

Государственное автономное учреждение дополнительного образования  
Свердловской области «Детская школа искусств № 2  
города Каменска-Уральского»

Методическая разработка открытого урока  
**Контроль напряжения и расслабления**

Преподаватель:  
Мельникова Д.Ю.

г. Каменск – Уральский  
2020г.

## **План - конспект урока по предмету «Театральные игры»**

**Дата:** 12.10.2020 г.

**Класс:** 2 ПОД

**Ф.И.О. преподавателя:** Мельникова Дарья Юрьевна

**Тема урока:** Контроль напряжения и расслабления

### **Педагогические цели урока:**

*Образовательные:*

- Продолжение формирования и закрепления основных знаний и умений по изучаемому предмету
- Формирование умения слушать и понимать педагога
- Формирование умения наблюдать за предметами и явлениями

*Развивающие:*

- Развитие у учащихся мотивации на осуществление учебной деятельности
- Развитие эмоциональных чувств и качеств учащихся, путем создания на учебных занятиях различных эмоциональных ситуаций
- Развитие у детей слуховой и зрительной памяти, внимания и умения снимать мышечное напряжение
- развитие творческой самостоятельности посредством двигательной деятельности

*Воспитательные:*

- Воспитание важнейших психофизических качеств, двигательного аппарата в сочетании с моральными и волевыми качествами личности – силы, выносливости, ловкости, быстроты, координации
- Оказание содействия в физическом воспитании учащихся, проявление заботы о профилактике их утомляемости во время учебного урока.
- Воспитание таких личностных качеств как умения преодолевать трудности, усидчивость, аккуратность при выполнении поручений и заданий, сила воли, упорство, настойчивость и т.д.

**Тип урока:** Комбинированный урок

**Форма урока:** Фронтальная

**Оборудование:** Ноутбук, колонки

## План урока:

1. Вводно-подготовительная часть – 2 мин.
2. Целеполагание – 2 мин.
3. Разминка – 5 мин.
4. Основной этап – 31 мин.
5. Заключительная часть – 5 мин.

## Ход урока:

Этап урока	Деятельность преподавателя	Деятельность ученика
Вводный этап. Организационный момент	Приветствие детей. Сбор дневников. Игра «Хлопки» на внимание.	Дети выполняют команды педагога
Целеполагание. Мотивация к деятельности. Разминка.	Озвучить детям ход занятия, расставить цели и задачи урока. Танцевальная разминка	Дети внимательно слушают, задают вопросы, если что-то интересно или не понятно.
Основной этап. (организация познавательной деятельности учащихся, закрепление и включение в систему знаний)	1. Упражнение «Слушаем звуки» 2. Упражнение «Марионетки» 3. Упражнение «Молекулы» 4. Упражнение «Гномы-великаны»	Дети выполняют указания педагога
Завершающий этап.	1. Похвалить детей за проделанную работу. Указать на недочеты. 2. Дать домашнее задание: самостоятельно повторять упражнения «Марионетки» и «Слушаем звуки» Завершить урок.	Дети внимательно слушают и задают вопросы, если что-то непонятно.
Оценка деятельности учащихся		

Преподаватель: Мельникова Дарья Юрьевна

**Ход урока:**

**1.** В начале урока педагог приветствует детей, собирает дневники. По команде педагога дети встают со своих мест, начинается *игра «Хлопки» на внимание.*

Педагог ставит руки перед собой – дети повторяют. Когда педагог хлопает в ладоши, дети хлопают. Когда педагог не хлопает, дети перестают хлопать. В данном упражнении дети настраиваются на урок.

**2.** Педагог ставит перед детьми цели и задачи урока.

*Танцевальная разминка:*

Ноги на ширине плеч, полуприсяд, руки на пояс. Движение головой слева направо и справа налево.

2 хлопка по ногам в полуприсяде. 2 хлопка руками в сторону – повторить 5 раз.

Плавно присели – пальчиком рисуем волну. Прыжок вверх

Бег на месте в правую сторону

Бег на месте прямо, поворот головы влево-вправо 4 раза

Бег на месте в левую сторону

Бег на месте прямо, поворот головы влево-вправо 4 раза

Присели на корточки.

Затем повторили те же упражнения 4 раза всё быстрее и быстрее.

**3. Упражнение «Слушаем звуки»**

Дети лежат на спине с закрытыми глазами, расслабляют все тело от кончиков пальцев до макушки и слушают звуки в зале, в коридоре, за окном.

После рассказывают, что услышали.

*Упражнение «Марионетки»*

Дети стоя тянутся вверх, поднимая руки и напрягая все тело. Затем, по очереди расслабляют кончики пальцев, кисть руки, локти, руки полностью, голову, туловище, ноги. Падают на пол – расслабляются 10 секунд.

Упражнение повторяется 3 раза

*Упражнение «Молекулы»*

В хаотичном порядке дети ходят по залу с разной скоростью.

1-я скорость – очень медленный шаг, ноги еле передвигаются

2-я скорость – медленный шаг

3-я скорость – обычный шаг

4-я скорость – быстрый шаг

5-я скорость – самый быстрый шаг, почти бег

Педагог может менять скорости в любом порядке. По хлопку дети замирают в любой позе. Педагог называет любое место (парк, пляж, цирк, метро, библиотека), а дети должны придумать, что они делают в этом месте в данной позе. Затем, дети дальше идут с разной скоростью. Упражнение повторяется 5-7 раз.

*Упражнение «Гномы-великаны»*

Дети встают и по команде педагога выполняют движения:

Гномы – присели на корточки, как гномы

Великаны – встали, руки подняты вверх

Бревно – руки по швам

Коса – наклон головы в сторону, руки подняты вверх и в сторону

Коза – пальчики на голове, как коза

Педагог называет команды в любом порядке, путая детей. Дети могут придумать свои названия с движениями.

**4.** Педагог завершает урок: хвалит детей за проделанную работу, указывает на недочеты, ставит оценки, дает домашнее задание – повторить упражнение «Слушаем звуки».