здобувач наукового

ступеня кандидата наук,

доцент кафедри хореографії

Національної академії керівних кадрів

культури і мистецтв

**Климчук Лілія Миколаївна**

8(067) 766-82-62; 280-45-57 lelio@mail.ru

ІНТЕГРАЛЬНИЙ ПІДХІД ДО ВИКЛАДАННЯ ХОРЕОГРАФІЧНИХ ДИСЦИПЛІН У ДИТЯЧИХ НАВЧАЛЬНИХ ДОШКІЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ.

Результати естетичного виховання засобами хореографії, як і будь-якого іншого, залежить від методів викладання. При правильно обраній та науково обґрунтованій методиці, що будується з урахуванням єдності форми і змісту при провідній ролі змісту, природні задатки дитини виявляються, розвиваються, формуються різносторонньо.

Навчальний процес будується на активній взаємодії педагога з дітьми. Після детального пояснення і показу чергового завдання, яке повинно викликати у дітей яскраві танцювальні враження, педагог зосереджує свою увагу на тому, як вони виконують це завдання, як проявляються їхня активність, почуття, мобілізується увага і, особливо, як діти перемагають труднощі при засвоєнні матеріалу.

Педагогіка хореографії виконує не тільки загальноосвітні виховні функції, а й оздоровчі, оскільки здійснює і фізичне виховання. Від фізичних вправ залежить виховний і оздоровчий ефект уроку. Організація діяльності забезпечується добором методичних прийомів, що викликають у дітей бажання творчості. До них належать: *показ, зразок, словесний метод, музичний супровід, ігровий метод змаганя, метод виховання підсвідомої діяльності.* Повноцінна творча діяльність не може протікати без участі підсвідомості. Чим багатша підсвідомість, тим яскравіше, несподівано у момент творчого процесу вона підкаже рішення, яке не підкаже свідомість. Виховання підсвідомої діяльності починається з дошкільного віку, і відбувається воно шляхом накопичення вражень – зорових, слухових, чуттєвих.

Мета курсу “Хореографічні заняття для дітей дошкільного віку”полягає в наданні дітям основ практичного відтворення природних рухів людини у танцювальній формі. В процесі навчаннядіти ознайомлюються з критеріями відтворення опимальних рухів людини. Танець – генетично сформоване мистецтво самовираження людини засобами оптимально – гармонійного руху. Форма в танці існує для того, щоб реалізовувати гармонію руху, намагаючись поєднуювати оптимальну взаємодію усіх тілесних структур, при допомозі активації яких можливе більш яскраве вираження емоційних станів людини. Кожна людина, ще з давних – давен, підсвідомо виражає свій емоційний стан на даний момент життя тілесними рухами. І таким чином генетично формувалась м”язова пам”ять вираження різних емоцій (радості, нудьги, скорботи, гніву, захоплення та ін.), тобто своєрідна мова танцю.

Оптимальний рух проявляється в гармонійній взаємодії структур (опорно – рухового апарату, нервової системи), функцій (активізація м’язів) та роботи (виконання дії). Щоб добитись оптимального, гармонійного руху потрібно намагатись до покращення його в декількох напрямках:

* в якості руху;
* в кількості та амплітуді руху;
* в гармонії та координації міх всіма частинами тіла;
* в цілісності участі усього тіла;
* рух має виглядати природнім, а не завченим.

Таким чином, рух оптимальний та гармонійний в будь-який проміжок часу в тому випадку, коли кожна його складова виконується з оптимальною швидкістю та адекватним зусиллям:

* рух може бути зупинений в будь якому положенні та направлений в протилежному напрямку (поверненість);
* рух виконується з мінімальною витратою енергії;
* рух може відбуватись в будь-який час та в будь-якому місці з мінімальною попередньою підготовкою;
* рух може здійснюватись в будь-якому напрямку, з мінімальною швидкістю та без напруження;
* напруження та розслаблення ритмічно чергуються;
* окремі частини тіла відчувають мінімальне природне зношення;
* виникає суб”єктивне відчуття легкості.

На хореографічних заняттях для дітей проводиться робота над розвитком необхідних для відтворення оптимальних танцювальних рухів та фізичного вдосконалення вмінь та навичок. Це вправи на звільнення від напруги м’язів та суглобів, що покращують поставу, рухливість та гнучкість. Заняття техніками дихання тонізують внутрішні органи, поглиблюють процес дихання, стимулюють циркуляцію крові. Крім того, вони розвивають рівновагу, координацію та відчуття центру ваги, що є необхідним для виконання рухів у будь-якому віці. Також є важливим врахування особливостей виховання окремо хлопчиків і дівчаток. Психофізичні аспекти викладення матеріалу можуть значно відрізнятись. Тому, я вважаю, є доцільним періодично проводити заняття окремо тільки для хлопчиків і окремо для дівчаток.

Під час занять:

- використовуються основні паттерни позицій тіла у положеннях стоячи, сидячи, лежачи та перехід з одного положення в інше;

- приділяється увага роботі м’язів, хребта та суглобів при виконанні нахилів корпусу вперед та вниз, у прямому та зігнутому положеннях;

- освоюється положення тіла у коллапсі та застосування його при виконанні танцювальних рухів;

- освоюється робота м’язів, суглобів рук та ніг при переміщенні з прямого положення в зігнуте та з однієї позиції в іншу;

- проводиться ознайомлення з положеннями “contraction” і “release” та основами доцентрового та відцентрового рухів тіла;

- розкриваються такі поняття ‘заземленість’, ‘витягнення’, ‘паралельність’, ‘імпульс побудження до дії’, ‘паттерн’, ‘коллапс’, ‘вектор напрямку руху’, ‘розкриття’, ‘центр ваги’,' флекс (flex)';

- ведеться цілеспрямоване ознайомлення з видами дихання та апробація їх при виконанні танцювальних рухів;

- приділяється значна увага на вміння дитини виконувати впевнено систематизовані та імпровізовані танцювальні рухи.

 Головними завданнями, які має вирішувати педагог у роботі з дітьми дошкільного віку, є: виховання самостійності, активності, ініціативи, уяви, фантазії творчості, музичності. Діти повинні оволодіти першими навичками колективних шикувань в іграх і танцях, засвоїти основні рухи ходи, бігу, підстрибування і найпростіших танцювальних рухів. З перших днів занять дітям треба прищеплювати культуру рухів і робити це слід не поспішаючи, не перевантажуючи їх зайвими зауваженнями і нагадуваннями.,

Комплекс рухів для дітей цього віку:

* рівномірно ходити під музику, починаючи з п’яти, не ковзаючи по підлозі;
* уміти ходити відповідно до контрастного характеру музики, з динамічними відтінками (голосно, тихо);
* плескати в долоні у різних ритмах, поєднуючи оплески з кроками на місці та дихальними вправами;
* легке (трамплінне) підстрибування на обох ногах на місці та з невеликим просуванням вперед і обертаючись навколо себе (на кожну чверть і на дві чверті такту);
* легкий біг з підстрибуваннями та руками в сторону та вгору, з фіксованими зупинками у різних положеннях;
* найпростіші образні рухи тварин (зайчика, кицьки, лисички, ведмедя, птахів, курчат, каченят) та рослин.
* оволодіння найпростішими елементами танцювальних кроків: перемінний крок, бічні кроки;
* кружляти по одному і парами, тримаючись за обидві руки;
* рух в простих побудовах під музику (ноги ставити з п’яти): в одній шерензі, парами, по четверо, в колі;
* утворювати великих і невеликих кіл. В танцях і хороводах перешиковування врозсип з кола і навпаки;
* танцювання парами;
* гра в сюжетні ігри спочатку без супроводу, потім із музичним супроводом. Привчаючи дітей до організованої гри, педагог пропонує сюжет; пізніше діти самі придумують його;
* ведення хороводів, дотримуючись послідовності малюнків танцю та вміння вступати у сольні імпровізовані танцювальні етюди;
* виконання танцювальних рухів у дуже повільному та швидкому темпах.

У дошкільнят увесь кістково – м’язовий і зв’язковий апарати ще досить слабкі, перебувають у стадії розвитку, і тому не слід їх перевантажувати. У дітей в цьому віці ще недостатньо розвинені стопи, а ще молодші тримають їх майже паралельно. Розгортання стопи з віком поступово збільшується, що зумовлено співвідношенням частин тіла і центром ваги. Зважаючи на це, на заняттях не можна форсувати формування виворотності, а слід проводити навчання у не виворотних позиціях. З віком дитини розвивається і її можливість до більш складного технічного виконаня стрибка. Починаючи з шести років, симетричні рухи ніг при поворотних стрибках зберігають задане положення. До шести років стрибки слід використовувати обережно. Швидкість рухів залежить від швидкості протікання фізіологічних процесів у нервово-м’язовому апараті і центральних відділах нервової системи. Паралельно з віком, розвитком дитини зростає і швидкість ходи. У своїй роботі педагог-хореограф повинен все це враховувати і не перевтомлювати дітей невідповідними їхнім психофізіологічним можливостям темпами і тривалістю занять.

Точність відтворювання м’язового напруження у дошкільнят – просто мала, як і здатність нервової системи до більш тривалого підтримання стану безперервного збудження нервових центрів при статичному напруженні. Тому не можна дітей дошкільного віку ставити в статичну позицію на тривалий час, як, наприклад, заняття біля станка у формі, загальноприйнятній для класичного танцю (екзерсис на одну руку у виворотному положенні). Виходячи з цього, педагог повинен пам’ятати , що тривалі навантаження під час вивчення танцю в одному і тому ж ритмі давати не слід, а треба чергувати їх з фазами переключення, відновлення і стимуляції моторики у вигляді більш легких м’язових зусиль.

У дітей дошкільного віку процеси збудження переважають над процесами гальмування. Відчуття і сприйняття у них розвиваються інтенсивно і випереджають розвиток мислення. У віці п’яти – шести років відбуваються істотні зміни і у вищій нервовій діяльності дитини: підвищується роль слів і словесних образів, підсилюється значення усвідомленої дії. У дітей трьох – шести років домінує ігровий рефлекс. Від п’яти до шести років, крім ігрового рефлексу, рефлекторним підсиленням виступає слово, дійове мислення пов’язане із словесним.

Найсильнішим засобом в розвитку, тренуванні і діяльності всіх функцій нервової системи дошкільнят є гра. У грі вони пізнають життя, ігрові прийоми загострюють у них інтерес до об’єкта, посилюють увагу, розумову діяльність і емоційну сферу. Цей період у житті дітей – період розвитку фантазії і уяви. Вони все можуть собі яскраво уявити і так само легко “увійти” в образ.

У п’ять років інтенсивно розвиваються основні властивості нервової системи: сила, рухливість, врівноваженість; концентруються послідовні внутрішні гальмування, що впливають на процеси збудження і стають стійкішими. У цей період для педагога відкриваються нові можливості в системі навчання і виховання. Поведінка дитини – це процес вироблення систем умовних зв’язків і рефлекторних актів. Педагогу для правильного проведення навчального процесу треба знати, які види подразників і форми їхнього підсилення відповідають кожній віковій категорії.

Аналіз форм відтворення танцювальних рухів доводить, що людина здійснює танець, спираючись на здатність до самоконфігурації себе у рухах. Феномен танцю як одна з форм буття людини не може бути пояснений, якщо не враховувати, що в його складовій є рефлекторний імпульс побудження до дії. Він також не може бути розкритий, якщо виходити тільки з уявлень про навики відтворення танцювальних рухів, які формуються у танцюючої людини в процесі пізнання себе та навколишнього світу. Так що ж все таки визначає потребу та здатність людини до танцю? Дослідження феному танцю – як явища, єдиного в своєму роді, можливе при розгляді його цілісності з світосприйняттям людиною внутрішнього та зовнішнього середовищ, в єдності з суттю танцю, яка передається нам у досвіді поколінь та сприймається органами чуттів.

В межах своїх можливостей мені хотілося б ознайомити слухачів з різними напрямками вдосконалення виконавців танцю у Європі та поза нею. Передусім, на мій погляд , заслуговують на увагу вправи на досягнення ритму на основі елементів африканського танцю, техніка виконання рухів американського джазового танцю, дослідження Дельсарта відцентрових та доцентрових реакцій в поведінці людини, досягнення Станіславського в царині “фізичної дії”, біомеханічний тренінг М. Александера та біоенергетична теорія О. Лоуена, відчуття руху за методом М.Фельденкрайза. Та особливо мені хотілося б зосередити свою увагу, після ознайомлення з різними світовими школами танцю та творчою діяльністю відомих хореографів, на поєднанні сучасної лексики високого ступеня технічного виконання з елементами оптимального локомоторного руху. Тому і метод роботи, за яким я прагну працювати – це не зліпок запозичених по різних країнах прийомів та знань, не дивлячись на те, що я користуюсь інформацією та використовую елементи рухів інших танцювальних систем у створенні хореографічних композицій, наприклад, для хореографічної студії “Леліо” кафедри хореографії НАКККіМ, але трансформуючи та адаптуючи їх, враховуючи те, що я особисто вихована в традиціях української школи класичного та народно-сценічного танцю. Сутність методу в тому, що я намагаюсь не тільки навчити танцівника виконувати показані рухи, але й забезпечити вміння побудови так званого “арсеналу виразних засобів”, тобто, гармонійність рухів та положення тіла, пластичну виразність й міміку обличчя, динаміку, ритм та темп виконання руху, поняття роботи у просторовому малюнку, розуміння драматургії композиції танцю. Це не дедуктивний метод, що синтезує вміння, увага тут концентрується скоріш на духовному процесі виконання руху, якому присутні і крайності, і повне саморозкриття, але не з погляду егоцентризму на принципах самозакоханості власними переживаннями (надмірна емоційність), а навпаки, якби процесу добровільної самопожертви. Це техніка інтеграції усіх духовних та фізичних сил, які проходять еволюцію від первісних інтимно-містичних сфер до сучасних духовно-релігійних. Мова хореографічної творчості є універсальною формою осмислення буття, яка дає змогу людям вступати в комунікативні зв’язки одне з одним в процесі самопізнання та пізнання навколишнього світу.

 І тому інтегральний підхід до викладання хореографічних дисциплін у дитячих навчальних дошкільних закладах має велике значення. Бо від нас залежить, яку суть ми передаємо нашим дітям, відтворюючи рухи тіла у різних танцювальних формах. Мій досвід показує мені, що виховання дітей за критеріями оптимальних природних рухів людини має вагомий вплив на їх розвиток та самоідентифікацію у суспільстві в цілому.