«Движение – это жизнь»

(интеграция образовательных областей: «Физкультура», «Здоровье», «Музыка»)для среднего дошкольного возраста

Задачи:

Оздоровительные:

- формировать правильную осанку, силу ног;

- укреплять свод стопы;

- развивать мышечную силу, выносливость, скоростно-силовые способности.

Образовательные:

- способствовать умению эмоционального выражения, раскрепощённости и творчества в движениях;

- способствовать формированию умений, навыков и знаний стилевых особенностей исполнения детского танца.

Развивающие:

- развивать координацию, гибкость, фантазию, выразительность в исполнении движений;

- развивать чувство ритма, музыкальный слух, внимание, музыкальную и двигательную память.

Воспитательные:

- воспитывать интерес к занятиям хореографией, посредством использования игровых методов подачи информации;

- воспитывать умение работать в коллективе.

Оборудование: Музыкальный центр, аудиозаписи шоу-группы «Учитель танцев», музыкальное сопровождение к танцу, костюм собачки.

**Ход занятия**

- Здравствуйте, дети! Меня зовут Анастасия Юрьевна. Сегодня мы с вами попробуем вместе провести занятие по хореографии. Сначала мы немного разомнемся, потом выучим танец и немного поиграем.  
Для начала, давайте выучим поклон, т.к. у нас танцевальное занятие, то и здороваться мы тоже должны танцевальным движением. Смотрите на меня и повторяйте за мной (разучивание поклона).

- Хорошо, а теперь поставили ноги на ширине плеч, руки на пояс. Повторяем за мной.

Разминка

под фонограмму шоу-группы «Учитель танцев» (2.45 мин)

1 куплет

- Наклоняем голову к плечу вправо-влево (8 раз), вперед-назад (4 раза);

- Опускаем руки вниз и поднимаем оба плеча вверх (8), по одному плечу (4);

Припев

- Руки на пояс, ноги на ширине плеч. Слегка наклоняемся из стороны в сторону (8);

- Ноги вместе, прыгаем (8);

- Ноги на ширине плеч. Руки вверх и машем из стороны в сторону (8);

- Наклоны головы к плечу в медленном темпе (4);

2 куплет

- «Моторчики» - вращательные движения руками, сжатыми в кулаки, вокруг друг друга: вправо – влево (2), вниз – вверх (2);

Припев повторить.

3 куплет

- Ноги и корпус развернуть вправо. Исполняем движение «Буратино» - руки перед собой, одна рука выпрямляется, другая сгибается, пальцы сильно растопырены (8). Повторить влево.

Припев повторить.

4 куплет

- Прыгаем: ноги на ширине плеч, руки в стороны – ноги вместе, руками хлопок над головой (4 р. в медленном темпе, 8 р. в быстром темпе).

Припев повторить 2 раза.

Проигрыш

- Руки в стороны - хлопок над головой (8).

- А теперь я буду рассказывать вам сказку (5 мин), а вы мне будете ее показывать. Слушайте внимательно и смотрите на меня.

- На поляне растёт красивый цветок (дети, сидя на корточках, сложив руки, ладонь в ладонь над головой, изображают цветок). Наступает утро, встает солнышко, и цветок просыпается и раскрывает свои лепестки (дети начинают потихоньку подниматься на ноги, тянут руки вверх и раскрывают их в стороны). Подул лёгкий ветерок (дети начинают качать руками из стороны в сторону). А теперь подул сильный ветер, и цветочек наклоняется до самой земли (дети начинают сильно раскачиваться из стороны в сторону, стараясь достать руками до пола). И вдруг цветочек оторвался и полетел (дети начинают кружиться вокруг себя, сначала в одну сторону, потом в другую). А теперь к нам прилетели птицы (дети встают на высокие полупальцы и машут руками вверх-вниз). Пришли пингвины (опускаются на пятки, руки за спиной). Снова птицы (полупальцы) и пингвины (ходьба на пятках). А теперь к нам на полянку прилетели пчёлки! А пчёлки жужжат (дети начинают бегать по залу, прижав локти к корпусу, и быстро машут руками вверх и вниз, изображая летающих пчёлок). А еще пчёлки садятся на цветочки и собирают пыльцу (дети садятся на корточки и изображают, как пчёлки «собирают пыльцу в корзинку»). А пчёлки что нам дарят? (дети отвечают: мёд). Хорошо, а кто больше всего из зверей любит кушать мёд? (медведь). Вот и к нам на полянку пришёл медведь! (дети ставят ноги на внешнюю сторону стопы и, читая стих «Мишка косолапый», изображают его). А теперь на нашу полянку прискакали лягушки! (дети садятся на корточки и разводят колени в стороны, руки ставят на пол между коленей). А как лягушки разговаривают? (квакают). А кто у нас самая большая лягушка? (дети прыгают вверх, и хлопают в ладоши над головой). И вдруг к нам на полянку пришли кошечки (дети становятся на колени и, красиво перебирая руками, ходят как кошки). Потянули одну заднюю лапку, потом потянули другую заднюю лапку. А ещё кошки любят чесать лапкой за ушком (сначала одной рукой, потом другой), а теперь кто достанет задней лапкой до ушка?! (дети садятся на пол, берут ногу и стараются достать пальцами ноги до уха). Молодцы, встаем на ноги.

- А теперь я предлагаю вам выучить танец Собачек. Но сначала мы выучим основные движения (№ 2, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 12). Смотрите на меня и повторяйте (изучение движений 2.00 мин).

- Дети, тише, тише. Кажется, я что-то слышу. Пойду, посмотрю. (В зал заходит ребёнок, переодетый в костюм Щенка). Ой, смотрите, кто к нам пришёл?! Это собачка! Посмотрите, какая она весёлая! Давайте вместе со Щенком станцуем танец Собачек.

Танец «Весёлые собачки»

Музыкальное сопровождение: Gummy Bear - Gummy Bear song (2.45 мин).

1. Дети, прижав согнутые руки к груди, кисти рук опущены вниз, выбегают на площадку линиями и садятся на свои места, на колени, «хвостики» опускают на пятки. Руки ставят на пол перед собой.

2. «Здороваются» - машут головой вверх-вниз.

3. Правой «лапкой» стучат по полу 8 раз, повторяют левой «лапкой».

4. Машут головой из стороны в сторону 16 раз.

5. Чешут правое ушко правой рукой 8 раз, затем левой рукой – левое ушко.

6. Встают на четвереньки и «виляют хвостиками».

7. На «раз, два» поднимают высоко «хвостик», выпрямляя ноги, голову опускают вниз; на «три, четыре» опускаются обратно на колени, «показать носик» (повторить 4 раза).

8. «Пружинка» - сидя на коленях, слегка подпрыгивать на пятках, играя «лапками» - 16 раз.

9. Положить руки на колени. Ноги не двигаются, а «хвостик» садится на пол поочерёдно то с одной стороны от ног, то с другой - 8 раз.

10. Принять позу «Бабочка» - сесть на ягодицы, ноги согнуть в коленях, прижать стопу к стопе, пятки прижать как можно ближе к себе. Стараться достать коленями до пола, спина прямая. Далее, взять правую ногу и достать носком до правого уха – «почесать», затем повторить всё с левой ноги.

11. Лечь на спину и «поиграть лапками», то есть помахать ногами и руками в воздухе.

12. Встать на ноги, «лапки»- руки прижать к груди, кисти опущены вниз. На «раз, два» прыгнуть левым боком к зрителям (вправо), на «три, четыре» - «повилять хвостиком», повторить в другую сторону (повторить 4 раза).

13. Поклонились и убежали.

- Хорошо! А сейчас давайте немного поиграем в игру «Мокрые щенята» (2 мин).

Цель. Умение снимать напряжение поочередно с мышц рук, ног, шеи, корпуса; двигаться врассыпную по залу.

Ход игры. Дети двигаются по залу врассыпную, как собачки (ноги и руки на полу, колени прямые). По команде «дождь» дети садятся на корточки и сжимаются в комочек, напрягая все мышцы. По команде «солнышко» медленно встают и стряхивают «капельки дождя» по очереди с каждой из четырех «лапок», с «головы» и «хвостика», снимая соответственно зажимы со всех мышц.

- Встали на свои места на поклон. Вы молодцы! Мне очень понравилось как вы старательно занимались и всё выполнили. А что понравилось вам на нашем занятии? (ответы детей) Молодцы! Спасибо за занятие! Мне очень понравилось с вами работать. До свидания (поклон)!