Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение

средняя общеобразовательная школа №77 с углубленным изучением химии

Петроградского района Санкт-Петербурга

**Развернутый конспект**

**заключительного занятия**

**по теме:**

**«Танцевальная композиция «Фея моря»**

Автор: Лозовская Е.В.

руководитель студии

танцевальной аэробики

«Непоседы»

Санкт-Петербург

2015 год

**«Фея моря»** (**песня).** Танцевальная композиция с элементами пластики и релаксации, направленная на снятие эмоционального и мышечного напряжения, агрессии, снижение импульсивности поведения. Она помогает детям понять такие эмоциональные характеристики музыки, как добрая, мягкая, приветливая, ясная, плавная, нежная.

Эта композиция носит образный характер – дети при помощи пластики изображают волны моря, морской прибой, чаек.

**Задачи занятия.**

1. Закрепить эмоциональные характеристики музыки: добрая, мягкая, приветливая, ясная, плавная, нежная.
2. Содействовать развитию умения соотносить амплитуду движения с различными эмоциями (грусть, злость, спокойствие, презрение)
3. Совершенствовать выразительность создаваемого образа моря, морского прибоя, чайки.
4. Тренировать умение расслабления, саморегуляции.
5. Развивать воображение, коммуникативные качества.
6. Создать положительный эмоциональный климат в группе.
7. Подготовительная часть.

Так как танцевальная композиция «Фея моря» - медленная, плавная, то в начале занятия надо дать детям возможность выплеснуть энергию, в то же время настроить их на морскую тематику, поэтому была выбрана игра «Рыбки-сети». Она также будет содействовать снятию эмоционального напряжения, создаст благоприятный эмоциональный настрой на занятии.

*Игра «Рыбки-сети»:*

3 человека становятся в круг, держась за руки – они «сети», остальные дети – «рыбки» (каждый придумывает какая он рыбка). Под музыку рыбки то забегают в сети, то выбегают, а как только музыка останавливается, сети закрываются, и пойманные рыбки тоже становятся сетями.

Вопросы педагога помогут детям вспомнить эмоции, о которых говорилось на предыдущих занятиях. Пойманных рыбок педагог спрашивает: *«Какими рыбками вы были, какой у рыбок настроение? Почему?»*  Игра продолжается, пока не будут пойманы все рыбки, или останется один победитель.

*Дыхательное упражнение «Надуваем парус».* Это упражнение развивает умение саморегуляции, с каждым выдохом ребенок успокаивается: вдох через нос, продолжительный выдох ртом.

2. Основная часть.

Пластика и общеразвивающие упражнения в образной форме. Все эти упражнения выполняются перед зеркалом, чтобы ребенок сам проверял, остаются ли у него мышечные зажимы. Упражнения, выполняются перед зеркалом, что дает ребенку контролировать свои движения, не допускать мышечных зажимов, способствует принятию ребенком себя, какой он есть.

*«Морские волны».* Упражнение содействует пониманию детьми различных эмоций, прорабатывается умение согласовывать амплитуду движения в различными эмоциональными состояниями: - сидя на коленях, плавно руки вверх со вдохом, плавно руки вниз со звуком «ш-ш-ш». Амплитуду движений дети меняют в зависимости от указаний педагога: «море спокойное», «море злится», «море грустит». После упражнения педагог спрашивает детей, почему их море грустило, злилось и т.д.

*«Медуза спокойная».* Это упражнение учит ребенка расслаблению шеи, рук, туловища: стойка ноги на ширине плеч, поочередно сгибать, то правую, то левую ногу, одновременно с этим, плавно тянуться одноименной рукой в ту же сторону. Постепенно увеличивать амплитуду движения, добавляя наклон туловищем.

*«Морская звезда»* - упражнение на удержание позы (мышцы напряжены) и расслабление. Это упражнение связано с эмоционально-волевой сферой ребенка. Для управления своими эмоциями нужно уметь управлять и своим телом. Чаще всего для снятия негативных эмоций достаточно расслабиться, снять мышечное напряжение, улыбнуться и подумать о чем-то хорошем. Но без силы воли и умения «приказать телу расслабиться» этого не достигнуть.

Исходное положение - лежа на животе, руки вверх, ноги в стороны;

1 - прогнуться, подняв руки, голову, верхнюю часть туловища, ноги над полом;

2, 3 - удерживать положение 2 счета;

4 - опустить ноги, руки, туловище, голову, принять исходное положение, расслабиться;

5, 6, 7, 8 **-** лежать, расслабившись; педагог проверяет, кто не до конца расслабил мышцы.

Упражнение повторяется несколько раз.

*«Лебедь по морю плывет»* Упражнение направлено на отработку пластичности, грациозности движений. Это упражнение выполняется перед зеркалом сидя на коленях, руки изображают крылья птицы. Чем лучше у ребенка получится это упражнение, тем более уверенным в своих возможностях он будет.

*«Морские водоросли»*. Упражнение направлено на развитие воображения, импровизационных способностей, на развитие смелости (сделать движение не такое как все): дети представляют себя растущими водорослями.

*«Делай как я».* Упражнение направлено на преодоление страха перед зрителями, развитие смелости, коммуникативных качеств: стоя в кругу каждый ребенок по очереди показывает подряд движения выученной танцевальной композиции - первый ребенок показывает 1-ое движение танца, остальные повторяют4 следующий - 2-ое движение и т.д.

*Исполнение танцевальной композиции «Фея моря».*

3. Заключительная часть.

И*гра «Море волнуется раз».* Закрепление эмоциональных характеристик: добрая, мягкая, приветливая, ясная, плавная, нежная; и эмоций: грусть, злость, презрение, спокойствие, печаль.Ведущий произносит слова «Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три», а вместо слов «морская фигура на месте замри» придумывает свое задание, с добавлением эмоциональной окраски. Например, «злая акула», «грустная русалка», «удивленный осьминог», «радостный дельфин», «добродушный кит»...

Выход из зала детей под песню «Рыбка золотая».

В занятии используются фонограммы:

* Песня «Молочная река», песня «Солнца лучик золотой» - для игры «Рыбки-сети». Эти песни помогут создать положительный эмоциональный фон занятия, побудят детей к снятию эмоционального напряжения, к выплеску энергии. Так как следующие фонограммы в занятии в основном лиричные, плавные, то музыка врабатывания должна быть яркой, эмоционально окрашенной.
* Музыка для релаксации «Водная стихия», побуждает детей к выполнению плавных, медленных движений, настраивает их на релаксацию, помогает расслабиться, освободиться от мышечных зажимов.
* Песня «Фея моря». Дети не очень любят медленные музыкальные произведения, сложно воспринимают мелодии без слов, поэтому для танцевальной композиции с элементами пластики, релаксации нужна песня с красивой, понятной детям мелодией и интересными словами. Песня «Фея моря» новая детская песня, которую большинство детей раньше не слышали. Им очень нравятся слова и мелодия песни, и упражнение они выполняют с удовольствием, что создает условия для решения задач композиции.
* Песня «Рыбка золотая». Так как в основной части занятия использовались медленные, лиричные мелодии, то в конце занятия должна звучать бодрая, яркая эмоциональная песня, позволяющая детям переключить внимание.

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение

средняя общеобразовательная школа №77 с углубленным изучением химии

Петроградского района Санкт-Петербурга

**Развернутый конспект сюжетного занятия**

**«Путешествие в Африку»**

**первое занятие по теме:**

**«Танцевальная композиция «Жар-Африка»**

Автор: Лозовская Е.В.

руководитель студии

танцевальной аэробики

«Непоседы»

Санкт-Петербург

2012 год

**«Жар-Африка»** - танцевальная композиция с элементами психогимнастики. Эта композиция дает возможность познакомить детей с эмоциями: спокойствие, радость, страх, злость, удивление. Она помогает детям понять такие эмоциональные характеристики музыки, как веселая, радостная, солнечная, игривая, задорная. Композиция направлена на развитие умения передавать движением образы различных животных, их настроение и эмоции человека; освоение общеразвивающих движений в образной форме.

**Задачи занятия.**

1. Познакомить детей с эмоциями: спокойствие, радость, страх, злость, удивление.
2. Дать понятие о таких эмоциональных характеристиках музыки, как веселая, радостная, солнечная, игривая, задорная.
3. Развивать умение видеть эмоции другого человека и угадывать их.
4. Отработать умение направлять внимание на мышечные ощущения.
5. Создать условия для эмоционального контакта детей.
6. Способствовать установлению соответствия между музыкальным образом и характером движений.

**Ход занятия**

1. Подготовительная часть.

Педагог сообщает детям, что сегодня они совершат путешествие в Африку. Спрашивает детей, что они знают об Африке. И предлагает им сесть на поезд, который привезет их туда.

*Игра «Мы в поезде».* Игра направлена на развитие умений сосредотачивать внимание на своих движениях, управлять своим телом, видеть эмоции других детей и угадывать их по мимике, жесту, позе. Все строятся в колонну за педагогом, звучит песня «Красной шапочки». Педагог идет в обход по залу, показывая различные несложные движения, все идут за ним, повторяя движения, пока звучит куплет песни. Как только начинается припев, дети разбегаются по залу и застывают в различных позах, выражающих те или иные эмоциональные состояния. Педагог ищет того, кто пошевелился до конца припева. Кого заметили первого, становится водящим, все строятся за ним, игра продолжается до окончания песни. Тот, кто остался ведущим в конце игры, должен постараться угадать какие эмоции передают ребята, застывшие в позах.

1. Основная часть

Психогимнастика:

*«Радостное фламинго».* Упражнение направлено на снижение импульсивности, агрессии, дает эмоциональную разрядку: махи руками в различном направлении в сочетании с различными прыжками.

*«Удивленный бегемот»* - Упражнение знакомит детей с эмоцией удивления: проработка мимики и работа плечами (каждый ребенок сам придумывает, чему удивился бегемот). Педагог спрашивает ребят.

*«Злой крокодил»* - Упражнение знакомит детей с эмоцией злости и страха: проработка мимики, работа руками – «пасть». Упражнение можно делать в парах: один – «злой крокодил», другой – «испуганный человек», затем поменяться ролями.

*«Настороженный ягуар перед охотой».* Упражнение направлено на развитие умения изменять темп и характер движения в соответствии с образом. Сидя на коленях, медленно потянуться руками вперед; упор на руки, прогнуть спину, резко голова наверх, застыть в этой позе; сгорбить спину, резко голову опустить вниз.

*«Злая-добрая кобра».* Упражнение направлено на снятие и умение регулировать агрессию, управление своими эмоциями. Стоя на коленях, отклониться прямым туловищем назад со звуком ш-ш-ш, вспомнив что-то, что рассердило, разозлило ребенка; возвращаясь в исходное положение постараться улыбнуться, вспомнив, что-то доброе, хорошее.

*«Ветерок».*  Это упражнение развивает умение саморегуляции, с каждым выдохом ребенок успокаивается: вдох носом, фиксированный выдох ртом, «подуть как ветер».

*«Сонная черепаха».* Упражнение направлено на снятие мышечного напряжения, расслабление. Сед по-турецки потянуться руками вперед, закрыть глаза, подумать о чем-то хорошем.

*«Солнечный зайчик».* Упражнение направлено на снятие напряжения мышц лица и тела, с использованием аутогенной тренировки. Ребенок лежит на спине, педагог произносит слова: «Солнечный зайчик заглянул тебе в глазки, закрой их. Он побежал по лицу и шее, тебе стало так хорошо, что ты расслабил их. Зайчик перескочил на правую ладошку и пробежался по всей руке до плеча, расслабь правую ручку, затем прыгнул на левую ладошку…» В конце ребенок должен полностью расслабиться, педагог проходит и проверяет не остались ли мышечные зажимы.

*«Загораем на солнышке»* (лежа на спине, глаза можно закрыть) - прослушивание песни «Жар-Африка». Слова педагога: «Слушая песню, попробуйте сосчитать, о скольких эмоциях упоминается в ней».

Вопрос педагога: «Сколько эмоций вы насчитали? О каких животных пелось в песне, какое у них настроение, какие эмоции вызывают у вас эти животные?» (Дети отвечают).

Обращение педагога: «В Африке эта песня звучала бы совсем по-другому, так как там используют ударные музыкальные инструменты. Сейчас мы попробуем исполнить ее с помощью погремушек». Отстукивание погремушками ритмического рисунка песни (на каждый счет, через счет, выделение сильной доли).

Указание педагога: «Разделитесь по парам, каждая пара пусть выберет себе одно из животных, о которых поется в песне (слон, обезьяна, крокодил, бегемот, носорог). Попробуйте придумать одно движение, как может танцевать выбранное вами животное, постарайтесь передать и его настроение».

Показ придуманных движений, корректировка этих движений преподавателем, опробование этих движений всей группой.

1. Заключительная часть.

Слова педагога: «Мы с вами познакомились сегодня с разными животными, которые живут в Африке, придумали, как они могут танцевать, поиграли на ударных инструментах, и теперь нам пора возвращаться домой. А обратно мы с вами поплывем на корабле по морю. Вы будете морем, чем громче музыка, тем сильнее волны, чем тише музыка, тем море спокойнее.

Дети изображают морские волны – упражнение направлено на снятие эмоционального напряжение, пластику, релаксацию и различие динамики звучания.

Выход детей из зала под песню «Жар-Африка».

В занятии используются фонограммы:

* «Песня Красной шапочки» (про Африку) - для игры «Мы в поезде*».* Так как песня хорошо знакома детям, она поможет создать положительный эмоциональный фон, подготовит детей к восприятию сюжетного занятия.
* Мелодии «Веснушки», «Солнечный денек», «Золотая рыбка» - для проведения психогимнастики. Первые две мелодии с четким ритмическим рисунком, эмоциональные, помогут детям снять мышечное напряжение, эмоционально разрядиться, снизить агрессию, импульсивность. Мелодия «Золотая рыбка» - плавная, лиричная, будет способствовать релаксации, расслаблению, саморегуляции. Здесь используются не песни, а мелодии, чтобы слова не отвлекали детей от передаваемых эмоций, образов.
* Песня «Жар-Африка». В песне «Жар-Африка» четки ритмический рисунок, яркая эмоциональная окраска различных животных: спокойный, серьезный слон; смешные, веселые обезьяны; злой крокодил: злой крокодил; испуганный человек; удивленный носорог; сердитый бегемот
* Музыка для релаксации из серии «Водная стихия».