

Игровая импровизация – упражнения

1. Зеркало

Это упражнение делается в парах. Возьмите партнера и встаньте друг напротив друга. Расстояние между вами должно быть около метра. Один из вас Ведущий, а второй - его Отражение. Ведущий показывает любые движения, а Отражение его копирует. Старайтесь действовать синхронно. Ведущий может предлагать бытовые или абстрактные движения. Торопиться не надо - следите, что бы Отражение успевало настроиться на общую волну!

2. «Предмет по кругу»

Группа рассаживается или становится в полукруг. Ведущий показывает детям предмет (палку, сумку, банку, книгу, обруч, любой попавшийся в поле зрения предмет) воспитанники должны передавать друг другу по кругу этот предмет, наполняя его новым содержанием и обыгрывая это содержание. Например, кто-то решает обыграть палку как скрипку. Он передает ее следующему человеку именно как скрипку, не произнося при этом ни слова. А тот именно как скрипку ее принимает. Этюд со скрипкой окончен. Теперь второй ребенок обыгрывает эту же линейку, например, как ружье или кисть и т.д. Важно, чтобы дети не просто делали какие-то жесты или формальные элементы с предметом, а передавали свое отношение к нему. Это упражнение хорошо развивает воображение. Чтобы обыграть линейку как скрипку, нужно, прежде всего, увидеть эту скрипку. И чем менее похож новый, «увиденный» предмет на предложенный, тем лучше справился с заданием. Кроме того, это упражнение - на взаимодействие, ведь человек должен не только сам увидеть новый предмет, но и заставить других увидеть и принять его в новом качестве.

3. импровизация в технике «Ленточка»

Педагог: Немножко поиграем. У меня в руках ленточки. Возьмите за их кончики. Когда я отпущу середину, мы узнаем, кто с кем оказался в паре.

(Деление учащихся на пары)

Педагог: А теперь я предлагаю станцевать, не выпуская ленточки из рук. От вас требуется умение чувствовать партнера, чтобы в процессе совместных движениях получился танец.

(Учащиеся исполняют танцевальные комбинации в паре с ленточками в руках)

4. импровизация в технике «Магнит»

Педагог: Следующее упражнение называется «Магнит». Мы будем работать в паре без контакта телесного, но находясь в контакте эмоциональном. Правила такие: рука одного человека является «магнитом», другой – примагничивается определенной частью тела, и двигается за «магнитом» под музыку. Я буду называть какой частью — центром тела вы должны примагничиваться. В процессе выполнения этого упражнения партнеры должны меняться ролями. Части-центры тела:

- плечо;
- живот;
- голова.

Эта техника позволяет расслабиться, снять напряжение.

5. Упражнение «Движение по пространству»

Педагог определяет несколько скоростей движения по пространству зала. Далее педагог случайно называет эти скорости, задача учеников — вовремя менять скорость движения и не сталкиваться друг с другом.

6. Примеры пластических тренингов

1. Ходим, как роботы, зажать тело, двигаются только отдельные некоторые части.
2. Летаем, как прозрачные мыльные пузыри, если столкнулись – лопнули, оставив мокрый кружочек.
3. Ходим, как деревянные куклы, у которых работают только ноги.
4. Превращаемся в резиновых надувных кукол, зверюшек. Обязательно проверять их на «резиновость», т.е. пружинит ли тело от касания. Проверяем «сдуваемость» – вынуть пробку.
5. Резиновые куклы передвигаются, но уже наполненные водой.
6. Летаем, как воздушные шарики, наполненные воздухом.
7. Ходим осторожно, как стеклянные игрушки.

7. «Контраст».

Под музыку дети свободно двигаются по залу. В любой момент музыкального произведения им предлагается импровизировать: делать движения то в быстром, то в медленном темпе; то одной частью тела, то другой. По окончании задания нужно обсудить, как дети двигались, какие при этом у них были ощущения.

8. «Волшебный цветок» (импровизация по поводу заданного поэтического образа)

Читаем детям стихотворение. Например:

Наши нежные цветки, распускают лепестки.

Ветерок чуть дышит, лепестки колышет.

Наши алые цветки

Закрывают лепестки.

Тихо засыпают, головой качают.

Расставляем детей по разным сторонам зала, и предлагаем представить себе летнюю полянку с различными цветами — алыми, темными и светло-голубыми. Просим каждого ребенка изобразить свой, не похожий на другие цветок. Выделяем лучших импровизаторов, но очень осторожно, чтобы не вызвать копирования, подражания.

По традиции занятия по хореографии заканчиваются поклоном. Предлагаю завершить наше занятие необычным поклоном. Вспомните свой жест, которым вы приветствовали друг друга. В поклоне вы должны использовать то же движение, в характере «рапида» (замедленном темпе)