

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЦЕНТР ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЫ» МОСКОВСКОГО РАЙОНА  
ГОРОДА КАЗАНИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ  
АРТ-ТЕХНОЛОГИЙ НА УРОКАХ ХОРЕОГРАФИИ  
В УСЛОВИЯХ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

Авторы:  
**Валиуллина Татьяна Петровна,**  
педагог дополнительного образования  
МБУДО «Центр внешкольной работы»  
Московского района г. Казани,

## Оглавление

1 Введение	3
2 Актуальность методической рекомендации	4
3 Цель и задачи рекомендации	5
4 Творческие задания	6
5 Психофизический тренинг на снятие эмоциональной закрепощенности	9
6 Заключение	13
7 Список литературы	13

## Введение

В рамках этой статьи хочу обратиться к такому педагогическому средству как арт-технологии. Арт-технологии – это совокупность форм, методов и средств различных видов искусства, направленных на развитие творческого потенциала личности в образовательном процессе. Арт-технологии называют также художественно-творческими технологиями, подразумевая под ним совокупность знаний, умений, навыков и способов деятельности педагога, которые позволяют воздействовать на личность ребенка (подростка) средствами художественного творчества. В педагогическом контексте использования арт-технологий обычно говорят об арт-педагогике – обучении и воспитании средствами различных видов искусств. Однако, следует четко разграничивать понятие арт-технологий с понятием арт-терапия. Они, конечно, имеют много общего, но пользуясь одними средствами, решают разные задачи. Арт-терапия направлена на психологическую коррекцию и лечение, в свою же очередь арт-технологии способствуют достижению целей и решению задач развития личности и ее образования.

На важную роль искусства в работе с детьми и подростками указывали представители зарубежной педагогики Э. Сеген, Ж. Демор, О. Декроли, а также отечественные ученые Л. С. Выготский, А. И. Граборов, Е. А. Екжанова, Т.С. Комарова и др. Они утверждают, что художественная деятельность детей обеспечивает их сенсорное развитие, формирует мотивационно-потребностную сторону их продуктивной деятельности, способствует развитию восприятия, произвольного внимания, воображения, речи, мелкой моторики, коммуникации. Восприятие произведений искусства может приносить приятные впечатления и способствует преобразованию негативных эмоций в позитивные. Образы художественного творчества отражают все виды подсознательных процессов, включая страхи, внутренние конфликты и воспоминания детства.

Арт -технологии сейчас находятся в стадии становления и активного применения в образовательном процессе. Они активно развиваются и занимают свою нишу в системе общего и дополнительного образования. Согласно

определению А.Б. Афанасьевой «арт технологии – это научно-педагогические технологии, основанные на интегративном применении различных видов искусства в образовательном процессе в целях эффективного воспитательного воздействия на личность учащегося». Арт -технологии разрабатываются на основе комплекса ведущих идей идеи гуманизма, креативности, интегративности и рефлексивности. Задают ориентацию для практической деятельности арт -педагога. Кроме того, они реализуются в процессе невербального общения, что важно и ценно для тех детей, которые не расположены к открытому общению, не всегда могут словами выразить свои внутренние переживания. Благодаря использованию арт -технологий, каждый ребёнок делает собственные открытия, выходит за рамки привычного, увлекается, создавая уникальные художественные образы; обобщает эстетические представления об окружающем мире; сможет найти новых друзей, снять стрессовое напряжение, сократить адаптивный период вынужденной смены места жительства и обучения; выстроить доброжелательные отношения с ровесниками и взрослыми; восстановить физическое здоровье, улучшить душевное и духовное самочувствие.

#### **Актуальность методической рекомендации**

В наше время основой современных образовательных стандартов становится формирование у обучающихся базовых компетенций: информационную (умение искать, анализировать, применять информацию для решения проблем); коммуникативную (умение эффективно сотрудничать с другими людьми); самоорганизацию (умение ставить цели, планировать, ответственно относиться к здоровью, полноценно использовать личностные ресурсы); самообразование (готовность конструировать и осуществлять собственную образовательную траекторию на протяжении всей жизни, обеспечивая успешность и конкурентоспособность), всё это подтверждает то, что образование процесс непрерывный, который сопровождает нас всю жизнь. Поэтому применение процесса арт -технологий в образовании состоит не только в поддержании на должном уровне ценностей общества, но и в его

обогащении, развитии. Отмечено, что используя на уроках хореографии моменты театрализации, игры, музыкального и литературного сопровождения, повышает эффективность учебного процесса, способствует лучшему усвоению знаний. Учащийся способен не только понять, но и прочувствовать о чём говорит педагог.

### **Цель методической рекомендации**

Описать опыт педагогической деятельности по применению арт – технологий для повышения качественного и эффективного обучения в хореографии.

### **Задачи**

включают в себя создание позитивного, мотивированного процесса обучения и воспитания, а также условий личностного развития. Способствуют осознанию жизненных ресурсов; развитию и активизации творческого потенциала; обучению навыкам саморегуляции; обучению коммуникативным навыкам; развитие сферы восприятия.

### **Целевая группа**

Настоящий педагогический опыт может быть применён в условиях образовательного процесса (в практике преподавания предметов гуманитарного и художественного циклов – литературы, музыки, изобразительного искусства, интегрированных уроков) и внеурочной деятельности обучающихся, в условиях реализации моделей внеурочной деятельности в школе полного дня, в системе дополнительного образования детей, в работе волонтеров и т.п.

### **Проектное решение**

В деятельности педагога- хореографа одним из важных направлений является работа над постановкой концертных номеров. Это тематические и сюжетные танцы, представляющие собой хореографические спектакли сюжетами которых могут служить картины художников, песни, сказки, басни, стихотворения. В которых действуют разнохарактерные сценические образы, требующие от учащихся определённого уровня актёрского мастерства.

Используя определённую роль в хореографическом или театральном представлении, танцор, как и актёр, как бы уподобляет себя лицу, от имени которого он действует в танцевальной композиции. Создаёт особое игровое пространство. С целью создания в танце наиболее убедительных образов учащимся на занятиях могут быть предложены различные задания. Сочинить и проиграть этюды в различных жанрах: комедия, трагедия, фарс; составить целевой тематический комплекс актёрских упражнений, помогающий в хореографическом произведении. Как показывает практика, развитие творческой активности, воображения и фантазии учащихся хорошо осуществляется с помощью игр-путешествий, игр-импровизаций, творческих заданий, вызывающий у ребят интерес, желание фантазировать, переживать воображаемые ситуации. Импровизацию можно рассматривать как средство обучения танцу, как способ поиска нового, развития творческих способностей, творческой фантазии, ассоциативного мышления и ритмопластической свободы. Творческие задания могут быть индивидуальными и коллективными. Результатом выполнения творческих заданий является продукт, отличающийся новизной, оригинальностью, уникальностью.

### **Творческие задания**

Большую роль в коллективе имеет доброжелательная обстановка. Чувство доброты, эмоциональная комфортность в данной среде воспитывается делами. Важно, чтобы каждый воспитанник мог расслабиться и почувствовать внутреннюю психологическую свободу и умел доверять своим товарищам. Детское творчество тесно связано с игрой, с поиском нового интересного и необычного, и, способствует больше саморазвитию ребенка, чем самореализации. В процессе творчества, как и в игре, ребенок стремится опробовать разные роли. Система творческих заданий помогает детям войти в образное содержание выбранной роли, а перевод образа из одного художественного ряда в другой уйти от общих шаблонов и развить ассоциативное мышление. Построение заданий от частного к общему

предполагает общение детей по поводу созданного, то есть его исполнения и восприятия.

### **Упражнения на доверие и релаксацию**

В процессе выполнения приведенных ниже упражнений дети обретают доверие друг к другу, становятся спокойнее и внимательнее.

• *Дети выстраиваются таким образом, чтобы один стоял спиной к тем, кто будет его ловить.*

За его спиной 4-5 человек договариваются, кто будет держать голову, кто ловит лопатки, кто "мягкое место" падающего. Задача падающего назад, доверить себя другим детям, и упасть "столбиком", не прогибаясь.

**Методический комментарий:** это упражнение можно использовать не только для развития доверия, но и как тест на доверие. По моим наблюдениям, дети, малообщительные в коллективе, не очень доверяют своим товарищам, а ребята, имеющие задатки лидера, падают, не раздумывая.

В старшем возрасте, когда дети физически сильнее, можно использовать падение со стула. Те, кто ловит должны четко исполнять свои роли ловящих, не забывая об ответственности за товарища.

• *Дети лежат на полу на спине, ноги и руки раскрыты в сторону.*

Задание 1.

Надо представить себя разбитым яйцом в состоянии, когда желток смешался с белком и получилась расплывающаяся и растекающаяся масса непонятно чего.

Задание 2.

Надо представить себя разбитым яйцом в состоянии, когда желток остался круглым, а белок растекся.

Задание 3.

Надо представить себя разбитым яйцом в состоянии, когда яйцо внезапно разбили на раскаленную сковороду.

**Методический комментарий:** умение расслабляться поможет в последствии снять физические зажимы на сцене. А последнее задание, как правило, вызывает бурю эмоций. Можно дать возможность детям по очереди понаблюдать за фантазией друзей.

• *Дети делятся на пары.*

Задание 1.

Один лежит на полу и представляет себя расплывшимся яйцом. Другой входит в роль скульптора и лепит лежащего, представляя его в роли пластилина или песка, как дети часто это делают на пляже. Начинает с ног, аккуратно проходя коленные чашечки, переходит на руки, вылепливая каждый пальчик, заканчивает головой. Потом дети меняются местами.

**Методический комментарий:** помимо релаксации, это упражнение развивает доверие того, кого лепят, к тому, кто лепит. Дети учатся доверять друг другу через физические ощущения. Это упражнение является начальным тренингом в технике контактной импровизации. Упражнение не такое скучное, как кажется с первого раза. У всех, практически, деток присутствует чувство щекотки, они начинают хихикать, в такие моменты снимается психологическое напряжение между мало общающимися детьми.

Задание 2.

И.П. то же. Теперь, стоящий отрывает медленно от пола по очереди ноги, руки, а потом и голову, лежащего от пола, пытаясь почувствовать, насколько лежащий расслабил эту часть тела. А тот, который лежит, пытается максимально расслабиться и довериться стоящему.

**Методический комментарий:** если лежащему удаются хорошо расслабиться, дети удивляются особенно тому, что голова бывает такой тяжелой.

• *Дети сидят на полу в свободной удобной позе.*



Делается глубокий вдох, взгляд в потолок, на выдохе голова опускается подбородком на грудь, при этом максимально расслабляются мышцы шеи и есть ощущение, что за головой тянется верхний отдел позвоночника. Это упражнение делается раз 7-8.

**Методический комментарий:** при правильном исполнении должно быть ощущение, что голова с каждым разом делается все тяжелее. В данном случае снимается шейный мышечный зажим. Умение расслаблять мышцы шеи избавит, в последствии, ребенка от последствий нагрузок на верхний и шейный отдел позвоночника.

• *Дети стоят по не выворотной II поз ног. свободно, руки опущены вниз.*

Поочередно в свинге расслабляем мышцы шеи, плечи, грудную клетку, поясницу, постепенно опускаясь вниз. В таком положении, полностью расслабляясь, медленно поднимаемся обратно. Здесь надо добиться достаточной свободы позвоночника. Релаксация позвоночника, распределение расслабления путем освоения технического принципа джаз-модерн танца: rolldown- rollup (скручивания).

### **Психофизический тренинг на снятие эмоциональной закрепощенности**

**Методический комментарий:** в качестве эксперимента на занятиях вводился тренинг актерского мастерства, который был проработан на основе психофизического тренинга актерского мастерства, разработанного на кафедре Московского института культуры и искусств педагогом Клубковым Сергеем Вячеславовичем. Тренинг содержит элементы системы Станиславского, и был адаптирован к применению в детских творческих коллективах.

В результате занятий снимается этот страх, раскрывается внутренний мир, рушатся стереотипы, штампы, формируется креативное

индивидуальное мышление. Данный тренинг необходим для раскрытия творческого потенциала любого учащегося. Он развивает внимание, воображение, фантазию, свободу мышц, умение общаться, чувство партнера и импровизации и многие другие качества, необходимые юному артисту. Развивается креативное мышление, способность мгновенно проявлять на подсознательном уровне, даже вытаскивать из глубин своего "я" творческий образ.

*Упражнение на развитие сценического внимания.*

Задание 1.

Повторяя движение за педагогом, дети должны хлопнуть в ответ - как бы поймать хлопок. В данном упражнении потом можно похулиганить – промахнуться в хлопке, с имитировать хлопок, но не хлопнуть. Теперь мы представляем, что нас связывают невидимые нити и надо поймать движения педагога. Это могут быть движения руками, хлопки, перемещения из стороны в сторону, вперед и назад.

Задание 2.

По хлопку мы замираем в различных формах, фигурах, изображая какую – либо эмоцию, пытаюсь поймать хлопок всем телом. Чем интереснее фигура, тем лучше, т.е. то, что первое придет в голову.

*Упражнение на развитие творческой свободы.*

Задание 1.

Перед каждым ребенком как будто бы стоят баночки с разными красками, а все пространство вокруг — это большой холст. Под приятную детскую музыку дети начинают рисовать вокруг себя картины, импровизируя на ходу. Рисуем картины раскрытой ладошкой, показывая и процесс макания ладошки в краску.

Задание 2.

Повторяет первое, но теперь мы включаем разные уровни пространства: лежа на полу, сидя на коленях, сидя на корточках, в plie,

стоя, поднимаясь на полу пальцы, включая прыжок.

#### *Упражнения на работу в пространстве.*

##### Задание 1.

Начинаем двигаться по залу, занимая всю площадку так, чтобы не осталось ни одного свободного места. Всего 10 скоростей движения, 5ая – обычный шаг. Ходим на разных скоростях.

##### Задание 2.

Ходим, изображая паутинку, гром и молнию, пластилин, утреннее облако, гусеницу, финтифлюрду.

**Методический комментарий:** очень важно делать по хлопку, так нет возможности подумать - это рушит стереотипы. Выскакивает первый спонтанный образ, не дать успеть вспомнить, подумать, как это должно быть правильно, надо бояться повторяться. Что такое «финтифлюрда» не знает никто, но то, что вспыхивает первое, то и правда.

#### *Упражнения на взаимодействие.*

##### Задание 1.

Разбиваемся на тройки и таким же образом, долго не думая, пытаемся изобразить: работающий вентилятор, бутерброд, кактус, жирафа.

##### Задание 2.

В парах можно сделать упражнение «кукловод», изображая кукол – марионеток и кукловода.

##### Задание 3.

Упражнение на групповое взаимодействие «Стоп кадр».

Делимся на две большие группы. В каждой группе распределяемся, кто на какой счет делает движение: на «раз»- выбегает один, замирая в позе, на «два» - выбегает следующий и замирает в позе, продолжая картинку и т. д. В конце мы смотрим, какой стоп кадр получился, какое взаимодействие получилось и как мы друг друга понимаем.

#### **Упражнения на развитие мышц лица**

Задание 1. Смотри в маленькое зеркальце соорудить всевозможные рожицы, делать это до тех пор, пока не устанут мышцы лица.

Задание 2. Убрать зеркальце и соорудить рожицы своим товарищам и при этом не рассмеяться.

Задание 3. Смотри в зеркальце держать мышцами лица букву "А".

Задание 4. Смотри в зеркальце держать мышцами лица букву "О".

Задание 5. Смотри в зеркальце держать мышцами лица букву "У".

Задание 6. Смотри в зеркальце держать мышцами лица букву "Ы".

Задание 7. Смотри в зеркальце, работаем мышцами лица, чередуя буквы "А" и "О".

Задание 8. Смотри в зеркальце, работаем мышцами лица, чередуя буквы "У" и "Ы".

Задание 9. Смотри в зеркальце, работаем мышцами лица, чередуя буквы "А" и "Ы".

Задание 10. Смотри в зеркальце, работаем мышцами лица, чередуя буквы "У" и "О".

**Методический комментарий:** Все упражнения желательно делать, смотря в зеркало для того, чтобы физически увидеть и прочувствовать работу мышц лица, особенно, когда работаем с чередованием "У" и "О". Все буквы проговаривать звуком, проговаривать надо вслух и громко.

Все упражнения делаются до тех пор, пока не устанут мышцы лица. Когда держим букву "А", не обязательно очень широко раскрывать рот, так можно от усердия вывихнуть челюсть, своеобразная техника безопасности.

В процессе репетиционной работы можно пританцовывать свои номера с разными масками.

Танцуя одну из постановок, дети держат звук "А" от начала и до конца танца. Следующий танцевальный кусок мы отрабатывается со звуком "О", следующий со звуком "У", далее со звуком "Ы".

Впоследствии, можно включить в зависимости от характера танцевального номера маски: "Улыбка", "Удивление", "Испуг", Плач»,

«Злость».

**Методический комментарий:** важно, чтобы дети держали звук или маску на протяжении всей танцевальной комбинации или номера, чтобы уставали мышцы лица. Детям - этот процесс очень интересен, все проходит довольно весело. Кто не выдерживает и начинает смеяться. Со временем включается механизм ассоциаций. В процессе выступления на сцене, они вспоминают этот веселый момент на уроке, маску, которая у них ассоциируется именно с этим танцевальным номером, естественно передавая те или иные эмоции. Занятия по развитию мышц лица обогащают исполнительское мастерство детей, мышцы лица становятся более свободными, улыбка естественной. Это дает максимальную свободу для техничного исполнения номера.

### **Заключение**

Результатом применения арт- технологий в системе творческих заданий помогает достичь следующих результатов:

- в процессе занятий дети научатся креативно мыслить,
- у детей проявляется раскрепощенность и артистическая свобода в выражении своих эмоций на сцене;
- дети избавляются от многих комплексов и зажимов, получают свободу общения,
- сформируются микроклимат и условия для развития творческой свободы уникальной растущей личности ребёнка, её самореализации.

### **Список используемой литературы**

1. Выгодский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. Союз 1997. Актерское мастерство. Часть первая. Тренинги. Игры. Упражнения. Нижегородская танцевальная федерация
2. Афанасьева А.Б. Арт-технологии в диагностике и развитии креативности ребенка во внеурочной деятельности // В сборнике: Актуальные проблемы современного образования: опыт и инновации

материалы всероссийской научно-практической конференции (заочной) с международным участием ответственный редактор А.Ю. Нагорнова. 2016. С. 94-98.

3. Захаров Р. Сочинение танца. Страницы педагогического опыта. - М., 2013
4. Лелявина К.И., Клименко Г.А. Арт-технологии в образовательном процессе средней школы // В сборнике: Перспективы развития науки и образования: III международная научно-практическая конференция. 2016. С. 87-90.
5. Степанова А.В., Жданова С.Н. Арт-технологии в социализации учащихся // В сборнике: Современные проблемы и перспективы развития педагогики и психологии сборник материалов 9-ой Международной научно-практической конференции.