог. Отже, діти, кожен танцювальний рух обов'язково про щось розповідає. Як називається рух, який ми щойно вивчили? А з яким трудовим процесом він асоціюється?

Музика також розповідає багато цікавого. У ній можна почути про красу нашої країни, її могутність, про непоборність народу, його побут, про взаємовідносини між людьми та багато іншого.

Прийміть зручні пози – можете сісти або лягти на підлогу, заплющити очі і уявіть, що ми мандруємо разом із музикою у фантастичну подорож. Слухайте мелодію уважно, не відволікайтеся. А по її закінченню розкажете, що ви бачили, які образи виникали у вашій уяві.

Образне сприймання українських музичних творів «Хвилинка фантазії». Діти слухають українську мелодію, а потім розповідають педагогу про свої враження. Можна використовувати дві контрасті мелодії. Наприклад, ліричну та героїчну або жартівливу пісні. Крім словесної образної характеристики музичного матеріалу, можна запропонувати деяким дітям зімпровізувати свої уявлення.

Педагог. Діти, а ще в українській танці трапляється багато різних **малюнків**. Як називається танок, у якому використовується багато перешикувань? Вірно, хоровод. А які хороводи ми виконували? А які фігури ми з вами будували?

У давнину хоровод був улюбленим танцем українського

народу. В ньому брали участь усі: дорослі й малята, бабусі й дідусі. Цей танок об'єднував людей і вважався танцем дружби, тому що найчастіше під час його виконання учасники трималися за руки або за хустинки чи віночки, з якими водили хоровод.

Людину, яка вміла заводити хоровод, дуже поважали, її називали **хороводницею** або **хороводником**. З цією справою не кожен міг впоратися. А секрети такої майстерності передавалися від покоління до покоління.

В Україні є дуже багато різновидів хороводу. Усі вони цікаві та мають різні назви. Сьогодні ми з вами познайомимося з простим хороводом під назвою «Кривульки». Він так називається тому, що в ньому немає чітких малюнків і велика роль відводиться хороводнику, який виводить різнобарвні криві лінії. Давайте станемо одне за одним, візьмемось за ручки і спробуємо завести цей хоровод.

Хоровод «Кривульки». Педагог стає попереду, тобто виконує роль хороводника. З початком звучання мелодії він розпочинає рухатися по залі, застосовуючи такі малюнки, як «ланцюжок» та «равлик». Під час руху педагог може називати малюнки, які виконує: *«Зараз ми з вами рухаємось «ланцюжком». А тепер заводимо «равлика».*

Якщо дозволяє час та діти не втомилися можна запропонувати дітям спробувати себе в ролі хороводника.

Заклучна частина

Педагог

- Діти, чи сподобалося вам заняття?
- Що нового ми з вами сьогодні дізналися?
- Що ви можете сказати про український танок?
- Які нові рухи ми з вами виконували?
- В якому танці використовується багато перебудов?
- Діти, а як називають людину, яка є ведучою в хороводі?
- Який хоровод ми з вами сьогодні виконували?

Отже, український танок дуже різнобарвний. Він підкреслює характерні риси, притаманні українському народу. І вивчаючи культуру нашої Вітчизни, ви будете зростати гідними синами своєї країни.

Батьківщина, земле рідна,
Земле сонячна і хлібна,
Ти на вік у нас одна.
Ти як мати найрідніша,

Ти з дитинства наймиліша,
Найгарніша й красивіша –
Наша отча сторона.

На подальших заняттях ми з вами дізнаємося дуже багато нового й цікавого: чим відрізняється танок дівчат від чоловічого танцю; які танці виконували козаки; якими танцями на Україні зустрічали весну та багато іншого.

А ще спитайте своїх батьків, чи знають вони, як українці вітають гостей і чи вміють виконувати уклін-привітання. Якщо ні, то покажіть і розкажіть їм про особливості українського привітання. А в кого буде натхнення, то обов'язково складіть маленький віршик про український танок.

Діти виконують український уклін і маршем виходять із зали.

Тематичне заняття «Ми діти твої, Україно!» (друга частина) (6-7 років)

Мета: *поглиблювати* знання дітей про український народний танок, його характерні особливості; *закріплювати* навички виконання українського привітання-уклону, «зальотного бігу» та «вихилясника», повторити основні положення рук; *формувати* первинні навички виконання «колупалочки в повороті»; *вчити* дітей виконувати український фольклорний хоровод «Кривий танок»; *розвивати* музично-ритмічну координацію, творчу ініціативу, емоційно-ціннісне ставлення до національних танцювальних традицій, *виховувати* почуття приналежності до свого народу, його духовної культури, яку слід оберігати та збагачувати.

ХІД ЗАНЯТТЯ

Вступна частина

Діти входять до зали під козацький марш, виконують українське привітання (спочатку його виконують хлопчики, а потім – дівчатка).

Педагог. Діти, сьогодні ми продовжимо з вами знайомитися з особливостями **українського народного танцю.**

– Скажіть, а які слова ми можемо з вами підібрати, щоб влучно сказати про танцювальне мистецтво нашого народу?

– А, може, хтось із вас склав віршик про український танок? Тоді просимо в коло.

- Давайте пригадаємо, які рухи ми з вами вивчали на попередньому занятті?
- А чим відрізняється жіночий уклін від чоловічого?
- З яким хороводом ми ознайомилися?
- Які малюнки в ньому були провідними?

Молодці, ви добре засвоїли матеріал минулого заняття. Деякі навіть навчили батьків і знайомих виконувати українське привітання. Сьогодні в нас теж буде цікаве заняття. Щоб не гаяти час, ми вирушаємо в дорогу. Станьте рівненько, покладіть руки на пояс і рухайтесь танцювальним кроком по колу.



Розігрів по колу включає в себе різні види кроку (на півпальцях, з високим підніманням стегна, дрібний, бокові кроки за шостою та першою напіввиворітною позиціями), бігу (дрібний, з високим підніманням стегна, із закиданням гомілки назад), танцювальних рухів (па польки, па галопу, підскоки). Бажано підібрати українські мелодії, які б підкреслювали характер рухів.

Педагог. Діти, а як ми можемо з вами пересуватися в українському танці? Нагадаю, цей рух ми вивчали на попередньому занятті. Звичайно, це «зальотний біг». Давайте я вам ще раз поясню як його виконувати.

Педагог показує рух, супроводжуючи його словесними поясненнями. Після цього діти виконують його разом з педагогом, а потім самостійно. Можна використати прийом змагання. Для цього слід розділити дітей на дві групи: перша – це хлопці, які входять у центр і створюють маленьке коло, а друга – дівчатка, які розширюють звичайне коло. Таким чином, утворюється два

концентричні кола. Першими рухаються хлопці, а дівчатка тим часом плескають у такт музики та дивляться на правильність виконання руху хлопчиками. Після виконання обирають кращого (за оплесками, за більшістю піднятих рук). Педагог запитує в дітей, чому їм сподобалось, як виконувала цей рух та чи інша дитина. Потім по колу рухаються дівчатка, а хлопчики обирають кращу танцівницю. Діти, які були визначені кращими виконавцями, стають у центр кола й під оплески інших ще раз виконують «зальотний біг».

Педагог. А може, хтось із вас пригадає, який іще рух я показувала? Він схожий на «зальотний біг», однак ми його ще не вивчали. Це – «бігунець», що від слова бігти. І виконується він ось так.

Педагог під музичний супровід показує «бігунець».

Скажіть, будь ласка, з яких рухів складається «бігунець»? Вірно, це «зальотний біг» і притуп. Якщо ці два рухи послідовно виконувати, то вийде «бігунець». А щоб не забувати послідовність виконання, можна підспівувати під музику пісеньку: «біг-притуп, біг-притуп» (це асоціюється з рахунком «раз-два-три»).

Після вивчення руху, педагог запрошує дітей стати на лінії.

Основна частина

Діти за показом педагогом роблять вправи для голови та ніг. Під час виконання педагог дає вказівки та стежить за правильним положенням тулуба.

Вправа для голови та ніг (16 тактів, музичний розмір – 4/4).

Вихідне положення – ноги в першій не виворітній позиції, голова анфас, руки на поясі.

1-й такт. Голову повернути праворуч, але так, щоб не порушувалася пряма лінія шийних хребців.

2-й такт. Повернутися у вихідне положення.

3-й такт. Голову повернути ліворуч.

4-й такт. Повернутися у вихідне положення.

5-8-й такти. Повторити теж саме, тільки під час повороту голови додати невеличке напівприсідання.

9-й такт. Нахилити голову праворуч (плечі вгору не піднімати) і одночасно виконати невеличке напівприсідання.

10-й такт. Повернутися у вихідне положення, добре витягуючи коліна.

11 -12-й такти. Повторити попередні рухи, нахилиючи голову

ліворуч.

13-й такт. На перший півтакт нахилити голову вправо, на другий півтакт – уліво.

14-й такт. На перший півтакт знов нахилити голову вправо, на другий півтакт – повернутися у вихідне положення.

15-й такт. Встати на півпальці, не згинаючи коліна, маківкою тягнутися вгору, плечі розкрити та опустити вниз.

16-й такт. На перший півтакт утримувати попереднє положення, на другий півтакт – повернутися у вихідне положення.

Вправу можна повторити кілька разів.

Педагог. Діти, а зараз давайте пригадаємо, яке значення мають руки в українському танці. Хто з вас може показати характерні для українського танцю положення рук?

Під час показу педагог питає в дітей, що означає те чи інше положення рук.

Після бесіди діти разом з педагогом виконують вправу для рук, яку вивчали на минулому занятті. Після повтору вправу можна ускладнити маленькими присіданнями та підйомами на півпальці.

Вправа для рук (16 тактів, музичний розмір – 4/4).

Вихідне положення – перша не виворітна позиція ніг, руки на поясі.

1-й такт. Права рука відводиться в сторону долонею догори, голова повертається за рукою, одночасно виконується маленьке присідання.

2-й такт. Повернутися у вихідне положення.

3-4-й такти. Повторити те ж саме, але ліворуч.

5-й такт. Розвести обидві руки в сторони, одночасно піднімаючись на півпальці, голову тримати прямо, підборіддя трохи підняти.

6-й такт. Утримуючись на півпальцях, ліву руку зігнути в лікті, підвести до грудей, не притискаючи лікоть до тулуба.

7-й такт. Підвести праву руку до грудей і покласти поверх лівої.

8-й такт. Руки через сторони опустити вниз, встати на всю стопу.

9-й такт. Праву руку через сторону підняти до рівня третьої позиції (руки підняті вгору), долонями донизу, голову повертати за рукою і одночасно виконати маленьке присідання.

10-й такт. Так само підняти вгору ліву руку, утримуючи положення на півприсяді.

11-й такт. Руки зігнути в ліктях і покласти долоні за голову, ноги в колінах не згинати.

12-й такт. Утримати попереднє положення.

13-й такт. Розкрити руки в третю позицію долонями назустріч і піднятися на півпальці.

14-й такт. Опустити руки до рівня другої позиції, ноги прями.

15-й такт. Покласти праву руку на пояс.

16-й такт. Покласти ліву руку на пояс.

Педагог. Діти, а ви помітили, що коли ми з вами додали незначні рухи ногами, у нас вийшов маленький танок на місці. Який він був за характером? Вірно, повільний, ніжний. А під яку музику ще можуть виконуватися українські рухи? (Швидку, запальну, гучну, піднесену). Давайте пригадаємо, які рухи під жваву музику ми повторювали та вивчали на минулому занятті? («Колупалочка», «вихилясник»). А з яким трудовим процесом асоціюються ці рухи? Діти, а хто красиво, під музику може показати «колупалочку»?

Усіх охочих запрошують стати біля педагога обличчям до дітей. Вони **виконують «колупалочку»**, а потім педагог запитує в інших, чи правильно діти виконували цей рух, тримали руки та тулуб, чи слухали вони музику. Після аналізу руху діти виконують «колупалочку» всі разом.

Педагог. Діти, а чим відрізняється «вихилясник» від «колупалочки»? Справді, у першому русі немає притупу. Потім педагог нагадає правила **виконання «вихилясника»** і виконує його разом із дітьми.

Педагог. Давайте ми зараз з вами позмагаємось, хто краще може «копати», а разом із цим і танцювати – дівчатка чи хлопчики. Для цього спочатку будуть виконувати «**колупалочку**» хлопчики, а дівчатка їх підтримуватимуть оплесками, а потім навпаки. Після «колупалочки» хлопці покажуть нам «**вихилясник**», а за ними – дівчатка. Таким чином у нас вийде танок-змагання. Будьте уважними, слухайте музику, намагайтеся вчасно розпочати рух, щоб не підвести свою команду. Кожен рух ми будемо виконувати по чотири рази. Подивіться, як ми з Оленкою (чи інше ім'я) зараз будемо змагатися.

Танцювальна вправа-змагання. Педагог обирає когось із дітей

і показує зразок виконання цієї вправи. Після цього всі діти разом із педагогом за його вказівками виконують це завдання кілька разів.

Педагог. Молодці, діти! Всі намагалися виконувати рух старанно. Із завданням ми впорались, і можемо сказати, що перемогла дружба!

А зараз я вам покажу ще один рух, який схожий на попередні. Подивіться! (Педагог виконує «колупалочку з поворотом»). Діти, цей рух також називається «колупалочка», однак ми його будемо виконувати, повертаючись то спиною, то обличчям до глядачів.

Після цього педагог детально показує рух.

«Колупалочка» з поворотом

Вихідне положення – шоста позиція ніг, руки на талії.

1-й такт:

На «раз-і» – зробити підскік на місці на лівій нозі, перенести на неї вагу тіла і трохи зігнути в коліні; водночас праву ногу витягнути назад і поставити на підлогу на носок (п'яткою догори), тулуб злегка нахилити вперед.

На «два-і» – зробити другий підскік на лівій нозі, повернутися через праве плече на 180°, тобто стати спиною до глядачів; одночасно праву ногу поставити на п'ятку (носком догори) у ту саму точку, коліно правої ноги випрямити, коліно лівої ноги вільне.

2-й такт:

На «раз-і-два» – зробити потрійний притуп по шостій позиції.

На «і» – пауза.

Потім повторити ті самі рухи, починаючи з іншої ноги, повертаючись ліворуч на 180° обличчям до глядачів.

Педагог. Діти, як називається цей рух? На який рух він схожий? Який трудовий процес він нагадує? Пам'ятаєте, на минулому занятті ми з вами казали, що кожен танцювальний рух обов'язково щось означає. Тільки треба його виконувати виразно, щоб було зрозуміло, про що ви хочете розповісти. У народі кажуть, що танок – це німа мова, і кожен танок розповідає якусь історію. А якщо танцювальний рух не виразний і нічого не передає, він не буде танцювальним, це стане лише фізичною вправою. Давайте ми з вами спробуємо підібрати та виразно показати рухи, які б означали різні трудові процеси.

Творча гра «Відгадай за рухами». Педагог пропонує дітям стати у півколо. Всередину стає одна дитина, яка і буде відгадувати

імітаційні рухи інших. Педагог стає останнім і виконує роль ведучого. Він показує різні рухи, імітуючи робочі процеси (шити, вишивати, косити сіно, поливати грядку, рубати дрова, місити тісто тощо), а всі учасники повторюють за ним. Якщо дитина, яка стоїть у центрі відгадає робочий процес, то обирає собі заступника, коли ж ні, то гра триває далі.

Педагог. Який же працелюбний наш український народ! Все ми вміємо робити: і шити, і косити, і тісто місити. А чого не вміємо, того обов'язково навчимося. Отже, ми, українці, – привітна, життєрадісна, дружна і працелюбна нація. Все це відображено в танцювальній культурі нашого народу. А ще ми дуже кмітливі. Ось послухайте, яку історію я вам розповім.

Дуже давно, коли на нашу Україну нападали татари, батьки привчали своїх дітей остерігатися ворога і заплутувати свої сліди, щоб чужинці не потрапили в село. Діти добре справлялися з цим завданням, бо були дуже кмітливі. Пізніше з'явився хоровод – танок, який передавав цю давню історію та підкреслював кмітливість дітей. За кривий малюнок його почали називати **«Кривим танцем»**. А хто з вас пам'ятає, який хоровод ми заводили минулого разу? Так, «Кривульку». А які малюнки в ньому були провідними?

Зараз ми з вами, як у давнину, петляючи, заведемо «Кривий танець». А щоб ви не загубилися в лісі, орієнтуйтеся за моєю червоною хусточкою (стрічкою). А ще нам треба обрати дітей, які будуть виконувати роль дерев.

Ознайомлення з хороводом «Кривий танець». Педагог обирає трьох дітей і розташовує їх трикутником. Інші діти шикуються одне за одним, руки з'єднують униз (права – вперед, ліва – назад). Педагог співає гаївку і заохочує дітей до повторного підспівування двох останніх рядочків.

На **перший куплет** педагог танцювальною ходою веде ланцюжок дітей навколо першої дитини. На слова другого і третього рядків за показом педагога діти піднімають з'єднані руки, на повторення слів – опускають.

Ми кривого танцю
Не знайдемо кінця,
Треба його вести,
Як віночок плести (два рази)

На **другий куплет** педагог продовжує вести ланцюжок,

прискорюючи розвиток малюнку, тобто вільно рухається повз другу та третю дитину. На останні рядки діти знову піднімають та опускають руки.

А кривого танцю
Та не вивести кінця,
Вести-вести та не вивести,
Плести-плести та не виплести (два рази)

На **третій куплет** педагог водить ланцюжок між трьома дітьми і на останній рядок виводить дітей з малюнку, утворюючи одне велике коло або півколо.

А кривого танцю
Та не вивести кінця,
Треба його виводити.
Кінця йому та знаходити (два рази).

Якщо дозволяє час та діти з інтересом виконують це завдання, можна спробувати більш складний вид цього хороводу. Крім трьох дітей, які виконують роль дерев, педагог обирає ще двох, які разом з ним будуть заводити «Кривий танець».

Поділивши всю групу дітей на три команди, він ставить провідників першими і дає їм у руки червоні хусточки. Потім, як і в попередньому варіанті, всі діти стають одне за одним (першим стає педагог зі своєю командою, до останньої дитини приєднується провідник другої команди і так далі). На першому куплеті всі рухаються одне за одним великим ланцюжком. З початком другого куплета провідники розривають руки з попередньою дитиною й розпочинають водити хоровод навколо однієї дівчини зі своєю групою. На третій куплет ланцюжок знову з'єднується і педагог «виводить дітей з лісу».

Заключна частина

Педагог

- Діти, чи сподобалось вам заняття?
- Що нового ми з вами сьогодні дізналися? Які нові рухи навчилися виконувати?
- Який хоровод ми з вами сьогодні водили?

Отже, сьогодні ми знову мали змогу долучитися до прекрасного мистецтва танцю, ознайомитися з чудовими рухами, послухати неповторну та чарівну українську музику, дізнатися більше про традиції нашого народу. І це для нас дуже важливо, бо ми –

УКРАЇНЦІ!

Діти виконують український уклін і маршем виходять із зали.

*Тематичне заняття з групою дівчаток «Дівочі посиденьки»
(6-7 років)*

Мета: *поглиблювати* знання дітей про український народний танок, про характерні особливості жіночого танцю та жіночого національного одягу; розповісти їм про вінок – народний символ України, про символічне значення квітів і стрічок; *закріплювати* навички виконання українських рухів (привітання, «зальотний біг», «бігунець», хороводний крок, «вихилясник», «колупалочка в повороті»); *ознайомлювати* дітей з українською традицією зустрічі гостей хлібом-сіллю на вишитому рушнику; *розучувати* етюдну форму привітального танцю; *розвивати* музично-ритмічну координацію, творчу імпровізацію під час виконання танцю з квіткою, емоційно-ціннісне ставлення до національних танцювальних традицій, *виховувати* національну гордість та інтерес до історичного минулого українського народу.

ХІД ЗАНЯТТЯ

Вступна частина

Діти входять до зали і виконують українське привітання.

Педагог. Дівчатка, сьогодні в нас із вами буде незвичайне заняття – справжні дівочі посиденьки. А на посиденьках дівчата розповідають цікаві історії, діляться таємницями, переймають досвід старшого покоління, співають, танцюють, грають в ігри. А щоб їм ніхто не заважав, хлопців на посиденьки не запрошували. Так і ми будемо знайомитися з дівочим українським танцем без наших козаків.

А розпочиналися посиденьки так... Дівчата наряджалися в найгарніший одяг, щоб покрасуватися одна перед одною, адже дівчатка в усі часи є модницями.

Скажіть мені, будь ласка, які ви знаєте елементи національного жіночого одягу? (*Сорочка-вишиванка, плахта, спідниця, фартух, віночок або хустинка*).

А що взувають дівчата? (*Чобітки*).

А які прикраси характерні для українок? (*Намисто*). А якого воно кольору? (*Червоного*). Так, і нагадає червоні плоди калини, які

символізують красу і вроду українських дівчат, здоров'я і силу. Ось послухайте, які є в народі висловлювання: «Пишна та красива, мов червона калина», «Щоки червоні, як кетяги калинові», «Молода дівчина така гарна, як калина», «Стоїть на дворі дівонька, як над ставом калинонька».

Ну ось, будемо вважати, що ми з вами причепурилися. А тепер, як у давні часи, вирушаймо до хати, в якій будуть проходити посиденьки. Раніше дівчатка йдучи вулицею, співали пісень і заходили одна за одною. Ця традиція мала назву – **«набірний хоровод»**.

Давайте ми з вами станемо в різні місця зали, тобто оберемо собі хатинки, і будемо чекати подруг. А можна я теж буду вашою подругою? Тоді моя хатка буде стояти як надалі, і я перша буду заводити хоровод. Добре? А поки ви будете чекати, коли до вас завітають, можете виглядати подруг та причепурюватися.

Хороводна хода. Звучить лірична українська мелодія, і педагог звичайним хороводним кроком рухається по залі. Підходить до першої дівчинки і бере її за руку, потім та бере за руку наступну і так далі. Таким чином утворюється великий ланцюжок. Коли всі діти приєдналися до нього, педагог утворює велике коло. Тримаючись за руки, діти рухаються по колу.

Педагог. Дівчатка, а давайте подивимось, чи нікого ми з вами не забули?

Діти повертаються обличчям у коло і, продовжуючи триматися за руки, рухаються приставним кроком. Педагог у цей час називає по черзі ім'я дівчаток (Оленка – є, Тетяна теж...).

Педагог. Щось не бачу я нашої хатинки. Давайте піднімемось навшпинець і подивимось, чи далеко нам ще йти.

Діти рухаються колом кроком на півпальцях (коліна витягнуті, спина рівна).

Педагог. Бачу попереду місток. Треба нам по ньому пройти. Він вузький, тому будемо швиденько бігти, щоб не гаяти часу. Ось подивіться, як я.

Вправи по діагоналі. Педагог розриває коло й веде ланцюжок до дальнього правого кута зали. Кладе руки на пояс і **«зальотним бігом»** рухається по діагоналі в протилежний кут. Після показу пропонує дітей показати рух, яким треба пересуватися, і пригадати правила його виконання. Знаком про початок руху кожній дитині

може бути оплеск, який педагог виконує разом з іншими дітьми. Наприклад, на «раз» (два, три, чотири). Таким чином педагог стежить за правилом виконання руху кожною дитиною, дає вказівки та оцінює виконання.

Педагог. По місточку ми з вами пробігли. А попереду ще перешкоди – ями та канави. Яким рухом ми з вами можемо перестрибувати через ямки? Так, «бігунцем». Подивіться, як я це зроблю.

Педагог стає в лівий дальній кут зали і рухається «бігунцем» по діагоналі до протилежного кута. Потім по черзі цей рух виконують діти.

Педагог. Дивіться, яка чудова галявинка! Давайте назбираємо квітів, а потім будемо плести віночки. Згодні? Які квіти тут ростуть?

Педагог розкладає по залі штучні квіти двох видів (волошки та маки або інші).

Кожна з вас має взяти лише одну квіточку і станцювати з нею невеличкий танок-імпровізацію.

Танцювальна імпровізація. Звучить лірична хороводна мелодія, під яку дівчатка вільно рухаються залом і шукають свою квіточку, а потім виконують з нею невеличкий імпровізований танок. Педагог також бере участь і власним прикладом показує, як треба обережно брати квітку, милуватися нею та показувати іншим її неповторність і красу.

Основна частина

Педагог. Як усі добре танцювали і які чудові квіти назбирали. А зараз уявімо собі, що ми зайшли до хати і нам треба привітатися з господинею.

Педагог разом із дітьми звертаються до акомпаніатора: «Добрий вечір, господине. Чи дозволите завітати до вашої хати?» Потім педагог виконує український уклін, діти повторюють за ним.

Господиня. Я вже вас давно чекаю. І щиро запрошую вас до себе (відповідає гостям уклоном). Бачу квіти у вас чудові. Може, сплетемо спільний віночок?»

Педагог. Дівчатка, щоб віночок вийшов гарний, треба розподілитись на два півкола: з правого боку



стануть дівчатка з волошками, а з лівого – з маками.

Композиційне перешикування. З початком музики педагог підходить до одного півкола і бере за руку крайню дівчинку, яка стоїть скраю. Потім хороводним кроком веде її до протилежного півкола і пропонує стати на місце іншої, яку забирає і веде у перше півколо. Потім через одну він міняє місцями інших дівчаток. Врешті-решт два півкола зливаються в одне, утворивши своєрідний «віночок», в якому квіти чергуються (волошки та маки).

Гарний вийшов у нас віночок. Але в ньому лише два види квіточок. А у справжньому українському віночку їх більше. Ось, подивіться, який віночок нам у подарунок сплела господиня.

Ознайомлення з українським вінком. Педагог показує дітям вінок зі стрічками і пропонує їм сісти навколо себе.

Розповідають, що раніше дівчатка одягали вінок тільки на свята. Всі квіти у ньому мають своє значення. Всього у віночку 12 квіточок, трав і листя дерев. Які ви тут впізнасте? (*Барвінок, ромашка, безсмертник, калина, мак, деревій, біла лілія, волошка, мальва, тюльпан, півонія, троянда*). Ось, деревій – це символ нескореності, а це листя дуба – символ сили. Троянда символізує кохання, біла лілія – чистоту і цнотливість. Тобто кожна квітка у віночку має певне значення, до того ж ці рослини лікувальні. Тому вінок на Україні називають національним оберегом.

В народі є багато висловлювань про вінок: «Хто вміє віночок вити, той вміє життя любити», «Який вінок – такий і голосок» та багато інших.

А чим ще прикрашений наш віночок? Так, різнокольоровими стрічками. Кожна стрічка. Як і квітка, щось означає. Наприклад, коричнева – символ землі, жовта – усмішка сонця, колосок з поля, червона – символ любові, зелена – життя, синя – вода і небо.

Ой, щось ми з вами засиділись. А чи не станцювати нам **запальний танок**? Ставайте дружно в коло. Зараз господиня нам грає веселий гопачок, а ми покажемо, які рухи українського танцю знаємо. Пригадайте та назвіть ці рухи (*«вихилясник», «колупалочка в повороті», «бігунець», «зальотний біг»*). Я, як найстарша, першою буду розпочинати танок. Спочатку покажу рух, а потім ви його повторите. Чиє виконання руху мені сподобається найбільше, той стане на моє місце і покаже наступний рух. Таким чином ми оберемо найкращих танцівниць на наших посиденьках.

Дівчатка, ми щойно виконали з вами запальний, веселий танок-змагання. А взагалі жінки на Україні танцюють більш м'яко, стримано. Багато танців пов'язані з трудовими процесами, отож вони імітують дії вишивальниць, ткаць, збиральниць врожаю та інших. У деяких танцях вони передають красу української природи, своєрідність тваринного й рослинного світів, обрядові дії, стосунки між членами родини.

Одним з головних українських дівочих танців є **танок-привітання**. Цим танцем вони зустрічали коханих з воєнних походів, виражали повагу до батьків та інших людей, яких щиро вітали хлібом-сіллю.

Давайте ми сьогодні з вами приготуємо сюрприз для наших хлопців – вивчимо привітальний танок. А на наступному занятті покажемо його.

Ліричний етюд для дівчаток «Привітання»(40 тактів, музичний розмір – 4/4).

Вихідне положення – дівчатка стоять по обидва боки задньої частини зали, ноги у третій позиції, руки вільно опущені вниз.

1-8-й такти. З правого боку виходить перша лінія дівчаток, рухаючись одна за одною простим кроком з носка.

9-16-й такти. Тим самим кроком з лівого боку виходить друга лінія дівчаток і зупиняється позаду першої у шаховому порядку.

17-18-й такти. Друга лінія виходить вперед, проходячи у проміжки й стає попереду першої, яка залишається стояти на місці.

19-20-й такти. Перша лінія виходить вперед і стає перед другою.

21-22-й такти. Обидві лінії рухаються вперед простим кроком з носка.

23-24-й такти. Виконують привітання (український уклін).

25-32-й такти. Дівчатка першої лінії одна за одною рухаються праворуч, утворюючи там маленьке коло, дівчата другої лінії рухаються ліворуч і також утворюють своє коло.

33-36-й такти. Дівчатка продовжують рухатися колом і утворюють «маленькі зірочки» (з'єднують праві руки в центрі, а ліві піднімають угору та опускають вниз на кожен такт).

37-40-й такти. Дівчатка розкривають коло та, рухаючись по задньому плану, утворюють півколо.

Педагог. Після цього, за традицією, на вишитому рушнику

виносять хліб-сіль, адже це найвища ознака гостинності в українського народу.

Заклучна частина

Педагог. Ну що ж, мої любі дівчатка, час уже нам і додому вирушати.

- А чи сподобались вам наші посиденьки?
- Що нового ми з вами дізналися?
- Чим відрізняється танок дівчат від чоловічого танцю?
- А якого танцю ми навчилися? Чому він називається «привітальним»?

Діти виконують український уклін (дякуючи педагогу та акомпаніатору за заняття) і ланцюжком під хороводну мелодію виходять із зали.

Тематичне заняття з групою хлопчиків «Козацькому роду нема переводу!» (6-7 років)

Мета: *поглиблювати* знання про український народний танок та *ознайомлювати* з особливостями чоловічого танцю та костюма; давати уявлення про танці козаків («гопак», «козак», «повзунець») та про їхні характерні особливості; *закріплювати* навички виконання вже вивчених рухів української хореографії та *розучити* нові рухи чоловічого танцю («присядка», «м'ячик», «повзунець»); *розвивати* музично-ритмічну координацію, увагу, орієнтацію у просторі, творчу ініціативу, емоційно-ціннісне ставлення до національних танцювальних традицій; *виховувати* інтерес до історичного минулого українського народу, почуття приналежності до козацького роду, його духовної культури, яку слід оберігати та збагачувати.

ХІД ЗАНЯТТЯ

Вступна частина

Діти входять до зали під козацький марш. Педагог, одягнений в український чоловічий костюм або має в одязі його елементи, виходить на середину зали та промовляє:

Гей, я козак з України,
Козак з роду, козак з мині!
Нізащо я не заплачу
Гучу, кричу, граю, скачу!

Педагог. А ви, діти, якого роду? Думаю, якщо ви живете на запорізькій землі, то, мабуть, теж козацького роду. Чи не так? Ну тоді я вас вітаю по-козацькому.

Педагог виконує чоловічий уклін і запрошує дітей відповідати на його привітання.

Педагог. Хлопці, а хто такі козаки? Чому їх так називають? Так, козаки – це сильні й мужні чоловіки, які люблять волю й незалежність. А ще вони добрі воїни й вірні сини своєї Батьківщини.

І сьогодні ми як справжні козаки вирушимо в похід. Готові? Тоді я як отаман наказую сідати на коней (педагог імітує ніби бере повіддя, тобто тримає руки, зігнуті в ліктях попереду себе), спину тримати рівно, рухи виконувати чітко, бути уважними і старанними.

Розігрів по колу. Звучить музика, і діти разом з педагогом виконують по колу крок з високим підніманням стегна, руки тримають попереду, трохи згинаючи їх у такт музиці (ніби їдуть на конях).

Чи взяли ви, хлопці, шаблі? Давайте дружно дістанемо їх і візьмемо у праву руку.

Повторюючи рух педагога, діти піднімають праву руку вгору, а ліва залишається у попередньому положенні.

А чи спритні під вами коні, козаки? Давайте перевіримо.

Педагог дає вказівку класти руки на пояс і виконує біг з високим підніманням стегна.

А тепер давайте пустимо коней в галоп.

Діти повертаються обличчям у коло і виконують па галопу вправо та вліво (по 16 разів).

Дивіться, попереду кущі. Нам на конях через них не продертися. Залишимо коней тут, а самі «гусачком» проберемося через хащі.

Діти виконують глибоке присідання (п'ятки обов'язково відривати від підлоги, спину тримати рівно). Таким чином рухаються по колу (руки або тримають на поясі, або згинають у ліктях).

А зараз треба швидко пробігти через поле, щоб ворог нас не помітив. Який український біг ви знаєте? Так, «зальотний біг». Тільки вам мій наказ – бігти поодиноці і виконувати рух старанно. Дивіться, як я вам покажу.

Діагональні вправи. Педагог розриває коло й веде хлопців до

дальнього правого кута зали. Кладе руки на пояс і «зальотним бігом» рухається по діагоналі в протилежний кут. Після показу пригадує разом з дітьми правила його виконання. Знаком для початку руху кожній дитині може бути оплеск або вигук «Гей!», який педагог виконує разом з іншими дітьми. Таким чином педагог стежить за правилом виконання руху кожною дитиною, дає вказівки та оцінює правильність виконання.

Молодці, козачата! А тепер нове випробування – пробігти через ями та канали. Який же рух нам допоможе подолати ці перешкоди? Вірно, «бігунець». Подивіться, як я це зроблю.

Педагог стає у лівий дальній кут зали і рухається «бігунцем» по діагоналі до протилежного кута. Потім по черзі цей рух виконують діти.

Добре впоралися з завданням. А тепер знову сідаємо на коней і будемо виконувати воєнний марш.

Діти за вказівкою педагога стають у коло і виконують **фігурне марширування**. Спочатку рухаються колом кроком з високим підніманням стегна. Потім розривають коло і тим самим кроком ідуть за педагогом через центр, утворюючи одну колону. Руки, зігнуті в ліктях, тримають попереду (це допомагає дотримуватися дистанції). Педагог повертається обличчям до дітей, крокуючи на місці, дає команду розходитися через одного у правий та лівий бік. Далі хлопці йдуть назустріч один одному і, утворивши пари, рухаються парною колоною через центр. Дійшовши до педагога, знову розходяться у різні боки (пара – ліворуч, пара – праворуч). Зустрівшись парами, утворюють четвірки і, розводячи руки в сторони, йдуть лініями вперед. По закінченні музики педагог вигукує: «Козаки, стій! Рівняйсь, струнко!»

Основна частина

Педагог. Ми прибули до військового табору і зараз будемо тренуватись і відпрацьовувати окремі вправи. Ви показали, що добре вмiсте їхати верхи та виконувати різноманітні шиккування. А ще справжні козаки обов'язково повинні мати добру поставу, міцні м'язи, сильні руки. Спочатку попрацюємо над спиною.

Педагог показує **основне позування** чоловіків в українським танці. Вихідне положення – ноги розставлені трохи ширше другої напіввिवірної позиції, коліна рівні; руки на поясі, кисті затиснуті в кулак, лікті чітко розведені; спина рівна, грудна клітина розгорнута,

шлях витягнута, підборіддя трохи припідняте.

Вправа 1. (16 тактів, музичний розмір – 2/4)

1-й-4-й такти. Утримувати вихідне положення.

5-8-й такти. Утримуючи вихідне положення тулуба, виконувати підйом на півпальці (на один такт, не згинаючи колін, піднятися на півпальці, на наступний такт повернутися у вихідне положення).

9-12-й такти. Утримуючи вихідне положення тулуба, виконувати повороти голови (на один такт повернути голову праворуч, на наступний – повернути у вихідне положення, потім те ж саме повторити ліворуч).

13-16-й такти. Повторити підйоми на півпальці.

Вправа 2. (16 тактів, музичний розмір – 4/4)

1-й такт. Утримуючи вихідне положення тулуба, розкрити праву руку в другу позицію (відвести вбік долонею вгору), голова рухається за рукою (повертається праворуч).

2-й такт. Повернутися у вихідне положення.

3-4-й такти. Повторити те ж саме, розкриваючи ліву руку.

5-й такт. На півтакту розкрити праву руку в другу позицію, на наступні півтакту – ліву руку; голова повертається у напрямку руху руки.

6-й такт. На півтакту плеснути в долоні, на наступні півтакту розкрити обидві руки в другу позицію.

7-й такт. На півтакту покласти праву руку на пояс, а потім ліву.

8-й такт. На півтакту, утримуючи руки на поясі, піднятися на півпальці, на другі півтакту повернутися у вихідне положення.

9-16-й такти. Повторити вправу спочатку.

Педагог. Молодці. Гарну постань маєте! І пам'ятайте, що справжні українські хлопці завжди повинні бути стрункими, стежити, щоб спина була рівною. А тепер хочу перевірити, які у вас міцні ноги. Зараз я буду вам показувати рухи, а ви дивіться уважно і після мого показу спробуйте повторити самостійно.

Тренувальні вправи «Повтори рухи за показом» (40 тактів, музичний розмір – 4/4)

Вихідне положення – ноги в шостій позиції, руки на поясі.

1-4-й такти. Педагог виконує чотири рази вправу зі стрибком (на «раз-три» – тричі піднятися на півпальці, на «чотири» – стрибнути вгору із зігнутими колінами, намагаючись торкнутися

п'ятками сідниць).

5-8-й такти. Діти повторюють попередній рух, показаний педагогом.

9-12-й такти. Педагог чотири рази виконує вправу з оплесками (на «раз» – глибоке присідання вниз за першою напіввиворітною позицією (спина рівна, п'ятки відірвати від підлоги), на «два» – повернутися у вихідне положення, на «три-чотири» – два рази плеснути в долоні).

13-16-й такти. Діти повторюють цю вправу.

17-20-й такти. Педагог виконує вправу «м'ячик з притупом» (на «раз-три» – робить м'ячик (сідає у глибоке присідання і, тримаючи прямий тулуб та руки на поясі, тричі підстрибує навшпінках), на «чотири» – повертається у вихідне положення, на «п'ять-вісім» – чотири рази виконує притуп (поперемінно правою та лівою ногами).

21-24-й такти. Діти повторюють вправу.

25-28-й такти. Педагог чотири рази виконує вправу «присядка з оплеском» (на «раз» – сісти у глибоке присідання (спина рівна, руки на поясі), на «два» підвестися і одночасно поставити праву ногу на каблук, на «три» – плеснути в долоні, на «чотири» – покласти руки на пояс; на наступний такт виконати присядку з лівої ноги).

29-32-й такт. Діти повторюють вправу.

33-36-й такти. Педагог виконує спрощену для дитячого виконання форму «повзунця» (сідає на підлогу, руки ставить позаду себе, сідниці піднімає і, спираючись на руки, перескакує з ноги на ногу, намагаючись витягувати в коліні висунуту вперед ногу).

37-40-й такти. Діти повторюють рух, а педагог, сидячи на підлозі, плескає їм в долоні.

Педагог. Ой, бачу потомилися мої козаченьки. Давайте з вами посидимо та поговоримо. А ви знаєте, що козаки після походу дуже полюбляли танцювати та змагатися між собою? У своїх танцях вони демонстрували силу та відвагу, показували, як мужньо вони вступали в бій з ворогом, як спиритно скакали на конях та билися шаблею.

А який же найпопулярніший танок був у козаків? Правильно, **«гопак»**. Це один із найдавніших танців в Україні. І назва його пішла від слова гопати, тобто підстрибувати, скакати, тупати. А які рухи використовуються в цьому танці? Це, перш за все, рухи, характерні для чоловіків: «присядка», «м'ячик», «повзунець» (для закріплення педагог може після назви показати цей рух або

запросити до демонстрації когось із дітей). А ще можна в танок включати «бігунець», «зальотний біг», «вихилясник», «колупалочку в повороті», оплески та притупи. Козаки виконують цей танець гуртом, а потім поодиночі, демонструючи дуже складні рухи, які не кожен може виконати.

А ще в давнину в середовищі запоріжців-січовиків було створено танець, названий іменем їх творців – **«Козаком»**. Його виконували дві особи, які вели між собою змагання. Тобто танець «Козак» – це боротьба характерів, відкритий вияв емоцій, змагання в силі, вправності і творчій фантазії. Танець «Козак» був символом волі та вільного козацтва. І першою ознакою козацтва для хлопців було вміння танцювати по-козацькому, бо саме цей танок тренував витримку, розвивав силу для праці і бою. Зараз я хочу вам зачитати яскравий опис козацьких танців, який зробив відомий український письменник М. Гоголь у творі «Гарас Бульба». «...Четверо старих виробляли досить дрібно своїми ногами, кидалися як вихор убік, мало не на голову музикам, і раптом, присівши, неслися навприсядки і били круто й міцно своїми срібними підковами твердо вбиту землю. Земля глухо гула на всю околицю, і в повітрі далеко лунали гопаки, тропакі... Та один жвавіше від усіх вигукував і летів слідом за іншими в танці. І не можна було бачити без внутрішнього зворушення, як усе вибивало танець, найвільніший, найнесамовитіший, який тільки бачив коли-небудь світ, і який, за його могутніми творцями, названо козаком».

Хлопці, а хто з вас хоче показати, як він вправно може танцювати та змагатися із суперником? Чи є серед нас справжні козаки?

Імпровізаційний танок-змагання. Педагог допомагає дітям визначитися з учасниками змагання і пропонує всім створити коло, а суперникам зайти в середину. Діти сідають і з початком музики починають плескати в такт, допомагаючи імпровізаційному танцю солістів. Після цього діти визначають, чий танок був кращим, хто використовував українські рухи, добре слухав музику та поважно ставився до суперника. Якщо хлопці виявляють інтерес до цієї забави, то її можна повторити кілька разів зі зміною солістів.

Педагог.

Гуляй, гуляй, козаченьку, гуляй разом з нами.

То тропака, то присядку викидай ногами.

Хлопці, а який одяг носили козаки? Так, вишиту сорочку, широкі штани, які зветься шароварами, кушак – це широкий пояс, яким вони підперезувалися кілька разів, на голові – шапка, а на ногах – чоботи.

Подивіться на мене, чи схожий мій одяг на вбрання козаків? Цей одяг дуже зручний, широкі штани дозволяють виконувати складні рухи, не заважають рухатися вільно. Ось, подивіться, які трюки (складні технічні вправи) можуть виконувати козаки.

Педагог демонструє **ілюстративний матеріал**, на якому зображено виконання трюкових елементів професійним танцівниками.



На цих картинках зображені артисти, які пропагують українське танцювальне мистецтво по всьому світу. Це учасники державного академічного ансамблю народного танцю імені Павла Вірського. Вони дуже цінують українську культуру і передають свою любов глядачам. Є в цього колективу дуже цікавий танок, який виконують лише хлопці. Називається він **«Повзунець»**. У ньому танцюристи протягом усього танцю рухаються навприсядки. Хочете, ми з вами його вивчимо? Тільки ви ще маленькі козачата, і тому наш танок буде спрощений. А коли ви виростите й навчитесь добре танцювати, то будете виконувати справжній «Повзунець».

Педагог може показати основний рух цього танцю, щоб зацікавити дітей, а сам танок можна вивчити на наступному занятті. Наводимо приклад етюдної форми відомого українського танцю «Повзунець».

Основний хід цього танцю дуже складний для опанування дітьми, крім того, його виконання несе велике навантаження на колінні суглоби. Тому ми пропонуємо чергування основного руху з

простим широким кроком.

Вивчення етюдної танцювальної форми «Повзунець» (36 тактів, музичний розмір – 4/4)

Вихідне положення – хлопці стоять один за одним праворуч в передній частині зали; ноги в шостій позиції, руки вільно опущені, долоні стиснуті в кулачки.

1-2-й такти. Рухаються по передньому плану зали, виконуючи вісім широких кроків та динамічно змінюючи положення рук.

3-4-й такти. Напівприсядки виконують вісім кроків, поступово заводячи коло.

5-16-й такти. Продовжують виконувати рухи 1-го – 4-го тактів, рухаючись по колу; на 16-й такт стають у півколо.

17-й такт. Виконують чотири стрибки у напівприсіданні, тримаючи руки на поясі.

18-й такт. Виконують чотири оплески в долоні, залишаючись у напівприсіданні.

19-20-й такти. Повторюють рухи 17-го-18-го тактів; наприкінці 18-го такту ставлять руки на підлогу, сідають, широко розкриваючи ноги.

21-й такт. Згинають по черзі ноги в колінах.

22-й такт. Виконують чотири оплески в долоні.

23-24-й такти. Повторюють рухи 21-го – 22-го тактів.

На паузу всі хлопці вигукують:

Ой дуб, дуба, дуба! У Миколи нема чуба!

Ти, Миколо, не журися, на всі боки повернися!

25-й такт. Займають положення у напівприсіданні та виконують присядку «м'ячик», тримаючи руки на поясі.

26-й такт. Виконують присядку в повороті праворуч, руки закладають долонями за потилицю, ніби притримують шапку.

27-28-й такти. Повторюють рухи двох попередніх тактів, тільки під час присядки повертаються ліворуч.

29-32-й такти. Швидко сідають на сідниці, ноги згинають у колінах, трохи піднімають над підлогою і притискують до себе, руками спираються об підлогу. У такому положенні крутяться праворуч, перебираючи позаду себе долонями. Наприкінці останнього такту зупиняються у вільних позах.

Під час паузи всі хлопці вигукують: «Годі, хлопці, жартувати! Може, досить танцювати!»

33-36-й такти. Діти займають положення в напівприсіданні, один за одним рухаються по колу, виконуючи рухи 1-го – 4-го тактів.

Заключна частина

Педагог

- Хлопці, чи відчули ви себе справжніми козаками?
- Що повинен вміти робити кожен козак?
- Які чоловічі танці ви можете назвати?
- А чим відрізняється чоловічий український танок від жіночого?
- Які рухи чоловічого танцю ви сьогодні виконували?
- Назвіть елементи чоловічого українського одягу.

Добре, думає, що ви виростите гідними синами своєї Вітчизни, будете сильними, мужніми, відважними, з поважно ставитиметеся до дівчаток та захищатимете їх, любитимете та оберігатимете нашу рідну неньку Україну.

Щиро дякую вам за те, що були уважними та старанними на занятті (педагог виконує уклін). Діти відповідають. А тепер, рівняйся, струнко! Під військовий марш один за одним із зали руші!

Тематичне хореографічне заняття «Український парний танок» (6-7 років)

Мета: *поглиблювати* знання дітей про український народний танок, про образний характер української народної музики та символіку танцювальних рухів; *закріплювати та поглиблювати* знання дітей про особливості дівочого та чоловічого танцю; *ознайомлювати* з особливостями виконання парного танцю, *вивчити* деякі положення рук у парі та спрощену етюдну форму українського танцю «Козачок»; *розвивати* музично-ритмічну координацію, творчу ініціативу, емоційно-ціннісне ставлення до національних танцювальних традицій; *виховувати* поважливе ставлення до партнера, інтерес до танцювальної культури свого народу.

ХІД ЗАНЯТТЯ

Вступна частина

Діти входять до зали, виконують українське привітання.

Педагог. Діти, минулого разу дівчатка й хлопчики займалися окремо, щоб ознайомитися з особливостями чоловічого та жіночого

українського танцю. Хлопці, що ви можете розповісти дівчаткам про свій танок? Пригадайте, які рухи ви вивчали і які танці виконували?

А тепер дівчатка поділяться з хлопцями знаннями про особливості жіночого танцювального мистецтва. Які за характером рухи в дівчат, який зміст несуть у собі рухи дівочих танців?

Педагог. Отже, дівчата і хлопці можуть танцювати окремо, демонструючи свою майстерність. А чи можуть вони танцювати разом, у парах? Так, звичайно. На Україні дуже багато парних танців, вони цікаві й веселі. А для того, щоб ви навчилися їх виконувати, я відкрию вам деякі секрети.

Секрет перший – треба добре танцювати й без помилок чітко виконувати танцювальні рухи, щоб не заважати партнеру під час танцю.

Для початку виконаємо прості рухи по колу. По-перше, розігріємо м'язи, а по-друге, пригадаємо правила виконання українських рухів на переміщення в просторі.

Розігрів по колу. Діти виконують по колу па марше, хороводний крок на півпальцях, «зальотний біг» та «бігунець». Після цього стають на лінії.

Основна частина

Діти разом із педагогом виконують вправи, вивчені на попередніх заняттях (для голови, шиї, рук та ніг).

Вправа 1 (16 тактів, музичний розмір – 4/4).

Вихідне положення – ноги у першій невиворітній позиції, голова анфас; руки на поясі.

1-й такт. Голову повернути праворуч, але так, щоб не порушувалася пряма лінія шийних хребтів.

2-й такт. Повернутися у вихідне положення.

3-й такт. Голову повернути праворуч.

4-й такт. Повернутися у вихідне положення.

5-8-й такти. Повторити те саме, тільки під час повороту голови додати напівприсідання.

9-й такт. Нахилити голову праворуч (плечі вгору не піднімати) і одночасно виконати напівприсідання.

10-й такт. Повернутися у вихідне положення, добре витягуючи коліна.

11-12-й такти. Повторити попередні рухи, нахилиючи голову ліворуч.

13-й такт. На перші півтакту нахилити голову праворуч, на другі півтакту – ліворуч.

14-й такт. На перші пів такту знов нахилити голову праворуч, на другі півтакту – повернутися у вихідне положення.

15-й такт. Стати на півпальці, сильно витягнути коліна, маківкою тягнутися вгору, плечі розкрити, розслабити та опустити.

16-й такт. На перші півтакту утримувати попереднє положення, на другі півтакту – повернутися у вихідне положення.

Вправа 2 (16 тактів, музичний розмір – 4/4).

Вихідне положення – ноги у першій невиворітній позиції, голова анфас; руки на поясі.

1-й такт. Права рука відводиться в сторону долонею догори, голова повертається за рукою, одночасно виконується маленьке присідання.

2-й такт. Повернутися у вихідне положення.

3-4-й такти. Повторити те саме, але ліворуч.

5-й такт. Розвести обидві руки в сторони, одночасно піднімаючись на півпальці, голову тримати прямо, підборіддя трохи підняти.

6-й такт. Утримуючись на півпальцях, ліву руку зігнути в лікті, підвести до грудей, лікоть до тулуба не притискати.

7-й такт. Підвести праву руку до грудей і покласти долонею на лівоу.

8-й такт. Руки через сторони опустити вниз, встати на повну стопу.

9-й такт. Праву руку через сторону підняти до рівня третьої позиції (руки підняті вгору), долонями донизу, голову повертати за рукою і одночасно виконувати маленьке присідання.

10-й такт. Так само підняти вгору ліву руку, утримуючи положення в напівприсяді.

11-й такт. Руки зігнути в ліктях і закласти за голову, коліна витягнути.

12-й такт. Утримати попереднє положення.

13-й такт. Розкрити руки у третю позицію, долонями назустріч і піднятися на півпальці.

14-й такт. Опустити руки до рівня другої позиції, коліна витягнути.

15-й такт. Покласти праву руку на пояс.

16-й такт. Покласти ліву руку на пояс.

Педагог. Ми повторили з вами основні положення рук. А зараз ознайомимося з деякими положеннями рук в парному танці. Станьте в коло, подивіться, з ким би ви хотіли стати в пару? Якщо ви вирішили, то не поспішайте до партнера. Тепер я вам відкрию *другий секрет* – як запрошувати до танцю і поважливо ставитися до партнерші. Подивіться, як я запрошу до танцю Оленку.

Педагог підходить танцювальним кроком до дівчинки і виконує уклін-привітання. Потім пропонує дівчинці відповісти на запрошення.



Педагог. Бачите, як поважно я поставилася до Оленки. Не поспішаючи підійшла до неї, подивилася в очі, усміхнулася їй виконала запрошення-привітання. А вона з радістю відповіла на нього. А тепер, хлопці, ваша черга.

Діти виконують запрошення. Педагог допомагає утворити пари і визначає тих, хто найкраще впорався із завданням.

Після цього педагог ознайомлює дітей з деякими **положеннями рук у парному танці.**

Положення 1: Виконавці стоять поряд, повернувшись обличчям по ходу руху (дівчинка праворуч, хлопчик ліворуч) і тримаються за руки, схрещені перед собою. Ліва рука дівчинки знаходиться над правою рукою хлопчика, кисті – на рівні талії.

Положення 2: Виконавці стоять поряд, повернувшись обличчям по ходу руху; правою рукою хлопчик тримає дівчинку за талію, ліва рука дівчинки лежить на правому плечі хлопчика, вільні руки виконавців відкриті в сторони або лежать на талії.



Положення 3: Виконавці стоять один навпроти одного, тримаючись схрещеними руками: правою за праву, лівою за ліву; тулуб злегка відхилений назад.

Положення 4: Виконавці стоять один навпроти одного: дівчинка кладе долоні обох рук хлопчику на плечі, а хлопчик тримає дівчинку за талію.

Педагог. Секрет третій – злагоджено виконувати рухи, бути уважними і старанними, щоб не підвести партнера. Я зараз дам вам завдання, а ви спробуєте його виконати в парі.

Завдання 1: Прийняти положення рук в парі № 1, поставити праву ногу вперед на носок. З початком музики (2/4) рухатися по колу «зальотним бігом».

Завдання 2: Прийняти положення рук в парі № 4. З початком музики (3/4 або 4/4) рухатися простим танцювальним кроком, повертаючись парою на чотири такти праворуч, а потім ліворуч.

Завдання 3: Прийняти положення рук в парі № 3. З початком музики (2/4) виконати «колупалочку», починаючи рух з правої ноги.

Завдання 4: Стати один навпроти одного, тримати руки на поясі. З початком музики виконати «колупалочку в повороті», починаючи з правої ноги.

Педагог. Секрет четвертий – бути артистичним, тобто весело виконувати рухи, усміхатися, виразно рухатися. А перевірити вашу артистичність нам допоможуть чоботи.

Я буду йти по колу і співати пісеньку. Той, хто захоче показати свою майстерність та артистичність, повинен підняти руку. Чие ім'я я назву, той піде в коло танцювати.

Сумно чобіткам стояти – вони хочуть танцювати!

Той, хто чобітки візьме, в коло танцювати йде!
Один, два три – Петрику, біжи!

Після того, як всі бажаючі діти виконали свій імпровізаційний танок, педагог запрошує дітей стати в пари і виконати парний танок.

Дуже просять чобітки-чоботятка:
Затанцюйте, хлопчики й дівчатка!
Тож заграймо веселий гопачок,
Хай танцює, стукає каблучок.

Педагог бере активну участь у виконанні завдання: обирає партнера та запрошує на танок, емоційно імпровізує на основі українських рухів, промовляє в голос назви рухів, які можуть використовувати діти, позитивно оцінює діяльність всіх дітей і виділяє найбільш активні пари.

Педагог. Добре, ми потанцювали, мабуть, час і відпочити. Сідайте на підлогу, заплющуйте очі й уважно слухайте, про що вам розповість музика.

Аналіз музичних творів. Діти прослуховують одну, дві емоційно забарвлені українські мелодії, після чого розповідають, що вони нафантазували у своїй уяві. Педагог також ділиться своїми асоціаціями, пропонуючи дітям приклад образного аналізу музичного твору.

Педагог. Ви вже переконалися, що музика робить рухи виразнішими й емоційнішими. Тому дуже важливо вміти рухатися під музику, передавати її характер. Ось і **п'ятий секрет** парного танцю – партнери повинні уважно слухати музику, злагоджено рухатися, відображаючи настрій музичного твору.

Ми з вами довели, що музика може нам розповісти дуже багато цікавого. А чи може танок виконати таку функцію? Так, звичайно, може. Тому що танок – це німа мова. Рухами, мімікою люди передають свої почуття, своє ставлення до навколишнього світу, відображають трудові процеси, розкривають зміст історичних подій, літературних творів і багато іншого. А якщо виразність танцю підкреслює музика, і виконавці емоційно і правильно виконують рухи, то глядачам усе зрозуміло й без слів.

І сьогодні ми з вами ознайомимось з одним цікавим парним танцем, який зветься «**Козачок**». Цей танок виник у Запорізькому краї, і танцювали його лише козаки. Пізніше дівчата теж почали брати участь у його виконанні – і танок став парним.

Я дуже добре знаю цей танок і полюбляю його виконувати. Тому спочатку я буду солісткою, показуватиму вам рухи, а ви за мною повторюватиме. Згодні? А допомагати мені буде бубон. Слушайте, як весело він дзвенить.

Ознайомлення дітей з парним танцем «Козачок». Діти стають у коло. Педагог виходить у центр, ритмічно стукає в бубон і одночасно промовляє слова:

Бубон дзвінко бубонить,
Жартівливо дзеленчить.
Він нагадує, що хлопцям
Час дівчаток запросити!

Звучить **музичний програш** (8 тактів, музичний розмір – 2/4). Хлопці запрошують дівчат до танцю.

Перша фігура

1-2-й такти. Діти стоять обличчям у коло, готуючись до запрошення.

3-4-й такти. Хлопці роблять крок уперед і стають перед дівчатами.

5-6-й такти. Хлопці виконують український уклін.

7-8-й такти. Дівчатка виконують уклін у відповідь.

9-16-й такти. Педагог рухається по колу «бігунцем» і промовляє слова (можна тихенько дзвеніти бубном):

Бубон котиться по колу,
Весело стрибає.
Він маленьких українців
«Бігунцю» навчає.

Друга фігура

1-16-й такти. Діти приймають положення рук в парі №1 і рухаються по колу, виконуючи «бігунець». Педагог відстукує ритм музики в бубон.

Діти, годі гомоніти,
Бубон вже давно дзвенить.
Плескайте і тупотіть
Як він буде вас просити.

Третя фігура. Педагог показує наступні рухи для виконання:

1-2-й такти. Педагог виконує чотири удари в бубон. Діти чотири рази плескають у долоні.

3-4-й такти. Педагог виконує чотири поперемінних удари

ногами. У дітей руки на поясі.

5-8-й такти. Діти повертаються обличчям один до одного і виконують рухи, показані педагогом.

9-12-й такти. Діти виконують один навпроти одного «колупалочку», починаючи з правої ноги.

13-16-й такти. Діти двічі виконують «колупалочку в повороті».

Четверта фігура

1-3-й такти. Діти приймають положення рук в парі №4 і повертаються навколо себе «зальотним кроком».

4-й такт. Виконують на місці потрійний притуп.

5-8-й такти. Повторюють попередні рухи, повертаючись у протилежний бік. На притуп кладуть руки на пояс.

А ви, хлопці, покажіться
Навприсядки покрутіться.
І ви, дівчатка, не баріться,
Туди-сюди повертіться.

9-12-й такти. Хлопці виконують присядку, а дівчата плескають їм у долоні.

13-16-й такти. Дівчата оббігають навколо хлопців «зальотним бігом», а хлопці плескають у долоні.

П'ята фігура

1-4-й такти. Хлопці виконують м'ячик, а дівчатка «вихилясник».

5-6-й такти. Діти виконують чотири оплески.

7-8-й такти. Діти виконують чотири притупи.

Час вже танець припиняти,
Досить діткам танцювати.
Ще по колу пробіжим
Вдячні за танок усім.

9-16 такти. Діти приймають положення в парі № 4 і рухаються по колу бігунцем. Педагог виконує рух разом з дітьми, доповнюючи ритм музики дзвоном бубна. Із закінченням музики всі зупиняються.

Педагог. Добре ви затанцювали «Козачка». І бубон за вами уважно стежив. Зараз ви дізнаєтесь, чий танок йому сподобався найбільше, чия пара була найбільш старанною, хто пам'ятав усі секрети парного танцю.

Педагог підходить до тих дітей, чий танок, на його погляд, був найкращим і пропонує їм на знак вдячності ударити в бубон.

Заключна частина

Педагог. Ось і підійшло до завершення наше заняття.

- Що нового ви сьогодні дізналися про український танок?
- Який парний танок ми з вами вивчили?
- А які секрети треба знати, щоб парний танок був красивим?

Отже, український парний танок – це танок, у якому передаються відносини між партнерами, поважне ставлення одне до одного. Під час його виконання треба не заважати партнеру, добре знати й ритмічно виконувати рухи, вміти запрошувати партнера до танцю, бути артистичним, уважним і старанним.

І на закінчення я хочу, щоб ви знов обрали собі пару і разом під музику залишили цю залу.



Діти виконують український уклін і парами під музику виходять із зали.

Тематичне заняття «В гостях у дідуся Народного таночка» (5-6 років)

Мета: *розширювати* знання дітей про характерні особливості російського народного танцю та його різновиди (хоровод, парна пляска, перепляс); *закріплювати* навички виконання знайомих рухів (перемінний крок, дрібний крок, боковий приставний крок) та *вивчати* положення рук у парному танці («човник», «бублик», «свічка» та інші); *розвивати* музично-ритмічну координацію, вміння виразно рухатись відповідно до характеру музики, підтримувати самостійність, творчу ініціативу; *виховувати* інтерес до народної хореографії інших національностей, доброзичливість і поважне

ставлення один до одного, культуру спілкування (запрошення на танок).

ХІД ЗАНЯТТЯ

Вступна частина

Діти входять до танцювальної зали і виконують привітання (танцювальний уклін).

Педагог. Діти, сьогодні в нас буде незвичайне заняття. Ми з вами підемо в гості до одного цікавого дідуса. А щоб дізнатися, як його звуть, спробуйте відгадати загадку: «У народі народився, прикрашався, розквітав. Через декілька століть дідусем він статним став. Полюбляють його всі: і дорослі, і малі. Всяк бажає танцювати польку, козачок, кадрили, в танці весело змагатись, зачаровуючи всіх. Як же звуть його, скажіть?» (народний танок).

Вірно, це – народний танок, один з найдавніших видів хореографії. Тому і звуть його дідусем. І сьогодні ми завітаємо в гості до нашого сусіда – дідуса народного танцю, який мешкає в Росії. На минулих заняттях ми знайомилися з деякими рухами російського танцю і нам не соромно буде перед нашими сусідами, а ще ми покажемо, що шануємо не тільки свою танцювальну культуру, а з повагою ставимося до інших.

Ви готові до подорожі? Тоді станьте рівненько, підтягніться, покладіть руки на пояс і з початком музики вирушаймо.

Розігрів по колу. Діти рухаються по колу один за одним і виконують за вказівкою педагога наступні рухи: танцювальний крок з носка (па марше), крок на півпальцях, крок з високим підніманням колін, приставні кроки обличчям у коло, біг із закиданням гомілки назад та викиданням прямих ніг уперед.

Основна частина

Педагог. Діти, ми з вами майже дійшли. Ось там, за місточком знаходиться замок Народного танцю. А по місточку ми повинні пройти танцювальними рухами. Першу частину – підскоками, другу – галопом, а третю – кроком польки. Треба старанно виконувати рухи, тому що Дідусь уважно дивиться на кожного з вас і вирішує кого пускати в країну танцю, а кого ні.

Діагональні вправи. Діти рухаються один за одним по діагоналі і виконують вище перелічені рухи (таким чином проходять три діагоналі).

Педагог. Молодці! Дивіться, двері в чудовий замок уже

відчинені. Однак ми не зможемо туди потрапити, поки не назвемо і не покажемо, які танцювальні кроки російського танцю ми з вами вивчили.

Повторення основних кроків російського танцю. Діти називають знайомі рухи (перемінний крок, дрібний крок, боковий приставний крок), а потім під музичний супровід виконують раніше вивчені рухи, закріплюючи та удосконалюючи навички їх виконання.

Педагог. Ось і добре! Нам відкрито шлях до Країни танцю. Тут ми будемо танцювати, вивчати нові рухи та знайомитися з основними положеннями у парному танці. Раніше на всі свята люди збиралися разом та виконували свої улюблені танці. Хлопці обирали дівчат, красиво запрошували їх на танок та ставали разом у загальне коло. Сьогодні і нас запросив Дідусь до такого свята. І перш за все, хлопчики мають обрати партнерку, з якою б вони хотіли сьогодні танцювати та запросити її до танцювального кола.

Хлопці запрошують дівчат на танок і утворюють за вказівкою педагога загальне коло.

Педагог. Щоб виконати танок у парі, треба знати деякі **положення**, які зустрічаються в **парному російському танці**.

Положення 1. Виконавці стоять поряд, повернувшись обличчям по ходу руху (дівчинка праворуч, хлопчик ліворуч). Хлопчик правою рукою тримає ліву руку дівчинки; обидві руки наближені одна до одної, зімкнені кисті розташовані на рівні плечей, лікті опущені і наближені до тулуба; вільні руки лежать на талії або опущені.

Положення 2. «Свічка». Виконавці стоять один перед одним на відстані кроку і тримаються правими руками, зігнутими в ліктях; ліві руки обох підтримують лікті правих рук партнера.

Положення 3. «Бублик». Виконавці стоять правим плечем один до одного: праві руки закруглені й переплетені в ліктях, кисті затиснуті в кулачок; ліві руки лежать на талії; тулуб прямий або верхньою частиною відхилений убік.

Положення 4. «Човник». Виконавці стоять один перед одним на відстані кроку, руки відкриті в сторони (дівчинка кладе долоні зверху рук партнера, який затискає їх великим пальцем).

Положення 5. Виконавці стоять поряд, повернувшись обличчям по ходу руху. Обидві руки хлопчика стиснуті в кулачках і

розташовані на поясі, дівчинка лівою рукою бере хлопчика під лікоть, праву руку тримає на поясі.

Педагог. Молодці, ви були уважними і намагалися старанно виконувати положення в парі. А зараз ми трішки відпочинемо і прослухаємо мелодії, які будуть складати музичну основу нашого парного танцю.

Вивчення фрагментів парного російського танцю. Програються дві контрастні мелодії: лірична («Російський ліричний») та весела, жвава («Ах, ви, сіни»). Після їх аналізу, педагог вивчає з дітьми парну етюдну форму.

Лірична частина (4/4)

Вихідне положення – діти стоять обличчям один до одного (хлопці спиною, а дівчата обличчям у коло).

1-2-й такти. Діти утримують вихідне положення, дивлячись один на одного.

3-4-й такти. Хлопці виконують уклін («великим звичаєм» – до землі).

5-6-й такти. Дівчата відповідають хлопцям уклоном («малим звичаєм» – у пояс).

7-й такт. Пари приймають положення № 1.

8-й такт. Ставлять праву ногу вперед на носок.

9-15-й такти. Пари рухаються по колу, виконуючи «перемінний крок»: хлопчик іде трохи попереду дівчинки, начебто веде її в танці, та милуючись дивиться на неї; вона може на один такт дивитися на хлопця, а на другий відвертати погляд («соромитися»).

16-й такт. Пари повертаються обличчям один до другого і виконують потрібний притуп, під час якого руки приймають положення № 4 «Човник».

17-19-й такти. Пари рухаються по колу, виконуючи російський бічний крок.

20-й такт. Утримуючи положення рук, виконують потрібний притуп.

21-24-й такти. Пари повторюють рухи попередніх чотирьох тактів, рухаючись у протилежний бік.

25-й такт. Пари ставлять руки на пояс і виконують чотири кроки назад (хлопці в коло, а дівчата з кола).

26-й такт. Виконують потрібний притуп.

27-й такт. Виконують три кроки вперед, наближаючись один

до одного.

28-й такт. Виконують потрійний притуп, одночасно приймаючи положення в парі № 2 «Свічка».

29-31-й такти. Пари повертаються навколо себе за годинниковою стрілкою і на останній рахунок роблять одинарний притуп.

32-й такт. Пари виконують потрійний притуп, змінюючи положення рук (якщо були з'єднані праві руки, то тепер з'єднуються ліві).

33-36-й такти. Повторюють рухи попередніх тактів, повертаючись у інший бік. На останній такт приймають положення рук №5.

Жвава частина (2/4)

1-4-й такти. Пари рухаються по колу дрібним кроком (тупаючий крок у демі-пліе на кожну чверть такту) і дивляться один на одного, начебто спілкуючись.

5-8-й такти. Утримуючи положення, пари тим самим рухом повертаються навколо себе.

9-16-й такт. Пари повторюють рухи попередніх тактів. На останній такт вони повертаються обличчям один до другого і виконують потрійний притуп, при цьому руки ставлять на пояс.

17-й такт. Хлопчик виконує два одинарних притупи правою ногою.

18-й такт. Хлопчик виконує потрійний притуп. Дівчинка дивиться на нього.

19-20-й такти. Дівчинка повторює рухи, які показав хлопець, а він дивиться на неї.

20-21-й такти. Хлопець оплесками повторює ритмічний малюнок, який виконував ногами.

22-24-й такти. Дівчинка повторює за ним.

25-28-й такти. Пари приймають положення рук № 3 - «Бублик» і повертаються навколо себе дрібним кроком.

29-32-й такт. Повторюють теж саме, рухаючись у інший бік. На останній такт стають обличчям один до другого і виконують потрійний притуп, руки при цьому ставлять на пояс.

Педагог. Красивий у нас вишов танок. Ви так поважно ставилися один до одного, вміло спілкувалися між собою мовою танцю. Молодці! Я думаю, що Дідусь Народний таночок дуже

задоволений вами.

– А, скажіть, якщо люди танцюють у парі, то як називається цей танок?

– Про що слід пам'ятати, коли танцюєш з партнером?

– Назвіть мені рухи, які ми використовували під час виконання парного танцю.

– З якими положеннями в парі ви сьогодні познайомилися?

А ще, малята, раніше люди полюбляли змагатися в танці. Хтось вигадував складні рухи, а хтось намагався перетанцювати суперника. Головне, щоб це було красиво, музично, як кажуть у народі – «з характером». А називалася ця форма танцю – **«перепляс»**.

Скажіть, а ви бажаєте спробувати свої можливості? Хто сміливий? Бачу, що дехто соромиться, але ми не повинні ображати Дідуся, бо він уважно спостерігає за нами. Я пропоную зробити наступним чином. Давайте організуємо команду дівчат та команду хлопців, які стануть у колонку одна проти одної. Вперед будуть виходити діти, які бажають позмагатися, а інші можуть повторювати за ними рухи.

Творче завдання «Танцювальне змагання». Педагог допомагає утворити дві колонки і стає на боці однієї з команд. З початком музики він виходить уперед і розпочинає змагання, виконуючи варіанти хлопавок (притупів, присядок та інші). Потім викликає дитину з групи суперників і так далі.

Педагог. Діти, ви всі вдало впоралися із завданням: і ті, хто вигадував рухи, і ті, хто їх повторював, тим самим захищаючи свою команду.

– Скажіть, а хто, на ваш погляд, придумав найскладніший рух?

– Як ви вважаєте, хто показав найбільш цікавий рух?

– А кого ми з вами можемо назвати переможцем у змаганнях?

– Діти, скажіть, а коли дівчина в танці йде, мов лебідка біла плыве, то як називається цей танок?

– А як слід рухатися, виконуючи хоровод?

– Що є головним у хороводі: рух чи малюнок?

– Який хоровод ми з вами вивчали на попередніх заняттях?

Давайте, ми зробимо Дідусеві народному таночку подарунок і покажемо як ми красиво вміємо заплітати візерунки в російському хороводі. Згодні?

Ліричний російський хоровод (музичний розмір – 4/4)

Виконання розраховано на 16-20 дітей (8 або 10 дівчаток та стільки ж хлопчиків). У разі більшої кількості дітей треба змінити композиційну побудову або збільшити кількість тактів на кожний малюнок.

Вихідне положення – діти стоять один за одним у різних кутах зали: дівчата з правого боку, а хлопчики – з лівого.

1-8-й такти. Діти рухаються ланцюжком, тримаючись за руки, назустріч один одному простим хороводним кроком. Дійшовши до середини, змінюють напрямок руху – йдуть по центру і, порівнявшись з парою протилежної колонки, зустрічаються один з одним поглядом. Потім ведучі заводять коло: хлопчики з лівого боку, а дівчатка з правого.

9-10-й такти. Діти, повернувшись обличчям у коло, поступово звужують його і піднімають руки вгору.

11-12-й такти. Діти виходять з кола, повільно опускаючи руки вниз.

13-16-й такти. Діти стають парами і, тримаючись за руки (положення «човник»), повертаються парами навколо себе. Наприкінці 16-го такту знов стають у коло.

17-20-й такти. Діти розривають коло і рухаються через центр назустріч один одному, утворюючи парну колону.

21-27-й такти. Перша пара повертається спиною і рухається назад під руками інших пар, потім друга, третя і так далі. Таким чином утворюється безперервний «струмочок».

28-33-й такти. Діти розходяться парами в різні боки (пара праворуч, пара ліворуч) і, дійшовши до заднього плану, будують лінії (перші чотири пари (або п'ять) – першу лінію, а інші – другу).

34-35-й такти. Діти рухаються лініями вперед.

36-й такт. Виконують російський уклін.

Заключна частина

Педагог

- Діти, чи сподобалось вам заняття?
- Що нового ми з вами сьогодні дізналися?
- Рухи якого танцю ми з вами виконували?
- Як називається танок, коли хлопчик та дівчинка танцюють разом?
- Як називається танок-змагання?

– В якому танці використовується багато перебудов?

Отже, в російському танцювальному мистецтві існує декілька різновидів танців: парний танок, перешпяс, хоровод. І це ще не все. З іншими видами ми познайомимось пізніше. Вважаю, що Дідусь залишився задоволений, бо ви намагалися бути уважними, старанно виконували знайомі рухи і навіть вигадували свої.

На наступне заняття намалюйте один з видів російського танцю: чи то пара, чи хороводне коло, чи дві групи змагаються між собою. Тобто те, що вам найбільше сподобалося і запам'яталось. Ми зберемо кращі малюнки і відправимо їх поштою в Росію Дідусеві народному таночку на згадку про наше заняття.

Діти виконують уклін і виходять під музику із зали.

Відкрите тематичне заняття для батьків
«З любов'ю до матусі»
(6-7 років)

Мета: привітати мам та бабусь зі святом, продемонструвати батькам танцювальні вміння та навички, творчі та музичні здібності дітей, отримані під час попередніх занять; розвивати вміння впевнено триматися перед глядачем; виховувати любов та шанобливе ставлення до мам та жінок.

Обладнання: CD-програвач, фонограми з піснями про маму, квіти, реквізит до танцю-подарунку хлопчиків.

ХІД ЗАНЯТТЯ
Вступна частина

Діти входять до зали під пісню Ассоль «Моя мама лучшая на свете» і в руках тримають квіти (живі або штучні, виготовлені своїми руками). Стають у півколо і виконують уклін.

Педагог. Сьогодні у цій залі свято!
Ми дуже раді всіх вітати!
Чому прокинулись струмочки голосисті?
Чому навколо мімози золотисті?

Діти. Тому, що неповторна, чарівна
Казкова по землі іде Весна.

Педагог. А чому комплементів цілу гору
Чоловіки говорять у весняну пору?

Діти. Тому, що всі жінки з весною схожі:

Педагог. Такі ж привабливі, вродливі і пригожі.
Погляньте навкруги: ми завітали в казку!
Жінки – це феї, що дарують ласку.

Педагог. Сьогодні ми не будемо багато говорити, а просто для вас красиво танцюватимемо.

Дорогі наші матусі, бабусі, сестрички, заняття в нас буде не звичайне, а танцювально-привітальне. Свою любов до вас діти будуть виражати у танці. А яке свято жінок без квітів?

Дивіться, яка чудова квітова галявинка. Це ваші діточки, немов маленькі квіточки, дарують вам свій танок. Діти розходяться по всьому класу і приймають вихідне положення.

Творчий етюд «Квіти для матусі» (32 (48) тактів, музичний розмір – 4/4)

Перша частина етюд (24 такти) вивчена дітьми на попередніх заняттях, а друга – несе імпровізаційний характер.

Вихідне положення – сісти на коліна, сідниці торкаються п'яток, покласти перед собою квітку-подарунок; тулуб і голову нахилити, руками охопити коліна.

1-й такт. Зберігаючи вихідне положення, підняти праву руку вбік, начебто розправляючи листочок.

2-й такт. Опустити руку.

3-4-й такти. Повторити рухи попередніх тактів з лівої руки.

5-й такт. Підняти тулуб (розправити стебло квітки), голова опущена.

6-й такт. Підняти голову (показати пуп'янок квітки), подивитися на свою матусю і посміхнутися.

7-й такт. На перші півтакту нахилити голову в правий бік (плечі вгору не піднімати), на наступні півтакту повернутися у вихідне положення.

8-й такт. Продовжити рух, нахилиючи голову ліворуч.

9-й такт. Підняти сідниці, сісти рівенько на коліна й одночасно підняти праву руку в третю позицію (рука піднята вгору, заокруглена в лікті, кисть спрямована всередину і знаходиться у такому положенні, щоб її можна було побачити, не піднімаючи голови).

10-й такт. Підняти ліву руку в третю позицію.

11-й такт. На перші півтакту повернути голову вправо, на наступні півтакту повернутися у вихідне положення.

12-й такт. Продовжити рух, повертаючи голову ліворуч.

13-14-й такти. Подивитися вгору на кисті рук і розкрити їх трохи нижче рівня другої позиції (в сторони), кисті при цьому повернути вниз.

15-й такт. Поставити праву ногу вперед, залишаючись сидіти на лівому коліні.

16-й такт. Встати на праву ногу, а ліву закрити в третю позицію, руки залишити нижче рівня другої позиції.

17-й такт. На півтакту нахилити голову вправо (плечі вгору не піднімати), на наступні півтакту повернутися у вихідне положення.

18-й такт. Продовжити рух, нахилиючи голову ліворуч.

19-й такт. На півтакту зробити демі-пліє (маленьке присідання), трохи повертаючи тулуб у правий бік, на другі півтакту повернутися в попереднє положення.

20-й такт. Повторити рух, повертаючи тулуб у лівий бік.

21-й такт. Підняти праву руку в третю позицію, одночасно повертаючи голову в правий бік.

22-й такт. Підняти ліву руку в третю позицію і голову повернути у лівий бік.

23-24-й такти. На півтакту встати на півпальці, не згинаючи коліна, голову повернути прямо, тім'ям тягнутися вгору, на наступні такти повернутися навколо себе праворуч і на останні півтакту стати на всю стопу, опустити руки трохи нижче рівня другої позиції.

25-32 (48)-й такти. Діти виконують імпровізаційний танок з квіткою-подарунком (беруть квітку, милуються нею, показують її іншим дітям, танцюють з нею). Педагог може давати вказівки: створити загальне коло, звукити його і підняти квітки вгору, тим самим створюючи загальний букет квітів тощо. Наприкінці імпровізаційного танцю діти дарують свої квіти рідним матусям (бабусям, сестричкам).

Основна частина

Педагог. Діти, давайте спробуємо дібрати до слова мама найтепліші, найласкавіші та найщиріші слова. Як ви називаєте своїх мам? Відповіді дітей.

А зараз я вам пропоную висловити свої почуття до матусі за допомогою танцювальної мови. Станьте проти своїх рідних і подивіться, кому ви хочете пластикою тіла довести свої ніжні почуття: мамі, бабусі, а може, сестрі? Кожен з вас має можливість

скласти свій маленький танок-почуття, і рухаючись по лінії, завмерти у позі зізнання, поваги або вдячності до своїх близьких. Перш ніж розпочати, подумайте, що ви хочете сказати за допомогою своїх рухів, які почуття бажаєте передати.

Індивідуальна кросова імпровізація на тему «Танцювальне зізнання». Діти по черзі рухаються імпровізаційними рухами по лінії (кожен на 4 або 8 тактів) і завмирають у фінальній позі. Наприкінці утворюється масова картинка-зізнання.

Педагог. Подивіться, любі жінки, з якою любов'ю виконували це завдання ваші діти, як вони навчилися володіти своїм тілом, як влучно добирали ті чи інші рухи, вміло використовували міміку. Вважаю, вони заслужили ваших оплесків.

Відомо, що найкращий подарунок для мами – це успіхи її дитини у навчанні. І зараз діти покажуть, як на кожному занятті вони старанно засвоюють танцювальну абетку, щоб потім радувати вас своїми виступами на сцені.

Танцювальний тренаж. Кожен педагог може обрати фрагмент тренажної роботи залежно від напряму роботи колективу (вправи біля станка, на середині, в партері).

Педагог. Діти, а чи всі ви допомагаєте своїм матусям у хатніх справах? Відповіді дітей. Я думаю, що всі ви – гарні помічники і зараз у вас є нагода показати рухами, яку хатню роботу ви виконуєте. Це завдання буде проходити у вигляді змагання. Для цього ми розподілимось на дві команди: одну будуть представляти хлопці, а іншу – дівчата. Спочатку поспілкуйтесь і обговоріть, які трудові процеси ви будете демонструвати, а потім оберіть представника, який буде показувати імітаційні рухи, а ви повторюватиме за ним.

Діти обговорюють між собою зміст завдання.

А тепер команди станьте одна проти одної і прослушайте музичний супровід, під який ви маєте виконувати завдання.

Діти слухають музику.

Змагання буде проявлятися у тому, що ви почерзі будете показувати імітаційні вправи: дівчатка-хлопчики, дівчатка-хлопчики і так далі. Переможе той, хто більше продемонструє трудових процесів. Пропоную підтримувати один одного оплесками. А мами мають оцінити, чи співвідносяться ваші танцювальні дії з реальною хатньою допомогою.

Гра-змагання «Матусині помічники»

Педагог. Бачу, що ваші матусі залишилися задоволеними. А я рада, що ви вмієте і прати, і прасувати, і їжу готувати, і речі складати та багато іншого. Отже, ви турбуєтеся про своїх мам, допомагаєте їм. І це дуже добре. Недарма в народі кажуть: «Нема цвіту білішого, як цвіт на калині. Нема в світі ріднішого, як мати дитині». А хто з вас знає ще прислів'я про матір?

Діти говорять прислів'я:

- Шануй батька й неньку, буде тобі скрізь гладенько.
- Нема того краму, щоб купити маму.
- Материн гнів, як весняний сніг – рясно впаде, та скоро розтане.
- Мама одною рукою б'є, а другою гладить.
- Який куц, така й калина, яка мати, така й дитина.
- На сонці добре сидіти, а коло мами добре жити.

Педагог. За традицією в День 8 Березня, чоловіки вітають всіх жінок зі святом. Ось і наші хлопці приготували вам, любі гості, і вам дорогі, дівчата, свій творчий дарунок.

Хлопці демонструють танцювальну етюдну форму, вивчену з педагогом заздалегідь. За зразок можна обрати образ джентльмена, який може бути посиленій за допомогою відомої пісні Стаса Наміна «Мы вам честно сказать хотим» та відповідного реквізиту (шляпи, краватки, квітів або листівки для дівчаток), або богатирия під пісню С. Наміна «Богатырская сила», з використанням шабель, канатів для перетягування та іншого знаряддя.

Педагог. Сьогодні до заняття я приготувала вам загадки про мам. Тільки відгадувати ви їх будете не за допомогою слів, а за допомогою поз та міміки.

Загадки:

- Який струмочок повсякчас співає ніжно біля нас? (мамин голос).
- Яке колосся золоте униз вершечками росте? (маміні руки).
- Які дві зірки знаєш ти, завжди нам сяють з висоти? (маміні очі).
- А що таке широке, як земля, та не займа чужі поля? (мамина душа).

Педагог. Мама... Матуся... Матінка...Мамин ніжний голос, мамині ласкаві руки, мамині красиві та добрі очі, мамина щира душа... Ви все показали у рухах і виконали це з великою любов'ю.

Бачу, що ви приготували для мам сюрприз?

Заключна частина

Дитина: В танці поки ми малята,
Як маленькі каченята,
Спинку вчимося тримати,
Чітко в музику стрибати.
І на цим чарівнім святі

Всі діти: Будемо раді з вами танцювати!!!

Звучить популярна пісня 70-х років «Танок маленьких каченят» (муз. Т. Вернера, сл. Ю. Ентіна). Діти запрошують мам та бабусь до загального кола. Всі разом за показом педагога повторюють відомі рухи.

Танець дітей і батьків

Педагог. Добре ми потанцювали. І на згадку про це чудове свято я пропоную зробити спільне фото. Звучить пісня з к/фільму «Мама» (муз. Ж. Буржоа, Т. Попа, сл. Ю. Ентіна).

Педагог. Ось і підійшло до завершення наше святкове заняття. І на останок хочеться вам побажати:

Хай благословляють почуття
На безхмарну і щасливу днину.
То від жінки – музика життя!
То від жінки – все життя людини.

Діти виконують уклін і разом з батьками залишають танцювальний клас.

**Тематично-виховне заняття «Країна добра та дружби»
(7 років)**

Мета: виявити знання дітей про позитивні людські якості (доброзичливість, чесність, привітність, вірність) та дружні стосунки; конкретизувати поняття «справжня дружба» та «дружба в колективі»; закріпити навички виконання танцювальних рухів (па галопу, підскоки, біг на півпальцях, біг з підніманням стегна тощо); розвивати музично-ритмічну координацію, вміння емоційно відгукуватись на музику, образну уяву та фантазію; вивчити фрагмент хореографічної картинки «Грати разом – веселіше»; виховувати почуття колективізму та доброзичливого ставлення до всіх членів групи та колективу, вчити цінувати дружбу і поважати

дружні стосунки інших дітей.

Обладнання: CD-програвач, фонограми з піснями про дружбу, кольоровий м'яч.

ХІД ЗАНЯТТЯ

Вступна частина

Діти входять до зали під фонограму дитячої пісні «Что такое доброта?» у виконанні групи «Барбаріки». Виконують привітання (танцювальний уклін).

Педагог. Діти, сьогодні ми з вами вирушимо у подорож до чудової країни під назвою «Доброта», у якій жителі мають найкращі людські якості. Скажіть, будь ласка, які риси характеру притаманні доброзичливій людині? Відповіді дітей.

Педагог. Правильно, це дружба, привітність, вірність, чесність, взаємодопомога та багато інших. І наше заняття ми присвяtimo темі «Дружба».

Діти, як ви вважаєте, що таке дружба? Якими якостями повинен володіти справжній друг? Підніміть руку, хто має справжнього друга. А кого з вас можна назвати справжнім другом? Як ви вважаєте, чи дружня у нас з вами група? А колектив у цілому? Відповіді дітей.

Педагог. Я бачу, що більшість з вас знайомі з поняттям «дружба». І тому ми маємо повне право вирушити в подорож до «Країни доброзичливості», рухаючись «стежками дружби». Ви готові? Тоді станьте рівненько, підтягніться, покладіть руки на пояс і під музику починаємо рухатись по колу.

Розігрів по колу під дитячу пісню «Вот, что значит настоящий, верный друг» (муз. Б. Савельєва, сл. М. Пляцковського).

Діти виконують за вказівкою педагога па марше, руки на поясі; крок на півпальцях, руки підняті догори, кисті зімкнені у замок; крок на п'ятках, руки закладені за голову; перемінний крок на півпальцях та п'ятках, руки закладені за спину; крок з високим підніманням колін, руки на поясі; біг із закиданням гомілки назад та викиданням прямих ніг уперед, руки на поясі; крок на півприсядки, руки зігнуті в ліктях; стрибки по шостій позиції ніг, руки на поясі; дрібний сценічний біг (pascouru), руки у другий заниженій позиції, кисть allenge.

Далі педагог пропонує дітям з кола утворити колону та рухаючись через центр танцювальним кроком «па марше», розійтись

через одного у протилежні сторони до шостої та четвертої точок залу.

З початком музичного супроводу діти по черзі за вказівкою педагога виконують деякі танцювальні рухи та зв'язки. Діти, які стоять з правого боку від педагога (6 точка зали), проходять попереду тих, хто стоїть ліворуч (4 точка зали). Кожна дитина з лівої та правої діагоналі розпочинає рух, пропускаючи два такти. Можна застосовувати оплески всіх дітей на кожний такт музики, що сприятиме організованому виконанню завдання, розвитку уваги та почуття ритму.

Діагональні вправи під пісню «Дружба крепкая» (муз. В. Шаїнського, сл. М. Танича):

Вправа 1. Підскоки, руки на поясі.

Вправа 2. Крок па польки, руки на кожен крок по черзі розкриваються у другу позицію долонями догори і в такому ж порядку закриваються на пояс.

Вправа 3. Крок па галопу, руки на 2 такти розкриваються у другу позицію і на два такти закриваються на пояс.

Вправа 4. Два кроки па галопу, на третій закрити ноги у шосту позицію і закінчити «стрибком з піджатими», повертаючись обличчям у протилежну діагональну точку зали, руки на поясі. Те ж саме виконати з іншої ноги.

Вправа 5. Крок па польки, руки на поясі. Діти зустрічаються в центрі зали, беруться за руки, вільні руки залишаються на поясі і продовжують рухатись разом, відходячи в один бік.

Основна частина

Педагог. Ми з вами добре розігріли м'язи, а зараз проведемо музично-ритмічну гру «Дружнє коло». Для цього нам потрібно побудувати коло.

Діти танцювальним кроком за першими, які стоять в діагоналях, стають у коло.

Педагог. З початком музики ви через одного будете заходити в коло і на перший такт голосно промовляти: «Я твій друг!». Ті, хто залишився на місці, на другий такт повинні відповісти: «І ти мій друг!», виконуючи невеличке присідання.

Діти приймають вихідне положення: перша напіввиворітна позиція ніг (можна виконувати за шостою позицією), руки на поясі. Під музичний супровід «Добрий жук» з кінофільму

«Попелюшка»(муз. А. Спадавенкіна, сл. Є. Шварца) починають виконувати вправу, утворюючи два концентричних кола (коло в колі). Після цього педагог пропонує дітям виконати невеличку танцювальну комбінацію. Діти, які стають у внутрішньому колі, повертаються до дітей, що стоять у зовнішньому.

Танцювальна комбінація (8 тактів, музичний розмір – 4\4)

1-й такт. Три кроки па галопу з правої ноги, на останню долю такту ліву ногу приставити в першу напіввирітну позицію.

2-й такт. Повторити те ж саме, починаючи рух з лівої ноги.

3-й такт : на «раз-два» діти, які стоять у внутрішньому колі, подають спочатку праву, а потім ліву руку тим дітям, що стоять навпроти них у зовнішньому колі; на «три-чотири» – діти, яким подали руки, відповідають на запрошення і кладуть праву, а потім ліву руки на долоні тих дітей, які стоять у внутрішньому колі.

4-й такт. Діти, тримаючись за руки (положення «човник»), виконують з правої ноги три кроки па марше і міняються місцями. На останню долю такту приймають першу напіввирітну позицію ніг.

5-й такт. Діти парами виконують па галопу, рухаючись за годинниковою стрілкою, і на останню долю такту приймають першу позицію ніг.

6-й такт. Виконують па галопу в інший бік.

7-й такт. Дрібним сценічним бігом виконують у парі півтора оберти й утворюють одне коло.

8-й такт. Роблять три оплески і голосно промовляють: «Разом дружній колектив!»

З нової музичної фрази все можна повторити з початку. Тільки діти, які стояли у зовнішньому колі, заходять з початком музики у внутрішнє.

Педагог. Діти, нам вдалося утворити красиве, дружнє танцювальне коло тому, що кожен з вас був уважним, старанно виконував рухи, був привітним до партнера і щиро всім посміхався. Таким чином, ми подолали з вами велику відстань на шляху до «Країни доброзичливості», а тепер час відпочити.

Педагог запрошує дітей розійтися і прийняти зручні пози (можна сісти, лягти), не заважаючи один одному.

Педагог. Поки ми з вами відпочиваємо, давайте пригадаємо, які **вислови про дружбу** вам відомі. Той, хто готовий відповідати, може встати та голосно їх промовити. Відповіді дітей.

Педагог. Молодці, а я ще хочу додати декілька висловлювань про дружбу:

- Друг пізнається і в радості, і в біді.
- Гарний друг – цінний скарб, ворогу ніхто не рад.

Якщо деякі діти були пасивними під час бесіди, педагог може спитати їх, які висловлювання їм більш за все сподобалися або які вони запам'ятали.

Педагог. А що для вас означає «справжній друг»?

Відповіді дітей.

Отже, діти, справжня дружба має будуватись на взаємній повазі, чесному ставленні один до одного, довірі й радості від спілкування.

А зараз я вам пропоную виконати разом зі мною танцювальний комплекс партерної гімнастики під відому вам пісню «Вот, что значит настоящий, верный друг».

Педагог пропонує дітям утворити одне велике коло або стати на лінії і прийняти вихідне положення: сісти, руки на поясі, ноги з'єднані, коліна напружені. З початком музики за показом педагога діти повторюють вправи.

Танцювальний партерний комплекс (48 тактів, музичний розмір – 4/4)

На музичний програш діти, утримуючи вихідне положення, виконують на кожні пів такту нахили голови в ліву та праву сторони.

I-й куплет

1-й такт. Утримуючи рівну спину, напружені коліна і витягнуті носки, на перші півтакту розкрити праву руку в другу позицію й одночасно зробити поворот голови у той же бік, на другі півтакту повторити те ж саме, розкриваючи ліву руку в лівий бік.

2-й такт. На перший півтакт закрити праву руку на пояс, на другий – ліву, голова повертається за рукою.

3-й такт. На перший півтакт витягнути носки й одночасно нахилити голову вперед, на другий півтакт – скоротити стопи, натягуючи їх на себе, і нахилити голову назад.

4-й такт. Повторити попередні рухи.

5-6-й такти. Два колових обертання стопами назовні з одночасними рухами голови по колу за годинниковою стрілкою.

7-8-й такти. Два колових обертання стопами в середину з одночасними рухами голови по колу проти годинникової стрілки.

9-й такт. На перший півтакт розкрити руки в другу позицію, на другий півтакт розкрити ноги якомога ширше в сторони, утримуючи натягнутими коліна та стопи.

10-й такт. На перший півтакт нахилитися вперед, торкаючись руками стоп, на другий – прийняти вихідне положення, закриваючи руки на пояс і стуляючи ноги.

11-й-12-й такти. Повторити рухи попередніх двох тактів.

Програш

1-й такт. На перший півтакт обидві ноги зігнути в колінах і притулити їх до грудей, на другий півтакт коліна розкрити в сторони якомога ширше, спину тримати рівною, руки на поясі.

2-й такт. На перший півтакт коліна стулити, а на другий повернутися у вихідне положення, витягуючи обидві ноги вперед.

3-й-4-й такти. Повторити рухи попередніх двох тактів. На останню долю четвертого такту лягти на спину, розкриваючи руки в сторони на рівень другої позиції (трохи нижче лінії плечей).

II-й куплет

1-й такт. На перший півтакт підняти праву ногу у виворітному положенні (п'яткою догори) з витягнутим носком на рівень 45 градусів, на другий півтакт повернутися у вихідне положення.

2-й такт. На перший півтакт підняти праву ногу у виворітному положенні на рівень 90 градусів, на другий півтакт повернутися у вихідне положення.

3-й-4-й такти. Повторити рухи попередніх двох тактів.

5-й-8-й такти. Повторити рухи попередніх чотирьох тактів, виконуючи махи з лівої ноги.

9-й такт. На перший півтакт розкрити обидві ноги до рівня другої позиції, утримуючи стопи у виворітному положенні, торкаючись мизинцями підлоги, на другий півтакт повернутися у вихідне положення.

10-й такт. На перший півтакт розкрити ноги в сторони якомога ширше, стопи натягнуті, коліна рівні. На другий півтакт прийняти вихідне положення.

11-й-12-й такти. Повторити рухи попередніх двох тактів.

Програш

1-й-4-й такти. Повторити рухи, які виконувалися на попередній програш, тільки в положенні, лежачи на спині. На останню долю такту перевернутися на живіт, руки розкрити в

сторони, грудну клітку трохи підняти.

III-й куплет

1-й такт. На перший півтакт підняти праву ногу у виворітному положенні (п'яткою вниз) з витягнутим носком на рівень 45 градусів, на другий півтакт повернутися у вихідне положення.

2-й такт. На перший півтакт підняти праву ногу у виворітному положенні якомога вище, на другий півтакт повернутися у вихідне положення.

3-4-й такти. Повторити рухи попередніх двох тактів.

5-8-й такти. Повторити рухи попередніх тактів з лівої ноги

9-й такт. На перший півтакт прогнутися в спині, відриваючи руки від підлоги, на другий півтакт повернутися у вихідне положення.

10-й такт. На перший півтакт розкрити обидві ноги в сторони якомога ширше, утримуючи стопи у виворітному положенні, коліна не згинати. На другий півтакт повернутися у вихідне положення.

11-12 й такти. Повторити рухи попередніх двох тактів.

Програш

1-й такт. На перший півтакт розкрити ноги в сторони, на другий півтакт зігнути ноги в колінах і стулити стопи, не відриваючи тулуб і ноги від підлоги.

2-й такт. На перший півтакт ноги розкрити в сторони, витягуючи коліна і стопи, а на другий – повернутися у вихідне положення.

3-4-й такти. Повторити рухи попередніх двох тактів. На останню долю такту прийняти вихідне положення, з якого розпочинався танцювальний партерний комплекс.

Педагог. Молодці, діти, ви старанно виконували вправи. А зараз давайте пригадаємо назви мультфільмів або казок, у яких розкривалася тема дружби та назвемо тих героїв, які можуть служити прикладом справжніх друзів. Відповіді дітей.

Ну що ж, тепер я пропоную вам вільно розійтись по залу і за допомогою рухів, міміки та жестів спробувати передати образ якогось казкового героя так, щоб я могла його впізнати.

Творче завдання «Фантазії на тему казкових героїв»

Звучить музичний супровід – пісня «Нічого на світі кращого немає» з мультфільму «Бременські музиканти», і діти рухами передають уявний казковий образ. По закінченню музики вони

завмирають у виразних позах. Педагог обирає декількох дітей, які найкраще передали образ та зафіксували позу, і пропонує іншим подивитися на творчу імпровізацію обраних дітей, угадати показані ними образи.

Педагог. А зараз я пропоную вам вивчити **фрагмент танцювальної мініатюри «Грати разом веселіше»**. Але спочатку скажіть мені, будь ласка, чому іноді дівчата та хлопці не хочуть грати разом, чому ображають один одного, забирають іграшки? Відповіді дітей.

Саме темі дружби між дівчатами та хлопцями буде присвячено наш танок – полька дружби «Разом грати веселіше!». Послухайте, будь ласка, музичний супровід і скажіть, який він за характером.

Після аналізу музики, педагог пропонує дітям прийняти вихідне положення (дівчата стають одна за одною в шосту точку класу, а хлопці – у другу, всі тримають руки на поясі).

Перша фігура – 16 тактів (музичний розмір – 2\4)

1-16-й такти. Дівчата виходять одна за одною кроком польки й утворюють коло. Дівчина, яка рухається першою, в руках тримає великий різнокольоровий м'яч і на останні два такти заходить у центр кола. Інші дівчата на останній такт повертаються обличчям у коло і стають у першу напіввиворотну позицію, руки залишають на поясі.

Друга фігура – 16 тактів

1-й такт. Дівчина в центрі кола підкидає м'яч угору.

2-й такт. Інші дівчата виконують демі-пліє, руки тримають на поясі.

3-й такт. Дівчина знов підкидає м'яч.

4-й такт. Дівчата роблять два оплески в долоні.

5-8-й такти. Дівчата підскоками утворюють півкола, а дівчина з м'ячем виконує підскоки навколо себе.

9-10-й такти. Дівчина з м'ячем рухається півколом, виконуючи па галопу з правої ноги і на останню долю такту приставляє ногу в першу позицію. Інші дівчата плескають на кожні півтакту в долоні.

11-й такт. Дівчина кидає м'яч тому, навпроти кого зупинилася.

12-й такт. Дівчина, яка піймала м'яч, кидає його назад. Інші дівчата продовжують виконувати оплески.

13-16-й такти. Дівчина з м'ячем повторює рухи попередніх 4-х тактів.

Третя фігура – 16 тактів

1-8-й такти. По передньому плану один за одним підскоками виходять хлопці і заводять навколо дівчини з м'ячем коло. Дівчина стає в центр, притискає до себе м'яч і виконує на кожен такт невеличке присідання («пружинку»), повертаючи голову то в правий, то в лівий бік, наче озираючись навколо. Інші дівчата роблять невеличкі випадки одна до одної, прикладаючи руки до рота (імітують перешіптування).

9-12-й такти. Хлопчики звужують коло, підходячи підскоками до дівчини з м'ячем, і динамічно працюючи при цьому руками, зігнутими в ліктях. Дівчина також робить підскоки, піднімаючи в гору руки з м'ячем. Інші дівчата прикладають руки до голови і на кожні півтакту виконують нахили голови в правий та лівий бік.

13-14-й такти. На один такт хлопці виконують випад з правої ноги у правий бік, піднімаючи руки вгору, щоб забрати м'яч, а на другий такт – випад у лівий бік з лівої ноги. Дівчина робить той самий рух, що і хлопці, відхиляючи м'яч убік (ховає від хлопців). Інші дівчата, рухаючись підскоками, утворюють коло навколо хлопців.

15-й такт. Дівчина кидає м'яч угору.

16-й такт. Всі присідають, залишаються стояти лише дівчина та хлопчик, який піймав м'яч.

Після вивчення першої частини танцю педагог ставить перед дітьми проблемне питання, яке дозволяє визначити, як можна подолати конфлікт між дітьми, чи правильно поведилися хлопці тощо.

Педагог. Мені дуже цікаво було почути ваші міркування щодо змісту нашого танцю. Я навмисно не розповіла вам, чим закінчиться ця танцювальна картинка, бо пропоную всім подумати і запропонувати на наступне заняття варіанти завершення цієї композиції.

Заключна частина

Педагог. Діти, ми сьогодні з вами так багато говорили про дружбу між собою та в колективі. А як ви вважаєте, чи можуть дружити країни? І чи можна назвати українців дружнім народом? Відповіді дітей.

Педагог. Давайте уявімо собі, що наш танцювальний клас – це велика карта світу, а ви – маленькі країни. Зараз подумайте і оберіть назву будь-якої країни, яку ви знаєте або яка вам подобається. Я

прошу вашого дозволу обрати собі назву нашої країни – могутньої, привітної України. А ким будете ви?

Якщо діти не можуть обрати країну, педагог підказує їм і пропонує різні назви, надає коротенькі характеристики, зацікавлюючи тим самим дітей у виборі.

Ми будемо утворювати ланцюжок дружби, до якого будуть поступово приєднуватись усі країни. Я першою розпочну гру і той, кого я оберу, повинен стати попереду, вигадати рух та рухатися ним разом зі мною у пошуку наступної дружньої країни. Таким чином ми зможемо танцювальними рухами об'єднати в дружне коло всі країни світу.

Творча танцювальна гра «Ланцюжок дружби»

Педагог. Ми добре впоралися з цим завданням і показали, що Україна – це дружня і привітна країна, яка бажає об'єднати в міцне коло всі держави світу. А зараз я пропоную вам стати на лінії і підвести підсумки нашого заняття. Та перш ніж розпочати, я хочу зачитати вам вірш.

Що це значить – не дружити,
Жити так, одинаком.
Не дружити – це ходити
Не дверима, а вікном.
Це без друга, без подружки
В роздягальні, у кутку
Розправлятись самотужки
З апельсином нашвидку.
Це дивитись наче в книжку,
Набик з видом кам'яним,
А насправді тишком-нишком
Роздавати штурхани.
В колективі не дружити –
Це, повірте, все одно,
Що, заплющившись, сидіти
І дивитись у вікно.

Діти, чи хотіли б ви бути схожими на людину, про яку розповідається у вірші?

Відповіді дітей.

Добре, тоді скажіть мені, будь ласка, про яку позитивну якість людини ми сьогодні говорили на занятті? Якими рисами характеру

повинен володіти справжній друг? Чи хотіли б ви бути такою людиною?

Відповіді дітей.

Правильно, діти, справжня дружба не знає заздрощів, вона безкорисна. Справжній друг – це той, хто поважає тебе і твої вчинки, вміє зберігати таємниці, завжди готовий прийти на допомогу, розділити з тобою хвилини радості й суму. Знайти справжнього друга – це ще півсправи, необхідно і самому таким стати.

Якщо кожен з вас спробує стати гарним другом, привітним, доброзичливим товаришем, то і колектив у нас буде дружним. А буде дружним колектив, то і країна наша буде єдиною і міцною.

На наступному занятті ми знову завітаємо до «Країни доброзичливості» і продовжимо мандрувати стежками дружби. Нас чекатимуть нові творчі завдання, цікаві ігри, ми дізнаємось з вами, чим же закінчаться взаємовідносини між дівчатками та хлопчиками у танці «Разом грати веселіше» та багато іншого. Якщо у вас буде натхнення та бажання скласти вірш про дружбу в нашому колективі чи про свого найкращого друга, ми з радістю його послухаємо.

Діти виконують уклін і виходять під музику із зали.

Зразки танцювальної інтерпретації українських народних ігор

Українська народна гра «Кіт Васько»

Опис гри: Перед проведенням гри вибирають Кота та кількох мишей. Учасники гри стають у коло. Кіт Васько входить в середину, а Миші стають за колом.

Діти співають перший куплет:

Кіт Васько сіресенький,
Хвостичок білесенький,
Гарний Кіт-воркіт!

Усі діти звичайним кроком йдуть праворуч, а Кіт крадеться, імітуючи м'який котячий крок ліворуч

Діти співають другий куплет:

Лапками вмивається,
Хвостиком втирається,
Пісеньку мурчить

На перший та другий рядки другого куплету діти звужують коло, дивлячись, як Кіт Васько присідає та вмивається. На третій рядок діти розширюють коло.

Діти співають третій куплет:

Дім обходить залюбки,
Загляда в усі кутки,
Очі – блись та блись!

Діти повторюють рухи першого куплету.

Діти співають четвертий куплет:

Сяде й вусами пряде,
Коло нірки мишку жде, -
Мишко, стережись!

Діти, в різних місцях кола піднімають руки вгору, утворюючи для Кота «ворітця». По закінченні слів, «миші» починають бігати через відкриті «ворота» – то в коло, то з кола, а Кіт намагається їх спіймати. Як тільки він спіймає двох-трьох мишей, гра починається з початку. Але вибирають іншого Кота та мишок.

Ігровий танок «Кіт та миші» (6-8 років)

Музичний супровід: українська народна мелодія (музичний розмір – 4/4, кількість тактів – 64).

Зміст танцю (драматургічна побудова).

Експозиція (8 тактів): Мишки роздобули собі великий шмат сиру і задоволені тягнуть його до своєї конури, потираючи лапки та облизуючись. За ними крадеться Кіт, який відчуває запах сиру і сподівається на смачний обід.

Зав'язка (16 тактів): Притягнувши здобич до нірки, Мишки радісно танцюють навколо сиру, погладжують свої животики і тягнуть лапки до смачної їжі. Але раптом вони відчувають небезпеку і бачать, що до них наближається Кіт.

Розвиток дії (24 такти). Мишки лякаються, присідають і збираються в купку. Потім вони утворюють коло, в середину якого забігає одне з мишенят і бере в руки сир, ховаючи його від kota. Мишки починають рухатися колом в один бік, а Котик бігає навколо кола та намагається дістати сир. Мишки починають перекидати та перекачувати сир один одному, дражнячи цим Кота. І коли Васько вже майже дістав сир, маленька мишка хапає його і забігає у «ворітця», які утворюють їй інші мишенята. Пробираючись скрізь лабіринт, Кіт намагається наздогнати здобич, але Мишка знов тікає за допомогою інших. Утворивши купку, Мишки ховають сир, але одним стрибком Кіт опиняється поруч і починається боротьба.

Кульмінація (8 тактів). Миші тягнуть сир в один бік, а Кіт в інший. І ось Васька начеб то одержує перемогу, вириваючи сир, але, не втримавшись, падає, а сир на нього... Маленька мишка підбігає до нього і забирає сир, а інші весело сміються.

Розв'язка (8 тактів). Миші знов вирушають у путь у пошуках більш безпечного місця і несуть з собою свою здобич, а Кіт Васько розлючений та ображений крадеться за ними.....

Опис костюмів: Діти-мишки, одягнені в українські сорочки. Дівчатка мають коротенькі спіднички, фартушки та желетики, а хлопчики – коротенькі шароварчики на підтяжках, які підперезані кушачками. На голові шапочка з вушками, на руках перчаточки без пальчиків. Через плече одягається маленька торбинка з українською вишивкою. Костюм Кота включає сорочку-вишиванку, чорні штани, кушак, перчатки та шапочку з вушками.

Реквізит: великий м'яч, зверху якого одягнено чехол з тканини у вигляді сиру.

Опис танцю: У танці може брати різна кількість дітей, які виконують роль «Мишок» і один хлопчик – «Кіт Васько». Танок побудовано на нескладних українських рухах («колупалочка», «зальотний біг», галоп) та ігрових елементах. Опис рухів можна знайти в книгах з українського народного танцю (В. Верховинець, К. Василенко, А. Гуменюк, Є. Зайцев та ін.).

На початку танцю Миші і Кіт стоять у першій лівій кулісі.

Звучить музичний програш наприкінці якого вибігає Мишка і, побачивши, що вона в небезпеці, кличе інших.

На 1-4-й такти – Миші зграйкою виходять кроком навшпиньках тримаючи попереду руки (лапки), потираючи ними та облизуючись. Одна з них несе (котить) сир. Таким чином, вони проходять по авансцені і заходять у першу праву кулісу.

На 5-8-й такти – широкими м'якими кроками виходить Кіт, який приношується, прислухається і обережно озирається по сторонах. Наприкінці четвертого такту робить стрибок у бік першої правої куліси, показує туди пальцем і стрімко біжить.

На 9-12-й такти – з другої правої куліси, рухаючись спинами, виходять зграйкою Миші, які з задоволенням несуть сир. Опинившись на середині, вони утворюють коло навколо дівчини, яка тримає сир.

На 13-14-й такти – виконують галоп по колу проти годинникової стрілки, піднімаючи при цьому руки в гору, дитина з м'ячем стоїть в середині кола.

На 15-й такт – присідають навколо дівчини, яка кладе сир на підлогу.

На 16-й такт – дрібним бігом відходять назад утворюючи півколо і протягують руки до сиру.

На 17-й такт – виконують «колупалочку» з правої ноги, руки тримають на поясі, а під час притупу потирають долоньки.

На 18-й такт – виконують «колупалочку» з лівої ноги, руки тримають на поясі, а під час притупу потирають животики.

На 19-й такт – виконують «колупалочку» з правої ноги, руки тримають на поясі, а під час притупу тягнуться руками до сиру.

На 20-й такт – дрібним кроком знов підбігають до сиру і піднімають його вгору.

На 20-24-й такти – виконують галоп по колу проти годинникової стрілки.

На 25-28-й такт (змінюється характер мелодії) – з другої правої куліси з'являється Кіт, Миші присідають, ховаючи сир в середині кола.

На 29- 32-й такти – Миші рухаються галопом за годинниковою стрілкою, Мишка з сиром в середині повертається навколо себе, а Кіт рухається по колу «зальотним бігом» проти годинникової стрілки.

На 33-40-й такти починається ігровий момент під час якого Миші перекачують або перекидають сир один одному, а Кіт намагається його схопити. Наприкінці 40 такту, Миші мають утворити «ворітця».

На 41-44-й такти – діти рухаються вперед «зальотним бігом», тримаючи руки вгорі, Мишка з сиром пробігає у «Ворітця», а за нею біжить Кіт.

На 45-48-й такти – дитина знов забігає у ворітця, тільки тепер тягне за собою першу пару дітей, яка чіпляє наступну, таким чином ланцюжок мишенят дрібним бігом біжить назад крізь «ворітця» і Кіт не може дістатися сиру. На принципі 48 такту, діти утворюють зграйку біля третьої лівої куліси. Кіт «зальотним бігом» наздоганяє мишей і хапає сир.

На 49-51-й такти – Кіт і Миші тримаючи сир, починають його тягнути один на одного (на перший такт Кіт робить чотири кроки назад, забираючи сир, на другий – Миші роблять чотири кроки назад, на третій – знов Кіт).

На 52-й такт – Кіт подає на підлогу, вириваючи у Мишей сир. Миші збираються в купку і радяться.

На 53-й такт – показують Коту кулака. Кіт тримає у лапах довгоочікувану здобич.

На 54-55-й такти – сама маленька Мишка підбігає до Кота і забирає сир, мишенята сміються, а Кіт здивовано дивиться вслід знахабнілим мишенятам.

На 56-64-й такти – Мишка повертається і Мишинята як і на початку танцю, рухаючись на півпальцях уходять в третю ліву кулісу, радісно тримаючи сир, а розчарований Кіт піднімається і вирушає за ними....

Дитяча пісня-гра «Ведмедик і лісові звірята»

Опис гри: Діти – Лісові звірята, утворюють замкнене коло і умовно поділяють його на два півкола: перше та друге. Посередині на стільчику (під дубком) спить Ведмедик. Починається пісня. У першому куплеті Лісові звірята обережно ходять у колі зальотним рухом, ніби підкрадаються до того, хто заснув там під «дубком», а на «Цс-с-с!» присідають до землі. У другому куплеті Лісові звірята першого півкола обережно наближаються до центру і на «Цс-с-с!» присідають біля стільчика. У третьому куплеті до першого півкола приєднується й друге, адже Лісовим звірятам дуже цікаво знати, хто ж то все-таки заснув. Хоч Звірята добре стереглись, проте розбудили Ведмедика, впізнали його та й кричать. Лісові звірята кидаються врозтіч, Ведмедик за ними. Кого він спіймає, той сідає замість нього на стільчику (під дубком), і гра починається спочатку.

Хто то спить під дубком,
Ще й накрився кожухом?
Цс-с-с!

Тихо, тихо, не будіть,
То, напевно, спить ведмідь.
Цс-с-с!

Стережіться, бо той гість,
Як устане, всіх поїсть.
Цс-с-с!

Ой, рятуйтесь від біди,
Утікайте, хто куди!
Мета: розвивати у дітей спритність.

Ігровий танок «Ведмідь та лісові звірята» (6-7 років)

Музичний супровід: українська народна мелодія (музичний розмір – 4/4, кількість тактів – 56).

Зміст танцю (драматургічна побудова).

Експозиція (8 тактів): Одного сонячного ранку з великим горщиком меду гуляє по лісу Ведмідь. Він ласує медом, отримуючи велике задоволення від улюблених солодоців, але згодом лягає спати.

Зав'язка (8 тактів): Лісовим звірятам стає цікаво, хто це там спить, тихенькими, дрібними рухами вони наближаються до

ведмедя, намагаючись не розбудити його.

Розвиток дії (32 такти). Упевнившись, що Ведмідь міцно спить Звірята утворюють коло та починають радісно танцювати навколо нього. Потім, побудувавши пів коло, вони дразнять Відмедя, кривляють його, перестрибують через сплячого героя. Але є й ті, що не наважуються підійти до нього.

Кульмінація (14 тактів). Від топоту та шуму лісових звірят, Ведмедь просинається й бачить навколо себе багато насмішливих облич. Він сердиться та хоче впіймати їх. Звірята лякаються та втікають у різні боки.

Розв'язка (2 такт). Ведмедь ловить одного з лісових звірят, віддає йому горщик меду і тепер він стає головним героєм, а гра починається спочатку.

Опис костюмів: Діти-лісові звірята, одягнені в українські сорочки. Дівчатка мають коротенькі спіднички, а хлопчики – коротенькі шароварчики, які підперезані кушачками. У кожної дитини на голові відповідний елемент, який відповідає якомусь лісовому звірю (вушки - зайчик, лисичка, вовк і т.д.) Костюм Ведмедя включає сорочку-вишиванку, коричневі штани, кушак, коротку желетку, шапочку з вушками та хвостик.

Реквізит: горщик з медом.

Опис танцю: У танцювальній грі може брати різна кількість дітей, які виконують роль «Лісових звірят» і один хлопчик – «Ведмедь». Танок побудовано на нескладних українських рухах («зальотний біг», «вихиляс», «присядка») та ігрових елементах. Опис рухів можна знайти в книгах з українського народного танцю (В. Верховинець, К. Василенко, А. Гуменюк, Є. Зайцев та ін.).

На початку танцю Ведмідь стоїть у третій лівій кулісі, лісові звірі – в третій лівій та правій кулісах.

На 1-8-й такт – Повільним кроком виходить ведмідь, тримаючи перед собою горщик з медом, посмакувавши його він приходить на середину зали і вирішує відпочити («засинає»).

На 9-12-й такти – широкими кроками, тримаючись за руки на сцену виходять лісові звірі, утворивши навколо Ведмедя коло.

На 13-16-й такти – невпевненими маленькими кроками діти підходять до ведмедя, та боючись його розбудити повертаються на свої місця. Повторюють це два рази.

На 17-й такт – лісові звірі виконують «зальотний біг»

рухаючись по двох пів колах.

На 18-й такт – утворюють два пів кола за сплячим Ведмедем.

На 19-20 такти – перше пів коло утворивши «ворітця» звичайним бігом рухається назад, друге пів коло навпаки - вперед.

На 21-й-22-й такти – діти виконують «вихиляс» з правої ноги, руки тримають на поясі.

На 23-й-24-й такти – діти виконують «підбивку» з правої ноги, руки тримають на поясі.

На 25-й-28 такти – утворюють два кола навколо Ведмеда, внутрішнє коло виконує «присядку» обличчям до Ведмеда, а зовнішнє коло рухається за годинниковою стрілкою «зальотним бігом».

На 29-й-30-й такти – діти утворюють пів коло.

На 31-й-38 такти – починається ігровий момент де діти дражнять сплячого Ведмеда (перестрибують, кривляють і тому подібне). Наприкінці 38 такту, діти утворюють коло.

На 39-40-й такти – дрібними вистукуваннями рухаються до Ведмеда, руки в кулачках на поясі.

На 41-56-й такти – починається ігрова імпровізація Ведмідь просинається і починає наздоганяти лісових звірят. Наприкінці 56 такту, Ведмідь ловить одного із звірів та віддає йому горщик з медом.

Дитяча пісня-гра «Ой, у полі на роздолі»

Опис гри: У кутку танцювального класу – «заяча нора». Діти кружляють замкненим колом, в центрі якого сидить Зайчик, і співають пісню. На слова «Ой, гоп...» діти підскакують на обох ніжках, приклавши до своїх вух кулачки з витягненими вгору вказівними пальцями. Від слів «Кругом, зайчику...» усі розводять руки в сторони, і кожний обертається один раз доріжкою-кружальцем навколо себе. Ті ж самі рухи виконує і Зайчик, але він не відриває «вуха» від голови. Під спів третього куплету діти припадають на одне коліно і тривожно розповідають Зайчику, що сюди (всі показують рукою в той бік, звідкіля загрожує небезпека) іде Стрілець з Хортами. На слова «Ой гоп...» усі плескають у долоні, щоб сполохати Зайчика, і показують йому правою рукою на «лісок», а лівою на «гайок», де б він міг схватись. Тут на «поле» вибігають два Хорти, а за ними Стрілець. Зайчик тікає. Він бігає,

куди захоче, а Хорти із Стрільцем тільки через відведені для них «ворота». Коли Зайчик побачить, що його ось-ось впіймають, він намагається схватись у своїй «нірці».

Ой, у полі на роздоллі
Вузька борозенка.
Там сиділо зайченятко
Сіреньке, маленьке.

Ой, гоп, зайчику,
Пробудись, пробудись,
Кругом, зайчику,
Подивись, подивись!
Подивися, зайченятко,
На поле рівненьке.
Іде, іде, зайченятко,
Стрілець молоденький.

Ой, гоп, зайчику,
Утікай, утікай
Чи в лісок, чи в гайок,
Бо тут буде тобі край!

Ігровий танок «Ой, у полі на роздоллі» (6-7 років)

Музичний супровід: українська народна мелодія (музичний розмір – 4/4, кількість тактів – 48).

Зміст танцю (драматургічна побудова).

Експозиція (8 тактів): Широкими впевненими кроками мисливець ходить по лісу в пошуках здобичі, але втомившись вирішує відпочити на галявині.

Зав'язка (8 тактів): Неподалік від сплячого мисливця, бігають зайченята. Зайці радісно танцюють та граються один з одним.

Розвиток дії (24 такти). Зайченята відчувають небезпеку бо бачать, як просинається мисливець. Вони лякаються, збираються в купку і присідають, але один зайчик-сміливець, не боїться мисливця та з цікавістю виглядає та дивиться на нього. Потім малеча утворює коло, в середину якого ховають маленького сміливця. Зайченята починають рухатися колом за годинниковою стрілкою, а мисливець намагається дістати сміливого зайця та поцілити в нього рухаючись проти годинникової стрілки.

Кульмінація (8 тактів). Засць тікає від мисливця, але той

одним пострілом цілить у нього.

Розв'язка (8 тактів). Мисливець віддає свою рушницю зайцю і тепер заєць стає Мисливцем.

Опис костюмів: Діти-зайчики, одягнені в українські сорочки. Дівчатка мають коротенькі спіднички, сіренькі перчатки та хвостики, а хлопчики – коротенькі шароварчики, які підперезані кушачками, сіренькі перчатки та хвостики. На голові шапочка з вушками. Костюм Мисливця включає сорочку-вишиванку, чорні штани, кушак, жилетку та головний убір.

Реквізит: рушниця.

Опис танцю: У танці може брати різна кількість дітей, які виконують роль «Зайців» і один хлопчик – «Мисливець». Танок побудовано на нескладних українських рухах («колупалочка», галоп) та ігрових елементах. Опис рухів можна знайти в книгах з українського народного танцю (В. Верховинець, К. Василенко, А. Гуменюк, Є. Зайцев та ін.).

На початку Мисливець знаходиться в третій лівій кулісі, а зайці перших та других лівої та правої кулісах.

На 1-4-й такти – Мисливець з рушницею в руках йде на полювання, він придивляється та озирається навколо себе, в пошуках здобичі. Наприкінці 4 такту мисливець виходить на авансцену.

На 5-й такт – 4 па голопи з лівої ноги.

На 6-й такт – 4 па галопи з правої ноги.

На 7-8-й такти – Позіхаючи мисливець лягає відпочити біля правої першої куліси.

На 9-12-й такти – з правої та лівої перших, других куліс з'являються зайчата перестрибуючи один одного, на 12-му такті вони утворюють дві лінії.

На 13-14-й такт – зайченята виконують «колупалочку» з правої ноги, руки зігнуті в ліктях і знаходяться перед грудьми.

На 15-й такт – виконують маленькі присідання на місці.

На 16-й такт – тримаючи руки на поясі, малеча стрибає навколо себе.

На 17-й такт – виконують па галопу в лівий бік, руки тримають на поясі.

На 18-й такт – виконують па галопу в правий бік, руки тримають на поясі.

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

На 19-20-й такти – зайчата утворюють пари та виконують підскоки навколо себе.

На 21-24-й такти – повторюють рухи 13-16 тактів.

На 25-26-й такти (змінюється характер мелодії) – Мисливець прокидається, бере свою рушницю. Зайченята збираються у купу та присідають.

На 27- 30-й такти – Мисливець наближається до зайчат, один зайчик-сміливець зазирає до нього.

На 31-му такті – головний зайчик вистрибує з купу.

На 32-33-й такти – діти утворюють коло тримаючись за руки, Мисливець навколо кола полює на зайця.

На 34-му такті – зайчик-сміливець встрибує в коло.

На 35-37-й такти – головний заєць знаходиться всередині кола, діти виконують галоп проти годинникової стрілки, а Мисливець стоячи за колом намагається влучити у Зайця.

На 38-й такт – зайчик-сміливець вистрибує з кола.

На 39-40-й такт – Мисливець влучає у зайця, той падає, інші зайчата становляться у купу та з переживанням за свого друга.

На 41-42-й такти – Мисливець підбігає к зайчику, підіймає його.

На 43-44-й такти – вони обіймаються, Мисливець віддає рушницю зайчику і тепер він отримує роль Мисливця.

На 45-48-й такти – зайчики утворюють коло, Мисливець приєднується до них.

Зразки партерних комплексів

Загальнорозвивальний партерний комплекс

Мета: розвивати силу й еластичність різних груп м'язів, рухливість і гнучкість суглобів; удосконалювати техніку виконання вправ цього комплексу; виховувати витривалість, цілеспрямованість, бажання працювати над розвитком і вдосконалюванням свого тіла.

*Вправи на розвиток рухливості гомілковостопних суглобів,
еластичності м'язів гомілки й стопи*

1. Вправа – «Пружина»

В. п. – сісти або лягти на спину.

На «раз-чотири» – максимально напружити підйоми ніг і напружити всі м'язи.

На «п'ять-вісім» – повністю розслабитися.

2. Вправа – «Носочки – п'яточки»

В. п. – сісти, руки в упорі позаду.

На «раз» – носки на себе (стопу скоротити).

На «два» – носки натягнути, намагаючись торкнутися великими пальцями підлоги (коліна утягнені).

3. Вправа – «Силачі»

В. п. – сісти, руки в упорі позаду.

На «раз» – підняти п'ятку правої ноги, максимально витягаючи коліна.

На «два» – повернутися у в. п.

На «три-чотири» – повторити так само з лівої ноги.

Можливий варіант підйому п'ятки за допомогою руки, яка завдяки обхвату носка піднімає п'ятку від підлоги.

4. Вправа – «Вентилятор»

В. п. – сісти, руки в упорі позаду.

На «раз-вісім» – виконати вісім обертань стопами по колу у середину.

На «раз-вісім» – виконати вісім обертань стопами назовні.

*Вправи на розвиток рухливості ліктьових суглобів, підвищення
еластичності м'язів плечей і передпліччя*

1. Вправа – «Тік-так»

В. п. – лягти на спину, руки підняти, пальці в «замок».

На «раз» – перевести руки у правий бік.

На «два» – повернутися у в. п.

На «три-чотири» – так само повторити ліворуч.

2. Вправа – «Гойдалка»

В. п. – сісти на підлогу, руки в упорі позаду, ноги зігнути в колінах.

На «раз-чотири» – підняти таз і подати його вперед до п'ят.

На «п'ять-вісім» – повернутися у в. п.

3. Вправа – «Ловкач»

В. п. – сісти на підлогу, ноги трохи розкрити в сторони, руки зібрати за спиною, пальці в «замок».

На «раз-три» – на кожний рахунок пружними рухами нахилитися вперед, піднімаючи руки вгору.

На «чотири» – повернутися у в. п.

4. Вправа – «Надувайся, міхур»

В. п. – встати на коліна, ноги трохи розставити та узятися руками за п'ятки.

На «раз-чотири» – підняти таз уперед, розгорнути плечі й прогнутися.

На «п'ять-вісім» – повернутися у в. п.

Вправи на розвиток виборітності ніг

1. Вправа – «Неваляшка»

В. п. – сісти, ноги зігнути, коліна розкрити назовні, стопи з'єднати, руками триматися за пальці ніг.

На «раз-два» – перекотитися праворуч.

На «три-чотири» – перекотитися ліворуч.

2. Вправа – «Метелик»

В. п. – як у попередній вправі, руки на колінах.

На «раз-три» – пружними рухами опускати коліна якомога ближче до підлоги.

На «чотири» – повернутися у в. п.

3. Вправа – «Трактор»

В. п. – сісти, ноги зігнути, коліна розкрити назовні, стопи з'єднати й утворити 1 позицію, руки тримають стопи.

На «раз-чотири» – зберігаючи 1 позицію ніг, підтягти стопи руками до себе, згинаючи ноги в колінах.

На «п'ять-вісім» – зберігаючи те ж положення стоп, повернутися у в. п.

4. Вправа – «Жабка»

В. п. – лягти на живіт з упором на передпліччя, коліна зігнути, стопи разом.

I варіант: спину максимально вигнути назад, намагаючись стопи та стегна утримувати на підлозі.

II варіант:

На «раз-чотири» – випрямити ноги, з'єднавши їх разом.

На «п'ять-вісім» – повернутися у в. п.

Вправи на розвиток рухливості тазостегнових суглобів і еластичності м'язів стегна

1. Вправа – «Складка»

В. п. – сісти, ноги витягнути вперед, коліна максимально напружити.

На «раз-три» – нахилитися вперед, не згинаючи колін, намагатися грудьми торкнутися ніг.

На «чотири» – повернутися у в. п.

2. Вправа – «Дотягнися до цукерки»

В. п. – сидячи на підлозі, ноги максимально розвести в сторони, коліна втягти, носки напружити.

На «раз-три» – нахилитися вперед, намагаючись доторкнутися грудьми до підлоги та дотягтися до уявної цукерки.

На «чотири» – повернутися у в. п. (якщо дитині вдалося торкнутися підлоги, вона один раз лясає в долоні, якщо ні – знизує плечима).

3. Вправа – «Ведмедик клишавий»

В. п. – сісти з опорою на лікті позаду, ноги розставити й зігнути в колінах.

На «раз-три» – опустити праве коліно в середину, намагаючись торкнутися ним підлоги й утримуючи сідниці на підлозі.

На «чотири» – повернутися у в. п.

На «п'ять-вісім» – повторити те ж з лівої ноги.

Рух можна виконувати двома ногами одночасно.

4. Вправа – «Маятник»

В. п. – лягти на спину, ноги з витягнутими колінами підняти вгору (не відриваючи від підлоги сідниці). Руки розкинути в сторони.

На «раз-два» – опустити обидві напружені ноги праворуч.

На «три-чотири» – повернутися у в. п.

**Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік**

На «п'ять-вісім» – повторити те ж ліворуч.

Вправи на розвиток гнучкості хребетного стовпа

1. Вправа – «Киця»

В. п. – упор на колінах.

На «раз-два» – округлити спину, голову опустити вниз.

На «три-чотири» – вигнутися, нахилити голову назад.

2. Вправа – «Киця лізе під забор»

В. п. – упор на колінах.

На «раз-чотири» – згинаючи руки, по черзі торкаючись грудьми, животом, стегнами, проповзти вперед, у положення «упор лежачи».

На «п'ять-вісім» – прогинаючись у попереку й поступово округляючи спину, повернутися у в. п.

3. Вправа – «Равлик»

В. п. – лягти на спину, руки вздовж тіла.

На «раз-чотири» – поставити ноги на підлогу за головою, коліна не згинати.

На «п'ять-вісім» – повільно повернутися у в. п.

4. Вправа – «Кошичок»

В. п. – лягти на живіт, ноги трохи розвести в сторони та зігнути в колінах, руками узятися за стопи.

На «раз-чотири» – намагатися випрямити ноги, піднімаючи верхню частину тулуба.

На «п'ять-вісім» – повернутися у в. п.

5. Вправа – «Посміхнися сонечку»

В. п. – лягти на живіт.

На «раз-чотири» – опираючись на руки, прогнутися назад, згинаючи ноги в колінах і намагаючись дістати стопами до голови.

На «п'ять-вісім» – повернутися у в. п.

Партнерний танцювальний тренаж

Мета: розвивати силу та еластичність стоп, формувати танцювальну форму підйому, виробляти виворітність тазостегнового й гомілковостопного суглобів, гнучкість хребетного стовпа, силу черевного пресу з метою підготовки тіла дитини до засвоєння рухів класичного тренажу; розвивати увагу, пам'ять, уміння співвідносити музику й рух; виховувати інтерес та емоційне відношення до цього

комплексу.

1. Вправа

В. п. – сісти, руки в упорі позаду, ноги з'єднані, коліна напружені.

На «раз» – стиснути пальці обох ніг.

На «два» – натягнути підйоми.

На «три» – стиснути пальці.

На «чотири» – підняти носки вгору (скоротити стопу).

Можливе під час виконання вправи словесне проказування послідовності дій: «крючечки – носочки – крючечки – прасочки».

2. Вправа

В. п. – те ж, що й у попередній вправі.

На «раз» – не згинаючи колін, розкинути скорочені стопи в сторони.

На «два» – зберігаючи положення ніг, натягнути носки, торкаючись мизинцями підлоги (1 позиція ніг).

На «три» – згинаючи ноги в колінах, підвести стопи мизинцями до себе, п'ятки відірвати від підлоги.

На «чотири» – повернутися у в. п.

3. Вправа

В. п. – те ж, що й у попередній вправі.

Кругові обертання стопами всередину й назовні.

4. Вправа

В. п. – упор, сидячи на колінах, стопи щільно притиснути одна до одної.

На «раз-два» – випрямляючи руки в ліктях і ноги в колінах, встати на пальці, п'ятки й носки утримувати разом.

На «три-чотири» – повернутися у в. п.

5. Вправа

В. п. – лежачи на спині, руки розкрити в сторони долонями вниз, ноги разом.

На «раз-два» – зігнути праву ногу в коліні та підтягнути її до рівня коліна лівої ноги (ніби виконуючи «passe»).

На «три-чотири» – повернутися у в. п.

На «п'ять-вісім» – повторити те ж з лівої ноги.

На «раз-два» – зігнути обидві ноги в колінах і підтягти їх до себе, залишаючи коліна на підлозі, а стопи утримуючи разом.

На «три-чотири» – повернутися у в. п.

На «п'ять-вісім» – повторити той же рух, згинаючи одночасно обидві ноги.

Та ж комбінація повторюється, лежачи на животі.

6. Вправа

В. п. – лежачи на спині, руки направлені в сторони долонями вниз, ноги в першій позиції.

На «раз-два» – підняти праву ногу вгору, сильно натягаючи коліна й стопи обох ніг (за принципом *battement tendu* уперед).

На «три-чотири» – повернути у в. п. (1 виворітну позицію).

На «п'ять-вісім» – повторити те ж з лівої ноги.

На «раз-два» – направити праву ногу вбік до рівня 2 позиції, так, щоб носок був натягнутий, а мизинець торкався підлоги (за принципом *battement tendu* убік).

На «три-чотири» – повернутися у в. п.

На «п'ять-вісім» – повторити все з лівої ноги.

Та ж комбінація виконується лежачи на животі. У цьому випадку нога рухається за принципом *battement tendu* назад і вбік.

7. Вправа

В. п. – те ж, що й у попередній вправі.

На «раз» – підняти ногу вгору з натягнутим коліном і носком.

На «два» – скоротити підйом, утримуючи натягнутим коліно.

На «три» – знову натягнути носок.

На «чотири» – повернутися у в. п.

Та ж комбінація повторюється убік і назад (лежачи на животі).

8. Вправа

В. п. – лежачи на спині, руки підняти вгору, долоні в «замку», тулуб напружений.

На «раз-два» – зберігаючи нерухомою нижню частину тіла, нахилитися, не роз'єднуючи долоні й не згинаючи руки в ліктях праворуч (розтягуючи бічні м'язи тіла).

На «три-чотири» – повернутися у в. п.

На «п'ять-вісім» – повторити все в лівий бік.

Виконавши бокові нахили 8 разів, включити в рух роботу ніг (ноги в напруженому стані рухаються в напрямку до рук: якщо нахил праворуч, то й ноги рухаються у правий бік, при цьому стегна слід утримувати на підлозі).

Та ж комбінація повторюється в положенні «лежачи на животі».

9. Вправа

В. п. – сидючи на підлозі, ноги разом, коліна напружені, носки

натягнуті.

На «раз-два» – нахилитися вперед, обхоплюючи руками стопи, та не згинаючи ніг торкнутися грудьми колін.

На «три-шість» – зафіксувати положення.

На «сім-вісім» – повернутися у в. п.

10. Вправа

В. п. – лежачи на спині, руки над головою, ноги зібрані, стопи витягнуті.

На «раз-два» – піднятися до положення сидячи, руки залишити вгорі.

На «три-чотири» – нахилитися вперед, як у попередній вправі.

На «п'ять-шість» – повернутися в положення сидячи, трохи прогинаючись у спині, руки вгорі.

На «сім-вісім» – повернутися у в. п.

11. Вправа

В. п. – лежачи на животі, руки спереду, ноги зібрані, стопи витягнуті.

8 разів – підняти верхню частину тулуба, утримуючи ноги на підлозі в нерухомому положенні.

8 разів – підняти ноги, не згинаючи їх у колінах, утримуючи нерухомою верхню частину тулуба.

8 разів – одночасно підняти верхню частину тулубу та ноги.

На «раз-вісім» – зафіксувати положення попередньої комбінації («човник»).

12. Вправа

В. п. – лежачи на спині, руки й ноги направлені в сторони.

На «раз-два» – носки обох ніг загнути усередину, коліна не згинати.

На «три-чотири» – стопи скоротити й розкрити їх назовні, торкаючись мізинцями підлоги.

Повторити ту ж комбінацію, лежачи на животі.

13. Вправа

В. п. – лежачи на спині, руки вгорі, ноги зібрані, носки натягнуті.

На «раз» – одночасно підняти праву ногу й тулуб до положення сидячи, руки тягти до носка правої ноги (видих).

На «два» – повернутися у в. п. (вдих).

На «три-чотири» – повторити все з лівої ноги.

Повторити ту ж комбінацію, лежачи на животі.

14. Вправа

В. п. – сидячи на підлозі, ноги максимально направлені в сторони,

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

коліна напружені, носки натягнуті, мизинці торкаються підлоги.

На «раз-три» – нахил тулуба до правої ноги, зберігаючи вихідне положення ніг.

На «чотири» – повернутися у в. п.

На «п'ять-сім» – нахил тулуба вперед, грудьми торкаючись підлоги.

На «вісім» – повернутися у в. п.

На «раз-вісім» – повторити те ж в інший бік.

15. Вправа

В. п. – лягти на спину, ноги підняти вгору під прямим кутом (носки й коліна натягнуті).

На «раз-два» – розкрити максимально ноги в сторони, коліна не згинати.

На «три-шість» – зафіксувати положення.

На «сім-вісім» – повернутися у в. п.

Корекційно-профілактичний партнерний комплекс

Мета: розвивати м'язи, які згинають та розгинають тулуб, зміцнювати склепіння стопи та формувати його правильне положення; виховувати свідоме відношення до виконання вправ.

Вправи для хребетного стовпа

(профілактика й корекція сутулості, поперекового лордозу, сколіозу)

1. Вправа

В. п. – сісти, ноги зігнути в колінах, руки розкрити в сторони.

На «раз-два» – повернути тулуб убік, руки за головою, лопатки звести, лікті назад.

На «три-чотири» – повернутися у в. п.

На «п'ять-вісім» – повторити в інший бік.

2. Вправа

В. п. – лягти на спину, руки підняти вгору, над головою.

На «раз» – ноги зігнути та притулити коліна руками до грудей.

На «два» – повернутися у в. п. і потягнутися руками вгору, м'язи максимально напружити.

3. Вправа

В. п. – сісти, схрестивши ноги «по-турецьки», руки розкинути в сторони.

На «раз» – нахилитися у правий бік, праву руку схвати за спину, а ліву підняти вгору.

На «два» – повернутися у в. п.

На «три» – нахилитися вперед, руки в сторони.

На «чотири» – повернутися у в. п.

На «п'ять-шість» – повторити рух, який виконувався на рахунок «один-два» у лівий бік.

На «сім» – нахилитися назад, руки зібрати спереду в замок.

На «вісім» – повернутися у в. п.

4. Вправа

В. п. – лягти на спину (на живіт), руки вгорі, кисті зібрати в «замок», ноги разом.

На «раз» – верхню частину тулуба нахилити в правий бік, нижня частина – не рухлива.

На «два» – повернутися у в. п.

На «три-чотири» – повторити те ж у лівий бік.

5. Вправа

В. п. – упор, сидячи на колінах.

На «раз-два» – спину прогнути, голову максимально підняти вгору.

На «три-чотири» – спину вигнути, голову опустити вниз.

6. Вправа

В. п. – встати на коліна, руки уздовж тіла.

На «раз-два» – витягнути праву ногу вперед – убік на носок і нахилитися до неї, при цьому лівою рукою торкнутися носка правої ноги.

На «три-чотири» – повернутися у в. п.

На «п'ять-вісім» – повторити те ж з лівої ноги.

7. Вправа

В. п. – встати на коліна, руки на поясі.

На «раз-два» – праву ногу зігнути в коліні й виставити вперед, спину прогнути назад.

На «три-чотири» – повернутися у в. п.

На «п'ять-вісім» – повторити те ж з лівої ноги.

*Вправи на зміцнення ресорної функції стопи
(профілактика та корекція плоскостопості, клишоногості)*

Дивись перелік вправ, спрямованих на розвиток рухливості гомілковостопних суглобів, еластичності м'язів гомілки й стопи, запропонованих у загальнорозвивальному партерному комплексі та

партерному танцювальному тренажі.

Вправи на профілактику та корекцію особливостей будови ніг

1. Вправа (для Х-подібних ніг)

В. п. – лягти на спину, ноги максимально напружити, руки уздовж тіла.

На «раз-два» – розкинути ноги в сторони «циркулем», носки натягнуті, коліна тримати ледь зігнутими.

На «три-чотири» – повернутися у в. п., приділяючи увагу максимальному напруженню стоп і колін.

2. Вправа (для О-подібних ніг)

В. п. – теж, що й у попередній вправі.

На «раз-два» – розкинути ноги в сторони, при цьому намагатися якомога довше утримувати з'єднаними стегна й коліна.

На «три-чотири» – вертаючись у в. п., першими варто з'єднати коліна.

Парний партерний комплекс

Мета: розвивати силу та еластичність різних груп м'язів, формувати вміння виконувати вправи в парі; виховувати свідоме відношення до виконання вправ, поважливе ставлення до партнера.

Вправа 1. (м.р.4/4)

В.п. – діти сидять спина до спини, торкаючись лопатками та головами, долоні на підлозі, ноги зігнуті в колінах.



На 1-2 такти – одна дитина виконує нахил назад, розслаблюючи хребет, а інша тягнеться вперед під її вагою.

На 3-4 такти – повернутися у вихідне положення.

На 5-8 такти – повторити теж саме в іншому напрямку.

*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

На 9-24 такти - повторити вправу 3 рази.



Вправа 2. (м.р. 4/4)

В.п – діти сидять спина до спини, руки піднімають вгору, ноги витягують в колінах, стопи натягують.



*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

На 1-2 такти – перша дитина береться за зап'ястя другої, згинає ноги в колінах, піднімає таз вгору і лягає на партнера, який нахилиється під вагою вперед.

На 3-6 такти – пауза.

На 7-8 такти – повернутися у вихідне положення.

На 9-16 такти – повторити вправу в іншому напрямку.

На 17-32 такти – повторити вправу.

Вправа 3. (м.р. 4/4)

В. п. – діти сидять спина до спини, долоні на підлозі, коліна та стопи витягнуті.

На 1-2 такти – спираючись на ліву руку, діти піднімають праву руку вгору за принципом колового port de bras через ліве плече, прогинаються вбік і лягають на ноги партнера.



На 3-4 такти – пауза (лежать на ногах партнера).

На 5-6 такти – повертаються у вихідне положення, виконуючи попередні рухи у зворотному порядку.

На 7-8 т. – вихідне положення.



*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

На 9-16 такти – повторюють вправу в інший бік.

На 17-32 такти – повторюють виконання вправи.

Вправа 4. (м.р. 4/4)

В. п. – діти сидять обличчям один до одного і тримаються за руки, ноги рівні в колінах, стопи торкаються партнера.

На 1-2 такти – один партнер тягне на себе другого, обидва утримують каліна рівними.

На 3-4 такти – другий партнер тягне на себе першого.

На 5-16 такти – вправа повторюється декілька разів.



Вправа 5 (м.р. 4/4)

В. п. – діти сидять обличчям один до одного, ноги рівні в колінах широко розставлені в сторони, стопи торкаються партнера.

На 1 такт – діти беруть один одного за праві руки.

На 2 такт – відкривають ліві руки в сторони.

На 3-4 такти – нахилиються в правий бік і торкаються лівою рукою стопи партнера.



*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*

На 5-6 такти – пауза (зберігають положення).

На 7-8 такти – повертаються у вихідне положення.

На 9-16 такти – беруться лівими руками і виконують вправу в протилежному напрямку.

На 17-32 такти – повторюють вправу.

Вправа 6 (м.р. 4/4)

В. п. – діти сидять обличчям один до одного і тримаються за руки, ноги зігнуті в колінах і притиснуті до грудної клітини.

На 1-2 такти – діти торкаючись стопами, піднімають протилежні ноги вгору, витягуючи коліна (за принципом *developpe*).



На 3-4 такти – пауза.

На 5-6 такт – повернутися у вихідне положення.

На 7-8 такти – збереження вихідного положення.

На 9-16 такти – діти виконують вправу з іншої ноги.

На 17-32 такти – повторити виконання вправи, піднімаючи одночасно вгору дві ноги.



Ілюстрації навчально-творчого процесу

«Моделювання художнього образу над успішним розвитком артистичних здібностей» театр-студія «Музична казка» ЦЕВ Хортицького району м. Запоріжжя, керівник – Учкіна Надія



Імпровізаційна поза-
зупинка на
тему «Радість»

Імпровізаційна поза-
зупинка на тему «Злість»

Імпровізаційна поза-
зупинка на тему «Подив»



Танцювальна комбінація «Кошеня»



Танцювальна комбінація «Павучок»



Фотоматеріали з архіву ансамблю естрадного танцю «МарЛен»



Довгоочікувана посвята в члени колективу





Пуф-пуф САМОВАР



*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*



**Вчимо дорослих бути дітьми (Всеукраїнський науково-практ. семінар
«Інноваційні технології в сучасній дошкільній освіті», 2013 р.)**



Перед виступом



Створюємо настрій перед виступом



*Теорія і методика роботи з дитячим хореографічним колективом:
дошкільний вік*



На сцені як вжитті





Улюблені казки



Навчальне видання

МАРТИНЕНКО Олена Володимирівна

**ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА РОБОТИ З ДИТЯЧИМ
ХОРЕОГРАФІЧНИМ КОЛЕКТИВОМ:
ДОШКІЛЬНИЙ ВІК**

Навчальний посібник

Літературний редактор та коректор *О.І.Попова*
Комп'ютерна верстка *О.В.Мартиненко*

Надруковано з оригінал-макету, наданого автором

Підписано до друку 2014 р.
Формат А 4. Папір офсетний.
Гарнітура «Book Antiqua». Друк – лазерний.
Ум. друк. арк. 12.77.
Наклад 100 прим. Зам. № 2

Адреса редакції:
71100 м. Бердянськ, Запорізька обл., вул. Шмідта, 4

Свідоцтво про внесення до Державного реєстру суб'єкта видавничої
справи ДК № 2961 від 05.09.2007 р.