

## Мастер-класс

*«Элементы хореографии на занятиях физкультурой с детьми  
дошкольного возраста как средство повышения  
двигательной активности детей»*

Подготовила:

*Рябова Светлана Александровна,*

педагог дополнительного образования МБОУДО «ДДЮТ»

2018 г.

Цель: формирование представлений у педагогов о целесообразности включения элементов хореографии как средстве, способствующем развитию двигательной активности у дошкольников.

Задачи:

- закрепить знания участников мастер-класса об организации и проведении физических упражнений с элементами хореографии;
- показать возможности использования элементов хореографии для осуществления гендерного подхода в работе с дошкольниками;
- повысить профессиональную компетентность участников мастер-класса.

Оборудование: магнитофон, записи музыкальных сопровождений.

Ход: Добрый день, уважаемые коллеги! Я – Рябова Светлана Александровна, педагог дополнительного образования Дворца детского и юношеского творчества. В течение 15 лет я работаю в ДДЮТ с дошкольниками. Кроме этого, я хореограф. Работаю по программам «Физкультура», «Ритмика» и «Ритмика 3+».

Наш мастер-класс будет посвящён включению элементов хореографии, которые можно использовать как средство, способствующее развитию двигательной активности у дошкольников.

Думаю, не надо убеждать вас, коллеги, в важности двигательной активности для физического и психического здоровья человека. Проведенные исследования установили, что современные дети подвержены

гиподинамии. Долгое время, проведенное за компьютером, только усугубляет ухудшение здоровья: нарушаются осанка, зрение, страдает нервная система. Здоровье всегда считалось одной из высших ценностей человека – основой активной творческой жизни. Крепкое здоровье необходимо и педагогу, потому что от него в огромной степени зависит здоровье детей.

В педагогике с давних пор известно, какие огромные возможности для воспитания души и тела заложены в синтезе музыки и пластики. Это не только возможность для ребенка хорошо провести время и выплеснуть накопившуюся энергию, но и развитие воображения, мелкой и крупной моторики, создание эмоционально позитивного настроения и предпосылок сознательного ведения здорового образа жизни. Поэтому я решила использовать элементы хореографии в физкультурной работе на занятиях с детьми в Школе Раннего Развития в ДДЮТ.

Положительное влияние такого включения:

1. Тесная связь движений с музыкой: все упражнения, танцевальные этюды, игры проводятся под соответствующее музыкальное сопровождение
2. Большая эмоциональная насыщенность за счет экспрессии движений и активной роли преподавателя на занятиях
3. Высокая динамичность и разнообразие движений
4. Возможность эмоционального самовыражения и нервно-психической разрядки как следствие вхождения в образ и развития воображения
5. Расширение двигательных возможностей и повышение культуры движений
6. Коллективный характер занятий, но при этом делается акцент на формирование гендерной идентификации.

Упражнения выполняются из различных исходных положений. На каждую возрастную группу предусмотрен отдельный комплекс, соответствующий данному возрасту. Движения выполняются по показу педагога, а это для детей наглядный пример их выполнения.

Рассмотрим структуру нашего занятия.

Вводная часть: упражнения динамического характера, воздействующие на весь организм (ходьба, бег, прыжки). Затем восстанавливаем дыхание, выстукивая ритм под музыку.

Основная часть:

Для детей 3-4 лет подбираю чередование музыкальных тем для напряжения и расслабления в эмоционально окрашенных движениях-имитациях. Для создания чувства команды и умения действовать по правилам обязательна подвижная игра, например, миниэстафета, «Соберите мячи», «Успей в гнездышко».

Для детей 4-5 лет стараюсь поддерживать на занятии единую сюжетную линию, например, на одном – дети пришли в лес, на другом – путешествуют по морю, на третьем – все выступают на сцене. Музыкально-танцевальные этюды становятся сложнее, некоторые движения в них делают только мальчики, некоторые – только девочки.

Для детей 5-6 лет составляю комплексы, в которые включаю движения на координацию рук, ног (сделать круг рукой одновременно с полуприседанием, бег на месте одновременно поднимая прямые руки вверх, добавляю больше танцевальных движений). Обращаю внимание на выразительность и мимику.

Для детей 6-7 лет предусматриваются более сложные по строению комплексы. Используется смена темпа движений, движения на ориентировку в пространстве (*право, лево*). Включается больше прыжковых и беговых движений, а также движений со сложной координацией (поочередное поднятие левой, правой руки с одновременным движением ногами).

В качестве релаксации используется спокойная музыка и дыхательные упражнения под неё.

Предлагаю вашему вниманию несколько комплексов танцевально-ритмической гимнастики с детьми старшего дошкольного возраста.

Проводится комплекс упражнений.

В конце мастер-класса каждому участнику предлагается лист бумаги, на котором написано несколько неоконченных предложений:

Я научился (научилась)...

Я узнал (узнала), что...

Мне нравится, что...

Я хотел (хотела) бы узнать больше о том, что...

Самым важным для меня было...

Мне сегодня...

Спасибо за внимание. Надеемся, что мастер-класс был полезен Вам!