

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования  
«Центр развития творчества детей и юношества «Радость» г. Орск»

**Способы и методы повышения детского интереса  
к содержанию учебного процесса  
в творческом коллективе  
учреждения дополнительного образования**

Автор-составитель: Неботов И.В.,  
педагог дополнительного образования

Орск 2020

## Введение

**Цель рекомендаций:** поиск способов повышения детского интереса на занятиях по брейк-дансу.

Ребёнок приходит в творческий коллектив учреждения дополнительного образования, имея осознанное стремление научиться чему-то в избранном направлении. То есть, у ребёнка есть первоначальный интерес к какой-то определённой деятельности. Задача педагога – сразу же закрепить этот интерес, а затем на протяжении всего пребывания ребёнка в коллективе постоянно его поддерживать и даже усиливать. Для этого есть много способов. Это и сам вид деятельности. Например, ребёнка привлекает участие в выставках, конкурсах, выступлениях на сцене. Такую возможность следует обязательно ребёнку давать. Но чтобы выйти на такой значимый рубеж, как показ своих умений, ребёнку следует много учиться. А занятия должны быть не только продуктивными, но и интересными. Можно сказать, и наоборот: занятия должны быть интересными, тогда они будут продуктивными. Чтобы интерес к занятиям не затухал, следует постоянно совершенствовать методику ведения занятий, искать более результативные методы подачи, закрепления и проверки учебного материала. Очень большую роль играет личность самого педагога. Насколько он талантлив сам, профессионален, общителен и авторитетен в детской и родительской среде. Но нельзя закрывать глаза на то, как далеко продвинулся в настоящее время технический прогресс. Причём, дома очень многие семьи используют плоды технического прогресса в полном объеме (компьютер, интернет, цифровая фото и видеоаппаратура и пр.). Педагогу, в каком бы возрасте он ни был, следует овладеть теми электронными средствами обучения (сейчас понятие «технические средства» уже не является полным), которые помогут ему совершенствовать весь процесс обучения. Личность педагога в совокупности с его знаниями, опытом и плодами технического прогресса значительно повысят у ребёнка интерес к обучению и ко всем видам деятельности коллектива.

Обучение является основным видом деятельности данного коллектива, как для новичков, так и для старших учеников. Первоначальный интерес к танцу «брейк» может возникнуть где и как угодно: ребёнок увидел танцоров брейка на концерте на празднике города, по телевизору, у себя в школе и т.д.). Если ребёнок решил сам заниматься брейк-дансом и пришёл в одну из школ брейк-данса в городе, например, в Клубе спортивного танца «Хип Хоп», то здесь при благоприятных для ребёнка условиях у него этот интерес начнёт стабилизироваться, закрепляться. Это происходит в первую очередь на занятиях. От того, насколько эти занятия интересны, результативны и футуристичны (то есть, будут ли они иметь какое-то значение для ребёнка, подростка в будущем) зависит и существование всех других названных видов деятельности клуба.

Наряду с теоретическими занятиями (изучение истории хип хоп культуры и клуба «Хип Хоп», знакомство с творчеством знаменитых танцоров мирового уровня и пр.) и практическими, на которых разучиваются различные элементы танцевальной лексики брейк-данса, связки элементов, танцевальные фрагменты, ставятся танцы и танцевальные шоу, идёт подготовка к соревнованиям.

### **Виды разминок**

Для того чтобы занятие было результативным, безопасным и доставляло радость и удовольствие обучающимся, следует придерживаться передовой методике ведения занятий.

Прежде всего, это определённые правила, созданные в хореографии и спорте. Речь идёт, прежде всего, о разминках, которые обязательно должны иметь место на практическом занятии или на той части занятия, которая отведена практике.

Разминка – это ряд специальных упражнений, которые подготавливают мышцы и суставы к работе, к физическим нагрузкам. В арсенале клуба есть несколько разновидностей разминок, которые дифференцируются по возрасту, полу, степени подготовленности. Например,

для младших учеников, не достигших 12 лет используются игровые разминки. Ребятам, занимающимся в коллективе более года, предлагаются разминки танцевальные. Есть так же обычная спортивная разминка. Это универсальные упражнения, которые издавна используются спортсменами.

### **Разминка спортивная**

1. Разогрев мышц всего организма. Пробежка по залу (несколько разновидностей бега) или прыжки на скакалке (в ограниченных размерах помещения).

2. Восстановление дыхания. Происходит после команды «переходим на шаг». Глубокий вдох и выдох. Затем следует команда «построение в шахматном порядке» при которой ученики становятся лицом к педагогу так, чтобы педагог был виден всем.

3. Разминка мышц шеи (наклоны, повороты, вращения).

4. Разминка мышц плечевого пояса. К «плечевому поясу» относятся плечи, предплечья. Упражнения представляют собой сгибы, разгибы и вращения.

5. Разминка кистевых суставов и мышц. Так же представляет собой сгибы, разгибы и вращения.

6. Разминка поясничных мышц и мышц брюшного пресса (применяется так же для укрепления мышц брюшного пресса). Упражнения представляют собой наклоны, повороты и вращения (исходное положение «стоя, ноги на ширине плеч»). Конкретно для мышц брюшного пресса эффективны упражнения:

а) в положении «лёжа» с подъёмом тела до поясницы, с подъёмом головы и лопаток;

б) в положении «лёжа» с подъёмом ног (прямых или согнутых в коленях) к голове и животу (подтягивание ног к животу);

в) в положении «сидя на полу» подъём вверх вытянутых ног на высоту 20-30см и удерживание их в таком положении некоторое время.

Разминка для поясничных мышц и мышц брюшного пресса – это одновременно и усиление их потенциала.

7. Разминка нижних конечностей (мышцы бедра, голени, стопы). Для всех этих частей ноги применяются упражнения на сгибание, разгибание, вращение. Чтобы усилить мышечный потенциал (укрепить мышцы) применяются различные «седы». Например, «глубокий сед на широких ногах». После сложных упражнений, требующих сильного напряжения мышц требуется их расслабление. Простой способ расслабления – потряхивание расслабленными конечностями. В конце разминки для снятия напряжения применяются лёгкие прыжки, подскоки.

### **Разминка игровая (для возраста 10-12 лет)**

#### 1. Разогрев.

В начале спортивной разминки для разогрева всего организма применяется бег. В игровой разминке хороший результат дают эстафеты.

Педагог делит учебную группу на две подгруппы (приём: «на первый-второй рассчитайсь!»). Обе подгруппы выстраиваются друг за другом в одном конце зала. В другом конце ставятся два стула. На стульях лежат мячики для большого тенниса. По сигналу педагога начинается эстафета. Те ребята, которые стоят первыми, должны добежать до стульев, взять мячики, вернуться к своей команде и вручить мячики игрокам, вторым в строю после них. Те, в свою очередь, бегут к стульям, оставляют на них мячики и возвращаются назад. Так продолжается до тех пор, пока какая-то из команд не закончит это задание. Если педагог считает, что разогрева было

недостаточно, то можно повторить эстафету. В эстафете кроме быстроты бега нужно ещё иметь ловкость, так как мячики могут выскользнуть на пол.

Даже такая простая эстафета выполняет нужную функцию – разогреет организм и повеселит детей. Занятие начнётся с положительных эмоций.

## 2. Восстановление дыхания.

Для восстановления дыхания все дети встают полукругом и берутся за руки. На счёт «раз» - все дети медленно поднимают руки вверх и делают вдох. На счёт «два» - опускают руки вниз, так же вниз немного сгибают корпус и делают выдох.

## 3. Разминка мышц шеи.

В спортивной разминке это повороты, наклоны и вращения. В игровой разминке всё это можно обыграть или предложить разминку «чаша». Это специальные упражнения, которые нужно проделывать в маленьком пространстве, ограниченном ладонями рук.

## 4. Разминка плечевого пояса.

Исходное положение – стоя, ноги на ширине плеч. Педагог даёт задание: представить, что руки – это крылья ветряной мельницы. По сигналу педагога дети вращают руками то в одну, то в другую сторону (прямые руки). Затем дети представляют, что руки – это пропеллер самолёта. Они так же вращают руками в одну или в разные стороны, но руки присогнуты в локтях. Для разминки кистевых мышц и суставов дети представляют, что она открывают и закрывают краны в ванной. То есть, они вращают кистями рук то в одну, то в другую сторону.

## 5. Разминка мышц поясницы.

Для мышц поясницы следует обыграть наклоны и повороты. Например, задание «посадка цветов». Из исходного положения следует повернуться вправо, «взять» воображаемое растение, вернуться в исходное положение, наклониться (не сгибая колен), «посадить растение», выпрямиться, повернуться влево, снова «взять» воображаемое растение,

вернуться в исходное положение, нагнуться, «посадить растение», выпрямиться. Так проделать несколько раз. Наклоны корпусом назад – прогибы – желаем таким образом посмотреть на «звёзды».

Все эти задания окрашены юмором, будят фантазию, но в то же время делают своё дело – разминают мышцы поясницы.

#### 6. Разминка коленных суставов.

Дети воображают, что они очень малы ростом (гномы), для этого они садятся на корточки. Затем они начинают медленно «расти», то есть поднимаются вверх и выпрямляют колени.

Вращение коленями можно обыграть таким образом: представить, что все стали кузнечиками «коленками назад». Для это нужно попытаться, подняв согнутую в колене ногу, отвести её в сторону. То же следует проделать с другим коленом.

Практически все разминочные упражнения можно обыграть таким образом, чтобы детям было весело и интересно их выполнять. Здесь главное – неиссякаемая фантазия педагога.

### **Разминка танцевальная**

Разминка танцевальная проводится для детей конца 2-го и 3-го годов обучения, которые обладают значительным запасом танцевальной лексики.

#### 1. Разогрев всего организма.

Для этого вида разминки разогрев – это выполнение несложных танцевальных элементов, связок, основанных на прыжках, перебежках, подскоков с поворотами и пр.

#### 2. Восстановление дыхания.

Для восстановления дыхания используются медленные, плавные танцевальные движения, направленные вверх (вдох) и вниз (выдох). Руки

и корпус тянутся вверх, затем тело и руки расслабляются и сгибаются вниз.

### 3. Разминка мышц шеи.

Для разминки мышц шеи используются элементы «верхнего» брейк-данса подстиля «волна» и «робот».

### 4. Разминка плечевого пояса.

Для разминки плечевых, локтевых и кистевых мышц и суставов так же целесообразно применять элементы «верхнего» брейка: волнообразные и прерывистые движения руками.

### 5. Разминка поясничных мышц.

Для разминки поясничных мышц так же используются элементы «верхнего» брейка – волнообразные движения корпусом снизу вверх и сверху вниз.

### 6. Разминка мышц голени, стопы.

В этом случае применяются различные виды шаговых и прыжковых элементов. В конце разминки импровизационный танец.

По времени все разминки не должны превышать 10-15 минут. Но в особых случаях (для старших обучающихся) разминка может достигать по времени 30 минут. Если предстоит разучивать сложный элемент.

## **Методы сообщения новых знаний**

В дополнительной образовательной программе «Хип-хоп» педагога Неботова И.В большая часть учебного времени отведена для практических занятий. На занятиях, посвящённых разучиванию новых танцевальных элементов с годами сложилась интересная методика (в коллективе она получила название «методы индукции и дедукции», на самом деле это методы демонстрации):



1. Педагог показывает новый элемент в связке уже знакомых и изученных элементов (можно сначала показать на экране фрагмент танца и задать детям вопрос «Какие элементы они уже знают, а какие ещё нет?»);
2. Педагог показывает новый элемент отдельно.
3. Педагог делит элемент на составляющие части и разучивает с детьми каждую часть отдельно.
4. Разученные части снова собираются в готовый элемент.
5. Разученный элемент вставляется в связку элементов.

Такая методика используется при обучении младших обучающихся. Для старших обучающихся продуктивен другой вариант: можно предложить детям посмотреть видео и самостоятельно определить, из каких, составляющих состоит новый элемент. Педагог, естественно поправит и исправит неверные ответы. Бывают настолько сложные элементы, что вначале разучивают похожие, но более лёгкие. Кроме того, у большинства элементов есть различные варианты выполнения. Например, элемент «геликоптер» (вращение на плечах, ноги и голова не качаются пола). Облегчённый вариант элемента – руки согнуты в локтях и прижаты к груди. Более сложный вариант, когда танцор руками держится за свои же бёдра с внутренней стороны. Ещё более сложный вариант, когда руки сцеплены за спиной. Ноги в одних случаях могут быть подсогнуты в коленях (у тех танцоров, которые имеют плохую растяжку), в других случаях ноги разведены в стороны почти до «шпагата» и прямые в коленях. Можно выполнять самый простой вариант элемента «геликоптер», но если это будет большое количество кругов, например, 30, то это очень престижно для танцора.

Для обучающихся 2-го и далее годов обучения можно использовать метод описания нового элемента. В этом случае педагог, не называя элемент, начинает его описание с исходной позиции до момента полного выполнения. Обучающиеся должны мысленно представить этот элемент. А потом

попробовать выполнить, руководствуясь только описаниями. Этот метод занимает больше времени, чем демонстрация, но он так же реален.

### **Закрепление новых знаний и умений**

Закрепление новых знаний – это этап занятия, на котором педагог проверяет, как учащиеся освоили выполнение того или другого элемента, исправляет ошибки, сравнивает, вновь сам демонстрирует правильное выполнение (при особых трудностях), хвалит или критикует, даёт советы.

На этом этапе действенными будут методы: показ, сравнение результатов, обучение малыми группами, возможно соревнование.

На занятиях по брейк-дансу царит определённая атмосфера. Брейк-данс в настоящее время – это уличная культура, перенесённая в зал. Занятие в зале требует той методики, которая принята в хореографии и в спорте, но с течением времени в клубе спортивного танца «Хип Хоп» выработались свои особенности, которые дают хороший учебный результат и сохраняют уличную окраску.

Например, при закреплении материала или проверки усвоения новых умений на занятии используется «общий круг». Вся учебная группа рассаживается в центре зала кругом (педагог так же садится рядом с учениками в круг). Педагог произносит коронную фразу «сейчас мы все узнаем, чему научился каждый из вас на занятии». Затем он вызывает в круг каждого ученика по очереди. Во время выполнения учеником элемента, педагог или хвалит ученика (если всё делается правильно) или называет недочёты (сам или просит кого-то из учеников). За одно занятие возможно разучить несколько простых элементов или 1-2 элемента средней сложности. Для разучивания особо сложных элементов одного занятия недостаточно. Бывает так, что недостаточно и всего учебного года. Чтобы выполнять особо сложный элемент технично и артистично, его следует «шлифовать» долгое

время. Но на занятии обучающийся должен чётко знать технику выполнения элемента, правила безопасности и ещё какие-либо особенности.

Если несколько обучающихся так и не поняли технику выполнения элемента, педагог может взять из состава учебной группы себе помощников, у которых всё получилось «на отлично» и образовать обучение малыми группами. Одни ребята учат других, а задача педагога – переходить от одной группе к другой и помогать словом или делом. Метод обучения малыми группами эффективен тем, что:

А) экономится время;

Б) у детей возникает уверенность, что и они смогут разучить, если разучили их товарищи;

В) педагог присматривает себе на будущее инструкторов.

Метод соревнования как часть занятия (не путать с соревнованием, как с формой занятия) эффективен тогда, когда у обучающихся уже накоплен достаточный арсенал танцевальных элементов. Тогда можно показать связки или просто импровизировать, вставляя в свой танец кроме прочих и те новые элементы, которые были разучены несколько минут назад.

### **Проверка знаний и умений**

Если говорить о знаниях и умениях в брейк-дансе, то знания – это знать, как выполнять данный элемент, связку элементов, умения – это практические навыки выполнения элемента. Но в дополнительных образовательных программах по брейк-дансу есть и чисто теоретические и чисто практические темы, есть и темы смешанные. В программах чётко указаны критерии оценки знаний и каких именно знаний. Обучающиеся получают информацию об истории развития хип хоп культуры, о творчестве профессионалов мирового уровня в брейк-дансе, о чемпионатах от городского до мирового уровня, об экипировке, технике безопасности,

музыке брейка и др. Причём, поскольку рамки занятия ограничены, педагог рекомендует литературу, видеофильмы, сайты в интернете, где можно получить дополнительную информацию. Умения же можно получить преимущественно на занятии (некоторые элементы можно разучить дома самостоятельно, но для этого нужны условия). Для проверки теоретических знаний можно использовать: вопросы, беседы, рассказ и пересказ, то есть многие объяснительно-иллюстративные методы. Но для показа умений педагоги предпочитают использовать методику уличной культуры. Во-первых, брейк-данс должен помнить о своих корнях – улице; во-вторых, не всё то, что родилось на улице неприемлемо в педагогике.

Например, можно использовать такую форму проверки умений, как «джем». Термин «джем» - пришёл из США и означает «встреча ради истинного удовольствия». Этот термин родился в среде джазменов, когда они собирались просто помузицировать для себя и своих друзей, а не для широкой публики. И у джазменов и позднее в брейк-дансе термин «джем» означает одно – дружеское соревнование (перетанцовка). Здесь нет судей, а правило только одно – не мешать и соблюдать очерёдность (чтобы не было столкновений в кругу). Педагогу не надо давать каких-то определённых заданий. Ребята будут с удовольствием танцевать и выполнять всё, что они умеют и не умеют (хотя бы пытаться).

Другой вид соревнований – это соревнования, например, районного или городского уровня. Согласно «положению», такие соревнования могут заранее предложить определённые задания. Например, это будут соревнования команд. Команды, заявившие о своём участии, специально готовят «домашнее задание – танцевальное шоу или танец. Показ шоу – это отборочный этап. После отбора остаются четыре команды, которые продолжают соревнование в «битве». Две команды борются за 3-4 места. Две команды – за 1-2 места. Такое противостояние обосновано качеством показа танцевального шоу. К таким соревнованиям нужно специально готовиться.

Так же есть соревнования, на которых главное – спонтанность. Танцоры могут прибыть командой, могут единолично, но в команду они соберутся на месте методом жеребьёвки. Таким, образом, в команде будут малознакомые друг с другом люди. Особая трудность в том, что команда не станцована. Все приходится решать на месте в какие-то мгновения.

В последнее время практикуются индивидуальные соревнования. Каждый танцор выходит соревноваться один на один с другим танцором. Судьи выбирают лучшего. Так они выбирают лучших танцоров из нескольких пар. Затем всё повторяется по второму кругу уже в этих лучших парах. И так до тех пор, пока не останется одна пара, из которой судьи выберут лучшего танцора.

Все эти виды соревнований можно провести внутри клуба, но между учебными группами. А на последний вид можно пригласить танцоров из других коллективов города.

### **Заключение**

Для решения поставленных задач (перед клубом, перед учениками, перед самим собой) педагог должен постоянно совершенствовать методику своих занятий. Для это требуется:

1. повышать результативность обучения;
2. развивать детей физически и эстетически;
3. повышать их интерес к занятиям в частности и к хип- хоп культуре в целом.

Очень важно в самом начале занятия дать обучающимся положительный настрой на обучение. У детей появится предвкушение: если уже сейчас так интересно, то, что же сулит занятие в дальнейшем?

Педагог должен продумать всё содержание занятия таким образом, чтобы интерес у детей всё возрастал ступенчато от начала занятия к его окончанию. Интерес детей нужно сохранить от начала занятия до его окончания и перенести его в дом ученика. Ученик должен рассказать дома, чем занимались на занятии, что он разучил, был ли он лучшим и т.д.

Выше уже говорилось, что разучивание нового элемента идёт ступенчато:

- показ педагогом элемента в целом;
- разбивка элемента на составляющие части;
- разучивание составляющих частей от одной к другой;
- многократное повторение элемента, то есть доведение его выполнения до автоматизма.

Этот последний этап особенно труден, так как у детей недостаёт терпения выполнять многократно одно и то же. Задача педагога – менять методику на всё более новую и результативную, постоянно поддерживать высокий интерес у детей к занятию.

Главная задача педагога – постоянно «держать руку на пульсе», то есть постоянно быть в курсе всех инноваций в обучении, хорошо знать методику ведения занятий, вводить игру или соревнование (зависимо от возраста) – это никогда не наскучит детям, применять электронные средства обучения, использовать на занятии взаимопомощь учеников, помощь инструкторов.

Можно сказать, то интерес обучающихся к занятию зависит и от личности педагога. Педагог должен быть лидером.

## Список литературы.

1. Ги Дени, Люк Дассвиль, «Все танцы», перевод с французского Г. Богдановой. – Киев: Музыкальная Украина, 2004. – 156 с.
2. Зуев, З.И. Волшебная сила растяжки. - М.: ФИС, 2007. – 124 с.
3. Пельман, М. Специальная физическая подготовка. – М.: ФИС, 2009. – 126 с.
4. Рубштейн, Н. Психология танцевального спорта. М.: Владос, 2011. – 136 с.
5. Рубштейн, Н. Что нужно знать, чтобы стать первым. М.: Владос, 2011. – 111 с.
6. Фомин, Н.А., Филин В.П. На пути к совершенствованию спортивного мастерства: (Адаптация юных спортсменов к физическим нагрузкам). - М.: ФИС, 2006. – 125 с.