

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР РАЗВИТИЯ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И ЮНОШЕСТВА
ИМЕНИ АНАТОЛИЯ ИВАНОВИЧА АНДРИАНОВА»
ГОРОДА НОВОЧЕБОКСАРСКА ЧУВАШСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

Мастер-класс по теме:
«Физкультминутки на занятиях хореографии».

Направленность:	Художественная
Возраст обучающихся:	5-9 лет
Автор-составитель:	Кузнецова Наталья Васильевна, педагог дополнительного образования

Новочебоксарск
2019

Мастер-класс по теме: «Физкультминутки на занятиях хореографии».

Предмет: Хореография.

Педагоги: Кузнецова Наталья Васильевна.

Тип урока: изучение нового материала

Тема: «Физкультминутки на занятиях хореографии».

Продолжительность: 1 урок -40 минут.

Группа: непрофессиональная и профессиональная аудитория.

Технологии: технология интегрированного обучения.

Цель: Распространение педагогического опыта здоровьесберегающих технологий, для активизации отдыха и умственной работы детей на занятиях.

Задачи.

Образовательные:

- ознакомить с основными физкультминутками, используемыми на уроке хореографии.
- обогатить знания и представления о здоровьесберегающих технологиях.

Развивающие:

- расширить представление о разнообразии физкультминуток.
- пополнить знания о физкультминутках, как одного из приемов здоровьесберегающих технологий.

Воспитательные:

- воспитывать и развивать культуру здорового образа жизни.

№	Этап урока	Приемы и методы	Время
1.	Организация начала занятия.	Приветствие педагога. Исполнение поклона в эстрадном характере.	2 мин.
2.	Подготовка к основному этапу занятия.	Постановка цели, знакомство с содержанием урока.	2 мин.
3.	Эстрадный экзерсис на середине зала	И.п.- ноги во 2-й невыв.поз, руки на поясе. - наклоны головы вправо-влево, вперед-назад, повороты вправо-влево; - подъем плеч вверх-вниз, поочередно, одновременно; - работа рук в сторону и вверх («широкие-высокие»); - круговые движения рук вперед-назад («пловцы»); - наклоны корпуса в сторону («неваляшки»); - наклон корпуса вперед, руки раскрыты в сторону («самолет»); - наклон корпуса вперед-вниз, достать	10 мин.

		носочки и поднять руки вверх («носочки достать и ладошки показать»); - работа тазобедренного сустава вправо-влево («хвостик вправо-влево»); - упор ладонями об пол и вращение на месте («жучки-паучки»);	
4.	Усвоение новых знаний.	- «Раз, два, три - нет ладошек, посмотри»; - «Хлопают ладошки – раз, два, три»; - «Кто там?»; - «Волшебный карандаш»; - «Моль, моль, моль»; - «Чайничек-крышечка»; - «Шел по лесу музыкант».	25 мин.
5.	Итог урока.	- поощрение; - пожелания;	6 мин.

Ход урока:

Организационный момент.

Слово учителя:

Добрый день! Мы рады видеть вас на мастер-класс «Физкультминутки на занятиях по хореографии». Думаю, что физкультминутки, с которыми мы познакомимся, будут использоваться и на других занятиях. Они подойдут для дошкольного и младшего школьного возраста.

1. Физкультминутки - это небольшой комплекс физических упражнений, сопровождаемых стихами или песенками.

2. Физкультминутки - это кратковременные физические упражнения, проводимые с целью предупреждения утомления, восстановления умственной работоспособности (возбуждают участки головного мозга, которые не участвовали в предшествующей деятельности).

Значение: улучшают кровообращение, снимают утомление мышц, нервной системы, активизируют мышление детей, создают положительные эмоции и повышают интерес к занятиям. Длительность физкультминуток 1,5 – 2 минуты.

Актуализация знаний.

Чтобы приготовить наши мышцы к нагрузкам, для начала их разогреем, выполним эстрадный экзерсис, который тоже может использоваться как элемент физкультминутки.

Выполнение эстрадного экзерсиса.

Основное содержание занятия.

1. Физкультминутка-игра «Раз, два, три - нет ладошек, посмотри».

Цель: Развивать слуховое внимание, развивать ритмизированную речь, ощущение метроритма.

Ход. На счет хлопают в ладоши 3 раза и прячут ладошки за спину («нет ладошек посмотри?»).

На счет опять хлопают 3 раза за спинами и показывают ладошки перед собой («Здесь ладошки вот они»).

2. Физкультминутка «Хлопают ладошки – раз, два, три».

Цель: Развивать устойчивость внимания при воспроизведении ритмических рисунков, ощущение равномерности темпа.

Ход.

Хлопают ладошки

Раз, два, три. Хлопаем три раза в ладошки

И танцуют ножки

Раз, два, три. Топаем 3 раза.

Раз, два, три.

Раз, два, три. Хлопаем три раза

Танец наш веселый Раскрываем правую руку в сторону, затем левую руку в сторону и

Посмотри. И покачиваем руками.

Повернулись вправо, Поворот вокруг себя вправо с вытянутой рукой.

Раз, два, три. Хлопаем три раза.

Повернулись влево, Поворот вокруг себя влево с вытянутой рукой.

Раз, два, три. Хлопаем три раза.

Ножки показали, Стопы ставятся на пятки поочередно.

Раз, два, три. Топаем 3 раза.

Дружно станцевали, Руки перед собой «полочкой».

Раз, два, три. Поднимаем поочередно локти.

3. Физкультминутка «Кто там?».

Цель: Развивать ритмический слух, передавать характер в мимике и движениях характер стихотворения и музыки.

Ход. Вы сидите дома. К вам кто-то стучится, и вы спрашиваете.

Кто там? ай-ай-ай-4 раза. Дети наклоняются и спрашивают друг друга.

Что такое, Что случилось? Дети изображают удивление, поднимая плечики и разводя руки в сторону.

Вот так – 4 раза. Дети топают ножкой, изображая, что сердятся.

4. Физкультминутка «Волшебный карандаш».

Цель: Развивать умение передавать в движении характер музыки. Развивать танцевальные умения.

Ход. Под музыку дети передают друг другу карандаш. На ком музыка остановилась, тот выходит в центр круга и показывает танцевальное движение.

5. Физкультминутка «Чайничек-крышечка».

Цель: Развивать внимание, память, речь.

Ход. Чайничек, крышечка.

Крышечка, пипочка.

Пипочка, дырочка.

Дырочка, пар идет.

Дети повторяют слова и одновременно показывают части «чайника». И все в обратном порядке и рассказ и показ.

6. Физкультминутка «Моль, моль, моль».

Цель: Развивать внимание, память, двигательльно-ритмизированную речь.

Ход. Моль, моль, моль.

Ядовитая букашка.

Моль, моль, моль.

Ядовитый таракашка.

Моль, моль, моль.

Это маленький жучок.

Большим и указательным пальчиками, показать какой маленький.

Который поедает.

Все вдоль и поперек.

Рука перед собой проводит горизонтальную и вертикальную линии.

Моль, моль, моль.

Съела, папины штанишки.

Руки показывают длину штанишек.

Моль, моль, моль.

Съела, мамино пальто.

Показываем пальто.

Моль, моль, моль.

Съела плюшевого мишку.

Показываем голову и туловище медвежонка.

Оделась и пошла в кино.

Как-будто накидываем на себя верхнюю одежду.
И бег вокруг себя с подъема колена вверх.

Дети произносят текст и показывают руками.

7. Физкультминутка «Шел по лесу музыкант».

Цель: Точно передавать в движении характер музыки. Развивать танцевальные умения и навыки.

Ход. Используется фонограмма песни «Шел по лесу музыкант».

1 куплет: Марш на месте. Шаги вправо-влево, руки наматывают нитки.

Припев: «Ладочки-звоночки» и хлопки в ладоши, маршируя на месте.

Дирижируем и «ладочки-звоночки».

2 куплет: Шаги вправо-влево и играем на барабане.

Шаги вправо-влево и подскоки на месте.

Припев: Кулачки стучат друг об друга и поворачиваем пяточки стоп вправо-влево.

3 куплет: Шаги вправо-влево и, наклонив корпус вперед, шагаем на месте.

Шаги вправо-влево и подскоки на месте, руки машут над головой.

Руки «рисуют» круг в воздухе.

Припев: «Ладочки-звоночки» и хлопки в ладоши, маршируя на месте.

Дирижируем и «ладочки-звоночки».

Кулачки стучат друг об друга и поворачиваем пяточки стоп вправо-влево.

Марш на месте.

Прыжки вправо-влево, поворот стоп вправо-влево и руки также.

Припев: «Ладочки-звоночки» и хлопки в ладоши, маршируя на месте.

Дирижируем и «ладочки-звоночки».

Дети тихо одновременно подпевают припевы.

Итог урока.

Наш мастер-класс подошел к своему завершению. Думаю вы воспользуетесь полученным материалом на своих уроках. До новых встреч.

Список литературы.

Для педагога:

1. Анисимова Г.И. Сто музыкальных игр для развития дошкольников. Старшая и подготовительные группы / Анисимова Г.И. Худож.; Е.А. Афоничева, В.Н. Куров. – Ярославль: Академия развития, 2005. - 96 с., ил. – (Детский сад: день за днем).
2. Бекина С. Музыка и движение. – Москва: Просвещение, 1983, 100с.
3. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Методика преподавания. – М.: ВЦХТ(« Я вхожу в мир искусств»), 2002,- 160с.
4. Развитие эмоционально-двигательной сферы детей 4 – 7 лет: рекомендации, развивающие игры, этюды, упражнения, занятия / авт.- сост. Е.В. Михеева. – Волгоград: Учитель. 2013, - 155 с.
5. Руднева С. Ритмика. Музыкальные движения. Э. Фим. – Москва: Просвещение, 1972 г.
6. Секрет танца/ Составитель Васильева Т. Н. – СПб.: ТОО «Динамит», ООО «Золотой век», 1997, 480 с.
7. Шершнева В.Г. От ритмики к танцу. Программа для образовательных учреждений дополнительного образования детей Московской области.

Для детей и родителей:

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Рольф, 1999, 272с
2. Прокопов К. Клубные танцы: ОН/ Прокопов К., Прокопова В.- М.: АСТ: Астрель, 2007.- 127.- (Самоучитель).
3. Секрет танца/ Составитель Т.К. Васильева.- СПб.: ТОО «Диамант», ООО «Золотой век», 1997.- 480 с.

