

REPERE METODOLOGICE DE DESFĂȘURARE A LECTIILOR DE DANS POPULAR LA TREAPTA DE ÎNVĂȚĂMÂNT PRIMAR

Ion BENCHECI, lector universitar

Summary

This article suggests and brings arguments of some methodological references at folk dance lessons at the Elementary level. The article describes the method of the folk dance lesson process, the elementary students' learning, educational, development objectives, the principles of the activities, according to the age psychological peculiarities of elementary students.

Copiii de vârstă școlară primară le este caracteristică în primul rând mobilitatea sa extremă. Ei au nevoie de o schimbare frecventă a mișcărilor, păstrarea îndelungată a stării statice pentru ei este extrem de plictisitoare. În același timp, mișcărilor copiilor încă sunt neorganizate, coordonate necorespunzător, abilitățile lor motorii nu sunt suficient de dezvoltate, au nevoie de completare și perfectare. Atenția copiilor de această vârstă este extrem de instabilă, ușor de sustras, este dificil pentru ei să se concentreze mult timp pe o singură sarcină. Ei percep mai ușor un material concret, o imagine vie pentru ei este mult mai aproape decât un concept abstract.

Jocul reprezintă activitatea naturală a copiilor de această vârstă. Emoțiile lor sunt vădite și sunt exprimate deschis și direct. La această vârstă copiii sunt deosebit de veseli și de naivi.

Luând în considerare toate aceste caracteristici ale copiilor, este necesar ca ocupațiile cu elevii de această vârstă să fie structurate conform capacităților de vârstă a acestora.

Una dintre sarcini a orei de dans popular este contribuirea la dezvoltarea fizică a copiilor și îmbunătățirea abilităților motrice de bază. Anume la această vârstă este important ca în rândul copiilor să

se formeze o deprindere constantă de a se menține într-o ținută dreaptă și chipeșă, să se miște în mod corect și liber în dans [5].

O altă sarcină, nu mai puțin importantă, este dezvoltarea organizării generale a copiilor, dezvoltarea abilităților de comportament social, contribuirea în organizarea unui colectiv de copii prietenos. În contextul acestor obiective educaționale, pentru copiii de clasele primare din școală, conținutul orelor de coregrafie trebuie să fie constituit din studii pentru copii, dansuri folclorice, dansuri populare ușoare. Este necesar să se alterneze tipurile de activitate, ținând cont de particularitățile acestei vârste, de necesitatea schimbării frecvente a mișcărilor și de dificultatea pozițiilor statice pentru copii. Durata lecției nu depășește 45 de minute și este construită în conformitate cu următoarea schemă. Ocupațiile încep cu intrarea organizată a copiilor în sală, aranjați după înălțimea lor. Copiii sunt repartizați în linii, cu fața spre profesor și se execută salutul coregrafic (reveransul) după ritmul musical interpretat de maestrul de concert. Sunetele vesele și clare ale melodiei, schița generală a mișcării, creează o dispoziție veselă pentru copii și o atitudine serioasă față de ocupația ce urmează. După reverans, copiii efectuează exerciții ritmice simple (pași simpli cu caracter de horă, sârbă, hostropăț), care le impune să asculte cu atenție muzica și să se miște în ritmul musical impus de profesor. Copiii învață să înceapă și să oprească mișcările la timp, se deplasează în funcție de conținutul, natura, viteza, structura ritmică a muzicii. Exercițiile ritmice sunt construite pe baza mișcărilor ce ne permit să practicăm abilitățile motorii de bază – mersul pe jos, alergarea, săritura. Întreaga parte introductivă durează aproximativ 8-10 minute. Finalizing exercițiile ritmice, copiii trec la interpretarea elementelor pregătitoare din dansurile studiate [1].

Exercițiile pregătitoare de dans după sistemul de dans clasic, necesare pentru executarea corectă a mișcărilor de dans, sunt incluse în fiecare lecție. Ele sunt date într-un număr limitat cu câte o doză mică și sunt efectuate la mijlocul sălii fără bară clasică. Aceste

exerciții sunt dificile pentru copiii de vârstă școlară primară, din cauza cerinței de a păstra forma exactă a mișcării și, de asemenea, din cauza ritmului lent în care acestea sunt efectuate. Prin urmare, acestea nu ar trebui să dureze mai mult de 10 minute.

Exercițiile pregătitoare de dans oferă copilului cunoștințele necesare în studierea dansului popular. Copilul trebuie să cunoască care este poziția lui inițială la începutul dansului, cum să ridice în mod corespunzător piciorul în timpul efectuării mișcărilor de dans, cum să mențină spatele atunci când extinde picioarele, în timpul genoflexiunilor, așezărilor, cum să mențină poziția mâinii deschisă lateral sau ridicată deasupra capului. De aceea, copiii se familiarizează cu pozițiile picioarelor (1, 2, 3-a), cu pozițiile mâinilor; să învețe să extindă piciorul în lateral, înainte, mai târziu la fel și înapoi; fac semiașezări, obișnuindu-se să îndoie și să îndrepte picioarele de la genunchi; învață să facă salturi pe loc, menținând ținuta corectă și să aterizeze domol. La efectuarea acestor exerciții, copiii țin mâinile la brâu, deoarece pozițiile 1 și 2 sunt dificile pentru ei și de obicei nu este efectuată corect [5].

Copiii interpretează exercițiile pregătitoare de dans conform demonstrării conducătorului și li se reamintește în mod repetat necesitatea executării corecte a formei de mișcare. Exersând salturile, nu este de dorit ca să fie exersate simultan de întregul grup. Efectuând salturile în linii separate, este mai ușor să urmărim fiecare copil, pe când ceilalți copii, care se află în alte linii în acest moment, se vor odihni.

După finalizarea exercițiilor pregătitoare, putem trece la executarea elementelor de dans, combinații, studii. Această parte a ocupației durează 15-20 de minute. Elementele de dans pot fi realizate într-un cerc sau în linii, înainte, înapoi, pe diagonală.

Ultimul segment al lecției preia tot timpul rămas și este dedicat jocurilor, gimnasticii, dansurilor. Jocurile sunt construite odată cu introducerea mișcărilor de dans. Fiecare joc se bazează pe una din activitățile educaționale – muzicală, gimnastică sau

organizatorică. Forma de joc a acestor sarcini satisface necesitatea copilului în alegerea liberă și independentă a mișcărilor, forma colectivă a jocurilor îi permite să-și cunoască însoțitorii, să se supună regulilor generale ale jocului. Muzica selectată cu atenție îi ajută pe copii să găsească caracterul și ritmul corect al mișcărilor [1]. La finisarea lecției se execută reveransul și se pleacă organizat din sală.

Clasele nu au diferențe semnificative în ceea ce privește lucrul cu fetele sau băieții. Modul de executare a mișcărilor este oricum diferit: la băieți, caracterul mișcării este mai energic și mai vânjos. În selectarea temelor și studiilor de dans, precum și a jocurilor ritmice trebuie de ținut cont că interesele băieților sunt diferite de interesele fetelor. Este bine de a organiza momente competitive pentru a evidenția cine ar face-o mai abil, cine va sari mai sus, etc. Băieților le place să-și demonstreze puterea, se ocupă cu mare entuziasm obținând rezultate bune [2].

Acest conținut al orei de dans popular corespunde cerințelor acestei vârste și permite copiilor să beneficieze de ocupațiile de dans care să corespundă intereselor și să nu depășească punctele lor forte fizice și morale.

Copiii de vârstă școlară primară sunt foarte flexibili. Ei ușor adoptă ceea ce li se arată, însă mișcările dificile pentru copii realizate cu prin stres, memorate mecanic, niciodată nu vor fi naturale, libere și expresive. Asimilarea lor se desfășoară în mod superficial și fragil, iar copiii primesc nu beneficii, ba mai mult ca atât rămân și stresați. Profesorul E. Arkin, studiind vârsta preșcolară, a spus: „Nu este nimic mai ușor decât dresarea unui copil, și acest lucru este o mare ispită, dar și cel mai mare pericol pentru dezvoltarea normală a personalității copiilor” [5].

Atunci când alegem un repertoriu de dans, trebuie să ținem cont și de interesele și înclinațiile copiilor de această vârstă. Dansul nu ar trebui să arate fals. Limbajul de dans pentru copii depinde desigur de capacitățile și abilitățile elevilor. Prin urmare este limitat

numărul de mișcări și dificultatea lor tehnică. Totuși, acest lucru nu exclude necesitatea de a crea o varietate cantitativă de mișcări care combină impulsul natural al mișcărilor cu un limbaj de dans convențional.

Atunci când montăm un dans, nu trebuie să mergem pe o linie cu o rezistență minimă și să alegem doar mișcărilor care sunt accesibile copiilor. Este necesar să se ia în considerare stilul, caracterul lucrărilor, în care combinații se pot include anumite elemente ale dansului clasic, ce s-ar putea utiliza din dansurile populare, dacă se justifică în imaginea creată cei mai accesibili pași de dans combinați cu o plasticitate expresivă și artistică în diferite linii și rotații ale corpului. Specificul limbajului de dans constă în aceea că, la fel ca și leitmotivul, poate fi repetat, poate varia și poate să se schimbe tipic. Prin urmare, trebuie să creăm nu doar mișcări, ci viziunea lor dinamică (analogic sunetelor din muzică). În acest sens, sarcina coregrafului este îmbogățirea constantă a cunoștințelor sale în domeniul artei și muzicii, pe de o parte, și în domeniul psihologiei de vârstă a elevilor, pe de altă parte [6].

Crearea situațiilor de joc în activitățile cu copiii de vârstă școlară primară la repetiția mișcărilor și în timpul interpretării dansurilor, nu vom evita elementul de co-creativitate a copiilor. În condițiile jocului ei se familiarizează cu limbajul dansului scenic. Însăși condiționalitatea limbajului de dans este percepută de copii ca un joc care are reguli. Copiilor li se dă posibilitatea ca ei înșiși să numească calitățile tapajului de dans conform liniei artistice a dansului, a expresivității și formei lui. Conținutul imaginii în combinație cu forma sa convențională determină un sentiment complex al realităților (un lanț de reflexe) și devine treptat la fel de natural ca și combinația de cuvânt și sunet în cântec. Prin urmare, sunt luate măsuri suplimentare pentru aprofundarea și extinderea ideilor copiilor cu privire la imaginea dansului și la componentele din care este compus, expresivitate actoricească și muzicală, logica

mișcării de dans, organicitatea mișcării în combinație cu regulile estetice ale mișcărilor dansurilor clasice, folclorice.

Bazându-ne pe sensurile multiple ale dansului, copiilor li se dezvoltă diversitatea calităților spirituale, deoarece domeniul interrelațiilor umane reflectate în artă, la fel ca și crearea lor, este la fel de viabilă ca informațiile logice descoperite de știință. Prin arta coregrafică, prin excitare spirituală copiii descoperă frumusețea vieții. Pentru copii realitatea în arta dansului obține o formă nouă de informare senzorială, bazată pe simțul mișcării, și are ca scop dezvoltarea potențialului creativ al individualității [5]. În procesul de lucru cu copiii este necesar să explicăm copiilor semnificația fiecărei mișcări, modul în care este executată. Elevul ar trebui să știe că realizarea anumitor mișcări nu este doar un "capriciu" al profesorului, ci o îndeplinire obiectivă a sarcinilor muncii de realizare a scopului orelor de dans popular. Trebuie să le explicăm că în arta dansului nu există niciun „plafon”, că orice mișcare de dans, un fragment, poate fi practicat și perfecționat la infinit. Dar, cu toate acestea, este important ca perfecțiunea tehnicii de interpretare a dansului să nu devină unicul scop în al lecțiilor de dans. Procesul de învățare a dansului nu poate fi adus la repetarea mecanică a mișcărilor de dans. Trebuie să ținem cont că însușirea unei sau altei abilități trebuie să poarte un caracter artistic și creativ. Atunci, ocupându-se cu coregrafia, tinerii elevi nu învață pur și simplu o anumită cantitate de mișcare și dansuri, ci la fiecare oră vor învăța un limbaj unic, expresiv al artei coregrafice, vor primi o imaginație completă despre arta dansului popular în care sunt strâns legate între ele muzica și plasticitatea [6].

Muzica și dansul sunt strâns legate între ele. Muzica conține conținutul și caracterul oricărei montări de dans. Învățând arta dansului, este necesar să studiem simultan și educația muzicală: să învățăm a înțelege și a asculta muzică, să combinăm organic mișcarea și muzica într-un întreg. Inițial, exercițiile ritmice sunt reduse la lovirea bățailor timpilor muzicali, apoi sarcina se complică,

schimbând modelul ritmic al loviturilor. Efectuând mișcări ritmice, putem adăuga un element al jocului, în care fetele se alternează cu băieții, prima linie cu a doua, etc. Apoi, la lovituri, sunt adăugate următoarele mișcări: tropăit triplet, rotațiile trunchiului, mișcări de mâini, cap, umeri. De regulă, toate elementele exercițiilor ritmice sunt combinate în mici schițe de dans. Copiilor le place foarte mult, mai ales dacă adăugăm elemente de jocuri și de concurență.

Dezvoltarea creativității la copii la lecțiile de dans popular este observată în procesul de realizare a mișcărilor după ritmul musical. Unii fac sărituri înalte, încercând să „prindă un fluture”, alții, în liniște, „se târăsc prin iarbă”. Unii îl privesc cu interes, iar alții „îl eliberează cu un sentiment de împlinire” [3]. Activitatea elevilor la lecțiile de dans popular este plină de diverse activități. Copiii ascultă muzică, fac mișcări în ritmul cu sau fără muzică. Ei trebuie să-și transforme fanteziile într-o imagine reală a dansului, să imite mișcărilor animalelor sau să creeze un chip, caracter în dans.

Toate acestea, de la lecție la lecție, sunt prezentate în mișcări de la simplu la complex. Imaginația copiilor nu are limită. Într-o melodie rapidă și în mișcare ei văd și animăluțe mici, și oameni care merg la muncă și râsul copiilor etc. Improvizând, copiii încearcă să se miște așa cum le dictează muzica. Adesea, copiii folosesc acele mișcări de dans pe care le-au învățat la lecții, alții inventează ceva nou, ceva diferit. Așa cum ne demonstrează practica de lucru cu elevii claselor primare, evidența particularităților lor psihologice de vârstă este posibilă evidențierea direcției principale în activitatea profesorului: atenția asupra educației senzoriale, dezvoltarea muzicalității, coordonarea mișcărilor în dans, abilitatea de a naviga în spațiu, formarea abilităților inițiale de dans. Unul dintre factorii importanți de lucru la etapa inițială de învățare este utilizarea unui minim de elemente de dans cu combinarea maxim posibilă ale acestora. Studiarea îndelungată, prelucrarea unei mici cantități a materialului (mișcări) permite asimilarea lui calitativă, care, pe viitor, va deveni o bază solidă a cunoștințelor. Varietatea

combinațiilor de mișcări de dans popular creează senzația de ceva nou și dezvoltă imaginația creativă a copiilor.

Astfel, scopul desfășurării lecțiilor de dans popular pentru elevii claselor primare este dezvoltarea potențialului cognitiv, fizic, artistic și estetic al individului, formarea și dezvoltarea creativității, imaginației, limbajului în procesul studierii dansului popular.

Obiective a lecțiilor de dans popular pentru elevii claselor primare:

- ***De învățare:*** formarea ideilor despre lume; cunoașterea diversității culturii diferitelor popoare; învățarea elevilor să lucreze cu literatură suplimentară; extinderea orizonturilor elevilor.

- ***Educaționale:***

- ✓ Dezvoltarea gustului estetic (abilitatea de a vedea frumusețea mișcării în dans).

- ✓ Formarea unui sentiment de colectivism.

- ✓ Educația calităților morale.

- ✓ Educația respectului pentru tradițiile și cultura neamului.

- ***De dezvoltare:***

- ✓ Formarea abilităților de mișcare.

- ✓ Dezvoltarea unui sentiment de ritm.

- ✓ Formarea abilității de a asculta muzică și de a reflecta natura muzicii în mișcare.

- ✓ Dezvoltarea fizică generală a elevilor.

- ✓ Dezvoltarea imaginației creative a copilului.

- ✓ Îmbunătățirea abilităților exprimării.

- ✓ Dezvoltarea discursului coerent al elevilor preșcolari.

Principiile de bază ale activității sunt:

- Orientarea la nevoia copilului de a simți și de a-și exprima emoțiile prin dans.

- Realizarea necesității de mișcare a copilului.

- Crearea și menținerea unei atmosfere de creativitate în clasă.

Urmărind aceste principii se determină ***particularitățile desfășurării procesului educațional:***

- Organizarea ocupațiilor în mod general sub formă de jocuri (lecții non-standard). Nu este vorba de folosirea jocului, ca mijloc de relaxare într-o lecție, ci de a vă asigura că întreaga lecție ca un început al jocului.

- La copiii de vârstă școlară primară, percepția și gândirea sunt în cea mai mare parte poartă un caracter concret tipic. Prin urmare, dansul ar trebui să fie legat nu numai cu muzica, ci și cu cuvântul artistic, desen, pantomimă.

- La fiecare lecție trebuie să fie organizate activitățile creative în combinație cu munca fizică și psihică, în care copiii își pot exprima impresiile, dispozițiile, sentimentele, atitudinea față de ceva și unde pot fi aplicate cunoștințele dobândite în lecții.

- Comunicarea dintre profesor și copil ar trebui să se desfășoare în postura de „personalitate – personalitate” [3].

Condițiile necesare pentru realizarea eficientă a lecției:

- comunicarea personală a profesorului cu copilul; prezența unei săli special echipate;

- utilizarea pe scară largă a mijloacelor tehnice de învățare (video, audio).

Sarcina principală a lecțiilor de dans popular nu este doar de a le oferi copiilor cunoștințe, deprinderi, abilități, ci de a crea condiții pentru însușirea lor liberă, utilizându-le în situații de creativitate, adică de a dezvolta și de a îmbunătăți creativitatea copiilor folosind diverse forme de interacțiune, în special sistemul de sarcini creative.

Fiecare lecție, după structura sa, ar fi trebuit să fie tradițională. Cu toate acestea, în conținutul orelor este necesar să se includă un sistem de sarcini dezvoltatoare în scopul dezvoltării creativității

copiilor pe baza următoarelor elemente: compunerea, interpretare, improvizația la lecțiile de dans popular cu desfășurarea conversațiilor, rapoartelor, desenelor cu imagini identificate. Participarea copiilor la lecție este evaluată pe baza unor decizii exprimate în mod corect; manifestarea activității pe tot parcursul lecției; încrederea în interpretarea imaginilor artistice și de dans; nivel de entuziasm pentru diferite forme de activitate coregrafică [3].

În așa fel, lecțiile de dans popular vizează dezvoltarea creativă a elevilor claselor primare în contextul inițiativei libere, al începutului artistic și al reflecției senzuale. Nu putem spune că o trăsătură importantă a unui profesor în educația copiilor este abilitatea de a analiza și de a ține cont de situația pedagogică, căile și posibilitățile de corectare a greșelilor comise. Este important să avem o intuiție psihologică, capacitatea de a simți situația. Această abilitate a profesorului este de o importanță deosebită în utilizare unor situații în scopuri educaționale, pentru crearea unei atmosfere pozitive stabile în sala de clasă. Fiecare zi, fiecare ocupație, repetiție sau concert contribuie la schimbarea intereselor și oportunităților copiilor. Este imposibil să se renunțe la cele mai ne semnificative caracteristici care se manifestă în procesul de învățare. Activitatea copiilor în clasă într-o echipă coregrafică depinde de inițiativa creatoare a profesorului, de dorința de a conduce elevii în a le îmbunătăți performanțele și a le dezvolta starea spirituală sănătoasă.

Bibliografie

1. Базарова, Н.П., Азбука классического танца. Первые три года обучения: учебное пособие / Н.П. Базарова, В.П. Мей, СПб., Лань, 2006.
2. Барышникова, Т., Азбука хореографии, Айрис-Пресс, М., 2000.
3. Игумнова, М.А., Роль хореографии в творческом развитии детей [электронный ресурс] / М.А. Игумнова. Режим доступа: <http://festival.1september.ru/articles/602763/>

4. Переверзева, П.Н., Образовательная программа танцевального коллектива: [обучение детей хореографии] / П.Н. Переверзева // Дом культуры. - 2011. - № 12. - С. 8-20. (Окончание. Начало см. №11, 2011).
5. Пуртова, Т.В., Учите детей танцевать: учебное пособие / Т.В. Пуртова, А.Н. Беликова, О.В. Кветная, ВЛАДОС, М., 2003.
6. Шарова, Н.И., Детский танец. СПб., Планета музыки, Лань, 2011.

REFORMA CURRICULARĂ LA EDUCAȚIA FIZICĂ ÎN ÎNVĂȚĂMÂNTUL PRIMAR

Constantin CIORBĂ, dr. hab., prof. univ.

Summary

In recent years the Republic of Moldova has carried out a series of reforms in the field of education in all disciplines, including the "physical education" discipline. Of all the stages of education, the primary level is the one that requires more attention from the specialists. Based on the above mentioned, a detailed analysis of the process of studies in the discipline of "physical education" was carried out in order to intervene with some proposals to optimize the training process at the given level of education at the level of primary education.

Actualmente se fac eforturi pentru a găsi noi căi și modalități operative de optimizare a procesului de învățământ în cadrul tuturor disciplinelor studiate în școală. Asistăm la asemenea încercări și în domeniul educației fizice, atât în privința conținutului acestei activități ca obiect de învățământ, cât și în privința metodelor, organizării și desfășurării ei.

Obiectivul general al educației fizice școlare constă în formarea la elevi a interesului constant pentru participarea independentă și sistematică a exercițiilor fizice, precum și formarea deprinderilor de a duce un mod de viață sănătos, în care activitatea motrică să ocupe un loc prioritar [1, 2, 3, 4, 5, 6].