Тема занятия: «Латина»

Тип занятия: изучение нового материала

Цель: умение воплощать музыкально – двигательный образ; формировать правильную осанку.

Задачи:

1. Продолжать учить ориентироваться в пространстве, реагировать на смену частей музыки. Запоминать и соблюдать последовательность плясовых движений. Упражнять детей в несложных плясовых движениях, учить передавать их выразительно и эмоционально.

2. Развивать навыки пластичности, выразительности, грациозности. Развитие восприятия и музыкально-ритмического чувства, ритмичности движений. Развивать воображение и фантазию.

3. Воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движениях, художественно-эстетический вкус. Воспитание интереса потребности в движениях под музыку, развитие гибкости, пластичности, развитие способностей к выразительному исполнению движений. Воспитывать умение самостоятельно действовать в игре.

Структура занятия:

1. Вводная часть (5-8 минут)

- мотивация детей, положительный эмоциональный настрой, подведение к основной части занятия.

- Разминка, по кругу.

2. Основная часть (14 – 16 минут)

- Основные этапы занятия – партерный экзерсис

- Разучивание танцевальных движений

3. Игра

Ход занятия

Дети заходят в зал друг за другом, останавливаются перед педагогом.

Разминка (по диагонали ):

1. Хороводный шаг

2. Ходьба на носках

3. Ходьба на пятках

4. Переменный шаг

5. Лёгкий бег на полупальцах

6. Бег с захлёстом голени

7. Галоп

8. Дыхательное упражнение. Восстановление дыхания - молодцы ребята, теперь идём шагом через нос делаем вдох, через рот выдох. Идём, носочек продолжаем тянуть».

2. Основные этапы занятия. Партерный экзерсис

1. «Иголочки»

И.п. - сесть на пол с опорой на руки сзади.

1-2 – вытянуть носки, стараясь коснуться большими пальцами пола;

3-4 – носки на себя;

Повторить 8 раз

«Спинки прямые, стараемся тянуть носочки»

2. «Поочерёдное вытягивание стопы»

И.п. – сесть на пол с опорой руки сзади.

1-2 – правый носок вытянуть, стараясь коснуться большими пальцами пола, левый носок тянуть на себя;

3-4 – Левый носок вытянуть, стараясь коснуться большими пальцами пола, правый носок тянуть на себя;

Повторить 8 раз

3. « Складочка»

И.п. Сесть на пол, вытянуть ноги вперёд, корпус прямой, руки опущены вниз.

1-2 – быстро наклонить корпус вниз, взявшись руками за стопы, прижаться грудью к ногам, выпрямив позвоночник;

3-4 – зафиксировать такое положение;

5-8 – Медленно поднять корпус, прийти в и.п.

Повторить 4 раза

«Сели ровно, спинки выпрямили, стараемся схватить за стопы, коленки не сгибаем».

4. «Поочерёдное поднятие вверх вытянутой ноги»И.п. – сесть на пол с опорой на руки сзади, вытянув носки;

1-4 – Медленно поднимать правую (левую) ногу, вытянув носок;

5-8 – Медленно опускать правую (левую) ногу, вытянув носок;

Повторить 8 раз.

5. «Бабочка»

И.п. – сесть на пол, ноги согнуть в коленях, бедра отвести назад в стороны, стопы соединить подошвенной частью;

1-3 – опираясь руками на колени опустить их как можно ниже к полу;

4 – и.п.

Повторить 16 раз

6. «Наклоны»

И.п. – Сесть на пол, ноги как можно шире развести врозь, руки за голову;

1-2 – наклониться вправо, стараясь коснуться локтём пола за коленом правой ноги;

То же в левую сторону. Повторить 8 раз.

7. «Коробочка»

И.п. – лечь на пол на живот, разведённые ноги согнуть. Руками взять за стопы;

1-4 – попытаться выпрямить ноги, приподнимая верхнюю часть туловища;

5-8 – и.п.

Повторить 4 раза.

8. «Лодочка»

И.п. – лёжа на животе, вытянуть руки в перёд, соединив ладони, ноги вытянуты стопы по 6-ой позиции;

1-4 – поднять, вытянутые ноги и руки над полом, прогнуться.

5-8 – и.п., мышцы расслабить;

Повторить 6 раз.

9. «Кошка»

И.п. - упор на коленях;

1-2 – спину прогнуть, голову поднять до предела вверх;

3-4 – спину выгнуть, голову опустить вниз.

Повторить 6-8 раз.

10. «Волна»

И.п. – стоя на коленях, руки опущены вдоль туловища, спина прямая;

1-2 – сесть на пол с права, плавно руки опущены вниз слева

3-4 – встать на колени, руки поднять вверх

То – же в левую сторону.

Повторить 8 раз.

3. Разучивание танцевальных движений – «Латина»

Повторение движений 2 раза.

3. Игра «Изобрази»