

ZAJĘCIA TANECZNO-RUCHOWE Z DZIEĆMI W WIEKU PRZEDSZKOLNYM I WCZESNOSZKOLNYM

Zagadnienia:

1. Zabawy baletowe, wykorzystanie elementów tańca klasycznego w pracy z dziećmi (4-6 lat)
2. Omówienie baletu klasycznego „Jezioro Łabędzie”
3. Tance musicalowe (Musical dance), uliczne (Hip-hop , Disco), międzynarodowe. Przykłady prostych układów tanecznych do wykorzystania w pracy z dziećmi.

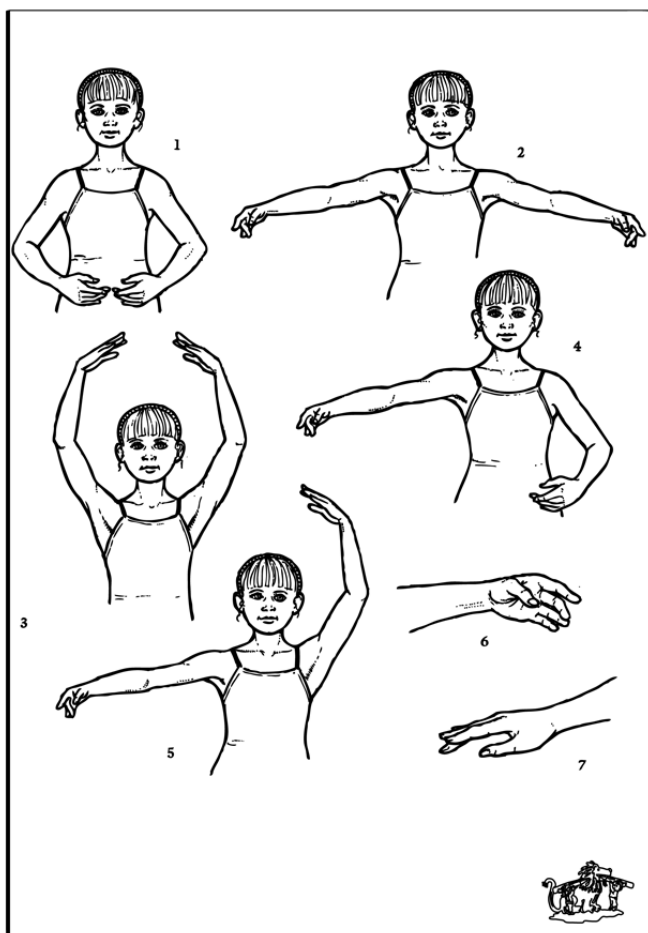
Ad.1

SCHEMAT LEKCJI BALETOWEJ

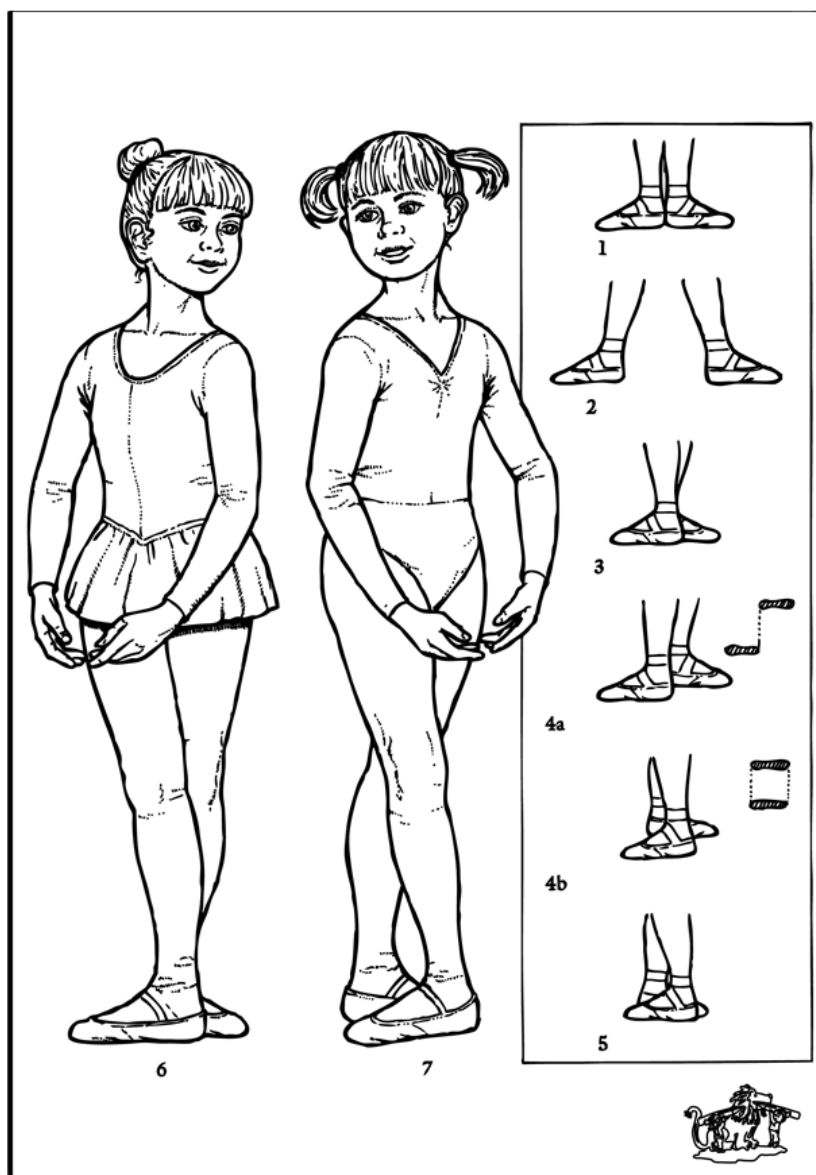
1. Witamy się ukłonem . (Przodem do lustra prawa ręka do boku, noga prawa do boku, lewa skrzyżuj i mały dyg)
2. Rozgrzewka – po kole.
 - marsz normalny
 - chodzenie na palcach
 - zbieranie kwiatków do koszyka (pochylanie z jednej i drugiej strony)
 - wysypywanie z koszyka kwiatków
 - chodzenie po schodach – czyli coraz niższe schodzenie
 - robienie stempelków
 - starsze dzieci od 5 lat ćwiczenia koordynacyjne – typu prawa noga do przodu / lewa ręka w górę stopniowanie trudności
 - nauka ustawienia się na sali

3. Nauka pozycji baletowych stóp, rąk na środku Sali

Ręce : pozycja 1: mała jedyneczka 2. Duża dwójka 3. wysoka trójeczka



Nogi: pozycja 1: mały kaczorek 2. Duży kaczorek 3. Literka T



Zabawy na ćwiczenie pozycji:

- I. Zabawa w bal : Dzieci tańczą do wybranej muzyki, kiedy muzyka się wyciszy tzn ze czarownik rozpoczął swoje czary i zamroził wszystkich w jakiejś pozycji stóp i nóg (każde dziecko samo wybiera) żeby czary przestały działać każde dziecko musi poprawnie nazwać pozycje stóp i rąk.
- II. Zabawa w rzeźbiarzy : łączymy w pary – jedna osoba rzeźbi drugą ustawiając jej rączki w wybranej pozycji i nogi – Rzeźba musi nazwać poprawnie pozycje wtedy może zostać prawdziwa tancerka a nie kamienna rzeźba.

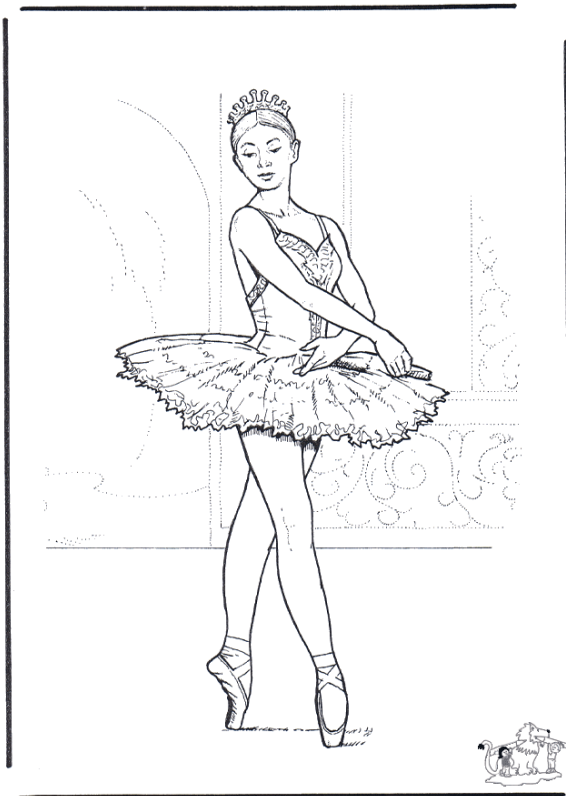
(Pozycje rąk i nóg wg kolorowanek załącznik nr 1)

W przerwie można dzieciom opowiedzieć o stroju baletowym np.

Usztywniane buty tancerek to **pointy [plenty]**.

Długa tiulowa spódnica połączona z body to **paczka romantyczna**

Krótka kilkuwarstwowa ,tiulowa spódniczka to **paczka klasyczna inaczej tutu**



4. Przy drążku baletowym:

Ustawiamy dzieci każde trzymając jedną rączką (prawidłowo prawa) drugą rączką trzymaną w drugiej pozycji (Obejmuje drzewko , trzyma sukienkę itp.)

- pierwsze ćwiczenie – muzyka wolna

Rączka do drążka , wróć

Rączka do drążka , wróć

Obydwie rączki nad główką (pozycja 3)

I wirujemy dookoła.

Całość powtarzamy dowolną ilość razy

(Ćwiczenie można z dziećmi robić jako taniec gałązek-rączek)

- drugie ćwiczenie (muzyka wolna) – stopy ustawione w pozycji 1 (mały kaczonek) rączka wolna obejmuje drzewko (pozycja 2)

Demie plie (mały przysiad)

Demie plie (mały przysiad)

Grande plie (duży przysiad)

ćwiczenie można robić jako podnoszenie muszelek , piasku itp.

- trzecie ćwiczenie (muzyka szybsza) stopy ustawione w pozycji 1 (mały kaczonek) rączka wolna obejmuje drzewko (pozycja 2)

Releve zejść (wejść na palce)

Releve zejść (wejść na palce)

Passe stoimy ,stoimy (noga ugięta w kolanku , palce stopy dotykają kolana)

Dla dzieci ćwiczenie można zobrazować tak że nogi robią figury : KRESECZKA KRESECZKA TRÓJKĄCIK

Po ćwiczeniach przy drążku można z dziećmi dla rozluźnienia przeprowadzić zabawę np. w POCIĄG – do znanej melodii JEDZIE POCIĄG Z DALEKA

Dzieci ustawiają się w pociąg i jadą (podczas zwrotki) potem zatrzymują się na stacji i wewnętrzną nóżką wybijają rytm samymi paluszkami stopy . Potem druga nóżka.

5. Ćwiczenia po przekątnej Sali:

- Noszenie baloników – rączki ustawione w pierwszej pozycji (mała jedyneczka) potem w trzecie (wysoka trójka) do drugiej (duża dwójka) i znowu w pierwszej . Zwracamy uwagę na to żeby rączki były lekkie a ruchy delikatne.

- Malowanie tęczy – dajemy dzieciom po dwie chustki zwiewne do każdej rączki. Dzieci wzdłuż Sali idą i malują nad głowami tęczę chustkami

- Hula hop i passe – rozkładamy hula hop wzdłuż Sali – dzieci idą na paluszkach a jak wejdą w hula hop muszą zrobić pozycje passe i rączki w wysokiej trojce .

- **GRANDE BATTEMES** – wymach nogi do przodu , rączki w drugiej pozycji (duża dwójka) zwracamy uwagę przede wszystkim na proste plecy obciążone paluszki u stop i proste kolana.

6. Wyciszenie i rozciąganie

- siadamy w kole

- nóżki do środka koła – i pracujemy stopami wesołe stopy (flex) , smutne (point) , wesołe , smutne

- nogi proste przed sobą i np. bawimy się w robaczki które chodzą po nogach i łaskoczą w stopy , można dawać buziaki w kolanka (motywujemy dzieci do skłonu do nóg)

- nogi w tzw. Motylku –

- robimy dużą gwiazdę – nogi w rozkroku na podłodze i łączymy stopy z sąsiadem – i łapiemy raz jednego sąsiada nogę raz drugiego.

7. lekcję kończymy ukłonem (taki sam jak na początku)

Ad.2

BALET – samo słowo pochodzi od nazwy tańców dworskich znanych jako balli albo balletti od włoskiego słowa ballare- tańczyć

JEZIORO ŁABĘDZIE

Muzyka: Piotr Czajkowski

Pierwsza choreografia : M. Petipa, L.Iwanow

LIBRETTO:

Księżę Zygryd zakochuje się w czarującej królowej łabędzi, **Odetcie**-pięknej kobiecie zaklętej w łabędzia przez złego czarownika **ROTBARTA**. Odetta wyjaśnia Zygrydowi, że jedynie dozgonna miłość mężczyzny może ją uratować i przywrócić jej ludzką postać. Oczarowany jej urodą książę ślubuje wieczną miłość. Jednak tego samego dnia na wieczornym balu zły czarownik Rotbart podstępnie rozkocha go w swojej córce - **ODYLI** która ładną przypomina Odetkę. Kiedy Zygryd dostrzega swój błąd, biegnie nad jezioro. Odetta natychmiast mu przebacza-UWAGA!!! W przypadku opowiadania libretta dzieciom najlepiej jest je w tym momencie zakończyć. - Dalsze opowiadanie o walce z Rotbartem oraz samobójstwie Odetty i Zygryda w przypadku tak młodej publiczności nie ma najmniejszego sensu.

SCENY WARTY POKAZANIA DZIECIOM:

- Prezentacja Zygryda (można wybrać dowolną scenę)
- Taniec Zygryda z kielichem –akt 1
- Prezentacja Odetty (można wybrać dowolną scenę)
- Taniec czterech łabędzi (taniec małych łabędzi – zawsze tańczą najniższe tancerki)
- Wariacja czarnego łabędzia Odyli – (32 piruety)

ZABAWY PLASTYCZNE : Szablon tancerki (dekorowanie stroju: pióra, serwetki)



Ad.3

1. Układ taneczny do piosenki z musicalu „Koty” – dzieci od 5 lat- jako przykład wykorzystania MUSICAL DANCE
2. Układ taneczny w stylu hip hop – dzieci 3-5 lat
3. Taniec arabski – dzieci 3-5 lat

Zagadnienia na egzamin praktyczny:

1. Przygotuj prosty układ taneczny dla wybranej grupy wiekowej dzieci w stylu hip-hop, musical dance lub taniec międzynarodowy, może być baletowy – dobrać muzykę oraz stopień trudności do grupy wiekowej.
2. Wykonaj proste ćwiczenia baletowe typu: demi plie, releve, grand battements , pokaż ustawienie stóp i rąk w tańcu klasycznym wg. szkoły A.Waganowej
3. Wymyśl i zaprezentuj ćwiczenia koordynacyjne dla dzieci.

