

**Муниципальное автономное образовательное учреждение  
дополнительного образования муниципального образования город  
Краснодар  
Центр детского творчества и искусств «Родник»**

**Муниципальный этап  
Краевого профессионального конкурса  
“Учитель здоровья” в 2024 году**



**Конкурсное задание**



**Технологическая карта занятия  
по народному танцу  
1 год обучения, ДООП «Хореография»**

**“Виды здоровья, формируемые на занятиях  
народным танцем”**

Автор-составитель:  
Красножен Алла Владимировна,  
педагог дополнительного образования

**Краснодар, 2024**

**Образовательное учреждение:** МАОУ ДО ЦДТиИ «Родник».

**Педагог ДО:** Красножен Алла Владимировна.

**ДООП:** Хореография.

**Направленность:** художественная.

**Учебный предмет:** «Народный танец».

**Год обучения:** 1-й год обучения.

**Возраст детей:** 10-12 лет.

**Длительность занятия:** 45 минут.

**Тема:** Виды здоровья, формируемые на занятиях народным танцем

**Тип занятия:** занятие комбинированного типа.

**Вид занятия:** занятие-игра.

**Цель:** привлечь внимание детей к вопросам развития физического, психологического и нравственного здоровья в процессе занятий народным танцем.

**Задачи:**

**Предметные:**

- 1) Ознакомить детей с понятием «здоровье», видах здоровья.
- 2) Закреплять и обобщать знания об элементах регионального народного танца у станка и на середине зала.
- 3) Способствовать формированию двигательно-технических; метро-ритмических; художественно-выразительных навыков и умений.
- 4) Содействовать гармоничному физическому развитию обучающихся.

**Личностные:**

- 5) Способствовать повышению мотивации к ведению здорового образа жизни.
- 6) Развивать зрительное, слуховое восприятие, внимание и память.
- 7) Способствовать формированию культуры общения и коммуникативной компетенции обучающихся для работы в команде (ансамбле, коллективе).
- 8) Воспитывать у обучающихся способность к самодисциплине и самоорганизации.

**Метапредметные:**

- 9) Способствовать формированию устойчивого интереса к вопросам развития собственного здоровья в процессе занятий хореографической деятельностью.
- 10) Развивать волевые качества, выносливость, трудолюбие.
- 11) Расширять представления детей о ценных качествах человека.

**Ожидаемые результаты:**

**Предметные результаты:**

- знать, что такое «здоровье» и какие виды здоровья развиваются на занятиях народного танца;
- знать названия и уметь показать движения регионального народного танца;
- демонстрировать двигательно-технические; метро-ритмические;

художественно-выразительные навыки и умения;

- демонстрировать навыки владения манерой и выразительностью исполнения комбинаций в характере регионального народного танца;

**Личностные результаты:**

- понимать важность сбережения, поддержания и защиты своего здоровья;

- демонстрировать способность к свободной коммуникации со сверстниками;

- обнаруживать позитивную самооценку своих физических возможностей;

- обнаруживать развитие способности к самодисциплине и самоорганизации.

**Метапредметные результаты:**

- проявлять положительное отношения к здоровью;

- проявлять устойчивый интерес к хореографической деятельности;

- демонстрировать уверенность в себе, стремление преодолевать собственную скованность и закомплексованность;

- демонстрировать активность, настойчивость, выдержку, терпение, волю, трудолюбие, умение довести начатое дело до конца.

**Методы:**

- метод организации учебной деятельности (словесный, наглядный, практический);
- метод стимулирования и мотивации;
- метод активного обучения;
- эмоциональный.

**Педагогические технологии и приемы:** игровые технологии, здоровьесберегающие технологии, информационно-коммуникационные технологии.

**Методическое и материально-техническое обеспечение занятия**

**Методические материалы (дидактический, раздаточный):** мультимедийная презентация PowerPoint, карточки с заданиями.

**Материалы, инструменты:** музыкальный инструмент.

**Технические средства обучения:** ноутбук, интерактивная доска, звуковоспроизводящая аппаратура.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ЗАНЯТИЯ

<b>Деятельность педагога</b>	<b>Деятельность обучающихся</b>	<b>Результат</b>
<b>Организационный момент (1 минута)</b>		
Приветствует детей. Желает хорошего настроения, позитивного общения, активной работы	Выполняют поклон-приветствие	Создание эмоционального настроя на занятие
<b>Введение в тематику занятия Мотивация и активизация познавательной деятельности (4-5 минут)</b>		
<p>Предлагает обучающим посмотреть на экран Ставит учебную задачу – сформулировать тему занятия исходя из содержания картинок на экране (Приложение 1):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Сегодня мы поговорим о бесценном достоянии не только каждого человека, но и всего общества, которое является основным условием и залогом полноценной жизни.</li> </ul> <p>Задает вопрос:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Как вы думаете, чему сегодня будет посвящено наше занятие?</li> </ul> <p>Объясняет правильно ли обучающие определили тему занятия:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Правильно, сегодня мы поговорим о здоровье. Здоровье – состояние полного физического, психического и социального благополучия, обеспечивающего полноценное выполнение трудовых,</li> </ul>	<p>Смотрят на слайд Обсуждают его содержание</p> <p>Отвечают на вопрос педагога</p> <p>Демонстрируют готовность к освоению новых знаний</p>	<p><b>Предметные результаты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знать, что такое «здоровье»</li> </ul> <p><b>Личностные результаты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- понимать важность сбережения, поддержания и защиты своего здоровья;</li> </ul> <p><b>Метапредметные результаты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проявлять положительное отношения к здоровью;</li> <li>- демонстрировать активность</li> </ul>

<p>социальных и биологических функций (а не только отсутствие болезней). Здоровье помогает нам выполнять наши планы, успешно решать основные жизненные задачи, преодолевать трудности, а если придется, то и значительные перегрузки. Здоровье, разумно сохраняемое и укрепляемое самим человеком, обеспечивает ему долгую и активную жизнь. Предлагает на примере строения дерева разобраться с видами здоровья, которые развиваются на занятиях народным танцем Демонстрирует изображение на экране (Приложение 2):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Корень – это наше физическое здоровье</li> <li>- Как вы думаете, что такое физическое здоровье?</li> </ul> <p>Поясняет определение:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- физическое здоровье – нормальное функционирование организма человека.</li> </ul>	<p>Отвечают на вопрос педагога</p>	
--	------------------------------------	--

### **Актуализация опорных знаний и опыта обучающихся (13 минут)**

<p>Задает направляющий вопрос:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Вспомните, с чего мы начинаем каждое наше занятие?</li> <li>- Для чего нужна разминка?</li> <li>- А какие виды разминки мы используем на занятиях?</li> </ul>	<p>Отвечают на вопрос педагога Выполняют разминку:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнения на полу для разогрева</li> <li>2. Экзерсис возле станка:</li> <li>1. Приседания:</li> </ol>	<p><b>Предметные результаты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- демонстрировать двигательно-технические; метро-ритмические; художественно-выразительные навыки и умения;</li> </ul>
---	---	---

<p>Разминка помогает исполнителю активизировать мышечный аппарат, готовит сердечно-сосудистую систему к дальнейшей работе на занятии</p> <p>Очень важно, сначала разогреть наши мышцы выполняя упражнения на полу (на ковриках), после этого можно приступить к разогреву у палки (станка), и только потом приступить к основным танцевальным движениям на середине зала</p>	<p>2. Упражнения на развитие подвижности стопы:</p> <p>3. Маленькие броски вперед, в сторону, назад:</p> <p>4. Каблучное упражнение:</p> <p>5. Упражнения с ненапряженной стопой:</p> <p>6. Зигзаги – повороты стопы (<i>pas tortillé</i>)</p> <p>7. Высокие развороты с наклоном корпуса в координации с движением руки.</p> <p>8. Подготовка к «веревочке»</p> <p>9. Раскрывание ноги на 90° (плавное и резкое).</p> <p>10. Дробные выступивания</p> <p>11. Большие броски</p> <p>12. Наклоны и перегибы корпуса вперед, в сторону и назад.</p> <p>13. Растижка (лицом к станку).</p>	<p><b>Личностные результаты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- понимать важность сбережения, поддержания и защиты своего здоровья;</li> <li>- обнаруживать позитивную самооценку своих физических возможностей;</li> <li>- обнаруживать развитие способности к самодисциплине и самоорганизации.</li> </ul> <p><b>Метапредметные результаты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проявлять устойчивый интерес к хореографической деятельности;</li> <li>- демонстрировать активность, трудолюбие, умение довести начатое дело до конца.</li> </ul>
--	---	--

### Практическая работа

#### Применение знаний и способов деятельности в новых условиях (10 минут)

<p>Предлагает посмотреть на экран и назвать, какой следующий вид здоровья представлен на слайде</p> <p>Психологическое здоровье словно ствол и ветки дерева.</p> <p>Дается определение:</p>	<p>Отвечают на вопрос педагога</p> <p>Демонстрируют готовность к освоению новых знаний</p>	<p><b>Предметные результаты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знать, что такое «здоровье» и какие виды здоровья развиваются на занятиях народного танца;</li> <li>- знать названия и уметь</li> </ul>
---	--	---

Психологическое здоровье – это умение личности строить качественные коммуникации с самой собой и с окружающим пространством.

Психологическое здоровье характеризуется высоким уровнем личностного здоровья, пониманием себя и других, наличием представлений о цели и смысле жизни, способностью к управлению собой (личностной саморегуляции), умением правильно относиться к другим людям и к себе, сознанием ответственности за свою судьбу и свое развитие.

Предлагает детям сыграть в игру:

- Дети, вы любите разгадывать кроссворды?
- Как давно вы это делали?
- Сейчас мы с вами вспомним это увлекательное занятие.
- Но оно будет не простое.
- В этом кроссворде (Приложение 3, 4) спрятано главное слово нашего сегодняшнего занятия.

Объясняет правила игры:

- Сейчас я раздам вам карточки, на которых написаны названия движений народного казачьего танца (на столе заготовлены карточки).
- Вам нужно разделиться на группы по 2-3 человека, и выбрать одну из карточек

Делятся на группы, подходят и берут карточку  
*На карточках заготовлены названия танцевальных элементов, которые были освоены на предыдущих занятиях*

показать движения регионального народного танца;

- демонстрировать двигательно-технические; метро-ритмические; художественно-выразительные навыки и умения;

**Личностные результаты:**

- понимать важность сбережения, поддержания и защиты своего здоровья;

- демонстрировать способность к свободной коммуникации со сверстниками;
- обнаруживать позитивную самооценку своих физических возможностей;

**Метапредметные результаты:**

- обнаруживать развитие способности к самодисциплине и самоорганизации.

- проявлять положительное отношения к здоровью;
- проявлять устойчивый

<p>А теперь каждая группа должна продемонстрировать нам этот танцевальный элемент, не произнося его названия в слух. Остальные участники должны угадать название движения и записать в соответствующую строку на нашем интерактивном экране</p> <p>Поощряет работу обучающихся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Да, молодцы дети.</li> </ul> <p>Задает вопрос:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Какое получилось слово?</li> </ul> <p>Предлагает объединить все продемонстрированные элементы в одну комбинацию.</p>	<p>Отходят и готовятся продемонстрировать элемент другим участникам</p> <p>Демонстрируют движение под музыку, остальные называют движение, затем записывают слово на экране в кроссворд</p> <p>Отвечают на вопрос педагога: <i>здравье</i></p> <p>Исполняют общую танцевальную комбинацию</p>	<p>интерес к хореографической деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- демонстрировать уверенность в себе, стремление преодолевать собственную скованность и закомплексованность;</li> <li>- демонстрировать активность, настойчивость, выдержку, терпение, волю, трудолюбие, умение довести начатое дело до конца.</li> </ul>
---	---	--

### **Обобщение и систематизация знаний (10 минут)**

<p>Предлагает перейти к третьему виду здоровья</p> <p>Поясняет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Оно словно корона дерева, которая наполняет яркими красками нашу жизнь.</li> </ul> <p>Нравственное здоровье – это своеобразная единица измерения духовного состояния коллектива, сознательное отношение каждого ребенка к труду, овладение сокровищами духовной культуры</p> <p>Как вы думаете, в чем заключается нравственное здоровье?</p> <p>Посредством чего мы его развиваем?</p>	<p>Демонстрируют готовность к освоению новых знаний</p> <p>Отвечают на вопрос педагога</p>	<p><b>Предметные результаты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знать, что такое «здравье» и какие виды здоровья развиваются на занятиях народного танца;</li> <li>- знать названия и уметь показать движения регионального народного танца;</li> <li>- демонстрировать двигательно-технические; метро-ритмические; художественно-выразительные навыки и умения;</li> </ul>
---	--	---

<p>Предлагает обучающимся посмотреть видеофрагменты танцев различных народов мира</p> <p>Задает вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Что мы увидели в видеофрагментах?</li> <li>- Какие страны представлены?</li> </ul> <p>Предлагает назвать и обсудить: чем отличается народный танец различных народов мира?</p> <p>1. Музыка на уроке народно-сценического танца – важнейший фактор всестороннего развития ребенка.</p> <p>Музыка должна соответствовать характеру движения, его темпу, ритму, стилю, а также особенностям национального колорита.</p> <p>Поясняет задание:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сейчас прозвучат фрагменты музыкальных произведений.</li> <li>- Вам необходимо выбрать правильный вариант из предложенных на слайде стран (Приложение 5)</li> </ul> <p>2. Костюм и народный танец находятся в постоянной зависимости друг от друга. Костюм – это не только внешняя форма танца, он является его «визитной карточкой». В многочисленном разнообразии народного костюма есть много общих особенностей, именно это придает ему национальный характер.</p>	<p>Смотрят видеофрагменты</p> <p>Связывают смысловое содержание видеофрагментов с отличительными компонентами народных танцев</p> <p>Выполняют задание</p> <p>Воспринимают информацию</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- демонстрировать навыки владения манерой и выразительностью исполнения комбинаций в характере регионального народного танца;</li> </ul> <p><b>Личностные результаты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- понимать важность сбережения, поддержания и защиты своего здоровья;</li> <li>- демонстрировать способность к свободной коммуникации со сверстниками;</li> <li>- обнаруживать позитивную самооценку своих физических возможностей;</li> <li>- обнаруживать развитие способности к самодисциплине и самоорганизации.</li> </ul> <p><b>Метапредметные результаты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проявлять положительное отношения к здоровью;</li> <li>- проявлять устойчивый интерес к хореографической деятельности;</li> <li>- демонстрировать уверенность в себе, стремление преодолевать собственную скованность и закомплексованность;</li> </ul>
--	---	---

<p>Костюм для народного танца также дает танцорам свободу в движениях, однако основным его предназначением является раскрытие исторического колорита того народа, который представлен на сцене. Такой костюм многократно усиливает впечатления от танца, создавая цельный сценический образ.</p> <p>Проводит викторину (Приложение 6) <i>на экран выводятся представители в разных национальных костюмах.</i></p> <p>3. Задает вопрос:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ребята, а каким может быть сценический образ?</li> </ul> <p>Объясняет, что существуют характерные черты, которые отличают один народ от другого, один регион от другого и это отражается в манере и характере исполнения, влияет на хореографическую лексику.</p> <p>Предлагает вспомнить, какие духовно-нравственные ценности присущи народу Краснодарского края</p> <p>Предлагает исполнить общий танец «Реченька», помня об выразительности, музыкальности и характере исполнения, художественном образе данного хореографического номера</p>	<p>Обучающиеся называют, чей национальный костюм представлен на экране</p> <p>Отвечают на вопрос педагога</p> <p>Перечисляют духовно-нравственные ценности:  <i>Верность,</i>  <i>Справедливость,</i>  <i>Дружелюбие,</i>  <i>Честность,</i>  <i>Чуткость,</i>  <i>Гостеприимство</i></p> <p>Дети исполняют танец «Реченька»</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- демонстрировать активность, настойчивость, выдержку, терпение, волю, трудолюбие, умение довести начатое дело до конца.</li> </ul>
--	--	--

<p style="text-align: center;"><b>Подведение итогов. Домашнее задание</b>  <b>(4 минуты)</b></p>		
<p>Задает вопрос:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ребята в завершении нашего занятия хочу спросить, что нового вы сегодня узнали?</li> </ul> <p>Объясняет домашнее задание :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Вы выбираете слово, но никому не показываете. Дома со своей семьей составляете ребус, а мы на следующем занятии постараемся разгадать его. <i>На листочках написаны духовно-нравственные ценности народа Краснодарского края</i> (Приложение 7)</li> </ul>	<p>Обсуждение итогов занятия, полученных новых знаний.</p> <p>Выбирают листочек с домашним заданием.</p>	<p><b>Личностные результаты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- понимать важность сбережения, поддержания и защиты своего здоровья;</li> </ul> <p><b>Метапредметные результаты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проявлять положительное отношения к здоровью;</li> <li>- проявлять устойчивый интерес к хореографической деятельности</li> </ul>
<b>Рефлексия учебной деятельности</b> <b>(3 минуты)</b>		
<p>Вам понравилось сегодняшнее занятие?      Что было самым сложным?      Что было самым простым?      Завершающее слово:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Я благодарю вас за активное участие в сегодняшнем занятии</li> </ul> <p>Мы с вами не только разобрались в видах нашего здоровья, и как мы его развиваем на наших занятиях, но также, надеюсь, что главное слово нашего кроссворда (делает паузу и ждет ответ: какое слово?) станет ориентиром в вашей дальнейшей жизни.</p>	<p>Отвечают на вопрос педагога</p> <p>В конце занятия дети исполняют поклон</p>	<p><b>Личностные результаты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обнаруживать позитивную самооценку своих физических возможностей;</li> <li>- обнаруживать развитие способности к самодисциплине и самоорганизации.</li> </ul>

## **Список использованной литературы**

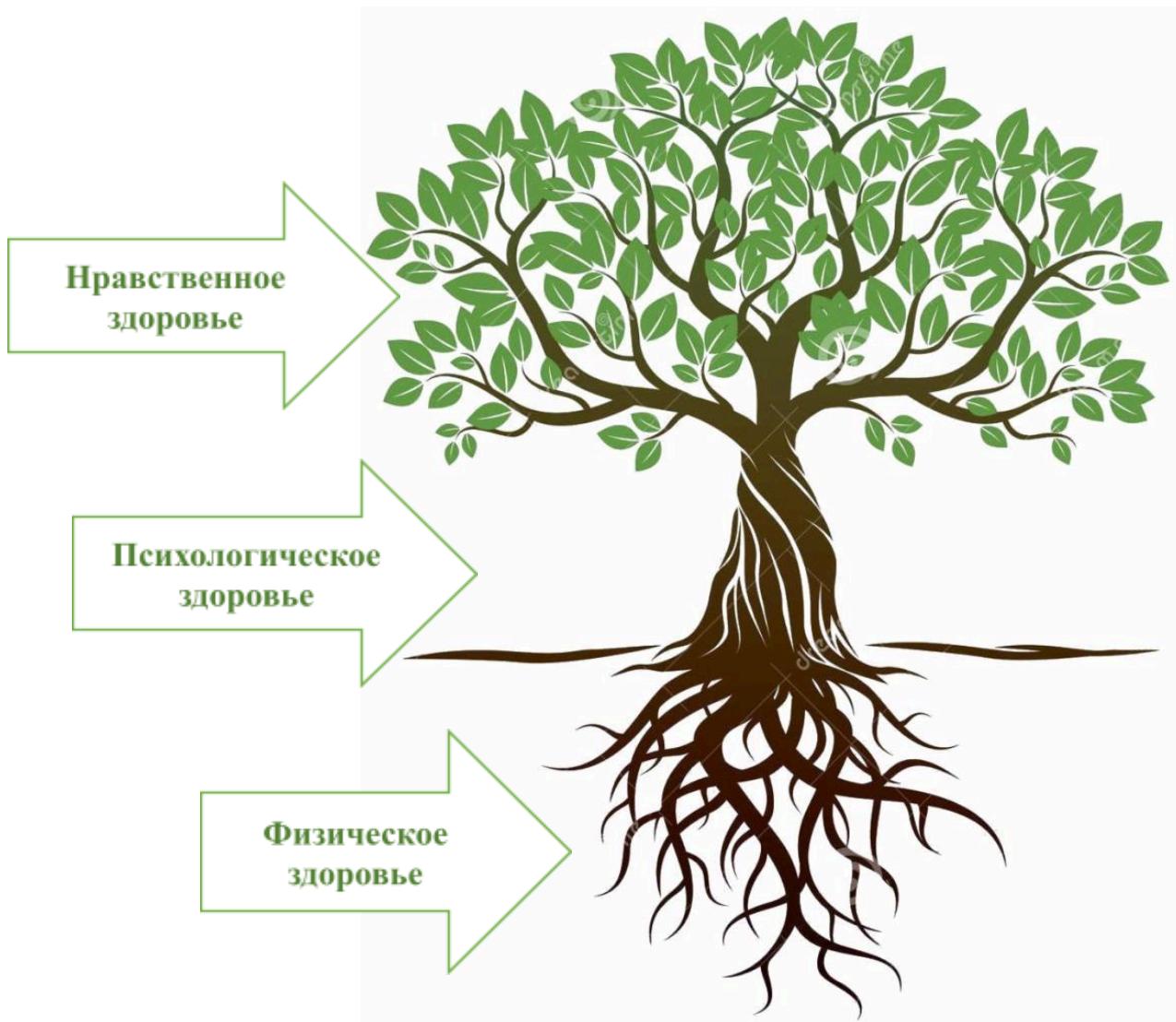
1. Гусев, Г.П. Методика преподавания народного танца: Упражнения у станка: Учеб. пособие для вузов искусств и культуры / Г.П. Гусев. – Москва : Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2002.
2. Гусев, Г.П. Методика преподавания народного танца: Танцевальные движения и комбинации на середине зала: Учеб. пособие для вузов искусств и культуры/ Г.П. Гусев. – Москва : Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.
3. Думенко, А. Нотный сборник для музыкального оформления народного экзерсиса / А. Думенко. – Москва : МСЛХИ, 2005.
4. Дьяконов, И.Ф. Основы здорового образа жизни для всех / И.Ф. Дьяконов. – Санкт-Петербург : Спецлит, 2018.
5. Озол, В.А. К вопросу о сценическом оформлении танца. Костюм / В.А. Озол. – Текст : непосредственный // Молодой ученый. – 2019. – № 50 (288). – С. 154-155. – URL: <https://moluch.ru/archive/288/65290/> (дата обращения: 03.02.2024).
6. Стуколкина, Н.М. Четыре экзерсиса: уроки характерного танца / Н.М. Стуколкина. – Москва : ВТО, 1972
7. Хрестоматия народно-сценического танца. – Вып.1 – Москва : Издательство «Музыка», 1976

## Приложения

### Картинки для слайда 1 – «Тема занятия»

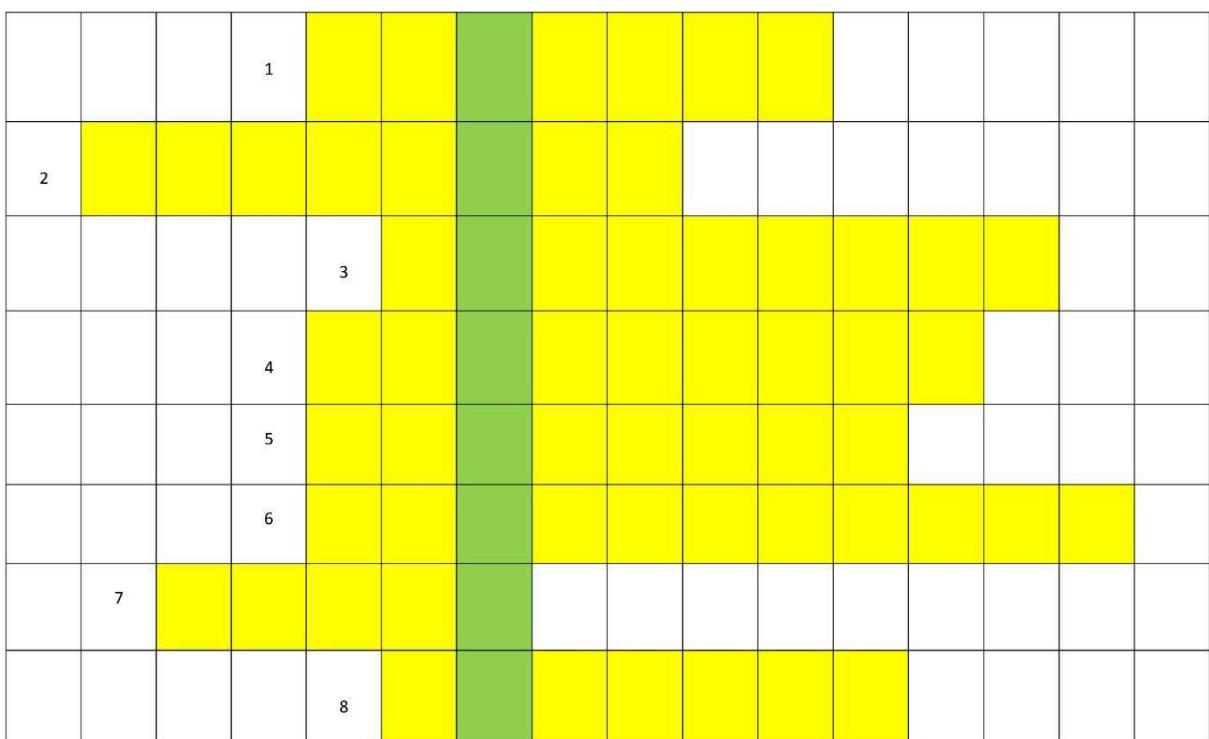


**Аналогия строения дерева и видов здоровья**



## Приложение 2

### Интерактивное задание «Кроссворд»



Данная заготовка используется в программе Note

Note – это удобное приложение для смартфонов и планшетов на базе Android, которое предоставляет пользователям широкий спектр возможностей для создания и организации заметок. Оно позволяет сохранять текстовую информацию, а также добавлять фотографии, видео, аудиозаписи и другие материалы.

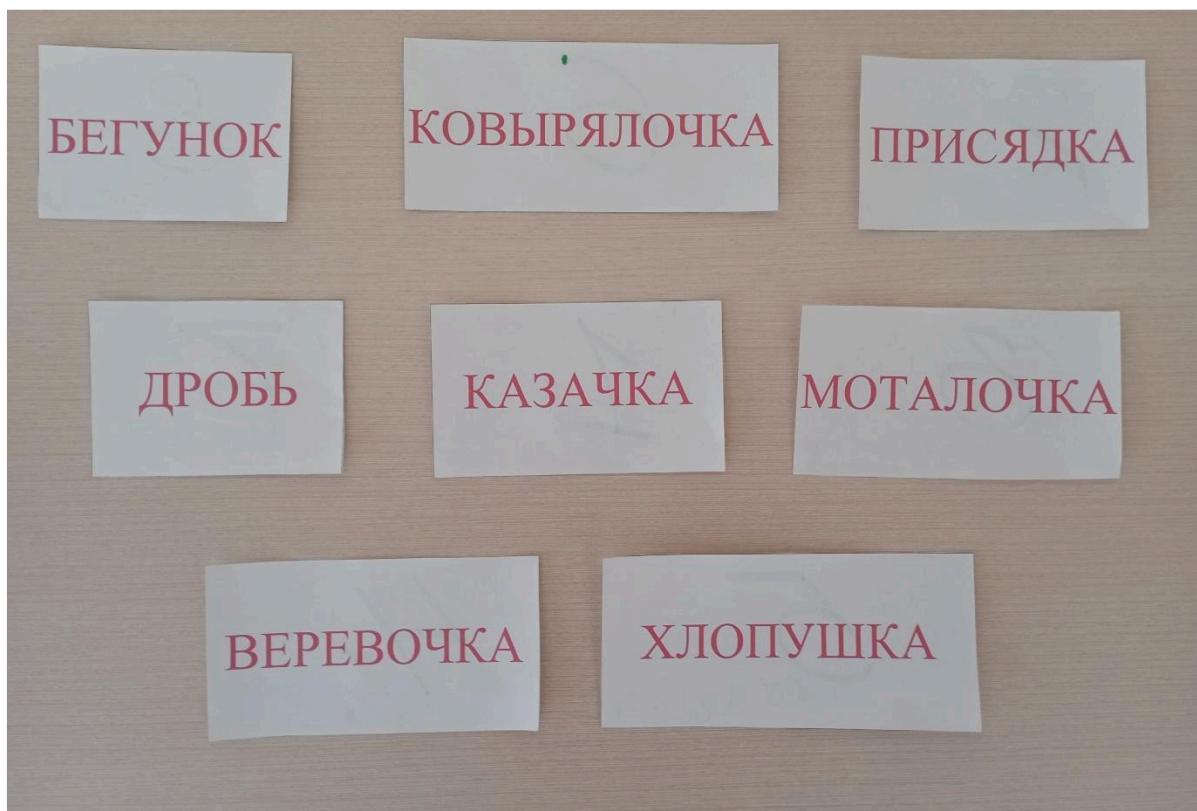
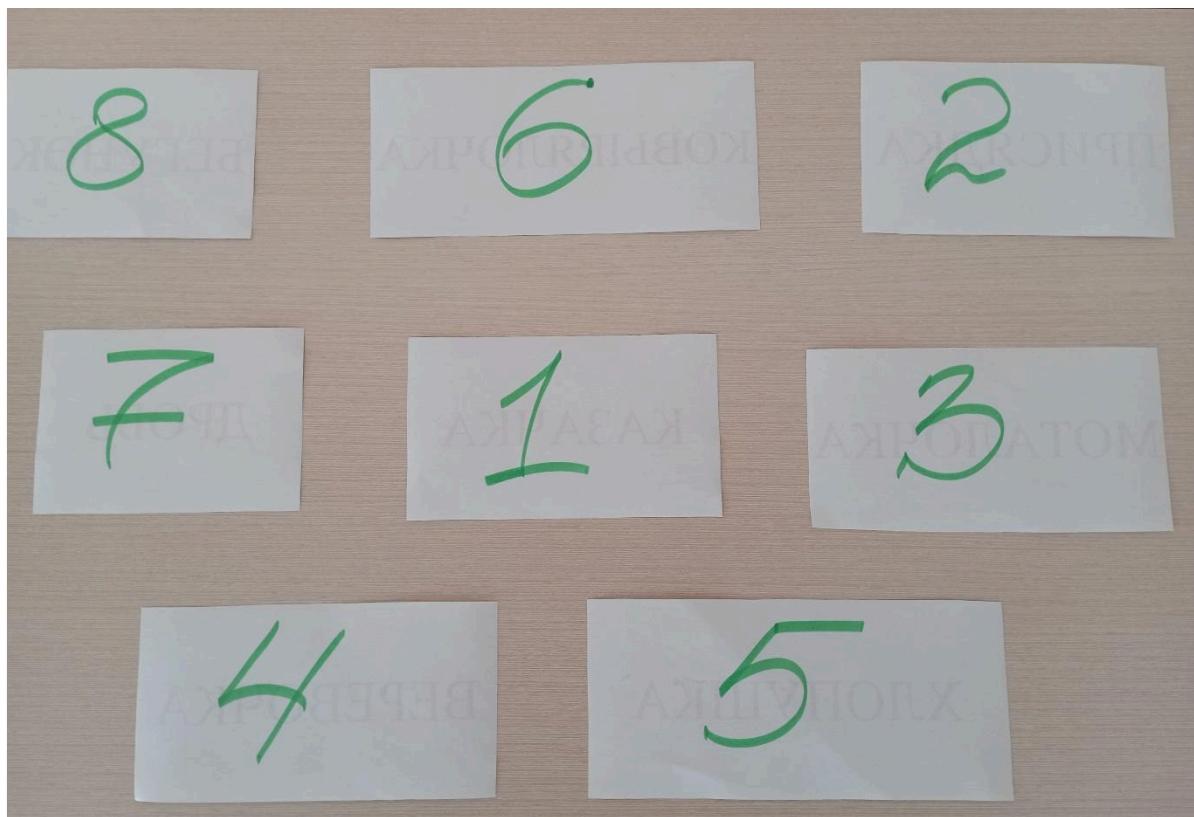
В данном кроссворде по вертикали задано слово – **здоровье**.

По горизонтали загаданы танцевальные движения казачьего танца:

1. Казачка
2. Присядка
3. Моталочка
4. Веревочка
5. Хлопушка
6. Ковырялочка
7. Дробь
8. Бегунок

### Приложение 3

#### Карточки с названиями танцевальных движений казачьего танца



**Слайд с названием стран для выбора при прослушивании музыки**



**Россия**



**Грузия**



**Индия**



**Испания**

## **Приложение 5**

### **Образцы картинок для использования при определении особенностей костюма различных стран, народов, регионов**

**Белорусский костюм**



**Казачий костюм**



**Татарский костюм**



**Грузинский костюм**



**ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ**  
**Карточки со словами для составления ребуса**

**Верность**

**Справедливость**

**Дружелюбие**

**Честность**

**Чуткость**

**Гостеприимство**

**Открытость**

**Искренность**

**Щедрость**

**Радущие**

**Хлебосольность**

**Правдивость**

**Преданность**

**Заботливость**