

## **Перформанс - современный вид танцевального искусства, как средство развития личностных исполнительских качеств детей дошкольного возраста**

Федеральная образовательная программа дошкольного образования (ФОП ДО) направлена на создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности. Одним из средств развития личностных исполнительных качеств детей дошкольного возраста является **хореография**. Движение расширяет физические возможности дошкольников, увеличивая силу, развивая чувство равновесия, вызывая энергию, улучшая координированность тела и способность к действию. Учитывая, что здоровье и эмоциональное благополучие ребенка во многом зависит от среды, в которой он живет и воспитывается, музыкально-ритмический и танцевальные движения выполняют функцию психической и соматической релаксации, восстанавливают жизненную энергию человека и его самоощущение как индивидуальности.

До недавнего времени современный танец развивался в тени классического балета и других видов сценической хореографии. Несмотря на отсутствие единого понятия «современный танец», его популярность достаточно возросла за последние годы. Хореографы искали новые виды для демонстрации своих постановок. Таким видом стал перформанс.

**Актуальностью** изучения приемов перформанса в хореографии является:

- перформанс можно рассматривать как образное мышление;
- перформанс дает возможность получения новых навыков исполнения;
- перформанс является принципиально индивидуальным.

Перформанс для детей ставит целью научить детей владеть механизмом движений своего тела и передавать своих эмоции и мысли непосредственно через движение.

### Задачи:

- учить детей в танцевальных движениях передавать свою эмоциональное отношение к окружающему миру;
- создавать эмоционально-комфортную обстановку на занятиях для выявления способных воспитанников к хореографическому искусству;
- создать условия для проявления индивидуально-личностных качеств каждого воспитанника в процессе занятия;
- формировать у воспитанников творческое воображение, фантазию, способность к импровизации;
- развивать инициативность, любознательность, самостоятельность;
- учить воспитанников работать сплоченно коллективом, ансамблем;
- воспитывать взаимопонимание, взаимопомощь, уважение к партнеру;
- способствовать развитию исполнительских качеств как в индивидуальном исполнении хореографических зарисовок, так и ансамблем;
- формировать у воспитанников устойчивый интерес к занятиям хореографией.

Особенностью перформанса заключается в способности детей к саморазвитию, познанию, осуществлению новых движений.

Основа занятий по освоению приемов перформанса в современном танце направлены на приобретение навыков импровизационного исполнения. Уделяется значительное внимание развитию выражения своего тела в танце, осознанию своих мыслей и образов. Основной материал для детей выстроен на технике изучения тела через игру, с использованием экспериментов, партнерской работы, элементов импровизации, работы с образами.

Стоит уделить особое внимание *на импровизацию в танце* – танец, рождающийся во время исполнения, игра музыкального ритма средствами пластики и мимики, и эмоциональной окраски. Учитывая, что основной вид деятельности детей – игра, применяя эти методики в обучении, можно включить детей в процесс, который стимулирует творческую активность

каждого ребенка, дает возможность выразить свое «Я» и в последствии ярко раскрыть и реализовать свой творческий потенциал.

Для развития навыков импровизации с дошкольниками необходимо выбирать творческие методы преподавания, к которым можно отнести:

- метод иллюстративной наглядности,
- тренинги, творческие задания,
- игры-превращения, этюды.

Кроме этого используются методы, такие как: ритмопластика, театрализация, пластическое сочинительство, игры импровизации, сюжетно-образные движения, образные упражнения, музыкально-ритмические упражнения, сюжетно-ролевая игра. Импровизация в педагогическом процессе способствует формированию творческих способностей детей, включающих способность импровизировать и воплощать музыкальный образ в танце, репродуктивные способности – способность к овладению техникой современной хореографии.

**Специфика преподавания импровизации детям** связана с необходимостью найти доступную форму для передачи довольно сложных идей. Естественно, это возможно сделать, прибегая к игровым формам. Этим объясняется широкое использование на занятиях всевозможных танцевально-импровизационных игр.

Дети импровизируют выразительно – изобразительные движения в характере музыки, которую слушают и исполняют; участвуют в играх - импровизациях по русским народным сказкам и сказкам других народов. К творческим заданиям импровизационного характера относится так же самостоятельный выбор наиболее подходящих названий к прослушиваемой музыке.

Движения под музыку помогают лучше почувствовать общий характер произведения, его форму, темп исполнения, динамические оттенки. Включаясь своими движениями в ход восприятия музыки, дети становятся ее соисполнителями реализуя свое непроизвольное стремление к двигательному сопровождению музыки. Так, импровизируя выразительные движения,

изображающие «падающие листья» под песню М. Красева «Осень», дети лучше воспринимают характер «осенней песни», ее небыстрый темп, негромкую динамику.

Движения, которыми дети сопровождают русские народные песни, вводят их в атмосферу народного танца. Воображение ребенка как бы опирается на меткую народную характеристику каждого персонажа, заключенную в одном лишь слове-образе.

«Муха-горюха» - горькая одинокая. Отсюда мелодия - печальная жалобная, в соответствующей динамике, и манере исполнения. Чувство ритма у детей, как правило, развито лучше, чем мелодический или гармонический слух. Однако многие недостаточно хорошо координируют свои движения: нечетко маршируют под музыку, с запаздыванием отхлопывают ритм. Поэтому в занятия хореографией включаются ритмические игры импровизации.

При использовании на занятиях игр – импровизаций, можно описывать ситуацию, но ничего не показывать, чтобы дети не подражали, а сами искали образ, проявляя свою творческую индивидуальность. Игры способствуют развитию пластики, чувства ритма, музыкальности, слуха, пантомимики, закрепляют знания об окружающем, дают возможность ребенку проявить и выразить себя через движения.

Игру и танец объединяет легкость, возможность быстро переходить от одной реальности к другой, постоянная смена состояний и сознание того, что все это как - бы не всерьез, но при этом абсолютно реально. Здесь импровизация используется как способ раскрытия творческих ресурсов личности.

От изображения животных, необходимо перейти к имитации людей, их характеров. Показ, имитация человеческих характеров затрагивает эмоциональную и духовно – нравственную сферу ребенка, формирует моральные качества, учит отличать прекрасное, приобщает к миру духовности и красоты.

Пластическая импровизация – это радость общения. Во время игры дети общаются друг с другом, с музыкой, познают мир и, в конечном итоге, самого себя, возможности своего тела. Яркие музыкальные образы будят воображение детей, доставляют немало радостных минут от возможности самовыразить себя в пластике, проявить собственную фантазию, почувствовать свою значимость.

Использование простых, но красивых объектов также привлекательно для детей. Это могут быть красивые цветные платки, с которыми так увлекательно и радостно танцевать под красивую музыку. Самовыражение очень важно для психического здоровья ребенка. Во время танцевальной импровизации дети мыслят образами и эмоциями.

### **Из чего состоят занятия по изучению перформанса:**

1. Разогрев. Главная задача этого этапа занятия – разогреть все мышцы, используя упражнения стрейч-характера, экзерсис на середине. Как пример, наши руки – длинные кисточки. Мысленно зачерпываем ими краски (каждый выбирает свой любимый цвет) и рисуем цифру «8» в вертикальной плоскости, которая находится перед нами: правой рукой...левой... двумя одновременно.
2. Isolation (изолированные движения какой-либо частью тела) Основная цель этого этапа занятия – добиться достаточной свободы тела и изолированности движений.
3. Упражнения для позвоночника: release (расширение), contractions (сжатие, сокращение), наклоны, волны, спирали. Основой техники современного танца служит позвоночник, поэтому главная задача этого этапа урока – развить у ребенка подвижность во всех его отделах.
4. Уровни. Задачи уровней во время занятия многообразны. Во-первых, в различных уровнях исполняются упражнения на изоляцию (особенно эффективно в нижних уровнях, так как нет необходимости держать вес тела и все центры двигаются более свободно). Во-вторых, в партере очень полезно исполнять движения стретч-характера, т.е. растяжки. В уровнях сидя и лежа достаточно много упражнений на Contraction и Release. Смена

уровней, быстрый переход из одного уровня в другой – дополнительный тренаж на координацию.

Как пример, партер:

1. Зернышко: садимся «по-турецки», берем в руку воображаемое волшебное зернышко, из которого у каждого должен вырасти его собственный волшебный цветочек – цветок его жизни – и сажаем его сзади в то место, где начинается наш позвоночник. Зерно прорастает – появляется росточек, из него вытягивается стебелек и тянется к солнцу, как всякое растение, которое словно стремится дорасти до солнышка. Когда стебелечек вытягивается – вместе с ним постепенно вытягивается наш стебелек-позвоночник, и на кончике этого стебелька раскрывается красивый-красивый цветок, у каждого – свой, его собственный цветок жизни. Это наша голова. Цветочек поворачивается и смотрит в одну сторону, потом – в другую, и снова его головка (наша голова) смотрит прямо. И так ему хочется дотянуться до солнца, что из его макушечки вытягивается золотой лучик и тянется вверх – тянется к самому солнышку. Стебелек натягивается – натягивается наш позвоночник. И как только этот лучик дотрагивается до солнышка, цветочек расслабляется и превращается в прекрасный подводный цветок с очень гибким стеблем, который колышется и танцует под водой свой танец – танец подводного цветка.
2. Качалочка. А сейчас мы можем поиграть сами с собой, со своим собственным телом. Представим, что нам хочется покачаться на качелях, а качелей как назло нет – тогда мы можем сделать эти качели из самих себя. Для этого мы сядем на пол, подтянем к себе коленки и обхватим их руками, сделаем свою спинку круглой-круглой и качнемся: сначала назад – потом вперед, и так можно качаться сколько угодно.
5. Кросс (активное передвижение в пространстве). Развивает танцевальность, позволяя улучшать исполнительские способности. Виды движений: шаги, прыжки, вращения.
6. Танцевальные комбинации или импровизация: лирического и

динамического характера. Главные требования этой части – использование всех средств танцевальной выразительности, раскрывающих индивидуальность. Особое внимание необходимо обратить на развитие музыкального слуха и ритмически точного исполнения комбинаций.

7. Использование тренингов на снятие зажимов с мышц, на развитие фантазии и воображения, тренинг на управление эмоциями.

8. Использование разделов программы «Са-фи-дансе» (Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г.)

### Мастер-класс

Уважаемые коллеги, сейчас я вам предлагаю на практике пройти несколько разделов технологии «Перформанс», (для проведения мастер-класса, я предлагаю выйти коллег, у которых в программке изображены шестеренки зеленого цвета).

Первое упражнение для разогрева «Зеркало», вы выбираете себе пару, в паре кто-то из вас берет на себя ведущую роль, он будет показывать движение, а его партнер должен выполнить все движения в точности, в зеркальном отражении. Движения должны быть четкими, синхронными.

Упражнения в паре помогают педагогу установить в парах контакт, научить детей взаимодействовать друг с другом, следить за правильностью выполнения движений в паре каждого партнера.

Коллеги, мы с вами знаем из практики, как только движения отработаны индивидуально и в парах, мы объединяем танцевальную группу в общий танец, ансамблевое исполнение. Сейчас мы с вами прорепетируем ансамблевое исполнение танцевального этюда (название....). Предлагаю вам занять исходную позицию.... (Описание). Коллеги будьте внимательными, слушайте внимательно мои слова и четко выполняем, пока без музыки, под счет. Выполняют...А теперь предлагаю все повторить под музыкальное сопровождение, слушаем музыку, выполняем каждое движение в такт музыки. Музыка мелодичная, плавная, движения мы делаем нежные, спокойные....

Спасибо, коллеги!

Ансамблевое, групповое исполнение танцевальных зарисовок дает возможность увидеть, оценить способности каждого воспитанника, а воспитанникам показать и проявить индивидуальные, личностные творческие качества, самостоятельность в передаче образа, характера музыки.

Стоит отметить, что успешное решение задач по обучению дошкольников хореографическому искусству, возможно при объединении тесного взаимодействия хореографа и инструктора по физкультуре. Разделы программы Са-фи-дансе (Фирилева, Сайкина) предусматривают применение нестандартных упражнений, специальных заданий, творческих игр, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы. Благодаря этим занятиям создаются благоприятные возможности для развития личностных творческих способностей детей, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения и раскрепощённости.

### **Видеоролик**

Все приведенные выше разделы помогут детям повысить свое исполнительское мастерство и развить индивидуальность, а также могут являться вспомогательными и характеризующими средствами такого направления как перформанс.

Таким образом, занятия по хореографии с использованием перформанса, в частности импровизации в детском саду нацелены на развитие исполнительских качеств, творческого воображения детей дошкольного возраста в условиях проявления свободной инициативы. Занятия танцевальным видом искусства позитивно влияют на разные психические процессы, благотворно влияют на становление личности ребенка. Дошкольники учатся придумывать, сочинять, комбинируя движения, напевая и двигаясь под музыку. Танец, музыкально-игровая драматизация, пантомима побуждают детей изобразить картину жизни, охарактеризовать какой-либо персонаж, используя выразительные движения, пластику тела, мимику слова. На каждом этапе занятия по хореографии возникают новые задачи, заставляющие мыслить, фантазировать, творить.



