

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования

«Дворец творчества детей и молодежи» городского округа Тольятти

## **КОНСПЕКТ**

**учебного занятия по ритмике**

**«В весеннем лесу»**

**Образовательная программа:** «Спортивные танцы»

**Возраст учащихся:** 5 лет

**Автор:**

Гладуняк Ю. О.,  
педагог дополнительного  
образования

2015 г.

## Тема занятия: *«Музыкально – ритмические упражнения с лентами. Танцевальный этюд «Радуга».*

### **Цель:**

- обучать навыкам работы с предметами (лентами);

### **Задачи:**

- развивать музыкально-ритмические, двигательные навыки, умение слушать музыку и выполнять движения под музыку в соответствии с ритмом, характером музыкального произведения, учить передавать посредством движений характер музыки, чувства, настроение и с помощью выразительного движения создавать образ;

- разучить танцевальный этюд с лентами;

- закреплять ранее изученные движения и отрабатывать технику выполнения музыкально-пространственных упражнений;

- совершенствовать навыки ориентирования в пространстве, координации движений, физические умения и навыки;

- укреплять здоровье детей, работать над совершенствованием правильной осанки и осуществлять профилактику заболеваний опорно-двигательного аппарата;

- развивать творческие способности, воображение, фантазию, тренировать психические процессы посредством движения в различных темпах и ритмах, развивать восприятие, внимание, мышление;

-учить умению общаться, вступать в контакт со сверстниками, играть и выполнять действия согласованно.

### **Оборудование:**

- аудиозаписи: «Вальс цветов» П.И. Чайковского (балет «Щелкунчик»), «Вальс до-диез минор» Ф. Шопена, вальс А. Тома;

- ленты разного цвета (семи цветов радуги) и ленты красного, желтого, синего и зеленого цвета по две для каждого ребенка длиной около 60 см., обручи (кубики, кольца) либо другие ориентиры такого же цвета, как и ленты, плоские предметы (коврики, картон) - «кочки», кольца (обручи) – домики для игры;

- элементы костюмов, шапочки Дождика и Солнышка, шапочка медведя для подвижной игры «Разбуди мишку»;

- элементы оформления зала в виде лесной поляны – цветы, растения, грибы и т.п., фото (иллюстрации) растений – первоцветов леса.

**Предварительная работа:** заучивание стихотворения для музыкально – пространственной игры со словом «Разбуди мишку».

### **Ход занятия:**

**I. Вводная часть – 5-7 минут.**

**1. Организационный момент. Сообщение специфики занятия.**

- Здравствуйте, ребята. Сегодня мы с вами совершим прогулку в весенний лес. А в лесу нас ждет много нового и интересного.

## **2. Разминка. Музыкально – пространственные упражнения.**

Ходьба, бег, галоп, подскоки. (Выполняются под аккомпанемент фортепиано).

### ***а) топаящий шаг на всей стопе.***

- Итак, прошу всех занять места в вагонах. До леса мы доберемся на поезде.

Чух – чух, пыхчу,

Пыхчу, ворчу,

Стоять на месте не хочу.

Садись быстрее, прокачу!

Дети стоят в колонне, положив руки на плечи впереди стоящего. Направляющий – паровозик, руки согнуты в локтях.

Упражнение выполняется из исходного положения полуплие (ноги чуть согнуть в коленях, спина прямая). Шаг дробный, небольшой, стопа полностью соприкасается с поверхностью пола. «Паровозик» движется по кругу.

### ***б) марш.***

- Вот мы и приехали. Выходим из вагончиков и шагаем дальше.

И.п. – руки вдоль туловища, ноги вместе («узкая дорожка» - 6 позиция). Дети идут бодрым шагом за направляющим, высоко поднимая колени и энергично взмахивая руками.

### ***в) крадущийся, осторожный шаг.***

- Мы с вами попали в весенний лес. Растаял снег, журчат ручьи, просыпаются лесные обитатели – звери, птицы, насекомые.

- Что за хитрая плутовка?

Рыжая головка,

Хвост пушистый – краса!

Кто же это? (Лиса).

Выполняется широкий шаг на низких полупальцах в сочетании с п/плие («пружинкой») в продвижении.

### ***г) шаг на внешней стороне стопы.***

- Тише, тише вы идите,

Мишеньку не разбудите.

Там, в берлоге спит медведь,

Тише, дети, не шуметь!

Выполняется спокойный широкий шаг, руки вдоль туловища и округлены в локтях. Дети имитируют шаги неуклюжего медведя.

### ***д) прыжки.***

- А вот еще один обитатель леса. Он уже успел поменять белую шубку на серую.

- Серенький, пушистый,

Лесной побегайка,

Прыгает, резвится

Наш веселый...(зайка).

И.п. – ноги вместе по 6 поз., руки перед собой согнуты в локтях, кисти расслаблены (имитируют лапки зайчика).

Выполняются прыжки в продвижении на двух ногах.

**е) прямой галоп.**

- Вот мы вышли на лесную опушку. Перед нами луг. Кто пасется на лугу?

- Гоп, гоп, он лихой,  
С настоящей головой,  
С настоящей гривой,  
Ах, какой красивый! (Конь.)

Выполняется прямой галоп с правой ноги, руки на поясе.

**ж) подскоки.**

- Переберемся через луг - и снова в лес!

Выполняются подскоки по кругу.

**з) легкий бег.**

- Пришла весна,  
Ой, пришла ясна.  
Погляди-ка, дружок,  
Зеленеет лужок!

- А в лесу поют птички. Они перелетают с дерева на дерево, с кустика на кустик. Легко порхают над полянкой яркие бабочки.

А сейчас мальчики превратятся в птичек, а девочки – в бабочек.  
Зазвучит красивая музыка и вы полетите над нашей полянкой.

Птички и бабочки «летают». Девочки изображают бабочек, мальчики птичек.  
Выполняется легкий бег на низких полупальцах в сочетании с плавными характерными движениями рук, имитирующими взмах крыльев.

- Идем дальше. Перед нами лесной пруд. Каких животных мы можем увидеть на берегу пруда, в воде? (Лягушки, рыбки, цапля).

-В пруду проснулись лягушки. Как они прыгают?

И.п. – упор присев, опираясь руками о пол. Выполняются прыжки с приземлением в и.п.

- На берегу стоит цапля.

Дети стоят попеременно на правой (левой ноге), поджав неопорную и раскинув в сторону руки – «крылья», ладони вниз.

**и) спокойная ходьба.**

- А сейчас мы будем рыбками.

Дети двигаются в различных направлениях в сочетании с движениями рук – вперед – в стороны.

**к) приставной шаг.**

- Давайте переберемся по узкому мостику на другую сторону пруда.

Дети выполняют боковой приставной шаг по прямой в одном направлении, перебираясь через «кочки», разложенные на полу ориентиры, руки на поясе.

**3. Релаксация. Отдых, восстановление пульса, дыхания.**

*Музыкальное сопровождение – аудиозапись «Вальс цветов» П.И. Чайковского (балет «Щелкунчик»).*

- Мы на лесной полянке. Долго мы шли по лесу. Пора бы отдохнуть. Полежим на травке.

Дети лежат на ковре, на спине, расслабив мышцы рук, ног и закрыв глаза.

**4. Элементы партерной гимнастики.**

*Сокращение стопы. Работа над укреплением мышц стопы.*

- Солнце поднимается выше и выше. Становится жарко. Давайте опустим ножки в воду.

Дети сидят на ковре, руки в упоре за корпусом, ноги вместе и выполняют сокращение стопы, вытягивая носки вперед, затем выпрямляя стопу (носки – «на себя»).

**II. Основная часть – 10 - 12 мин.**

**1. Беседа.**

- А на полянке расцветают прекрасные цветы. И мы с вами, как в сказке, превратимся в цветы. Давайте вместе вспомним, какие цветы первыми можно увидеть весной в лесу или на лугу.

- Обратите внимание на иллюстрации растений, которые вы видите на доске. Кто из вас знает, какое растение самым первым зацветает в лесу, едва сойдет снег – в марте? Кто узнал его на картинке?

*(Дети называют и показывают подснежник – пролеску сибирскую. Детям предлагаются еще две иллюстрации известных первоцветов – мать-и-мачехи и одуванчика).*

- Одними из первых в лесу зацветают и мать-и-мачеха (апрель - май), всем вам знакомый одуванчик (апрель - июль), лютик (апрель), гусиный лук (апрель - май), медуница (апрель - май), фиалка болотная (апрель - июнь), кислица (апрель).

**2. Игра - превращение «Прекрасные цветы».**

- Давайте превратимся в эти прекрасные цветы и покажем, как они растут, цветут, пробуждаются по утрам.

(Выбираются дети, исполняющие роль Дождика и Солнышка. Используется реквизит для персонажей.)

*Музыкальное сопровождение – «Вальс до–диез минор» Ф. Шопена.*

Дети располагаются свободно по залу, изображая бутоны, из которых с началом музыки начинают «распускаться прекрасные цветы».

Музыкальное сопровождение побуждает играющих к пластичности движения, выразительной мимике.

Под палящими лучами солнца цветы начинают вянуть: дети, медленно расслабляясь, опускаются на одно колено. А под дождиком снова оживают, поднимаются. Действия сопровождаются соответствующей мимикой.

Роли дождика и солнышка исполняют дети.

- После весеннего дождя на небе мы увидели красивое и редкое природное явление. Отгадайте загадку:

Дождь прошел, и вырос мост,  
Растянулся на семь верст.  
И висит он золотой –  
Над деревней и рекой.  
Не проехать по нему  
Ни машине, ни коню. (Радуга.)

- В небе появилась разноцветная радуга. Такая же яркая и цветная, как эти ленточки.

### **3. Музыкально – ритмические упражнения с лентами.**

#### **Танцевальный этюд «Радуга».**

Детям раздаются по две ленточки одного цвета. Используются ленты цвета радуги.

**а) Изучение движений, использующихся в танцевальном этюде без музыкального сопровождения и повторение ранее изученных движений «ленточки» «ветерок», «поющие руки», «красим забор», круговых движений и т.п., далее в сочетании с приставным шагом.**

И.п. - стоя на месте по 6 поз. («узкая дорожка») перед зеркалом, руки с лентами опущены вниз.

**б) Работа над этюдом с музыкальным сопровождением.**

*(Используется аудиозапись вальса А. Тома.)*

И. п. – стоя в кругу лицом к центру, в обеих руках ленты одного цвета.

#### **Часть А.**

1-8 т. – стоя на месте, выполняют плавные взмахи обеими руками вверх – вниз.

9-16 т. – поочередные взмахи руками снизу-вверх движение «ленточки».

1-8 т. – перекрестные движения рук из и.п. руки вперед – движение «поющие руки».

9-16 т. – кружение на высоких полупальцах, руки в стороны.

### **Часть В.**

1-8 т. – легкий танцевальный бег на полупальцах к центру круга.

9-16 т. – движение рук «ленточки».

1-8 т. – поворот из круга и возвращение на исходную позицию.

9-16 т. – поворот лицом к центру, «ленточки».

### **Часть А.**

1-2 т. – стоя на месте, лицом к центру круга, взмах правой рукой, одновременно выставляя правую ногу вперед – в сторону на носок.

3-4 т. – правую руку опустить, вернуться в и.п.

5-6 т. – взмах левой рукой, одновременно выставляя левую ногу вперед – в сторону на носок.

7-8 т. – левую руку опустить, вернуться в и.п.

9-16 т. – дети выполняют кружение на высоких полупальцах в парах, соединив правые руки и подняв их вверх - движение «вертушка».

17-24 т. – то же движение, подняв левые руки вверх.

### **Часть В.**

1-8 т. – поворот направо, легкий танцевальный бег по кругу на низких полупальцах, в сочетании с круговыми вращательными движениями рук.

9-16 т. – бег по кругу в обратном направлении в сочетании с движениями рук.

С окончанием музыки дети остаются в кругу в и.п. стоя лицом к центру, руки с лентами опущены вниз.

## **III. Заключительная часть – 8 мин.**

### ***Закрепление навыков выполнения движений с предметами (лентами).***

#### **1. Игра с ленточками.**

*Музыкальное сопровождение - фортепиано - карельская народная мелодия.*

Дети делятся на команды.

Каждому ребенку дается по две ленточки одинакового цвета – красные, желтые, синие и зеленые. Дети встают в круг в свободном порядке.

В зале ставятся цветные ориентиры – кубики, либо кольца и т.п.

### **Часть А.**

1-8 такты: легкий бег на носках по кругу, руки в стороны.

Часть В.

1-4 такты: поочередные взмахи правой и левой рукой вверх – вниз.

5-8 такты: кружение на месте на полупальцах, руки вперед.

### **Часть В.**

1-8 такты: легкий бег на носках по кругу, руки в стороны.

### **Часть А.**

1 такт: руки вверх.

- 2 такт: правая рука - в сторону.
- 3 такт: левая рука – в сторону.
- 4 такт: ленточки прячут за спину.
- 5 – 8 такты: кружение на п/п, на месте, руки за спиной.

### **Часть В.**

Легко бегают на носках по залу врассыпную.

По окончании музыки дети должны собраться в кружочки возле своих ориентиров определенного цвета. Побеждает та команда, которая первой выполнила это задание.

## **2. Подвижная игра «Разбуди мишку» (игра со словом).**

*Музыкальное сопровождение - фортепиано – русская народная мелодия (сл. Н. Зарецкой).*

- Сегодня мы с вами в нашем сказочном лесу встретили медведя. Сейчас мы с ним поиграем. Вы знаете, что всю зиму медведь спит в берлоге, и просыпается только весной. Что ж, весна уже пришла, а мишка еще спит. Давайте попытаемся его разбудить. Игра называется «Разбуди мишку».

*Правила игры:*

Ребенок – «медведь» спит «в берлоге». Дети тихо подходят к нему, напевая слова песни. После окончания музыки раздается рычание «медведя». Дети убегают в домик, а медведь их догоняет.

Тихо – тихо вы идите,  
Мишеньку не разбудите.  
А к берлоге подойдем,  
Топать ножками начнем!  
Раз, два, три,  
Раз, два, три!  
Мишка, мишка, выходи!

## **IV. Итог занятия.**

### **1.Беседа.**

- Настало время возвращаться из сказочного леса.
- Вам понравилось наше путешествие?
- Что нового мы узнали, с кем встретились в лесу?
- Какие новые танцевальные движения изучили, с какими предметами работали?
- Как назывался танцевальный этюд, который изучили на сегодняшнем занятии?

### **2.Поклон.**

- Давайте попрощаемся с лесными обитателями. Как мы говорим друг другу «до свидания» на уроках хореографии? (Выполняется поклон в сопровождении фортепиано.)



*а) простой поклон.*

И.п. - стоя на месте по 6 поз. («узкая дорожка») лицом к зеркалу.

Руки за спиной - у мальчиков, на юбочке - у девочек.

*Мальчики:*

1 – опустить голову.

2 – вернуться в и.п.

*Девочки:*

1 - выполняют полуплие из и. п. - ноги в поз. «домик» или 1 невыворотная поз., левую ногу на носок.

2 – вернуться в и.п.

*б) поклон с приставным шагом.*

1 – шаг вправо.

2 – приставить левую ногу.

3 – опустить голову.

4 – поднять голову.

5 - 8 – повторить поклон с приставным шагом влево.

- До свидания, весенний лес! До свидания, ребята!