# Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования дом детского творчества октябрьского района г.Ставрополя

Конспект дистанционного занятия:

«Ритмика»

Выполнила педагог дополнительного образования: Кононенко Ирина Валерьевна

Тема урока: танцевальные шаги и подскоки.

**Цель:** повторение танцевальных шагов, изучение танцевальных подскоков. **В результате занятий должны знать:** точность движений, координацию, равновесие, чувство темпа и ритма.

**В результате занятий должны уметь:** формировать знания и представления о влиянии занятий физическими упражнениями и правильной осанки на эмоциональное состояние человека.

Ход урока:



#### 1.Вводная часть.

1. Построение в шеренгу. Счет од 15.

Приветствие (шаг правой в сторону, приставить левую, кивок головой).

2.Строевые упражнения: повороты и перестроения в две шеренги.

### 2. Сообщение темы и цели урока.

- Сегодня на уроке будем играть, слушать музыку, и разучим новые красивые подскоки, которые можно использовать в танце.
- Для начала немного разомнемся.

Выше голову держите

Шире плечи разведите,

Ноги выше поднимайте И под музыку шагайте.



### 3. Подготовительная часть урока.

- 1. Ходьба по залу (под музыку) на носочках, на пятках, на внешней внутренней стороне стопы, носочек-пятка;
- речевая разминка «Мишка»;
- 2. Бег приставными шагами, галопом, подскоком;
- бег Лошадка, бег Буратино, бег Лошадка-Буратино;
- шаг на месте, (носочек пятка, передвижение влево вправо на носочках).
- 3. Комплекс ОРУ «Рисуем шары» (под музыку).
- Хотите порисовать? Но и нас нет красок, карандашей, мела! Тогда будем рисовать частями тела большие круги.

Вращение головой, локтями, руками, тазом, коленом, стопой, корпусом тела.

### 4. Повторение шагов под музыку.

## Танцевальные шаги



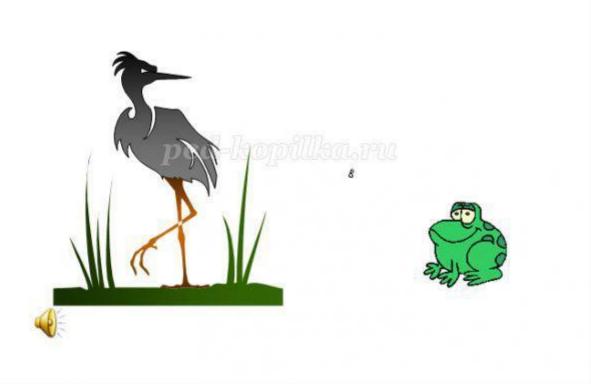


- Сейчас попробуем выполнить танцевальные шаги: Примите позицию. (Дети выполняют шаги вперед-назад, по кругу). Шаги с добавление плавных движений рук. (Достаем наши очаровательные улыбки) Приставные шаги с хлопками (в стороны, вперед-назад)



### 5.Музыкальная игра «4 шага»

### Игра «Цапля и лягушка»



### 6.Музыкальная физкультминутка.

-А получиться у вас слушать музыку, мои хлопки и при этом правильно выполнить упражнение.

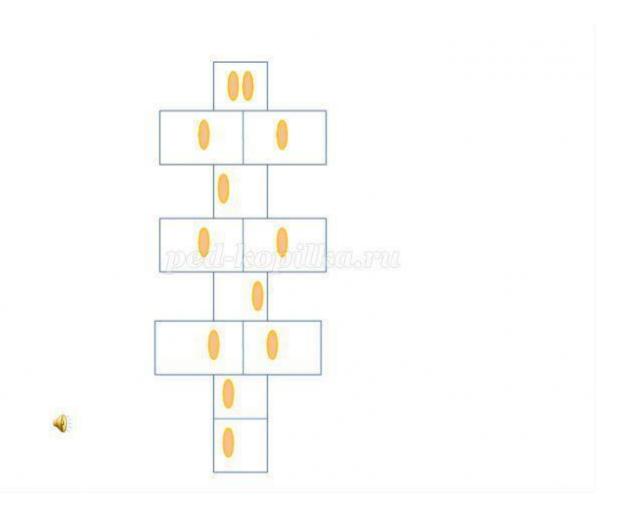
### Игра под музыку «Слушай хлопки».

Описание игры: Все дети двигаются по кругу, учитель хлопает в ладоши,

- 1 хлопок дети останавливаются и принимают позу цапли,
- 2 хлопка поза «лягушки»,
- 3 хлопка движение возобновляется.

### 7.Изучение нового материала.

- Можно выполнять красиво не только шаги, но и прыжки и подскоки. Сегодня мы на уроке научимся красиво выполнять подскоки, а поможет нам в этом игра «Классики»



Плясовые подскоки под веселую музыку, с использованием игры «Классики».

### 8.Заключительная часть.

### 1. Дыхательные упражнения.

Игра «Роза и одуванчик».

Дети «нюхают розу» (рот закрыт, ноздри раздвинуты). Затем дуют на одуванчик: сначала ртом, потом носом, поочередно закрывая ноздри. Игра «Задуй свечу» (ртом и носом).

2.Упражнение на правильную осанку.

Проверить осанку (у стены, присесть, согнуть попеременно колено, дети встают друг к другу спиной)

Пройти по залу со спичечным коробком на голове (руки на поясе или в стороны).



### <u>8.Итог.</u>

- ——-- Чем занимались на уроке?
- Что больше всего понравилось?