Тема: «В мире музыки и танца»

**Образовательная область:** «Физическое развитие»

**Раздел:** развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта.

**Интеграция образовательных областей:** «Физическое развитие», «Художественно-эстетическое развитие», «Социально-коммуникативное развитие»

**Виды детской деятельности:** игровая, двигательная, музыкальная, коммуникативная.

**Здоровьесерегающие технологии:** дыхательная гимнастика, релаксация, самомассаж, музыкотерапия.

**Методы и приемы:** показ, объяснение, практические действия, прямые и косвенные указания к двигательной деятельности, игровой и сюрпризный момент; прием оценки и поддержания интереса у детей.

**Форма проведения:** путешествие в страну «Ритмика».

**Оборудование и материал:** мультимедийное оборудование, юбочки – для девочек, «бабочки» - для мальчиков (по количеству детей).

**Тема:** «В мире музыки и танца».

**Цель:** Создать условия для укрепления физического и психического здоровья воспитанников, улучшение их двигательного статуса, формирования морально-этических качеств личности через двигательно-игровую деятельность.

**Задачи:**

**Образовательные:**

1. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.
2. Формировать правильную осанку.
3. Закреплять навыки выполнения элементов дыхательной гимнастики и самомассажа.

**Развивающие:**

1. Развивать психофизические качества: выносливость, гибкость.
2. Развивать у детей интерес к игровым упражнениям.
3. Развивать ритмический слух.

**Воспитательные:**

1. Воспитывать чувство ритма.
2. Повысить двигательную активность, создать положительную эмоциональную атмосферу.
3. Поддерживать интерес к игровым упражнениям.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Этапы деятельности | Содержание деятельности  воспитателя | Деятельность воспитанников |
| Мотивационно побудительная | Приветствует в физкультурном зале детского сада, создает игровой сюжетный момент.  ***Воспитатель:*** Здравствуйте, ребята. Меня зовут Екатерина Евгеньевна. Я работаю в детском саду № 5 воспитателем.  Мы с ребятами любим путешествовать в страну «Ритмика». Может кто-то из вас там бывал? *(Ответ детей).*  О, это удивительная страна! Жители этой сказочной страны умеют и очень любят танцевать. А правят в той стране король с королевой, королеву зовут «Музыка», а короля – «Танец».  Все люди живут дружно и никогда не ссорятся. Жители страны веселые и трудолюбивые. Ведь чтобы правильно выполнить танцевальное упражнение, нужно быть внимательным, старательным, усердным, и никогда не унывать, если вдруг что-то не получается.  Вы хотели-бы побывать в стране «Ритмика*»? (Ответы детей).*  Тогда, у меня одно условие: вы будете смотреть на меня, и делать как я. А задорная, озорная музыка добавит вам хорошего настроения. Ну что, готовы, тогда в путь.  **Проводится вводная часть (разминка).** Вступление: построение в колонну по одному, идут на месте. Проверка осанки.   1. Ходьба по залу, выносим прямые ноги вперед. 2. Ходьба на носках, руки вверху «Зайчик», темп медленно/быстро. 3. Ходьба с пятки на носок «Медведь». 4. Ходьба на носках, взмах руками «Птица», темп медленно/быстро.      1. Ходьба с высоким подниманием колена «высокая трава». Остановились. 2. Повернулись лицом в круг, боковой галоп, «обезьянки». 3. Проводит упражнение на восстановление дыхания.   Благодарит и хвалит ребят.  ***Воспитатель:*** первый этап нашего пути пройден. | Приветствуют воспитателя, здороваются с гостями.  Выполняют разминочные движения.  ***Методические указания и приемы:***  Дышим носом, тянем носок, спина прямая, голову держим прямо;  Спина прямая.  Дышим носом.  Спина прямая, лопатки свести. Пяткой достаем ягодицы. Взмах руками как крыльями.  Тянем носок, руки на поясе, голова прямо, дышим носом.  Дышим носом.  3 выдоха |
| «На поляне» организует проведение общеразвивающих упражнений в кругу.  ОРУ без предметов:   1. «Посмотрим вокруг»   И.п.: основная стойка, руки согнуты в локтях.  1-поворот головы налево  2- и.п.  3-4 – в другую сторону. | Выполняют ОРУ, слушают воспитателя внимательно, выполняют его рекомендации.  Дышим ровно.  Дышим ровно.  Дышим ровно.  Спину держим прямо.  Дышим ровно.  Спину держим прямо.  В коленях не сгибаем ноги.  Дышим ровно. |
| 1. «Незнайка»   И.п.: основная стойка, руки внизу.  1-8 раз - поочередное поднимание плеч  1-8 раз – одновременно поднимаем оба плеча  1-8 раз – приседание с поочередным опусканием/подниманием плеч |
| 1. «Буратино»   И.п.: основная стойка, руки на поясе  1- нога на пятку, наклон в сторону  2- и.п.  3-4 - в другую сторону |
| 1. «Поклон»   И.п.: основная стойка, руки на поясе  1- наклон вперед, руки развести в стороны  2- и.п.  3-4 - повторить |
| 1. «Утюжок»   И.п.: основная стойка, руки внизу  1- наклон в сторону, рукой проводим по ноге «гладим»  2-и.п.  3-4 – к другой ноге |
| 1. «»   И.п.: основная стойка, руки перед грудью  1-8 раз на месте ходьба на носках  1-8 раз ходьба вокруг себя |
| 1. «Салют»   И.п.: основная стойка, руки внизу  1-8 раз – подскоки на месте, руками «имитируем, что ловим салют»  1-8 раз – тоже, вокруг себя. |
|  | 1. «Солнышко»   И.п.: основная стойка, руки внизу  1-4 раз плавные движения кистями рук перед собой (делают «волну»), поднимаем вверх над головой (вдох).  5-8 раз разводим руки через стороны вниз (выдох). | 3 раза |
|  | Проводит самомассаж.  ***Воспитатель:***  (*Поглаживающие движения отдельных частей тела в определённом порядке в образно-игровой форме для рук и ног).*  - Я в ладоши хлопаю (хлопают в ладоши)  - И ногами топаю (топают ногами)  - Ручки разотру, тепло сохраню (растирают ладоши)  - И ногами топаю (топают ногами)  - Ладошки, ладошки, утюжки-недотрожки (растирают ладони).  - Вы погладили ручки (поглаживания предплечья и плеча)  - Вы погладьте ножки, (поглаживаем голени и бёдра ладонями обеих рук)  - Чтобы бегали по дорожке. | Слушают воспитателя внимательно, выполняют движения.  Слушают воспитателя внимательно, выполняют движения. |
| Мотивационно побудительная | Загадывает загадки, объясняет и показывает упражнения.  ***Воспитатель:*** Ребята, вы ведь любите разгадывать загадки. Присаживайтесь и слушайте внимательно. Я буду загадывать загадки, а вы показывать отгадки.  ***Игропластика:***  1. Сидит белка на тележке и грызет свои (орешки).  «Орешек» – из положения лежа на спине - группировка, сидя (3 раза).  2. По земле ползет, шипя, очень страшная (змея).  «Змея» – упор, лежа на животе, удерживание туловища, руки за голову (3 раза).  3. На дне морском лежит, сверкая, яркая … (звезда морская).  «Морская звезда» - лежа на животе, прогнувшись, руки в стороны, ноги врозь.  4. Скачет по волнам скок-скок самый настоящий … (морской конек).  «Морской конек» - сед на пятках, руки за голову.  5. Очень любят дети покататься на … (велосипеде).  «Велосипед» - в положении упора лежа (3 раза, на счет1-8).  (*Звучат фанфары, на экране появляется картинка замка или дворца)*  ***Воспитатель:*** Вот мы с вами прошли все этапы и добрались до страны «Ритмика», где все жители умеют танцевать, быть веселыми. Давайте станцуем наш задорный танец. Смотрите на меня и повторяйте движения. |
| Ритмический танец | Ритмический танец. | Активно и с удовольствием танцуют. |
| Рефлексивно-корригирующий | Проводит релаксацию «Сердце».  ***Воспитатель:*** Приложите руки к сердцу, послушайте, как оно бьется. Представьте, что ваше сердечко это кусочек солнышка, которое согревает вас изнутри, это тепло переходит в руки. Затем оно плавно переходит в ваши ладони, дышите, улыбаетесь….  Давайте поделимся своим хорошим настроением с гостями.  (Дети подходят к гостям и сдувают с ладошек «хорошее настроение»). | Слушают воспитателя внимательно. |
| Рефлексия | Благодарит и хвалит ребят. Преподносит подарок – диск с музыкой  ***Воспитатель:*** Ну, что интересно вам было в стране «Ритмика»? *(Ответы детей).*  Мне тоже было интересно с вами. Вы отличные танцоры, умеете слушать и понимать музыку. У вас прекрасное чувство ритма.  Вы замечательно справились с непростыми упражнениями. Надеюсь, музыка подняла вам настроение?  Я приготовили вам в подарок вот этот диск. На нем много разной музыки. И каждый раз, включая его, вы будете желанными гостями волшебной страны «Ритмика» (вручает диск воспитателю группы).  Спасибо вам, до свидания, ребята! | Выражают свои эмоции.  Говорят спасибо воспитателю. |