

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Чебулинский центр дополнительного образования»**

*Занятия по ритмике и азам хореографии для детей  
6 лет 3- его года обучения.*

Автор-составитель:  
Андраханова Ольга Альбертовна,  
педагог дополнительного образования

Верх-Чебула 2018

# ***Занятия по ритмике и азам хореографии для детей блет 3- его года обучения.***

***Педагог дополнительного образования Басова Ольга Альбертовна***

***ТЕМА: «Танец «Берлинская полька»».***

***Цель занятия:*** научить исполнять (танцевать) танец «Берлинская полька».

## **Задачи:**

### **Обучающая:**

- познакомить с музыкальным размером танца
- разучить лексику танца;
- разогреть мышцы рук, ног, корпуса к занятиям;

### **Развивающая:**

- развивать координацию движений, музыкальный слух;
- вырабатывать легкость движений, осанку;
- развивать у ребенка память, внимание;

### **Воспитывающая:**

- воспитывать вежливое отношение к партнеру (партнерше);
- воспитывать настойчивость в достижении цели;
- воспитывать умение работать в коллективе.

## **Методическое оснащение занятия:**

- музыкальный центр;
- хореографический зал;
- фонограмма;
- резинки двух цветов;

## **Форма проведения занятия**

---

Учебно-тренировочная, танцевально-игровая

## **Методы обучения:**

интерактивный (рассказ, показ, беседа, игровой метод, практическое выполнение)

**Задание:** Усвоить основную лексику танца «Берлинская полька»

## Структура занятия

1. Организационный момент – 3 мин
2. Основной этап – 32 мин
3. Перерыв
4. Основной этап – 20 мин
5. Заключительный этап – 10 мин
6. Рефлексия – 5 мин

### **Ход занятия:**

#### **I. Организационный момент: Приветствие группы и эмоционально-психологический настрой детей.**

Обучающиеся приглашаются в зал.

**Педагог:** Здравствуйте ребята, я рада всех вас вновь видеть в нашем замечательном саду. Да, да, ведь я волшебная цветочница, а вы мои замечательные цветы. Помните, а на какую же грядочку я посадила каждого из вас? Давайте я закрою глаза, досчитаю до трех, а каждый из вас займет свое место в нашем саду. А теперь разбежались и ищем свое место. Раз, два, три! (Педагог открывает глаза и проверяет все ли дети стоят на своем месте в шахматном порядке на середине зала. Если какой-нибудь ребенок забыл свое место, педагог помогает ему его найти.) Ну вот, наш сад готов и теперь, дорогие мои розочки давайте поприветствуем друг друга поклоном.

Дети исполняют поклон.

#### **II. Основной этап: Рассказ о танце Полька, прослушивание музыки и прохлопывание ритма. Разминка. Разучивание основной лексики танца Берлинская полька.**

**Педагог:** Ребята, а кто-нибудь уже слышал о таком танце «Полька»?

**Дети:** ответы.

**Педагог:** сегодня на занятии мы научимся танцевать самый веселый танец «Полька». Польки существуют самые разные. В разных странах своя полька. Есть польки, которые танцуют по одному, можно всем вместе, а мы будем танцевать парами. А для начала я познакомлю вас с музыкой для этого танца.

Звучит фонограмма различных полек. (Штраус, французская, немецкая, венгерская музыка)

**Педагог:** Давайте, ребята с вами похлопаем в ладоши под эту музыку.

Дети вместе с педагогом отбивают ладошками ритм под счет. 1,2,3,4. Педагог проговаривает счет вслух, чтобы дети привыкли к музыкальному размеру польки – четыре четверти.

**Педагог:** Ну что, ребята, вам понравилась музыка? А какая она? Грустная или веселая? Плавная или ритмичная?

Дети отвечают.

**Педагог:** А теперь посмотрим, как вы будете танцевать под эту музыку?

Педагог включает музыку, и дети начинают импровизировать. Бегать, прыгать, кружиться поодиночке, парами и т.д. Педагог активно участвует в этом процессе, поощряя детей к движению.

**Педагог:** Вы все прекрасно танцевали, но не польку, хотя многие из вас правы в том, что Полька состоит из прыжков (показывает), подскоков (показывает), хлопков (показывает) и па галопа, который вы все уже хорошо знаете (показывает). Но прежде чем мы с вами перейдем к разучиванию танца, мы сделаем разминку.

А сейчас, друзья, начнем

Наши мышцы разомнем

Тренируем мысли и тело

Приступаем к разминке смело!

### **Разминка.**

1. Марш на месте
2. Повороты и наклоны головы (для улучшения гибкости шеи)
3. Поднимание и опускание плеч (для улучшения эластичности плечевого пояса и подвижности плечевых суставов)
4. Локти, кисти (для улучшения подвижности локтевого и лучезапястного суставов и эластичности мышц кисти и предплечья)
5. Наклоны корпуса вперед, назад и в сторону (для улучшения подвижности суставов позвоночника)
6. Разминка для ног (для укрепления мышц ног)
7. Прыжки и бег на месте (улучшение выносливости, развития легких, развития силы в ногах, развитие координации движения).

**Педагог:** Молодцы! А сейчас игра «Найди пару».

Педагог раздает всем детям резинки: девочкам - белые, а мальчикам – красные. Просит детей встать в круг, чтобы «красная резиночка», стояла спиной в круг напротив «белой резиночки», которая стоит лицом в круг.

Педагог:

Теперь наберемся терпения

Перейдем к изучению движений

Движения танца просты

Посмотри и повтори

**Первое движение:** «Подскоки на месте с выносом ноги на пятку в сторону» дети разучивают одновременно, стоя лицом друг к другу «зеркально». Отработка движения под музыку.

**Второе движение:** «Галоп по кругу вправо и влево». Обязательно отрабатывать «точку» на счет «четыре». Отработка движения под музыку.

**Третье движение:** «Хлопки стоя на месте лицом друг к другу»

**Четвертое движение:** «Подскоки вокруг себя, взявшись правыми руками»

Исполняем комбинацию из 3 и 4 движения и отрабатываем под музыку.

Соединяем все движения вместе в танцевальную комбинацию и отрабатываем ее под музыку.

**Педагог:** Ну что, ребята, запомнили?

Дети отвечают.

**Педагог:**

Мы с вами Польку разучили

Хоть движенья не просты.

Вы сегодня постарались

Как всегда вы молодцы!

### **3. Заключительный этап. Восстановление сил. Релаксация.**

**Педагог:** Давайте, ребята, поиграем в игру «Сосульки»

#### **Игра «Сосульки».**

Педагог сначала исполняет роль Зимы, у него в руках волшебная палочка. Зима прикасается ею поочередно к каждому ребенку и он превращается в «сосульку», т.е. встает в б позицию ног на полупальцы, весь вместе с руками сцепленными над головой вытягивается вверх максимально (растягивает позвоночник). Затем педагог исполняет роль Весны и, прикасаясь поочередно к каждому ребенку «лучиком солнца» «заставляет» «сосульку» таять – каждый ребенок медленно опускается на пол и лежит, расслабившись, пока опять не появляется Зима и не «замораживает» каждого, но уже в красивую ледяную фигуру. Дети сами придумывают, во что им превратиться. Музыка надо использовать медленную, расслабляющую, легкую, можно с капелью или журчанием воды. Затем небольшая экскурсия по «ледовому саду», где дети проговаривают, чтобы они хотели изобразить, рассматривают друг друга.

**Педагог:** Вот и подошло к концу наше занятие. Скажите, пожалуйста, а какой танец мы сегодня с вами учили? А какие польки бывают? Вам понравился танец? Вы сегодня были внимательными, старательными, с удовольствием танцевали и играли. А теперь поклон!

Дети исполняют поклон.

**Педагог:** Поблагодарим друг друга аплодисментами. Жду вас на следующем занятии.