

Программа кружка «Художественное движение»

Пояснительная записка

Художественное движение является одним из необходимых слагаемых музыкального образования детей. Движение представляет собой органичное, естественное объединение интеллектуальных и эмоциональных усилий, инициированных музыкой и пластикой тела. Духовное возвышение, вызванное стремлением как можно точнее выразить мысль, заложенную в музыкальном произведении, при помощи художественного движения, в процессе погружения в мир прекрасного оказывает облагораживающее, положительное воздействие на личность ребенка в целом. В программе учтены принципы оптимального сочетания форм проведения занятий и методов художественного образования и эстетического воспитания.

В основе программы — обобщение опыта работы Людмилы Николаевны Алексеевой, творчество которой оказало влияние на развитие искусства танца, пластики, а также физической культуры. Программа допущена Министерством образования и науки Российской Федерации. Москва, Издательство: «Просвещение», 2017 г.

Ключом к созданию полезной и в то же время увлекательной гимнастики явился так называемый разговорно-игровой метод проведения занятий. Обыгрывается буквально каждое упражнение. Сначала все упражнения идут с несложным музыкальным сопровождением, чтобы дети могли схватить ритм. Впоследствии музыкальное сопровождение усложняется и фактурно, и ритмически. Программа рассчитана на 34 часа, занятия 1 раза в неделю по 1 часу.

Задача занятий художественным движением — воспитать умение слушать музыку и передавать ее в движении. Для того чтобы выразить в движении эмоциональное переживание, возникшее в процессе слушания музыки, надо научиться владеть своим телом, развивая музыкально-двигательные навыки. Занимаясь художественным движением, дети активно участвуют в передаче характера музыки, ее ритма, темпа. Движение становится выражением художественного образа, запечатленного в музыке. Движение облегчает восприятие и запоминание музыки, а музыка помогает запомнить движение. Все это постепенно воспитывает у детей любовь к музыке, развивает чувство ритма, музыкальную память, эстетический вкус.

Цель занятий — гармонично развить ребенка, используя физические упражнения, дать основы музыкально-двигательной культуры, необходимые двигательные навыки, научить сознательному отношению к своим движениям, увлечь, заинтересовать, пробудить желание двигаться.

На занятиях художественным движением нет стремления исключительно к разучиванию отдельных гимнастических элементов. Весь гимнастический материал представлен в виде художественно обработанных этюдов, содержанием которых служит какой-нибудь один элемент или два-три и более элементов движения (при возможном доминировании одного из них). Так, существуют упражнения, развивающие, например, танцевальность или устойчивость, или слитность движений и т. д. Можно варьировать материал, давая на одну и ту же общую гимнастическую тему различные

комбинации элементов (этюдов). Этим поддерживается неизменный интерес группы к занятиям. Исполнение разнообразных художественно-гимнастических этюдов доставляет большое эстетическое удовлетворение и тем самым приносит не только пользу, но и радость. Учеников привлекают сами занятия, как таковые, а не желание скорее изучить в совершенстве какие-либо элементы и связки. Акцент делается на сам процесс занятий, а не на быстрый результат.

Органическая связь музыки и движения, характеризующая пластические этюды, являет собой великолепный пример перевода языка звуков на язык движения. Этот перевод всегда является маленькой тайной. Тайной является и сама музыка, которая легла в основу этюда. Надо проникнуться музыкой всей душой, всем телом, всем существом человека. Дать толкование на словах каждому этюду, объяснить, почему именно эти движения соответствуют содержанию избранной музыки, не всегда возможно.

Каждое движение должно стать необходимым элементом целостной формы, т. е. совокупности ритмических движений, выражающих избранное музыкальное произведение.

Большое значение имеет увлеченность самого педагога: «Его актерский нерв, острота его глаза, внимание и любовь не только к своему делу, но и к ученикам несомненно способствуют тому общему подъему на уроках, той атмосфере радости и веселья, которые так завораживают детей и делают столь привлекательными; для них занятия гимнастикой... движение, особенно поданное-; в живой и увлекательной форме, не может не способствовать в определенной степени этой важнейшей задаче — формированию тела ребенка и нормальному развитию его физических сил и способностей. Вероятно также, что занятия гимнастикой нашего стиля дают большие результаты, чем обычная школьная гимнастика, ввиду все той же истины, что здоровая и вкусная пища полезнее здоровой, но не вкусной» (Л.Н. Алексеева).

В художественном движении обыгрывается буквально каждое упражнение. Например, общеразогревающее упражнение «Стирка» состоит из имитации движений, сопутствующих стирке белья полосканию белья в ручье (мягкие махи корпуса в наклоне вперед), отжиманию, развешиванию белья. «Ох, как высоко веревка! Подпрыгнем и развесим на ней простыню. А чтобы не было морщинок на ней, расправим простыню на веревке, поднимаясь на полупальцах. А теперь повесим наволочку полотенце, трусики, маечку (ритм прыжков и приседаний увеличивается). А сколько носовых платочков! Вешаем платки (быстрое приседание — взять, подпрыгнуть — повесить)». Ритм движений учащается сообразно всем этапам этого процесса.

Упражнение для отдыха «Пальма» (напряжение и расслабление рук): «Выросла пальма большая, стройная (вытянуть руку вверх), но вдруг увядают листья (расслабляются и падают пальцы, кисти), ветви (рука повисает в локте), наконец, увядает вся пальма (рука падает мягко вниз)».

Потягивание можно связать с перевоплощением в высокого жирафа, дыхательные упражнения — с порхающими бабочками, расправляющими свои крылья орлами, раскрытием цветка; подскоки — с тем, как пляшут

поросята, прыгают мячики, лягушки; ходьбу в приседе — с тем, как в пещере идут гномы с фонариками над головой, шествуют кроты с большими ушами и т. д.

Динамические упражнения по кругу — бег, галоп с различными игровыми сверхзадачами — называются «Детская охота», «Дикая девочка», «Тигры», «Парашюты». Силовые упражнения — «Тачки», «Таксы».

Многое зависит от аккомпаниатора, от того, как он исполнит то или иное музыкальное произведение, ибо мы придаем своему движению тот характер, который слышим в музыке. Каждый урок составляется по определенному плану, преследующему цель постепенного гармонического развития всего тела. Материал на занятиях варьируется в зависимости от успеваемости группы.

Преподаватель стоит лицом к группе и выполняет упражнения в зеркальном изображении. Для поддержания внимания детей он голосом сопровождает упражнения. Этюды-упражнения зрительно кажутся легкими, но далеко не каждый может их выполнить сразу на высоком уровне из-за отсутствия навыков регулирования двигательных процессов.

Характер упражнений и сами уроки довольно сильно меняются в зависимости от возраста занимающихся. Одно и то же гимнастическое упражнение обыгрывается различными способами, допускающими создание самых разных художественных образов. Движение становится выражением художественного образа наряду с музыкой. Слушая на занятиях художественным движением классические образцы музыки, дети начинают замечать ее по радио и телевидению. Приходя на занятия, иногда говорят: «Вчера мы слышали нашу музыку». Так что вовсе не безобидно, какая музыка подбирается для занятий с детьми.

Программа «Художественное движение» предназначена для развития музыкально-двигательной культуры на принципах органического слияния движения и музыки.

Занятия художественным движением, наряду с обучением музыке, изобразительному искусству, литературе, должны помочь целостному восприятию детьми окружающего мира. Эти занятия являются средством художественно-творческого развития детей, привития музыкально-двигательных навыков, развития художественного вкуса, способности полноценного восприятия музыкального произведения.

Занятия художественным движением будут способствовать формированию музыкальной культуры в том случае, если будет достигнуто гармоничное единство музыкального и двигательного воспитания, направленного на проникновение в сущность музыкального произведения и воплощение его в образном движении (этюде).

Но не все дети настолько владеют своим телом, чтобы эмоциональное переживание, вызванное музыкой, выразить в художественном движении. Поэтому владение своим телом, осознанное движение позволит глубже воспринимать музыку и более ярко, выразительно передавать то эмоциональное состояние, которое она рождает.

Методическое обеспечение

Типовая схема урока

1. Подготовительная (вводная) часть— 10 мин. Введение в работу, организация внимания, общая подготовка организма: I легкий бег; ходьба с координацией; упражнения для рук, плечевого корпуса, головы; потягивания.
2. Основная часть — 20—30 мин. Делится на упражнения на ; месте («по квартирам») и по кругу. На месте: упражнения для корпуса; поскоки; упражнения на дыхание, для рук, ног, брюшного пресса. По кругу: так называемые «бегучие» упражнения сменяются «ходячими».
3. Заключительная часть — 5 мин. Постепенное снижение нагрузки, плавные движения, отвлекающие упражнения.

На занятия приходят дети разной физической и психической подготовки. Одним надо долго накапливать знания — год или два — и только на третий (а иногда и позднее) происходит отдача всего того, что накопилось внутри, переработалось, и дети легко и свободно, с желанием начинают заниматься. Есть другой тип детей, которым сразу дается все легко и, кажется, ничего трудного для них нет. Однако нередко бывает так, что вся эта легкость не сопровождается глубоким проникновением в сущность происходящего. Поверхностное, легкое отношение к упражнению не дает глубокого накопления знаний. Через некоторое время такие ученики оказываются в отстающих.

На занятиях с подростками большое значение придается самому музыкальному этюду. Музыкальное сопровождение усложняется. Воздействие музыки на учеников определяется подбором музыки (высокохудожественные этюды и пьесы), органичной связью музыки с движением, определяемой тем, что каждое упражнение сочиняется на специально выбранный для него музыкальный фрагмент или этюд.

Материал изложен с учетом возрастных особенностей детей, их физической и психической подготовки. Программа предусматривает четыре ступени обучения: первая ступень (6—8 лет), вторая ступень (9—10 лет), третья ступень (11 — 12 лет), четвертая ступень (13—15 лет).

Освоение материала идет последовательно, но каждая ступень обучения предполагает повторение и закрепление уже пройденного материала, что развивает и умения и навыки, закрепляет их на более высоком уровне. В каждый период обучения материал дается по основным разделам. Все разделы связаны между собой и в то же время имеют конкретное содержание и задачи по формированию знаний, умений и навыков.

Занятия обычно начинаются с движения по кругу, но можно делать упражнения и на месте, «по квартирам», — детей расставляют в шахматном порядке по всему залу. Начинается статическая часть, которая сменяется динамической по кругу. «Бегучие» упражнения сменяются «ходячими». И заключительная часть проходит опять «по квартирам».

На занятиях художественным движением теория и практика неотделимы. На практических занятиях обязательно отводится 5—7 мин для теории.

Календарно-тематический план

№ п/п	Дата проведения	Название занятия	Количество часов	Воспитательная работа
1.		Вводное занятие. Основы художественного движения	1	Формирование доброжелательного отношения друг к другу
2.		Упражнения со скалкой и мячом.	1	Выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и избранными видами спорта в свободное время
3.		Ритмический бег с различными комбинациями	1	
4.		Подтягивание грудной клетки, шеи.	1	
5.		Образно-игровые упражнения.	1	
6.		Упражнения для силы и мягкости	1	
7.		Парные упражнения для брюшного пресса	1	
8.		Акробатика.	1	
9.		Упражнения для ног, для силы и устойчивости.	1	
10.		Динамичные танцевальные	1	
11.		Ходьба с различными движениями на координацию.	1	
12.		Музыкально-пластические этюды.	1	
13.		Постановка танца.	1	
14.		Двигательно - координационные упражнения.	1	
15.		Дроби.	1	
16.		Ключи.	1	
17.		Разучивание народных движений	1	
18.		Верёвочка	1	
19.		Разучивание классических	1	
20.		Фуэте.	1	
21.		Работа у станка.	1	Формировать интерес к классической музыке, желание разобраться в художественном образе и выразить эмоциональное впечатление в движении.
22.		Растяжка	1	
23.		Постановка хоровода	1	
24.		Постановка казачьего танца	1	
25.		Разучивание кадрили	1	
26.		Разучивание движений спортивного	1	
27.		Постановка спортивного танца.	1	
28.		Постановка бального танца.	1	
29.		Постановка вальса.	1	
30.		Разучивание элементов танго.	1	
31.		Постановка роке-Н-ролла.	1	Воспитывать умение слушать музыку и передавать её в движении, прививать навыки осознанного отношения к музыке, развивать чувство ритма, темпа.
32.		Разучивание элементов ламбады	1	
33.		Подготовка к отчетному концерту	1	Подведение итогов занятий
34.		Итоговый урок	1	

