

КООРДИНАЦИЯ ВСЕХ ЧАСТЕЙ ТЕЛА

Разработка занятия по пластике для детей 6–7 лет

В театральных учебных заведениях понятие «сценическая пластика» включает комплекс дисциплин: ритмика, основы сценического движения, акробатика, координация, танец.

«Актёру мало зажечь искренним чувством, надо уметь его выявить, воплотить. Для этого должен быть подготовлен и развит весь физический аппарат», — утверждал К.С. Станиславский.

В рамках студии раннего развития ребёнка «Солнышко» наша задача скромнее — помочь детям уверенно чувствовать себя под взглядами зрителей, быть пластичными, уметь контролировать свои движения.

Природа движений человека крайне сложна и многогранна. Тем более, когда речь идёт о движениях ребёнка на публике. Когда пропадает естественность движений? В жизни мы, кроме главных движений, делаем ещё и целый ряд вспомогательных. Например, мы идём. В это время руки двигаются в ритме шагов, туловище слегка поворачивается в разные стороны, шея, голова — всё участвует в этом процессе. Но вот нам надо пройти под взглядами зрителей. Волнение, страх — и мускулатура зажимается, и мы, выполняя главное движение, не делаем вспомогательных, и пропадает естественность движений, а зачастую и элементарная координация. Координация — это способность логически и последовательно выполнять движения для осуществления действий. Именно развитию этого качества посвящён большой раздел в теме «Пластика».

Занятие «Координация всех частей тела»

Занятие проводится в группе третьего года обучения, возраст детей — 6 лет.

Цели:

- снятие мышечных зажимов;

- развитие ассоциативного мышления через создание пластических образов;
- развитие общей двигательной и двигательноречевой координации.

Задачи:

- подготовить физический аппарат ребёнка к пластическому тренингу;
- разучить новую координационную комбинацию;
- закрепить скороговорку с движениями «бык тупогуб, тупогубенький бычок»;
- разбудить воображение и фантазию через выполнения пластических упражнений;
- развить навык создания ассоциативных образов.

Необходимое обеспечение:

- просторный класс, застеленный ковровым покрытием;
- музыкальный проигрыватель CD;
- мультимедийная установка с экраном для показа наглядного материала.

Принципы:

— **Последовательность и системность** — одни из ведущих. Имеют в виду непрерывность и регулярность занятий (два раза в неделю). Иначе наблюдается снижение уже достигнутого уровня умелости. Систематические занятия дисциплинируют ребёнка, приучают его к регулярной работе.

— **Доступность и индивидуализация** — предусматривают учёт возрастных особенностей и возможностей ребёнка и в связи с этим определение посильных для него заданий.

— **Постепенное повышение требований** — заключается в постановке перед ребёнком и выполнении им всё более трудных новых заданий, в постепенном увеличении объёма и интенсивности нагрузок. Обязательным для успешного обучения является чередование нагрузок с отдыхом.

— **Сознательность и активность** — для успешного достижения цели ребёнку необходимо представлять, что и как нужно выполнить и почему именно так, а не иначе.

— **Повторяемость материала** — только при многократном повторении образуется двигательный стереотип. Эффективность занятий выше, если повторение вариативно, т.е. в упражнения вносятся какие-либо изменения и предлагаются разнообразные методы и приёмы их выполнения, что вызывает интерес, привлекает внимание детей, создаёт положительные эмоции.

— **Наглядность** — безукоризненный практический показ движений педагогом.

— **Детоцентризм** — превращение ребёнка в равноправного субъекта образовательного процесса путём формирования партнёрских отношений в группе, взаимного уважения.

Методы обучения

1. Музыкальное сопровождение как методический приём (наглядно-слуховой) — дети не могут самостоятельно научиться чувствовать музыку. Педагог своими пояснениями может помочь детям приобрести умения согласовывать движения с музыкой. Правильно подобранная музыка несёт в себе эмоции, которые маленькие исполнители проявляют в движении.

2. Наглядно-зрительный метод применяется для того, чтобы конкретизировать впечатления, разбудить фантазию, проиллюстрировать незнакомые явления, образы. Зрительная наглядность должна сочетаться со слуховой, помогать слуховому восприятию (практический показ педагога, видеозаписи).

3. Словесный метод — с помощью слова можно углубить восприятие музыки, сделать его более осмысленным, образным. Особенностью словесного метода в музыкальном воспитании дошкольников является то, что здесь требуется не бытовая, а образная речь для пояснения музыки. «Слово должно настроить чуткие струны сердца... Объяснение музыки должно нести в себе что-то поэтическое, что-то такое, что приближало бы слово к музыке», — писал В.А. Сухомлинский.

4. Импровизационный метод — имеет смысл постепенно подводить детей к возможности импровизации, т.е. свободного, непринуждённого движения, как подсказывает музыка. Используется, как правило, на старшем дошкольном возрасте. Главное — не мешать детям импровизировать. При этом необходимо следить, чтобы движения совпадали с музыкой. Педагог должен тактично направлять внимание ребёнка на подлинный характер музыки, на поиск собственных красок и оттенков в исполнении.

5. Социоигровой метод — у шестилетних детей игра — ведущий вид деятельности. Следовательно, занятия должны быть так составлены, чтобы они напоминали игру, но отвечали задачам, которые необходимо решить на данном этапе.

6. Практический — упражнения, этюды.

7. Репродуктивный — показ педагога и повторение воспитанниками упражнений.

Ход занятия

1. Организационный момент

- Приветствие педагога. Он интересуется, как спалось ребятам, спрашивает, все ли выспались и, выслушав ответы, предлагает ребятам вспомнить, как они, проснувшись утром, потягиваются на кровати, можно даже позевать (*на экране — зевающее солнышко*).
- Затем педагог предлагает поздороваться с солнышком: поднимаем руки высоко вверх, поднимаемся на носочки, всем телом тянемся к солнышку и произносим: «Здравствуй, солнышко!» (*на экране — улыбающееся солнышко*).
- Здравуемся с травой под ногами: наклоняемся вперёд, колени прямые, пальчиками стараемся дотронуться до пола и произносим: «Здравствуй, травушка!» (*на экране — картинка травы и цветов*).
- Здравуемся с плечиками: сначала кладем левую руку на правое плечико и говорим: «Здравствуй, правое плечико!», затем правую руку на левое плечо со словами: «Здравствуй, левое плечико!», то же самое делаем с коленками и ушами.

Наряду с организационным моментом данные упражнения делаются также в качестве обязательной разминки мышц перед выполнением пластических упражнений, а также тренируют элементарную координацию движений детей.

2. Повторение пройденного материала

(На слайде изображение облаков)

- Педагог предлагает ребятам снова отправиться на полянку. Добираться туда мы будем на лошадке: вытягиваем обе ручки перед собой, цокаем как лошадки (одновременно с каждым щелчком языка все пальчики по очереди встречаются с большим пальцем).

Упражнение из пальчиковой гимнастики развивает речь и пластические возможности кистей рук. При выполнении упражнения необходимо следить за четкой последовательной работой каждого пальца, а также за тем, чтобы сами руки были неподвижны во время движения пальцев.

- Падаем на травку, чтобы отдохнуть, закрываем глаза, по команде педагога поднимаем по очереди правую руку и правую ногу, левую руку и левую ногу, правую руку и левую ногу, левую руку и правую ногу и т.д. (в самых разных комбинациях), по хлопку педагога открываем глаза.
- Что мы видим на небе? На что похожи облака?

А каким бывает ветер,
 Вы, ребята, мне ответьте?
 Ветер яростным бывает,
 Тучи по небу гоняет,
 Мутит воду в синем море
 И бушует на просторе.
 Ветер ласковым бывает,
 Он листочками играет... (П. Трошиной)

С облаками он играет
 В чудеса их превращает... (Н. Килеевой)

- Педагог превращает девочек в облака, летящие по небу, а мальчики угадывают, на что похоже облако каждой девочки (*звучит музыка*).

Этюд «Облака» (тоже с мальчиками-облаками).

- Теперь вы все облака, пока звучит музыка, но как только завоет ветер, вы превращаетесь в фантастическое существо, которого не бывает.

Этюд «Превращение в фантастическое существо»

Ветра вовсе не бывает,
 Он тихонько засыпает.
 В небе, в облаке ночном
 Он находит тихий дом. (П. Трошиной)

(*Звучит спокойная музыка, «дети-облака» спокойно опускаются на пол, замирают. На экране изображение поляны с пасущимся стадом коров*).

- На полянке мы видим много разных коров, давайте превратимся в большую корову, лениво жующую траву, в молодого телёнка, скачущего по всей поляне, в большого сердитого бодливого быка (*на экране изображение бычка*).
- Педагог предлагает вспомнить скороговорку про бычка, сначала произносит её сам, потом все ребята хором: «Бык тупогуб, тупогубенький бычок, у быка белая губа была тупая!». Затем повторяем комбинацию движений: на слова «бык», «бычок», «быка» — приседание на полной стопе, руки впереди; на слова «тупогуб», «тупогубенький» и «тупа» — низкий наклон туловища вперёд, колени ровные. Ребята выполняют упражнение один раз вместе и затем по одному.

Важно, чтобы ребёнок выполнил всё от начала до конца верно, поэтому необходимо повторять данное упражнение двигательноречевой координации с некоторыми детьми по два-три раза.

1. Основная часть

- Педагог проверяет координацию и внимание ребят: просит их поднять вверх левую руку, а сам поднимает левую ногу, или просит их вытянуть руку вперёд, а сам поднимает её вверх, затем предлагает им попробовать правой рукой похлопать себя легонько по макушке, а левой рукой погладить себя круговыми движениями по животу.

По окончании упражнения задаются вопросы: «У кого получилось?», «В чём трудность выполнения упражнения?», педагог объясняет ребятам, что нам нужно тренировать наши части тела двигаться одновременно, но в разных ритмах, и тогда наше тело будет слушаться нас, и всё обязательно получится.

- Разучиваем новую координационную комбинацию с показом педагога:

— правая рука на четыре счёта повторяет серию движений:

- на раз — вытягивается вперёд;
- на два — сгибается от локтя к груди;
- на три — отводится в сторону;
- на четыре — опускается вниз.

Сначала отдельно разучивается комбинация только для правой руки с несколькими повторами:

— левая рука выполняет комбинацию на один счёт короче:

- на раз — вытягивается вперёд;
- на два — отводится в сторону;
- на три — опускается вниз.

Отдельно разучивается комбинация только для левой руки с несколькими повторами.

- Теперь медленно под счёт вместе с педагогом соединяем движения обеих рук.

Комбинация рассчитана на двенадцать счетов, при верном выполнении на последний счёт обе руки опустятся одновременно вниз. Необходимо повторить данную комбинацию не менее трёх раз с педагогом, прежде чем предлагать ребятам попробовать выполнить её самостоятельно.

2. Самостоятельная работа

- Педагог предлагает ребятам распределиться стайкой по площадке, так, чтобы никто никому не мешал, и занять любые удобные позы с закрытыми глазами. Поочерёдно включая три разноплановых музыкальных отрывка, педагог предлагает ребятам определить характер музыки, пофантазировать над тем, где и при каких обстоятельствах мог бы звучать данный музыкальный фрагмент, нарисо-

вать в воображении картину и рассмотреть её внимательно, перенестись внутрь созданной картины. По команде ребята начинают двигаться в характере музыки, пробуют в движениях тела выразить настроение, состояние, атмосферу. В движении должны быть заняты все части тела: руки, ноги, голова, корпус. Упражнение заканчивается по хлопку.

- Беседа по данному упражнению. Педагог задаёт всем ребятам вопросы:

1. «Что вы видели вокруг себя, когда звучал данный музыкальный отрывок?»
2. «Какие звуки, кроме музыки, были слышны вокруг вас?»
3. «Были ли вы одни или с вами был кто-то ещё?»
4. «Кем вы были на момент начала движения?»
5. «Какие эмоции вы испытывали, двигаясь под этот музыкальный отрывок?»

Необходимо добиться, чтобы каждый ребёнок выразил в словах возникшие в процессе выполнения упражнения ощущения и впечатления. Обязательно нужно выслушивать ребёнка до конца, задавая ему дополнительные наводящие вопросы.

При обсуждении упражнения поочерёдно должны прозвучать все музыкальные отрывки. На экране в это время появляются отвечающие эмоциональному настрою картинки, заранее подготовленные педагогом.

3. Заключительная часть

- Повторение пройденного на занятии: педагог предлагает воспитанникам вспомнить и перечислить всё, что было сделано. Интересуется, что понравилось больше всего и что было самым сложным для каждого ребёнка.
- Ещё раз повторяем новую координационную комбинацию. Педагог просит детей повторять её дома перед зеркалом хотя бы один раз в день.
- Заполняем оценочную карту эмоционального восприятия.
- Прощание: делаем глубокий вдох, рука поднимается вверх, потом к груди, низкий поклон и протяжно говорим как можно ниже, как Дед Мороз: «До свидания!». Ещё один вдох и поклон и протяжно говорим на среднем, грудном регистре, как Снегурочка: «До свидания!».

Рекомендации

Работая с дошкольниками, следует помнить об особенностях восприятия детей этого возраста: быстрая утомляемость, рассеянное внимание,

неспособность к длительной концентрации на одном и том же действии, явлении. Поэтому занятия с малышами длятся не более 30 минут, с последующим обязательным перерывом.

При входе воспитанников в класс педагогу необходимо в самом начале занятия сконцентрировать их внимание для того, чтобы в дальнейшем быть услышанным детьми. Сделать это можно с помощью упражнения на внимание «Поймай хлопок» или с помощью простого диалога на любую тему.

В ходе урока необходимо постоянно чередовать упражнения по виду деятельности и степени активности: таким образом, предупреждается преждевременная утомляемость, и, кроме того, воспитанники приучаются к быстрому переключению внимания.

На протяжении всего учебного процесса педагогу следует всеми силами избегать того, чтобы быть скучным, пассивным, безликим учителем. Дошкольники желают видеть перед собой экспрессивного, в меру весёлого и строгого педагога-актёра, который способен превратить каждый урок в увлекательную сказку. Именно таким педагогам дети платят огромной любовью и высокой результативностью.

Перед педагогом стоит нелёгкая задача — из разрозненных детей с разными психическими и физиологическими особенностями, из зачатую уже в таком раннем возрасте эгоцентричных индивидуальностей создать на своих занятиях доброжелательный коллектив, в котором эти индивидуальности смогут самовыразиться не в ущерб окружающим. Создание творческой доброжелательной обстановки — это очень важный момент, который ни в коем случае нельзя упускать из вида на протяжении всего процесса обучения.

В работе с детьми дошкольного возраста неотъемлемым качеством педагога-воспитателя является гибкость. Невозможно во главу угла ставить строгое, безвариативное выполнение поставленных целей. В любой момент, в зависимости от настроения детей и степени восприятия ими того или иного материала, педагог должен быть готов изменить направление или вид деятельности, вернуться к уже знакомому материалу, чтобы не нарушить комфортного самоощущения ребёнка на занятиях по мастерству актёра.

Важно, чтобы педагог на своих занятиях всячески поощрял самостоятельные решения воспитанников, творческие находки, необычные решения.

Педагогу необходимо учитывать разную степень усвоения материала, решая эти вопросы с помощью с помощью заданий, соответствующих возрастным и психологическим особенностям каждого ребёнка.

В конце каждого занятия педагог должен сделать выводы, подвести итоги. Педагог должен постараться в каждой детской работе найти положительные моменты, мягко указать на наиболее часто повторяющиеся ошибки, отметить лучшие работы, т.е. вносить в работу соревновательный элемент.

С первого же занятия важно заинтересовать малышей, вызвать у них желание заниматься. Для этого необходимо тщательно продумать методические приёмы, которые могут решить поставленную задачу.

Сначала предстоит научить детей красиво и осознанно двигаться в соответствии с характером музыки, сделать связь музыки с движением привычной, естественной. Для этого нужно с самого начала включить в занятия простые, интересные, доступные для детей упражнения. В этом смысле очень хорошо использовать движения, имитирующие характерную походку животного, элементарные жесты, мимику, пантомимику, соответствующую определённому настроению человека.

Обучение движению обычно начинается с его названия, показа и объяснения техники. Это необходимо для создания зрительного образа и последующего осмысления движения. Объяснение движения должны быть лаконичными, целенаправленными, понятными. В работе с детьми 3–4 лет необходимо использовать наглядность: картинки, иллюстрации книг, игрушки, наблюдение за живым объектом.

Нельзя долго задерживать внимание детей на одном упражнении. Занятие не должно быть монотонным, лучше, если они будут проведены в форме игры.

Для развития у детей выразительности, артистичности, фантазии следует включить в занятия музыкальные этюды и игры. В качестве музыкального оформления подбирается такой репертуар, который будет понятен и доступен для детей. Это могут быть произведения русских и зарубежных классиков, русские народные мелодии.

Заканчивать занятия необходимо заданиями на расслабление, несложными танцевальными упражнениями, этюдами из простых движений.

Во время звучания музыкального произведения нежелательно считать вслух, так как это притупляет восприятие мелодии ребёнком. Взрослый может показать движения под музыку, затем дать возможность малышу повторит их, вслушиваясь в музыку.

Занятия нужно проводить увлекательно, в динамике, чтобы дети уходили с чувством удовлетворения.

Объяснения должны быть негромкими, но эмоциональными.

Анализ проведённого занятия

Анкета для педагога

1. Были ли достигнуты в ходе занятия поставленные Вами цели и задачи? В каком процентном соотношении? _____
2. Возникали ли во время занятия затруднения в понимании или выполнении детьми каких-либо упражнений и заданий? Если да, то по какой причине? _____
3. Как вы оцениваете собственную готовность к проведению занятия? (по пятибалльной системе) _____
4. Как вы оцениваете готовность воспитанников к усвоению данной темы? (по пятибалльной системе) _____
5. Укажите в процентном соотношении, насколько дети хорошо усвоили данную Вами тему:

Отлично: _____

Хорошо: _____

Удовлетворительно: _____

Неудовлетворительно: _____

1. Оцените степень внимания детей на протяжении всего урока (по пятибалльной системе) _____
2. Оцените дисциплину на протяжении всего занятия (по пятибалльной системе) _____
3. Что бы Вы изменили, улучшили в своём занятии, если бы Вам пришлось проводить его ещё раз? _____

Оценочная карта занятия для детей

Оценочная карта даётся детям в конце каждого занятия. Ребятам предлагается оценить проведённое занятие по эмоциональному фону. Для этого им нужно нарисовать на одном большом листе любой цветок, выбирая цвет в зависимости от эмоционального впечатления, которое оставил у них урок:

- Синий цветок — скучно.
- Зелёный цветок — интересно.
- Красный цветок — весело.