**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА № 9 «ЖАР-ПТИЦА»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ СИМФЕРОПОЛЬ
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

**Конспект занятия по ритмопластике
«Мы веселые ребята, наше имя - Медвежата»
для детей старшего дошкольного возраста
(с использованием игрового стретчинга, игровых и здоровьесберегающих
технологий (дыхательные упражнения, имитационные упражнения))**

Подготовила:
педагог дополнительного образования
Елинек О.В.

г. Симферополь

Задачи:

Обучающие:

- обучать детей различным видам имитационных движений игрового стретчинга.

Развивающие:

- развивать умение сочетать движения с музыкой, чувство ритма, физиологическое дыхание, умение регулировать мышечный тонус, творчество, воображение.

Воспитательные:

- воспитывать коммуникативные навыки.

Оборудование: аудио плеер, кубики, контейнеры.

Музыкальное сопровождение: аудиозапись: звуки природы – «Рычание медведя», «Плюшевый медвежонок», «Три медведя», «Медведь и пчелы».

ХОД ЗАНЯТИЯ:

Педагог: Здравствуйте, ребята! Для того что бы у нас было хорошее настроение, мы с вами друг к другу повернемся, поздороваемся и улыбнемся.

Доброе утро! *-поворачиваются друг к другу*

Улыбнись скорее! *-разводя руки в стороны*

И сегодня весь день *-хлопают в ладоши*

Будет веселее!

Мы погладим лобик, *-движения по тексту*

Носик и щечки.

Будем мы красивыми, *-постепенно поднимают руки вверх («фонарики»)*

Как в саду цветочки!

Разотрем ладошки *-движения по тексту*

Сильнее, сильнее!

А теперь похлопаем

Смелее, смелее!

Ушки мы теперь потрём, *-растирают ушки*

И здоровье сбережём.

Улыбнемся снова, *-разводят руки*

Будьте все здоровы! *-говорят все вместе*

Все здоровы?

Бегать и играть готовы?

(ответы детей)

Ну, тогда подтянись,
Не зевай и не ленись.

Звучит фонограмма - рычание медведя

Педагог: Ребята, а кто же так грозно рычит?

Дети: Медведь.

Педагог: правильно ребята! Это медведь.

А вы хотите превратиться в веселых медвежат?

Дети: Да.

Педагог: Тогда я говорю волшебные слова, и вы превращаетесь в маленьких медвежат: 1-2-3! Абракадабра, бри! Глазки закрой, вокруг себя повернись в медвежонка превратись. Теперь вы не ребята, а веселые медвежата. Друг за другом повернулись и по кругу зашагали.

Мы веселые ребята

(ходьба в колонне по одному)

Наше имя медвежата

(ходьба на внешней стороне стопы, руки на поясе)

Любим, лазать, пролезать

(ходьба в полуприседе, руки на колени)

Любим, прыгать и играть,

(прыжки на двух ногах с продвижением)

Мишки по лесу пошли

(ходьба с упором на кисти рук и стопы ног)

По тропинке вдаль зашли. Лапы выше поднимают.

По тропинке вдаль шагают.

(ходьба широким шагом, руки вверх)

Мишки быстро побежали

На малинный след напали.

(легкий бег друг за другом)

Мишки шли, шли, шли,

На лужайку пришли.

(ходьба обычная)

Педагог: решили медвежата на лужайке поиграть

Музыкально танцевальная игра «Три медведя»

Три медвежонка прыгали в саду -*прыжки на двух ногах продвижением вперед*

И один сказал – я упаду! -*хлопают себя по груди*

И, конечно, он упал вниз головой. -*два наклона*

Медвежонка увели домой. -*переваливаются с ноги на ногу*

(под музыкальное сопровождение дети ходят по залу на коленях и ладонях)

Два медвежонка прыгали в саду -*прыжки на двух ногах продвижением вперед*

И один сказал – я упаду! -*хлопают себя по груди*

И, конечно, он упал вниз головой. -*два наклона.*

Медвежонка увели домой. -переваливаются с ноги на ногу
Вот медвежонок прыгает в саду -прыжки на двух ногах продвижением вперед
И он говорит – я упаду! -хлопают себя по груди
И, конечно, он упал вниз головой. -два наклона

Медвежонка увели домой. - переваливаются с ноги на ногу

Педагог: но медвежата не хотят уходить, ребята медвежата очень любят танцевать:

Музыкально-ритмическая композиция «Плюшевый медвежонок»

Описание движений

Вступление: опустится на четвереньки (превратится в медвежонка)

1 фигура:

Запев: ходьба на четвереньках в свободных направлениях.

Припев: и. п.- стоя. Ноги на ширине плеч, руки перед грудью (*поза медведя*)

1 фраза: на слова «Я добрый Мишка плюшевый» 4 раза топнуть правой ногой;

2 фраза: на слова «игрушечный медведь»- то же другой ногой;

3 фраза: на слова «послушайте»- правую руку к правому уху;

4 фраза: «послушайте» - левую руку к левому уху,

«как я умею» - показать на себя обеими руками,

«петь» - руки вперед.

Припев: на слова «Ры-ра-ры-ру» раскачиваться из стороны в сторону и затем перейти на топот в такт музыки.

2 фигура:

И.п. лежа на спине. Руками обхватить согнутые в коленях ноги (в группировку)» качание на спине в разных направлениях. Припев тот же

3 фигура:

*1 фраза-*кружение на шагах в перевалочку;

*2 фраза-*в другую сторону.

Заключение

«Мишка кашляет» - хлопать себя по груди.

В конце сесть на пол, ноги врозь.

2. Основная часть.

Дети свободно располагаются по залу, садятся.

Игровой стретчинг

1.«Задумчивый медвежонок».

И.п. - сесть в позу прямого угла, ноги согнуть в коленях, слегка разведя их, пятки приблизить к ягодицам, захватить руками стопу подтянуть стопу к голове. Задержаться нужное время, то же движение левой ногой. (повторить по 3 раза)

2. «Медвежонок читает книжку»

И.п. - сидя руки вверх, ноги вытянуты. Наклоняться вперед, коснуться руками пальцев ног, носки тянуться вперед (или пальцы на себя ладошки на

стопы). Голова прямо. (повторить 3-4 раза)

3.«Медвежонок лезет за медом»

И.п. - лежа на спине, одна нога поднята вверх («дерево»). Руками взяться за бедро, поднимая руки вверх, по ноге тянемся за «медом» поднимать туловище, а не ногу тянуть на себя. (повторить по 3 раза)

4.«Танец медвежонка»

И.п. - стоя, полуприседания с покачиванием в стороны, руки на поясе.
(повторить по 3 раза)

5.«Большая ложка»

И.п. – стоя, наклониться вперед, делать круговые движения руками перед грудью, изображая как мишка ест мед(повторить 5 раз)

6.«Пчелки»

И.п.-сидя на пятках, руки кулачками к поясу, локти в стороны. Изображаем пчел

1. Локти свести вперед. 2.вернуться в - и.п.3. Локти свети назад.4. вернуться в - и.п. (повторить 5раз)

7.«Медвежонок на велосипеде»

И.п. - лечь на спину, руки положить за голову. Поднять ноги, носки оттянуты. Попеременно выпрямлять и сгибать ноги, не опуская их на пол. Движение динамичное, дыхание произвольное. Мишка убегает от пчел (повторить 3 раза)

Педагог : а теперь поиграем в игру

Подвижная игра: «Пчелы и медведь»

Медведь – воспитатель, дети - пчёлки. Они летают по комнате, жужжат, собирают "мёд" - кубики разного цвета по своему выбору и складывают "мёд" в "соты" (контейнеры).

Дыхательная гимнастика «Мишкин животик»

И.п.-лежа на спине, руки, на животе. Делать вдох спокойно, медленно носом. Короткая пауза - и спокойный размеренный выдох. (повторить 5 раз.)

Дети на спину легли

И как мишка видят сны.

Тише – тише, не шумите

Наших мишек, не будите.

Птички станут щебетать,

Будем глазки открывать.

Просыпаться и вставать

Педагог : А сейчас я говорю волшебные слова, «1-2-3 - Абракадабра, бри»
глазки закрой, вокруг себя повернись и в ребят превратись!

Самооценка детьми собственной деятельности

Воспитатель:

- ребята в кого вы сегодня превращались?
- вам понравилось быть медвежатами?
- давайте вспомним, что мы делали, когда были медвежатами?
- что вам было сложно?
- что вам больше всего понравилось? *(ответы детей)*