



**ПРАВИЛА И
ПРИЁМЫ В
ПЕДАГОГИКЕ
ХОРЕОГРАФИИ**

Правила

Правила – узаконенная система норм и отношений, регулирующих процесс обучения в соответствии с программой и индивидуальными особенностями учеников.

Правила включают в себя теоретические и методические предписания, излагаемые в программах, пособиях, учебниках и т.д.

Правила являются основанием для регулярных действий в процессе обучения.

Приёмы

Приёмы – практические и теоретические «секреты», способы ускоренного постижения мастерства.

Приёмы, в отличие от правил, нигде не описываются, а распространяются изустным способом. Потому, успешное применение тех или иных приёмов зависит от индивидуальности самого педагога, его таланта и эмпирического проникновения в хореографическую науку, его опыта и школы, мастерства его учителей.

Приёмы могут носить самый разнообразный характер и быть:

- Психологическими (*внушающими*);
- Методическими (*подчёркивание правил*);
- Физическими (*развивающими отдельные мышцы*);
- Техническими (*указывающими на стабильность, точность*);
- Интеллектуальными (*обращающимися к мышлению, воле, разуму*);
- Стилистическими (*выявляющими манеру, индивидуальность, стиль*);
- Вербальными (*сильное эмоциональное воздействие точно подобранным словом*);

Программа классического танца

Программа – арсенал узаконенных, исторически выработанных движений: основных, вспомогательных, связующих.

Является основным руководством для педагогов к систематическому, последовательному, методически целостному обучению своих воспитанников.

Программа держит педагога в определённых «рамках школы», не позволяя творческой фантазии отклоняться от целей и задач класса.

Программа классического танца включает в себя следующие разделы:

- Exercise у станка;
- Adagio;
- Allegro;
- Пальцевая техника;
- Вращения.
- Связующие и танцевальные движения;

Ошибки

Любое исполнение движений с ошибками тормозит развитие как самого ученика, так и класса в целом, т.к. отвлекает внимание и время преподавателя на исправление персональных повторяющихся ошибок.

Неправильное исполнение движений сковывает костно-мышечный аппарат ученика. При правильном исполнении движений затраты сил и энергии меньше на 15-20%. В конечном итоге, неправильное исполнение движений ведёт к травмам, общему недомоганию, упадку сил, расстройствам нервной системы, различным заболеваниям.

Ошибки могут быть различного характера. Чаще всего они происходят либо от недостаточной квалификации преподавателя, либо от его невнимательности, либо от недостаточной требовательности.

Преподаватель, заметив неправильное исполнение движений должен остановить ученика, объяснить и исправить. Иначе неправильное исполнение движений войдёт в привычку.

Травмы

Нарушение методических и организационных требований создаёт реальную угрозу травмирования костно-мышечного аппарата. Травмы выводят из режима работы не только физически, но и морально (потеря уверенности, боязнь трудных движений).

Травмы могут быть различной степени тяжести:

- Лёгкие (ушибы, царапины, порезы, занозы) не приводят к потере трудоспособности;
- Средние (растяжения, вывихи) требуют обращения к врачу и приводят к кратковременным выпадениям из общего режима работы;
- Тяжёлые (разрывы связок, переломы костей) требуют длительного лечения в стационаре.

В процессе обучения следует придерживаться правила «от простого к сложному», т.е. постепенного увеличения физических нагрузок; изучение новых движений следует проводить в середине урока.

Приём «самостраховки»:

- Во время изучения техники исполнения движения, обратить внимание на моменты, где возможны срывы;
- Обратить внимание на индивидуальные особенности ученика;
- Помочь ученику психологически настроиться и направить себя на успех. «Выбить» страх.

Причины травматизма

- Несоблюдение правил поведения учащимися;
- Нарушение методики, принципов исполнения движения;
- Низкая дисциплина в классе;
- Небрежное отношение к состоянию здоровья;
- Плохое качество пола, несоответствие танцевальной аудитории требуемым нормам;
- Неудобная или несоответствующая обувь или одежда;
- Проведение занятий без необходимого разогрева;
- Незнание или нарушение преподавателем методики обучения;
- Спешка в прохождении программы и неготовность учеников к сложным движениям;
- Попытка ученика выполнить сложное движение без контроля педагога;
- Несвоевременное начало урока или нарушение его длительности.