

План-конспект занятия по хореографии
«Развитие координации у дошкольников»

Цыренова К.Р., педагог
дополнительного образования

МБДОУ детский сад №47 «Ёлочка» комбинированного вида г. Улан-Удэ

Цели и задачи:

1. Обучение удерживанию равновесия.
2. Развитие ловкости и координации, гибкости, скорости.
3. Воспитание дружелюбия во время занятия.
4. Оздоровление и укрепление здоровья детей.

Инвентарь: мячи.

Ход работы:

Подготовительная часть - построение, поклон.

Разминка на середине.

Разминка по кругу:

- Шаги на высоких полупальцах
- Шаги на пятке
- Шаг jete
- Шаг passe
- разминочный бег
- бег с высоким подниманием бедра
- Подскоки
- Галопы

Основная часть:

Упражнения для развития координации:

- demi plié (1, 2, 3 поз. ног; подг., 1, 2, 3 поз. рук);
- «ласточка».

Упражнения с мячом.

1. Прямыми руками передаем мяч над головой, каждый раз раскрывая руки в стороны
2. Делаем то же самое, но передаем мяч уже внизу
3. Передаем мяч вокруг себя в одну и другую сторону
4. Мяч падает из одной руки в другую, каждый раз меняя руку
6. Катаем мяч по себе, по всему телу. По животу, спине, рукам, ногам. Главное не отклеивать мячик. Он все время катится по телу.
7. Передаем мяч через плечо, ловим другой рукой через спину.

Комбинация.

Танцевальная игра «Сломанный телефон».

Дети встают друг за другом в колонну. Педагог показывает движения первому ребенку. Затем он должен показать следующему и так до конца колонны. Когда дойдут до последнего игрока, все участники должны повторить за ним под музыку. Устроить флешмоб из движений последнего игрока.

Заключительная часть:

Построение, подведение итогов занятия, поклон.