Муниципальное бюджетное учреждение

дополнительного образования

детско-юношеский центр «Радуга» городского округа Пущино

Московской области

**Конспект открытого занятия в коллективе эстрадного танца «Импульс» 3 года обучения**

**Тема: «Развитие данных, в игровой форме. Хореокоррекция.»**

*педагог дополнительного образования*

***Горчакова Надежда Владимировна***

Пущино - 2016

**Тема учебного занятия:** Развитие данных в игровой форме «Хореокоррекция».

**Тип занятия:** комбинированное

**Форма проведения:** групповое занятие. Занятие основано на соответствии каждому музыкальному понятию одушевленного персонажа. Все герои испытывают различные приключения, в которых проявляются их сущностные признаки и качества. Вместе с героями дети незаметно для себя усваивают самые сложные музыкальные понятия и умения, понятия ритма, тональности, начала гармонии.

**Цель занятия**: Хореокоррекция - это не традиционный танец и спорт, а эмоционально-игровые, двигательные приёмы, специально разработанные пластические элементы, которые доступны и интересны детям. Увидеть положительный эффект в развитии организма ребенка.

**Задачи:**

*Образовательные:*

- закрепление знаний, умений и навыков, полученных на предыдущих занятиях;

- развитие осмысленного исполнения движений;

- дать знания о целенаправленных двигательных стереотипах и безопасности телодвижений;

-  расширение кругозора, познавательная деятельность.

*Развивающие:*

- развитие координаций, ловкости, выносливости, силы постановки дыхания;

- развитие эмоциональной приподнятости деятельности, соперничество, состязательность, конкуренция, аттракция и т.п.;

- развитие внимания, памяти, речи, мышления, умений сравнивать, сопоставлять, находить аналогии, воображения, фантазии, творческих способностей, эмпатии, рефлексии,

 - внесение позитивных изменений в структуру личностных показателей (функция коррекции);

*Воспитательные:*

*-* воспитаниехудожественного вкуса, эмоционально - ценностного отношения к искусству;

- воспитание самостоятельности, воли; формирование определенных подходов, позиций, нравственных, эстетических и мировоззренческих установок;

- воспитание сотрудничества, коллективизма, общительности, коммуникативности;

- воспитание подхода к выработке жизненно необходимых привычек;

- приобщение учащихся к здоровому образу жизни и гармонии тела;

- преодоление трудностей в процессе игры.

**Методы и педагогические технологии обучения:**

**-** принцип активности (подразумевается такое качество деятельности, которое характеризуется высоким уровнем мотивации, осознанной потребностью в усвоении знаний и умений, результативностью и соответствием социальным нормам);

- наглядный (практический показ педагога), прослушивание музыки 2/4, ¾, 4/4 и так далее, прослушивание аудиозаписей и видео материалов, наблюдение;

- словесный (объяснение, беседа, анализ музыкального произведения), обязательный повтор вслух терминологии названия движения;

- практический – тренировочная работа осуществляется освоением основных навыков и умения;

- деятельность учащихся на уроке – практическая работа, импровизационные игры.

Выбор методов обучения осуществляется с учетом возможностей обучающихся (в коллектив принимаются учащиеся с разными природными данными).

**На занятии также используются дидактический материал и принципы дидактики:**

- систематичность и последовательность в практическом овладении основами хореографического мастерства;

- опора на возрастные и индивидуальные особенности учащихся;

- целенаправленность программы игр в сочетании с обычными упражнениями;

- движение от простого к сложному, постепенное усложнение материала.

*Педагогические технологии:*

- личностно – ориентированная технология с дифференцированным подходом;

- здоровье сберегающая технология;

- игровая технология.

**Средства обучения:**

- хореографический зал;

- зеркала в зале;

- музыкальный инструмент (пианино);

- музыкальный центр (ТСО);

**ПЛАН занятия**

**Вводная часть (5 мин.)**

**-** вход в танцевальный зал;

- поклон педагогу и концертмейстеру;

- обозначение темы и цели урока.

**Подготовительная часть (15 мин.)**

- Разминка.

**Основная часть (45 мин.)**

- показ;

- партерная гимнастика;

- игры: «Цапля», «Зеркало».

**Заключительная часть (25 мин.)**

- закрепление материала;

- поклон педагогу и концертмейстеру;

- выход из танцевального зала под музыкальное сопровождение.

**КОНСПЕКТ занятия**

**Вводная часть**

* Вход учащихся в танцевальный зал. Обучающихся выстраиваются в шахматном порядке. Музыкальное сопровождение марш, муз. р-р 4/4.
* Поклон, по первой прямой позиции, из стороны в сторону, с наклоном головы

педагогу и концертмейстеру.

* Обозначение темы и цели урока.

**I. Подготовительная часть**

Звучит песня из м/ф «Бременские музыканты»: «Мы к вам приехали на час»

Вход в зал, разминка по кругу:

-шаг на полупальцах;

- шаг на пятках;

- шаг н полупальцах;

-шаг на пятках;

- шаг с высоким подниманием колена (марш) – выход на середину.

**II. Основная часть урока**

**4 хлопка.**

День пригожий! Красота!  
Впереди ждут чудеса!  
К ним придем походкой бравой

(маршируем на месте 12 раз)  
Ножкой левой, ножкой правой.

(открываем прямую ногу вперед, левую-правую)

Раз, два три, раз, два, три – мы такие молодцы!

( 2 притопа, шаг назад-вперед)

Повернемся мы на право, маршируем величаво

(маршируем вокруг себя)

Ножку к ножке мы приставим и считать не забываем.

( шаг в сторону – 2 хлопка, шаг в сторону – 2 хлопка)

Мы идем походкой бравой  
Ножкой левой, ножкой правой

(шаг в сторону – приставить - присесть 2 раза, шаг в сторону – приставить- присесть 2 раза)  
Далеко, далеко,  
Дружно, весело легко!

( 2 притопа, шаг назад-вперед)

**3 хлопка.**

Пятки вместе соберем, а носочки разведем,

Носик к солнышку потянем, головой качать мы станем

(1,2 вправо, прямо; 1,2 влево, прямо; 1,2 назад, прямо; 1,2 вперед, прямо)

Головой мы крутим влево, чтобы шея не болела,

Головой мы крутим вправо, заниматься не устанем.

Упражнения …

**3 хлопка**

Мы не знаем, мы не знаем, плечи вверх мы поднимаем

(поднимаем плечи вверх – вниз)

1,2,3- 1,2,3 – плечиками крутим мы.

(поочерёдное поднимание плеч)

Руки кверху поднимаем,

А потом их отпускаем.

А потом их развернем

И к себе скорей прижмем.

А потом быстрей, быстрей

Хлопай, хлопай веселей.

(хлопки 2 медленно, 3 быстро)

Хлоп! Раз, еще раз

(хлопок, развести руки в сторону, 2 хлопка)  
Мы похлопаем сейчас.

(4 хлопка)  
А потом скорей-скорей,  
Хлопай-хлопай веселей!  
(парами)

Звучит песня из м/ф «Бременские музыканты»

Упражнение: открыть руки в сторону, поочередно загибать пальцы. Круговые движения плечами.

А теперь всем детям встать,  
Руки медленно поднять,  
Пальцы сжать, потом разжать,  
Руки вниз и так стоять.

Упражнение: выбрасываем пальцы вперед, вверх, в стороны, вверх. Зажать в кулаки, круговые движения.

На двери висит замок. (руки сцеплены в «замок»)  
Кто его открыть бы мог? (пытаются разъединить руки)  
Повертели, покрутили,  
Постучали и открыли.

**3 хлопка.**

Самолёты загудели, (открыть руки в стороны)  
Самолёты полетели, (поочерёдные наклоны влево и вправо)  
На полянку тихо сели, (присесть, руки к коленям)  
Да и снова полетели. (руки в стороны, "летим" по кругу, вернуться в исходное положение)  
У-у-у-у-у-у...

Я налево полечу, я направо полечу (открыть руки в сторону, поворот корпуса вправо и влево)

Жу-жу-жу, жу-жу-жу, постою и отдохну. (ножницы руками).

**3 хлопка.**

Цапля - птица полевая,  
Ходит отмелью босая,  
Для своих, для стройных ног,  
Цапля не найдет сапог.

( поднять ногу под углом, с вытянутым носком)

Цапля ходит по болоту,  
Будто ищет там кого-то.  
Ой, боюсь, что эта цапля  
Лягушонка хочет сцапать.

( поочерёдный подъем на полупальцы)

**Игра «Цапля»** - одна из разновидностей игры Догонялки. Роль ведущего в этой игре дается одному игроку - это «Цапля». Остальные игроки - это «Лягушки», которых должна поймать цапля. По считалке или по жребию выбирается водящий или ловишка - это будет «Цапля». Оставшиеся игроки считаются «лягушками». Ловишка-цапля становится в центре, лягушки-игроки становятся вокруг цапли в круг.

Игроки ходят хороводом вокруг Цапли и произносят слова песенки:

- Идёт, идёт охота, заквакало болото,

Лягушки удирают

Со всех зелёных лап.

Им вовсе неохота,

Им страшно неохота,

Чтоб цапля их зацапала,

Цап! Цап! Цап!

После слов «цап, цап, цап!» все игроки «лягушки» разбегаются, а «цапля» их ловит. Последний пойманный самый ловкий лягушонок становится водящим - «Цаплей» и игра продолжается.

**3 хлопка.**

Солнце в небе высоко!  
В ясный день шагать легко!  
Ветерок нас догоняет.  
Он дорогу тоже знает.

(перестроение на середину)

Ветер дует нам в лицо (повернуться направо – дуть, повернуться налево - дуть)  
Закачалось деревцо (наклон корпуса вправо-влево)  
Ветерок все тише, тише (медленно приседаем)  
Деревцо все выше, выше (медленно встаем, поднимаемся на носочки, руки вверх)

**3 хлопка.**

Дружба – это тёплый ветер,  
Дружба – это светлый мир,  
Дружба – солнце на рассвете,  
Для души весёлый пир.

Давай дружить, давай дружить, давай дружить, давай дружить (даем руки друг другу)

Вместе: давай дружить, давай, давай.

Идет перечисление имен.

**3 хлопка.**

Садимся на пол.

Едет, едет паровоз – чух-чух-чух, чух-чух-чух (сидя шагаем вперед)  
Слышен громкий стук колёс – чух-чух-чух, чух-чух-чух (сидя шагаем назад)

Паровоз гудит, гудит – тыр-тыр-тыр, тыр-тыр-тыр (катаемся как «орешек», поворот головы в стороны)  
И стрелой вперёд летит – чух-чух-чух, чух-чух-чух (катаемся как «орешек», поворот головы в стороны)

**Упражнение для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы.**

*Исходное положение –* сесть на пол с опорой на руки сзади. На счет *раз* носки на себя; на счет *два* вытянуть носки, стараясь коснуться большими пальцами пола.

*Исходное положение –* сесть на пол с опорой на руки сзади. На счет *раз* приподнять выпрямленную правую ногу*;* на счет *два* вернуться в исходное положение.

**Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов.**

*Исходное положение –* сидя на полу, колени и стопы вытянуть. С абсолютно прямой спиной наклоняйтесь вперед, к ногам. Следите за тем, чтобы спина не сгибалась.

Дотронуться хотела я руками,  
До самого красивого цветка.  
А он, взмахнув своими лепестками,  
Вспорхнул и улетел под облака!

**Упражнение для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы.**

**«Бабочка»**

*Исходное положение –* сидя на полу. Ноги раскрыть и выворотно сложить вместе. Двумя руками взять голеностопы и потянуть на себя.

Едем, едем мы с тобой.  
В гости к бабушке родной  
Мы приедем скоро к ней,  
Паровоз вези, быстрей!

Парами….

**Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.**

**«Кукла»**

*Исходное положение* - сесть на пол, вытянутые ноги раскрыть циркулем в стороны. На счет *раз-два* наклонить корпус вниз, стараясь животом и грудью достать пол, руки вытянуть вперед. На счет *три-четыре* зафиксировать такое положение. Это упражнение также способствует выработке амплитуды балетного шага.

**Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.**

*Исходное положение –* лежа на спине, развернуть ноги внутренней стороной наружу (выворотно). Медленно поднимать то одну то другую ногу или обе ноги вверх, то вытягивая, то сокращая их в I позицию.

Это упражнение также исправляет недостатки осанки. При седлообразной спине (лордозе) необходимы упражнения на укрепление мышц брюшного пресса, растягивание мышц - сгибателей и укрепление мышц- разгибателей тазобедренных суставов, растягивание задних связок нижнегрудного и поясничного отделов позвоночника.

Вот и спелая клубничка.  
Рядом с ней её сестричка.  
Вместе в листиках сидят,  
И на солнышко глядят.

**Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов.**

**« Корзиночка»**

*Исходное положение –* лежа на животе. Согните руки назад, дотянитесь до согнутых ног и возьмитесь за пальцы ног.

Маленькая кошка,  
Прыгнула в лукошко,  
Потянулась, облизнулась,  
И калачиком свернулась!

**Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава.**

**«Кошка»**

*Исходное положение –* стоя на коленях, наклониться вперед, предплечья на полу. На счет *раз-два - три-четыре* потянуться плечами к полу; на счет *пять –*

*Шесть – семь - восемь* вернуться в исходное положение.

У реки лежит лягушка,  
как пузатая подушка.  
В круглом брюшке у лягушки  
мухи, комары и мушки.

**«Лягушка»**

*Исходное положение* – лежа на животе. Ноги выворотно сложить вместе.

Очень доволен мишка-сосед,  
Мишке купили велосипед!

**Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов.**

**«Велосипед»**

*Исходное положение –* лечь на пол. Поочередно сгибать ноги как при езде на велосипеде.

Паровоз нас привезёт,  
У платформы отдохнёт,

Пустит дым своей трубой,  
И отправится домой (поочередно встаем)

**Игра «Зеркало» или «Тень»:** один из участников копирует все движения другого, при условии некоторой подготовки они двигаются синхронно, предварительно не договариваясь о порядке действий. В упражнении «Зеркало» ведомый участник стоит напротив того, кто задаёт тон, как и подобает зеркальному отражению, в то время как «тень» перемещается за ведущим по всему предоставленному периметру.

**III. Заключительная часть**

**Закрепление.**

Дети еще раз вместе с педагогом возвращаются к основной теме занятия, и смотрят, все ли им удалось выполнить. Педагог спрашивает у детей, где они сегодня были. Они рассказывают о своём путешествии всем присутствующим. Повторяют основные моменты. После дети оценивают свою работу на занятии.

В основе всего урока с учащимися положена здоровье сберегающая технология, а так же личностно – ориентированная технология и игровая технология.

* Поклон, по первой прямой позиции, из стороны в сторону, с наклоном головы

педагогу и концертмейстеру.

* Выход обучающихся из танцевального зала. Обучающихся выстраиваются в шахматном порядке. Музыкальное сопровождение марш, муз. р-р 4/4.

**Ожидаемый результат:**

**-** снятие мышечного и психологического напряжения;

- развитие координации;

- укрепление природных данных;

- приобретение первоначальных слуховых навыков и навыки движения под музыку.

**Критерии результативности:**

- техническое исполнение упражнений;

- воспитание чувств коллективизма, общей культуры поведения и трудолюбия;

- развитие воображения, координации движения.

**Форма подведения итогов:**

- оценка работы детей;

- поощрение за успешную работу;

- установка на дальнейшую деятельность.

**Анализ.** Игровая модель учебного процесса, положительно проживается участниками в ее игровом воплощении. Обучающиеся хорошо усвоили материал. С удовольствием выполняли упражнения в игровой форме. Упражнения охватывают все группы мышц и носят близкие и понятные детям названия животных или имитационных действий. Поэтому важно на уроках ритмики заниматься партерной гимнастикой, направленной на развитие природных данных - шага, выворотности, прыжка, гибкости.

**Литература**

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. - СПб., 1996.

2. Васильева Т.И. Балетная осанка: Методическое пособие.- М.: Высшая школа изящных искусств Лтд., 1993. – с. 48

3.Константинова А. И. Игровой стретчинг: Методика работы с детьми дошкольного возраста. СПб., 1993 - 76с.