ГБС(К)ОУ школа-интернат № 1 VI вида г. Ейска Краснодарского края

Разработка сюжетного урока по ритмике для учащихся начальной школы, с использованием здоровьесберегающих технологий

**Тема урока:**

**« Россия - Родина моя!»**

**(по мотивам русских народных песен)**

 Учитель ритмики:

 О.Ю. Бобер

**КОНСПЕКТ ОТКРЫТОГО УРОКА**

**ПО РИТМИКЕ**

**«Россия – Родина моя!»**

**(по мотивам русских народных песен)**

**ЗАДАЧИ УРОКА:**

**Образовательные:***1) Закрепить выполнение разученных упражнений танцевально- ритмической гимнастики и танцев.*

 *2) Дать представление детям о характере русской пляски, народных забавах и русских традициях.*

**Воспитательная:***1)Воспитывать любовь к русским традициям и народному фольклору.*

**Коррекционная:***1)Коррекция двигательной сферы, коррекция двигательной памяти, речи, внимания.*

**ОБОРУДОВАНИЕ:** музыкальный центр, диски, ложки, бубен, венок, гантели, шарики, ленточки.

 **Ход урока:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Содержание материала** | **Дози-****ровка** | **Организационно-методические указания.** |
| **I.****II.****III.****1.****2.****IV.****V.****1.****2.****3.****4.****5.****6.****7.****8.****VI.****VII.****VIII.****IX.****X.** | **ПОСТРОЕНИЕ.**  Организованный вход в спортивный зал.Построение в шеренгу.**Слушай, радостный народ,****Собираемся на сход.****Вы сегодня не скучайте,****Праздник радостный встречайте!****Кто любит песни, игры, шутки,** **Загадки, пляски, прибаутки****И кто по танцам заскучал –****Спеши сюда, скорее к нам!****Вы не смущайтесь моим современным видом –****Буду я сегодня квалифицированным гидом****Или, как публика раньше называла, -** **Ярмарочный зазывала.****Здесь сегодня без прикрас****О России будет сказ.****УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ:**Команда: «Класс, напра-ВО!» «В обход налево, шагом МАРШ!»Упражнения при ходьбе:- на носках, руки вверх;- на пятках, руки за голову;- перекат с пятки на носок, руки на пояс;- ходьба с высоким подниманием бедра, руки на пояс;- полуприсед, руки вперёд.Бег:- танцевальный бег;- правым боком, руки свободно;- левым боком, руки свободно;- подскоки с ноги на ногу, руки свободно;Переход на ходьбу с восстановлением дыхания.Перестроение по «точкам»**На Руси всегда в почёте****Коробейники бывали,****Ложки, ленты и платочки****На базарах продавали.****Мы не станем их сегодня** **Эти ложки продавать.****А отстукивая ритм****Будем всех здесь развлекать.****УПРАЖНЕНИЕ НА ЧУВСТВО РИТМА:**(работа с деревянными ложками)**Любит русский человек****Праздник силы всякой,****От того и хлеще всех****Он в труде и в славе.****И в привычке у него –****Издавно, извечно****За любое удальство****уважать сердечно.****ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ :**(упражнения на развитие силы мышц рук и ног):И.П. – основная стойка, ноги врозь1- руки к плечам2 – руки вверх3 – руки к плечам4 – и.п.И.П. – основная стойка, ноги врозь1 – руки вперёд2 – руки в стороны3 – руки вперёд4 – и.п.И.П. – основная стойка- ноги врозь, руки внизу, ладони вверх.1 – 2 – поочерёдное сгибание рук в локтевом суставе.И.П. –основная стойка - ноги врозь, руки внизу.1-наклон головы вперёд2- наклон головы назад3- наклон головы налево4 - наклон головы направо.И.П. – основная стойка, ноги врозь1- наклон туловища вправо, левая рука скользит вдоль туловища вверх.2- и.п.3 – наклон туловища влево, правая рука скользит вдоль туловища4 – и.п.И.П. – основная стойка, руки внизу.1- выпад правой ногой вперёд, руки в стороны, 2 – вернуться в и.п.3 – выпад левой ногой вперёд, руки в стороны,4 – вернуться в и.п.И.П. – ноги на уровне плеч, руки к плечам.1 – полуприсед, с поворотом направо,2- и.п.3 – полуприсед в другую сторону4 – и.п.И.П. – основная стойкаПрыжки вверх на двух ногах. Ходьба с восстановлением дыхания.**Эй, ребята, выходите,****Пляску русскую начните!****В этой пляске удалой****Пусть кружится шар земной.****Эх, раз, ещё раз,****Мы поклонимся сейчас.****Начинаем перепляс,****Постараемся для вас!****ТАНЦЕВАЛЬНО-РИТМИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ*****Танец «Плясовая»*** **Вступление.**И.П. – стойка руки в стороны – книзу, кисть на себя.1- 8 - поднимание плеч руки внизу  1 – полуприсед с поворотом туловища направо, руки внизу.2- вернуться в и.п.3- – полуприсед с поворотом туловища налево, руки внизу.4- вернуться в и.п.**Первый куплет.****А.**1-3 – три шага вперёд, постепенно раскрывая руки в стороны.4 - притоп правой ногой, руки в стороны.5-7 - три шага назад, руки через вторую позицию на пояс («закрыть»)8 - притоп правой ногой, руки на поясе.**Б.**1-2- приставной шаг вправо, руки на поясе; 3 – шаг вправо. 4 – левую ногу в сторону на пятку, с наклоном туловища влево, руки в стороны.5-8 - повторить счёт 1-4 в другую сторону, приставные шаги.**ПРИПЕВ:****А.**1 – правую ногу в сторону на носок, руки в стороны2 – на пятку3 – 4-«тройной притоп», руки в стороны;1 – левую ногу в сторону на носок, руки в стороны2 – на пятку3 – 4-«тройной притоп», руки в стороны.**Второй куплет:****А.**1-3 – три шага вперёд, постепенно раскрывая руки в стороны.4 - притоп правой ногой, руки в стороны.5-7 - три шага назад, руки через вторую позицию на пояс («закрыть»)8 - притоп правой ногой, руки на поясе.**Б.**1-2- приставной шаг вправо, руки на поясе; 3 – шаг вправо. 4 – левую ногу в сторону на пятку, с наклоном туловища влево, руки в стороны5-8 - повторить счёт 1-4 в другую сторону, приставные шаги.**Проигрыш:** И.П. – стойка руки в стороны – книзу, кисть на себя;1-4 – четыре шага вперёд, плечи вверх-вниз;5-8 – поворот направо, правая рука внизу, левая вверху.1-4 – четыре шага назад, плечи вверх-вниз;5-8 – поворот направо, правая рука внизу, левая вверху.Повторить **проигрыш:**1-2 – приставить левую ногу, правую руку согнуть к левому плечу, локоть вперёд.3-4 – «русский поклон» вперёд.То же другой рукой.**Третий куплет:****А.**1-шаг вправо в сторону, правая рука вверх;2-левую ногу приставить к правой ноге;3 -шаг влево в сторону, левая рука вверх;4 -правую ногу приставить к левой ноге;**Б.**1- 8 – восемь шагов в виде «восьмерки» направо, правая рука согнута в локте, левая в сторону;1-4 - «тройной притоп», смена положения рук.1- 8 – восемь шагов в виде «восьмерки» налево, левая рука согнута в локте, правая в сторону;1-4 - «тройной притоп», руки вниз.**Припев:**Повторить **первый куплет** – части **А-В**Повторить **припев, часть А.****В.**1-хлопок в ладоши, руки вверх;2- правую ногу согнуть назад, удар правой рукой по пятке, левая рука вверх.3- хлопок в ладоши.4- левую ногу согнуть назад, удар левой рукой по пятке, правая рука вверх.Повторить часть В.На счёт «4»- руки вверх.Перестроение в круг.**Это русская игра!****Собирайся детвора.****В волшебный бубен поиграем.****А водить тебя заставим.****МУЗЫКАЛЬНО-ПОДВИЖНАЯ ИГРА:** ***«Мой весёлый бубен»******Описание игры:****Учитель ударяет в звонкий бубен и пускает по кругу, а дети произносят слова:*Слова:**Ты катись, весёлый бубен,****Быстро, быстро по рукам****У кого весёлый бубен,****Тот сейчас станцует нам.***У кого бубен задержался на последних словах песни, тот выходит в круг и танцует.***Расступись народ честной****В «парах» русские за мной,****Как красиво мы пройдём,****И кадриль сейчас начнём!*****Танец «Кадриль»***Построение парами, лицом друг другу.**Вступление:**И.П. – руки в стороны в сцеплении.**Первый куплет:****А.** 1- приставной шаг вправо2- и.п.3- приставной шаг влево4 – и.п.**Б.**1-4 – четыре шага, в конце притоп навстречу друг другу, меняясь местами.5-8 – четыре шага, вернуться ви.п.**В.**1-2- полуприсед, наклон вправо, руки сцеплены3-4- то же в другую сторону**Припев:****А.**1-шаг правой ногой вперёд с подскоком, руки сцеплены;2- шаг назад;3- шаг левой ногой вперёд с подскоком, руки сцеплены;4 – шаг назад. **Б.**1- шаг в сторону с подскоком, рука в сторону;2- приставить левую ногу к правой ноге, правая рука в сторону3-4- вернуться в и.п.**В.**1-4 – четыре приставных шага с подскоком в вправо, руки сцеплены;5-8- кружение в парах, руки сцеплены в локтевом суставе1-4 – четыре приставных шага с подскоком в влево, руки сцеплены;5-8- кружение в парах, руки сцеплены в локтевом суставе. Повторить **припев часть В** только в правую сторону.**Проигрыш:****А.**1-3- три шага вперёд, руки внизу, кисть на себя;4 – притоп;5-8- вернуться назад.Повторить часть **А.****Б.**1-3- три приставных шага вправо;4- приставить левую ногу к правой ноге;5- 7 – три приставных шага влево:8 – приставить правую ногу к левой ноге.**Второй куплет:****А.**И.П.-*мальчики*- встать на левое колено, правая рука вверх, сцеплена.*Девочки* – встать с левой стороны, правая рука сцеплена с рукой мальчика1-7- обход вокруг мальчика8- поменять руку и сторону обхода.1-8- тоже в другую сторону.Повторить припев части **В**.**Проигрыш:****А.**И.п. – первая пара руки вверх, вторая пара – руки вниз.1-4- вторая пара- проходит через «ворота» первой пары;5-8- первая пара-повтор второй пары.Повторить проигрыш, части **А.**1-4-первая пара- два приставных шага вправо5-6- шаг левой ногой назад, приставить правую ногу, 7-8- руки вверх, наклон вперед «поклон», руки сцеплены.1-8- поворот налево, ходьба по кругу.**Выходите, молодцы,****Выходите, девицы,****На высокую гору****В вечернюю пору****Хороводы водить,****В игры играть,****Костры разжигать,****Гостей поджидать.****Танец «Русский хоровод»**И.П. – круг в сцеплении за «венки».**А.**1-8 – восемь хороводных шага вправо по линии танцаПоворот в другую сторону;1-8- восемь хороводных шага влево.**Б.**1-8 – восемь шагов «припадания» правым боком по линии танца.Поворот в другую сторону;1-8 – восемь шагов «припадания» левым боком, руки внизу.**В.**1-4 – четыре шага, руки вверх5-8 - вернуться назад, двигаясь от центра круга, руки внизу.**Г.**1-2- руки вправо;3-4 - руки влево.**Д.**1-8 – переступание ногами вправо, вокруг своей оси, руки вверху.1-8 – переступание ногами влево, руки вверху.повторить движения части**А,** с переходом в перестроение в шеренгу.**Веселись, честной народ,****Праздник наш к концу идёт.****Танцевали до упаду,****Получи свою награду.****ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ**. | **1/****1/****1/****3/****3/****5/**4-64-66-86-86-84-66-810-12**1/****5/****5/****10/****4/****1/** | Организационный момент.Следить за осанкой детей.Исходное положение – пятки вместе носки врозь.Ноги прямые.Говорит учитель.Четкое выполнение команд.При ходьбе использовать весь зал. Дистанция 2 шага.При ходьбе обозначать четко углы зала. Следить за дистанцией.Упражнение выполнять вместе с учителем.Спина прямая, голову не опускать.Бег выполнять легко, на передней части стопы, руки свободно. Темп быстрый.Руки вверх-вдох, руки вниз- выдох.«Точки» разложены заранее.Проходя мимо учителя, взять в руки две ложки. Упражнение выполнять вместе с учителем.Чётко отстукивать сильные доли в музыке.Ритм быстрый.Упражнение выполнять с гантелями (емкость наполненная водой).Упражнения выполнять под счёт и с началом музыки.Упражнение выполняется вместе с учителем.Руки прямые. Стараться отвести руки до упора.Следить за осанкой.Упражнение выполнять под музыку. Сгибание до упора.Гантели внизу.Упражнение выполнять аккуратно.В руках гантели, при наклоне одна рука сгибается в локтях до упора.Туловище держать прямо.Следить за чётким выполнением упражнений.Выпад выполнять небольшой, туловище держать прямо.Поворот туловища до упора. Стопы параллельно.Полуприсед небольшой.Прыжки выполнять без гантель.Переход на ходьбу.Дежурный собирает гантели.Говорит учитель.Говорят дети.Упражнения выполнять самостоятельно.Выполнять задорно, легко.Музыка: песня «Иволга» - « Золотое кольцо».Стараться выполнять упражнения под музыку и чувствовать ритм музыки.Упражнение выполнять мягко, с хорошей амплитудой движений. Шаги в пол-стопы. Упражнения выполнять чётко.Шаги маленькие и чёткие.Наклон выполнять как можно ниже и руки раскрыть с хорошей амплитудой. Ногами чётко выполнить притоп.Руки держать.Упражнение выполнять красиво, смотря в зеркало корректировать движения.Поворот выполнять вокруг своего ориентира, хорошая амплитуда.Не торопясь, слушая музыку.Поклон выполнить красиво, с хорошей амплитудой.Шаг выполнять небольшой, смотреть на руку.Шаги маленькие, движение выполнить с хорошей амплитудой.При выполнении счёта «2»- небольшой прогиб в спине, но при этом не заваливаться.Выполнять красиво, коррегировать себя в зеркале.Команда: «В круг – становись!»Говорит учитель.Говорят дети громко и чётко.Дети танцуют под русскую народную музыку.Говорит учитель.Танец исполняется под песню: «Кадриль»В парах - мальчик и девочка.У мальчика ладони вверх, а девочки кладут руки в ладони к мальчикам.Упражнение выполнять задорно.Шаги выполнять небольшие и точно вправо.Пара меняется местами.Упражнения выполнять под музыку.Танец выполняют самостоятельно.Голову наклонить, посмотреть друг на друга.Левую ногу приставить к правой, отрывистый шаг.Подскок выполнять немного в сторону.Другую ногу приставитьДругая нога сцеплена в парах.Руки сцеплены, лицом друг другу.Стараться выдержать темп, четкое кружение, с подскокомВыполнять играючи.Смена позиций.Одна рука в сторону, кисть на себя.Лицом к девочке.Хорошая амплитуда обхода.Упражнение выполнять легко.Дыхание равномерное.Слушать счёт учителяУпражнение как игра в «Ручеек»Не торопиться и слушать музыку.Перестроение в одну шеренгу, лицом к зеркалу.«поклон» - выполнить вместе.Ходьба по кругу выполняется в центре класса.Проходя мимо учителя – берем венокГоворит учитель.Упражнение выполняется в кругу, в медленном темпе.Круг в центре зала.Шаги маленькие. Не спешить. Четко выполнять упражнения в кругу.Шаги выполнять на передней части стопы.Шаги в центр выполнять мягко.Стараться вернуться на исходную позицию.Говорит учитель.Отметить лучших детей.Д./З - под любую русско-народную музыку –подготовить танцевальные движения в русско-народном стиле. |