

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР  
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР»

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА

**«ПРОВЕДЕНИЕ РАЗМИНКИ В ИГРОВОЙ ФОРМЕ  
НА ЗАНЯТИЯХ ХОРЕОГРАФИЕЙ»**

Автор-составитель: Войтковская Е.Н.,  
педагог дополнительного образования

2021-2022 уч.год

## **Введение**

*«Человеком можно стать, только играя»*, утверждал Ф. Шиллер. По его мнению, человек в игре и посредством игры творит себя и мир, в котором живет.

Роль игры в обществе исторически менялась, но она всегда была фактором развития культуры. Особое место игра всегда занимала и продолжает занимать в сфере культуры и искусства.

В искусстве танца игра, по мнению И. Хейзинга, присутствует в еще большей мере. «...о каком бы народе или эпохе не шла речь, – пишет он, всегда можно сказать в самом полном смысле слова, что танец есть сама игра, более того, представляет собой одну из самых чистых и совершенных форм игры».

Игры долгие годы остаются главным и любимым занятием детей. Правильно используя игры в танцевальной деятельности, можно многого добиться в процессе обучения. В игре ребенок моделирует свои отношения с окружающим миром, проигрывает различные ситуации: в одних он лидирует, в других – подчиняется, в-третьих, осуществляет совместную деятельность с другими детьми и взрослыми. В игре происходит рефлексирование, самореализация, обучающийся принимает решение, за которое он в ответе, игра предполагает творческое начало.

Методическая разработка «Проведение разминки в игровой форме на занятиях хореографией» адресована педагогам дополнительного образования, обучающих детей ритмике или хореографии. Их вниманию предлагается комплекс разработанных и доработанных автором упражнений и игр для занятий по хореографии с детьми дошкольного и младшего школьного возраста. Проведение разминки в игровой форме удерживает интерес обучающихся к занятию и включает их в активную работу.

## Основная часть

### КОМПЛЕКС ИГРОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ И ИГРЫ

#### 1. Подготовка к поклону

##### Педагог:

Собираем «конструктор» – выпрямляем спинки, стараемся «подружить» свои лопаточки на спинке, чтобы они встретились. Шейку вытягиваем, как длинные, красивые и изящные шеи лебедушек.

Носик приподнимаем, как будто мы собой очень гордимся. Ножки собираем вместе, чтобы пяточки «подружились», а носочки нужно «поссорить» (рисунок 1).

А в руки возьмем большой арбуз. Кисти рук – это зеркала, которые нужно поставить так, чтобы в них можно было посматривать (рисунок 2).

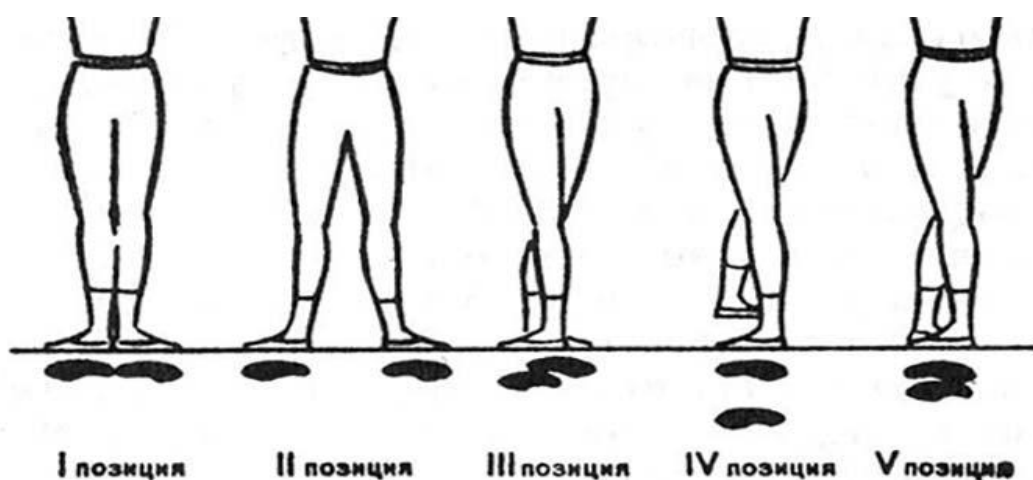


Рисунок 1

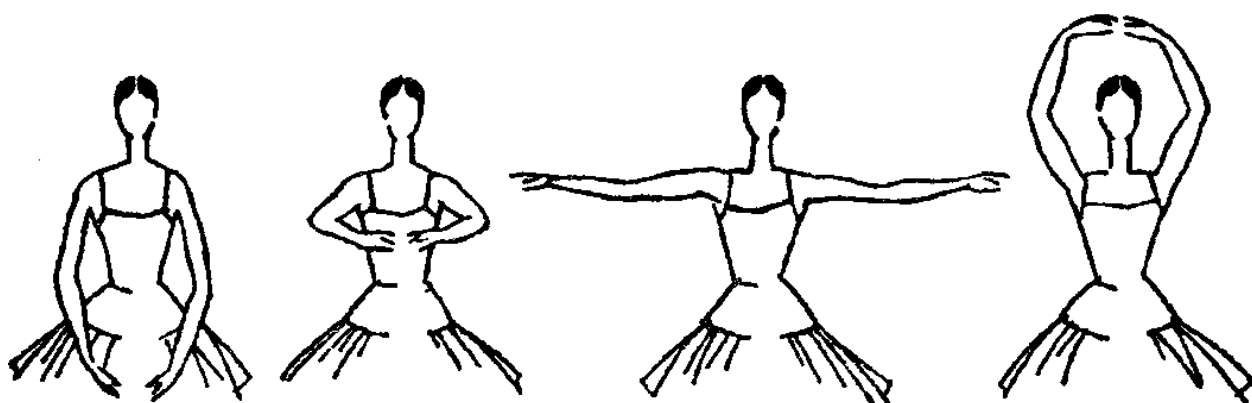


Рисунок 2

Теперь делаем шаг в правую сторону с носка, носочек у нас затянут, как острая иголочка, и плавно раскрываем ручки в стороны, как будто наши руки – это большие и изящные лебединые крылья и присаживаемся, собрав ножки и ручки вместе. То же самое повторяем в другую сторону.

## 2. Построение в круг

**Педагог:**

Дети, скажите, пожалуйста, как выглядит шарик, какой он? Правильно! Он круглый.

Давайте все возьмемся за руки и надуем наш с вами большой, ровный и тугий шар (*дети берутся за руки, становятся в круг*).

Для того чтобы продолжить занятие, нужно размяться. Вы помните, чтобы получилась красивая поделка, пластилин перед работой должен быть пластичным и мягким. Представьте, что мы – пластилин, и нас нужно размять, чтобы движения получились красивыми.

## 3. Разминка

**Педагог:**

Повернёмся направо, друг за другом по кругу начнем выполнять упражнения. Напоминаю, что необходимо соблюдать дистанцию, не наступать друг другу на пяточки. Каждый смотрит соседу в затылок.

Давайте представим, что мы в заколдованном лесу и волшебник (т.е. ведущий) по взмаху волшебной палочки будет вас превращать то в животных, то в предметы.

*Звучит музыкальное сопровождение.*

### **Упражнение 1.**

**Педагог:**

Приклеиваем свои ручки чётко на пояс и с правой ноги начинаем шагать, при этом ножка у вас должна быть крепкой и сильной, с затянутым, как иголочка, носочком!

### **Упражнение 2.**

**Педагог:**

Волшебник колдует и превращает нас в **жирафов!** (*Дети «вырастают» – становятся на носочки, при этом руки тянут вверх, колени прямые, руки в локтях, пальчики собраны вместе*). Представьте, что жираф хочет достать до самой сочной веточки с листочками!

### **Упражнение 3.**

**Педагог:**

Следующее волшебство, это превращение в **пингвинчиков!** Пяточки «подружили», носочки «поссорили», хлопаем себя ручками-крылышками по бокам.

### **Упражнение 4.**

**Педагог:**

А теперь волшебник превратил нас в **зайчиков!** Собрали лапки перед собой, не забываем про ровную спинку. Теперь «подружили» и пяточки и носочки, ножки как будто «прилепили» одну к другой и прыгаем вперёд по кругу, не рассоединяя ног.

### **Упражнение 5.**

**Педагог:**

Вдруг волшебник нагрел наш пол, и он стал очень-очень горячим. Бежим быстро-быстро, мелко-мелко на носках, красиво.

### Упражнение 6.

#### Педагог:

Представляете, ребята, волшебник заколдовал **волка!** И нам нужно от него убежать так, чтобы пятки сверкали! (*Высокое забрасывание голени назад*).

### Упражнение 7.

#### Педагог:

А теперь мы **лошадки!** Изящно по очереди поднимаем колени высоко перед собой, носочек при этом натянут, как иголочка.

### Упражнение 8.

#### Педагог:

Посмотрите, ребята, волшебник заколдовал наши ножки, и они перестали сгибаться и получились **ножницы!**

## 4. Игры

### Игра 1. «Птички в клетке»

*Данная игра помогает детям в игровой форме ориентироваться в пространстве, держать линии и расстояние между собой, запоминать места.*

#### Педагог:

Ребята! Вы чувствуете, как разогрелись ваши ножки и ручки? Вы отлично поработали! Давайте немного поиграем! Игра называется «Птички в клетке». Я буду птицеловом (ведущим) и буду вас ловить и помещать в клетки (домики) многоэтажного большого дома. Некоторые из вас будут жить на первом этаже, кто-то – на втором, а кто-то – на третьем.

А теперь я попрошу запомнить, в каком домике и на каком этаже вы живёте. Сейчас, я включу музыку, и вы, красивые и изящные птички, разлетитесь по залу в разные стороны. Когда услышите, что музыка выключилась, вы должны спрятаться в свою клетку (домик).

## **Игра 2. «Цыганочка»**

Игровые действия помогают подготовить мышцы рук к выполнению разнообразных движений.

### **Педагог:**

К нам издалека приехала Цыганка. Она решила погадать, но для этого необходимы нужные принадлежности. Она взяла свой большой расписной сундук, (*имитируем все движения*), открыла его и стала доставать различные вещи.

Сначала она достала кольца. «Надеваем» кольца на пальцы левой и правой руки и проговариваем: «*Большой*», «*Указательный*», «*Средний*», «*Безымянный*», «*Мизинчик*».

Затем она достала свои браслеты (проговариваем «*Правая рука*», «*Левая рука*»), большие волшебные серьги (вместе с детьми проговариваем «*Правое ухо*», «*Левое ухо*»), платок.

И, наконец, начала гадать: выполняются движения кистями, сжимая и разжимая пальцы, резко выбрасывая кулачки, работая руками в разные стороны.

Услышав музыку, к цыганке приползла её подруга – красивая волшебная змея (*руками делаются волнообразные движения*), и они вместе стали танцевать (*руки подняты от локтя наверх, кисть опущена, исполняются повороты кистей друг к другу и друг от друга, а также повороты головы*).

Станцевав со своей волшебной змеёй, цыганка попрощалась с ней (*руки складываются ладонями друг к другу перед собой, и делается наклон головой*) и змея уползает (*руки делают волнообразные движения*).

Цыганка снимает свои украшения и складывает в сундук (*с этого места все выполняется, начиная со снятия платка в обратном порядке, при этом комментируя все движения*).

## Заключение

Любое занятие по ритмике или хореографии начинается с разминки, в ходе которой осуществляется подготовка организма ребенка к разучиванию и совершенствованию техники движений, развитию физических качеств: выносливости, силы, быстроты, ловкости и гибкости.

С детьми дошкольного или младшего школьного возраста разминка желательна в игровой форме. Разминка с элементами перевоплощения в разных героев, животных учит воспринимать музыку, ее ритм, развивает фантазию. Сюжетно-ролевые игры разрабатывают разнообразные умения: умения двигаться под музыку, передавать характер предложенного персонажа через движение, начинать и заканчивать движение с музыкой. В игре «Цыганка» важно, чтоб дети научились импровизировать, не боялись самостоятельно придумывать действия, выразить свою индивидуальность.

В игре «Птички в клетке» делается акцент на пространство в движении, запоминание своего места в этом пространстве, попытке занять нужное место.

Игровые имитационные движения помогают детям легко и непринужденно выполнять, на первый взгляд, скучные и неинтересные разминочные упражнения перед изучением учебного материала, а игровые технологии – преодолевать излишнюю стеснительность обучающихся, гармонично взаимодействовать с группой сверстников.



## Список литературы

1. Бодакин А.В., Филимонова С.И. Физическая культура. Учебное пособие. - М.: 2012.
2. Гришина Ю.И. Общая физическая подготовка Знать и уметь. Учебное пособие. - Феникс, 2016.
3. Кушаева, Н.А. Искусство в образовании: методика, теория и практика художественного образования и эстетического воспитания/ Н.А. Кушаева.- М.,2009.
4. Никитин В. Мастерство хореографа в современном танце: учебное пособие. – СПб: Лань, 2017.
5. Шершнева В.Г. От ритмики к танцу. – М., 2008.
6. Яковлева, Е.Л. Методические рекомендации учителям по развитию творческого потенциала учащихся/ Е.Л. Яковлева. – М., 2008.