

Государственное дошкольное образовательное учреждение  
центр развития ребенка – детский сад № 115  
Невского района города Санкт-Петербурга

## «Танец - полька. И. Штраус»

(конспект  
для старшей и подготовительной возрастной группы)

Составитель: педагог дополнительного образования  
первой квалификационной категории  
Алексеева-Лапковская Анна Анатольевна

### Цель:

- научить исполнять (танцевать) польку

### Задачи:

- разучить движения польки;
- познакомить с музыкальным размером танца «полька»;
- подготовить (разогреть) мышцы рук, ног, корпуса к занятию, чтобы избежать случайных травм;
- развивать физические данные ребенка, память, внимание;
- развивать координацию движений, музыкальный слух;
- вырабатывать легкость движений, осанку;
- воспитывать вежливое отношение к партнеру (партнерше)

### Используемый материал:

- мелок белый; резинки (или ленты) красного и белого цвета; музыкальная композиция, разбитая частями (с паузами); музыкальная композиция целиком;
- бейджик с Ф.И.О педагога;
- бейджик с именем ребенка;
- музыкальный инструмент и/или оборудование аудио-воспроизведения
- оборудование видео-воспроизведения

## **Схема построения занятия**

### **Вводная часть занятия**

- приглашение детей в зал;
- знакомство с педагогом, концертмейстером, между собой (посмотри кто рядом);
- знакомство с танцевальным залом;
- танец и его виды: классический, народный, бальный, современный (видеоряд);
- танец «Полька» его родина;
- прослушивание музыкального материала (композиция целиком), - обращается внимание на музыкальный темп произведения, количество музыкальных частей;
- расстановка по линиям в шахматном порядке.

### **Основная часть занятия**

Разминка: на середине зала

- марш на месте;
- упражнения для улучшения гибкости шеи;
- упражнения для улучшения эластичности плечевого пояса и подвижности плечевых суставов;
- упражнения для улучшения подвижности локтевого сустава и эластичности мышц плеча и предплечья;
- упражнения для увеличения подвижности лучезапястных суставов, развития эластичности мышц кисти и предплечья;
- упражнения для улучшения подвижности гибкости суставов позвоночника;
- упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов;
- упражнения для улучшения подвижности коленных суставов;
- упражнения для увеличения подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц голени и стопы.

Игра «Найди своё место»;

- педагог раздает резинки двух цветов, одеть на правые руки (белый – внешний круг, красный – внутренний круг);

Изучение основных движений танца «Полька»

- прыжок «соте»;
- приставные шаги;
- ритмические похлопывания – хлопки, подскоки

Постановка детей в круг (взялись за руки и растянулись).

Постановка детей в пары.

Разметка мест остановки пар цветным мелом.

Разучивание танца «Полька» по частям:

- 1 часть - подскоки;
- 2 часть - прыжок «соте»;
- 3 часть - приставные шаги, хлопки;

### **Заключительная часть занятия**

Исполнение танцевальной композиции «Полька».

Подведение итогов.

Поклон (благодарим друг друга - аплодисменты).

## **Ход занятия**

*Обучающиеся приглашаются в зал.*

Педагог:

Танцы в 21 век,  
Любит каждый человек.  
Танцевальная наука!  
Это что еще за штука?  
Где её преподают?  
Тут!!!

Здравствуйте, ребята! Меня зовут Анна Анатольевна.

Хочу познакомиться с вами, каждый громко назовите свое имя (*Дети называют имена по очереди, друг за другом*) Вот и познакомились!

Педагог: Как вы думаете, для чего предназначен зал, в котором мы с вами находимся? (*ответы детей*)

Педагог: Здесь танцуют, зал для танцев.

Посмотрите внимательно и скажите, какие предметы в зале помогают танцорам? Что вы видите здесь? (*ответы детей*)

Педагог: Зеркала помогают нам следить за правильным исполнением движений руками, ногами, корпусом.

Ребята, а вы знаете, что такое танец? (*ответы детей*)

Педагог: Танец – это способ выразить свое настроение и чувства при помощи ритмичных шагов и движений тела. Наши древние предки сопровождали танцами все события, которые происходили в их жизни.

А какие виды танца вы знаете? (*ответы детей*)

Педагог: Сейчас я вас познакомлю, посмотрите.

**Видеоряд:**

«*Классический*» танец - самый трудный танец, обратите внимание на костюмы исполнителей, их обувь. Танец, который сочиняет хореограф. Это - балет.

«*Народный*» танец - выражает характер, отличительные черты каждого народа. Танец, который сочиняет сам народ.

«*Бальный исторический*» танец – танец, который танцевали на балах.

«*Современный*» танец- танец, который родился в 20 веке, изменилась музыка, изменился и танец.

Педагог: Сегодня на занятии мы научимся танцевать самый веселый и распространенный танец - «Польку». Родиной этого танца является страна Чехия. Существуют польки - венгерская, немецкая, шведская, финская, полька-галоп, полька-мазурка. Танцевать можно по одному, а можно парами или группой. А мы будем танцевать парами!

Педагог: Прослушайте музыкальный размер танца «Полька» 4/4 (иногда 2/4)  
(прохлопывает педагог 1-2-3-4 или иногда 1-2-1-2)

Давайте прохлопаем вместе. Приготовьте ваши ручки.

(Прохлопывают дети с педагогом музыкальный размер)

А теперь послушаем музыку для нашего танца «Полька», композитор - Иоганн Штраус.

*Прослушивание музыкального материала.*

Педагог: Прежде чем мы с вами перейдем к разучиванию движений танца, мы должны разогреть наших мышцы, т. е. сделать разминку. Для этого я поставлю вас в две линии, в шахматном порядке, чтобы вы не мешали друг другу и видели себя в зеркале.

И так друзья начнем,  
Нужны ваши ручки, ножки и спинка!  
Голова, шея и плечи.  
Тренируем мысли и тело,  
Приступаем к разминке смело!!

Разминка

*марш на месте;*

*повороты и наклоны головы;*

*поднимание плеч;*

*локти, кисти;*

*наклоны в сторону;*

*деми-плие - приседания прямо, с поворотом;*

*релеве - подъем на полупальцы на 2 ноги, попеременно.*

Педагог: Молодцы!

А сейчас мы с вами поиграем.

**Игра «Найди своё место».**

Педагог: Запомните, пожалуйста, свое место и посмотрите, кто стоит рядом с вами. Теперь представьте, что вы бабочки (девочки), жуки (мальчики), а ваши места-цветы. Бабочки, жуки летают по полю, и тут появляется туча. Каждая (ый) летит на свой цветок. Молодцы! (Педагог раздает детям резинки двух цветов, - надеть на правые руки) Внимание, резинки у нас не простые! Белый цвет – внешний круг (девочки). Красный цвет – внутренний круг (мальчики).

Педагог: Теперь наберемся терпения, перейдем к изучению движений,  
Движения танца просты!  
Посмотри и повтори!

Педагог: Первое движение: подскоки на месте по одному.  
*Отработка движения под музыку (музыкальная фраза №1).*  
Следующее наше движение: прыжок на месте по одному - называется «соте».  
Прыжок на месте по очереди, стоя парами лицом друг к другу.  
*Отработка движения под музыку (музыкальная фраза №2).*  
Далее: приставные шаги; и добавляем хлопки.  
*Исполняем комбинацию: приставные шаги + хлопки.*  
Соединяем все движения вместе: прыжки; приставные шаги; хлопки.  
*Отработка движения под музыку (музыкальная фраза №3)*  
*(При необходимости - повторить)*

Педагог: Запомнили? *(ответы детей)*

Педагог: Сейчас мы с вами встанем в круг. Это мы сделаем очень просто – возьмемся за руки, и разойдемся (растянем руки), опустим руки и сделаем 1 шаг назад. Теперь повернемся по кругу и исполним под музыку подскоки *(дети выполняют)*

Педагог: Молодцы!

*Педагог ставит детей в пары. Отмечает место остановки пары цветным мелом.*

Педагог: Ребята, а сейчас мы повторим все движения нашего танца, с остановками в следующем порядке:

- 1 часть – подскоки;
- 2 часть – прыжок «соте»;
- 3 часть – приставные шаги, хлопки;
- 4 часть – подскоки;
- 5 часть – прыжок «соте».

Педагог:

Если танца будет мало,  
Есть у танца поворот:  
Мы станцуем всё сначала,  
А потом – наоборот!

А теперь соединяем все наши движения в танец и исполняем его полностью.  
*(Дети танцуют)*

Педагог: Молодцы!

***Педагог:*** Вот и подошло к концу наше занятие. Скажите, пожалуйста, какой танец сегодня мы научились танцевать? *(ответы детей)*  
Какая страна является родиной танца «Полька»? *(ответы детей)*  
Какие стили танца вы сегодня узнали? *(ответы детей)*  
Вы молодцы, были внимательными и выполняли движения правильно!  
Поблагодарим друг друга аплодисментами и поклоном *(поклон и аплодисменты)*.