



Тема:
**«Танцевальные
ЭМОЦИИ»**

Подготовил педагог
дополнительного образования
Храмченко Л.В.

Данное занятие предназначено для учащихся по дополнительной образовательной программе «Мы начинаем КВН». Занятие предлагает продолжить обучение в дистанционном формате.



ЗДРАВСТВУЙТЕ, РЕБЯТА!

**Сегодня вы
познакомитесь с
понятием «танцевальные
эмоции», узнаете как они
важны в вашей
творческой деятельности**

Приготовились? Начинаем!,

Что такое эмоции ?

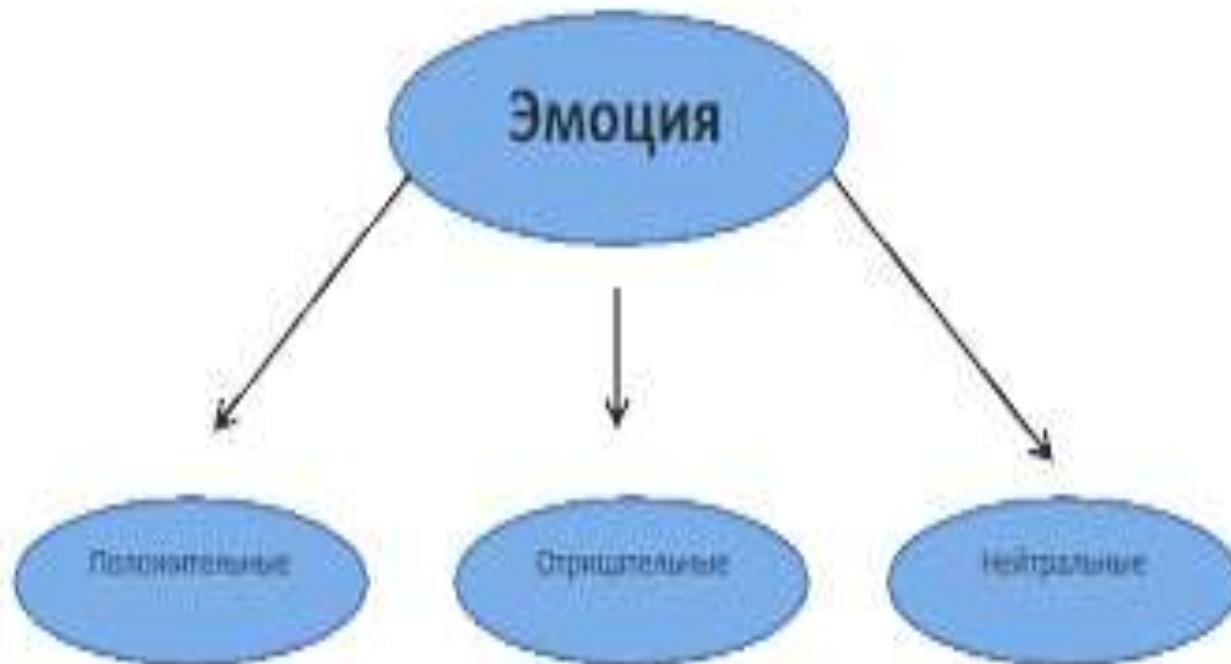


Эмоции — это основа в жизни любого человека. Список эмоций придает жизни разные оттенки и цвета. К тому же, эмоции — это тот материал, из которого формируются желания. Чего бы человек добился в своей жизни без желаний? Что бы было, если бы в жизни существовало слово «надо», а слово «хочу» — нет? Эмоции дают жизненную силу на созидание и возможности.



Эмоции – это нескончаемый ресурс энергии, набор цветов, в которые окрашивается наша жизнь. Эмоции это цвета, в которые окрашиваются наши события. От того, какого качества эти цвета и в каких тонах они фигурируют, зависит то, как человек будет интерпретировать свою жизнь.

Какие бывают эмоции?



Положительные эмоции:

Смех

Радость

Восторг

Удовольствие



Отрицательные эмоции:

Гнев

Страх

Стыд

Обида

Грусть



Нейтральные эмоции:

Удивление

Умиление

Сомнение

Недоумение





Танец — это искусство выражения себя. Когда человек повторяет какое-то действие с ритмом и чувством, это может считаться **танцем**. До того времени, когда сформировался язык, человек общался посредством рисунков, мимики, жестов, а также при помощи различных звуков. Древние пещерные люди жили общинами и каждое значимое событие, например, охота, рождение ребенка, смерть — сопровождалось неким действием со звуками и движениями тела. Со временем наскальные рисунки привели к рождению резьбы по камню, звука к музыке, мимики и движения тела — к танцу. Музыка всегда была значимой(важной) составляющей танца. Постепенно человек научился земледелию и скотоводству, и его связь с природой стала еще теснее .



Фреска
гробницы Триклинны, Тарквинии.
Ок. 470 г. до н.э.

Когда человеку не хватает слов чтобы выразить свои чувства, он начинает жестикулировать. То есть когда чувство достигает своего пика автоматически, человек или любое живое существо начинают изъясняться движениями тела, мимикой, жестами. Например, человек начинает прыгать от радости, сжимать кулаки от гнева, ходить взад и вперед, когда он раздражен. Любовь, ненависть, гнев, печаль, волнение являются теми чувствами, которые обычно выражают посредством танца.





5 упражнений для “развития” эмоций в танце

Смена ролей. Попробуйте станцевать Ваш танец в разных ролях, например, роль принцессы, роль хрупкой девушки, роль стеснительной девушки, роль раскрепощенной девушки и т.д. Как изменятся Ваши эмоции и мимика?

Развитие мимики (1). В течение дня наблюдайте за своей мимикой. Ничего не делайте, просто наблюдайте. Часто люди, даже не осознают что происходит со своим лицом. Записывайте в блокнот обстоятельства как она меняется.



Развитие мимики (2). Напишите в блокноте все эмоциональные состояния которые Вы можете сейчас вспомнить. Радость, любовь, грусть, задумчивость и т.д. Напишите любое нейтральное предложение, например “на столе лежит ручка”. Прочитайте это предложение с эмоциями из списка. Что происходит с Вашей мимикой в каждом случае?

Начинающие художники учатся рисовать, копируя известные произведения. Включите видеозапись Вашего любимого танцора и полностью скопируйте его танец и эмоции. Регулярно повторяйте это упражнение с разными танцорами.





Танцевальный батл.

Соревнуйтесь с другом (друг, подруга) в номинациях – кто лучше двигается, у кого более яркие эмоции, кто более пластичный и т.д. в данном конкретном танце.



Домашнее задание

Выполните упражнение:

Слушайте:

Это могут быть абсолютно любые звуки: кто-то говорит, музыка играет на расстоянии, машина проезжает по улице, шум закрывающейся двери или звон чашки, поставленной на стол.

*То же самое относится и к музыке, под которую Вы **танцуете**.*

Включите любую композицию и слушайте, пытаясь пропустить ее через себя подмечая новые звуки, которых раньше не замечали.

Смотрите и изучите все, что находится вокруг Вас.

Рисуйте: Нарисовать свои эмоции в танце, подбирая для их изображения «особенные» цвета красок.

