**Муниципальное общеобразовательное учреждение: детский сад №16 комбинированного вида**

# Мастер- класс на методическом объединении музыкальных руководителей:

# по теме: «Утренняя гимнастика как одна из форм формирования музыкально-танцевальной деятельности детей дошкольного возраста»

**Подготовила музыкальный руководитель Горбунова М.В.**

**Кимовск**

**Ноябрь 2018 год**

**Цель мастер-класса**: расширить и обогатить опыт музыкальных руководителей по вопросам проведения утренней гимнастики в ДОУ.

**План мастер-класса:**

**Теоретическая часть**: Организация утренней гимнастики в детском саду.

Утренняя гимнастика – система специально подобранных упражнений, направленных на укрепление крупных групп мышц и оздоровление организма.

Утренняя гимнастика – это заряд бодрости и хорошего настроения на весь день для каждого человека, поэтому процесс разучивания музыкально-ритмических композиций должен проходить в форме игрового общения с детьми, в теплой, дружественной атмосфере.

**Очень важно помнить, что:**

* недопустимо выполнение физических упражнений вне ритма и темпа;

* противопоказано уточнять ритмичность движения под музыку счетом или непрерывными хлопками, так как это может привести к частичному искажению музыкально-ритмических ощущений

Если взглянуть более детально на систему работы по данной теме, то условно можно выделить 2 этапа:

1-й этап – подражание. В процессе совместной деятельности педагог является образцом исполнения движений, применяя «вовлекающий показ» (выражение С.Д.Рудневой), «зеркальный» и «опережающий», т.е. на доли секунды движения опережают музыку для того, чтобы дети успевали «перевести» зрительное восприятие в двигательную реакцию.

2-й этап - Самостоятельность. Развивать у детей умение самостоятельно исполнять выученные ранее упражнения, композиции в целом и отдельные движения.

Во время гимнастики необходимо следить за самочувствием детей

г) Кроме того в индивидуальной и кружковой работе инструктор по физической культуре отрабатывает и совершенствует простейшие танцевальные движения (боковой и прямой галоп, подскоки, перестроения в круги из круга, перестроение парами, тройками…), тем самым помогая музыкальному руководителю в подготовке к утренникам и развлечениям.

Таким образом, навыки, формируемые в процессе музыкального воспитания, совершенствуются на физкультурных занятиях и утренней гимнастики.

Итогом этой целенаправленной работы являются зрелищные, танцевальные композиции, представленные на праздничных мероприятиях в ДОУ и за его пределами (конкурсы и фестивали).

Теперь мы переходим к практической части нашего мастер – класса и проведем с вами комплекс утренней гимнастики для старшей группы (на примере старшей группы)

**И.П. – исходное положение**

**О.С. – основная стойка**

**О.М.У. – общие методические указания**

**Преподаватель:** Становись! Равняйсь! Смирно! На пра-во! Раз-два! В Обход на лево шагом марш! (дети поворачиваются на право и выполняют марш по кругу)

**О.М.У**.: ногу поднимать выше, спина прямая, руки сгибать и разгибать в локте, взгляд вперёд, не топает, наступаем на носок и плавно переходим на пятку, держим дистанцию

Ходьба на носках, руки вверх!

**О.М.У**: тянемся руками вверх, спина прямая, на носки поднимаемся как можно выше

Обычная ходьба (или марш)!

Ходьба на пятках, руки в стороны!

**О.М.У:** руки натянуты, спина прямая, голову вниз не опускаем, взгляд вперёд

Обычная ходьба!

Медленный бег, марш!

**О.М.У**: руки согнуты в локтях, дышим носом, держать дистанцию

Бег с захлёстыванием голени руки на пояс, марш!

**О.М.У**: ногу захлестывать выше, носок тянуть, спина прямая, держать дистанцию

Медленный бег, марш!

Шагом, марш!

**Упражнение на восстановление дыхания.** Поднимаем руки через стороны вверх – вдох через нос, опускаем руки вниз – выдох через рот!

**О.М.У:** вдох и выдох выполнять медленно

Малой змейкой, марш!

**О.М.У**: держать дистанцию, доходить от линии до линии

Направляющий на месте! (направляющий выполняет марш на месте, на котором педагог дал команду, все остальные выполняют ходьбу пока не окажутся в одной шеренге)

В колонны по три марш! (дети перестраиваются в колонны по три)

(Когда все дети перестроятся, необходимо дать команду для остановки: на месте стой раз-два!)

На вытянутые руки назад разом-кнись! (дети размыкаются)

Кру-гом раз-два!

**О.Р.У:**И.П. руки внизу, ноги врозь. 1 – правую руку к плечу, 2 – левую руку к плечу, 3 – правую руку вниз, 4 – левую руку вниз. И.П. принять, упражнение с правой руки начи-най!

**О.М.У**: руки натянуты, спина прямая

И.П. руки к плечам, ноги врозь. 1 – поворот туловища в правую сторону, правую руку отвести в сторону, 2 – И.П., 3 – поворот туловища в левую сторону, левую руку отвести в сторону (или

можно сказать то же в левую сторону), 4 – И.П. И.П. принять, упражнение в правую сторону начи-най!

**О.М.У**: спина прямая, отводить в сторону прямую натянутую руку, ноги не отрывать, поворот выполнять только туловищем

**И.П.** руки за спиной, узкая стойка ног (или ноги в узкой стойке). 1 – поднять правую ногу согнутую в колене, носок тянем, руки отвести прямые в стороны, 2 – И.П., 3 – то же самое с левой ногой, 4 – И.П. И.П. принять, упражнение с правой ноги начи-най!

**О.М.У**: спина прямая, не наклоняться вперёд, носок тянуть, руки натянуты, ногу поднимаем выше

**И.П.** руки на поясе, узкая стойка ног. 1 – вынести прямые руки в стороны, 2 – присед, руки вперёд, 3 – встать, руки в стороны, 4 – И.П. И.П. принять, упражнение начи-най!

**О.М.У**: руки натянуты, пятки не отрывать, спину держать прямо

**И.П.** О.С. (основная стойка – ноги вместе, руки внизу, основную стойку можно не описывать). 1 – прыжок руки в стороны, ноги врозь, 2 – И.П. И.П. принять, упражнение начи-най!

**О.М.У**: прыжок выполнять на носки и плавно переходить на пятки

**И.П**. О.С. Марш на месте! И.П. принять, упражнение начи-най!

**Упражнение на восстановление дыхания.** Поднять руки вверх через стороны сделать вдох через нос, опустить руки через стороны вниз – выдох через рот!

**О.М.У**: вдох и выдох выполнять медленно

Кру-гом, раз-два!

Сом-кнись!

**О.М.У:** держим дистанцию

В колонну по одному шагом марш!

Направляющий на месте (когда все подойдут и будут выполнять марш на месте, колонну остановить командой) На месте стой, раз-два!

На ле-во, раз-два!

Становись! Равняйсь! Смирно!