

ТЕМА: КРАСА І ЗДОРОВ'Я.

Добрий день, любі діти. Починаємо наш урок.

Прочитай уважно матеріал уроку.

Виконуй завдання по слуханню музичного твору.

Виконуй творчі завдання.

Заспівай пісні.

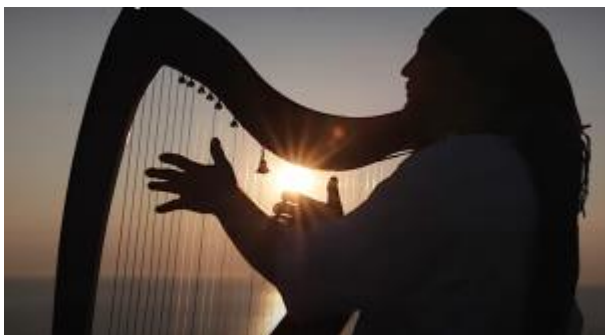
- *Яка мелодія дарує вам гарний настрій?*
- *Чи помічали ви, що коли людина танцює під улюблену мелодію, то в неї поліпшується настрій?*
- *А чи полюбляєте ви займатись фізичною культурою, наприклад, під бадьюру музику?*

Діти, скажіть будь-ласка, а що спільного між музикою і фізичною культурою? Це, звичайно, життя. Повноцінне життя людини, яке наповнюється красою, радістю, щастям.

З давніх-давен відомо, що музика впливає на духовний розвиток і естетичне виховання людини. Сьогодні навіть відомо про цілющі властивості музики - вона впливає на фізичний і психічний стан людини. Існує такий напрямок в медицині, як музикотерапія. Лікувальні властивості музики були відомі ще в Стародавній Греції. Наука вже довела, що музика здатна не тільки допомагати душі, а й лікувати тіло.

Навчившись розуміти мову музики й розмовляти нею, ми зможемо не лише висловлюватися про те, що нас хвилює та турбує, але й розкривати свої думки, бачити чарівний світ мистецтва. У результаті прослуховування ліричної музики відбувається не тільки глибоке розслаблення, але й оздоровлення тіла, людина відчуває приплив сил і можливостей, підвищується ефективність мислення, розвивається творче сприйняття світу. Що ж, гадаю прийшов час перевірити, чи дійсно це так. Слухаємо фрагмент ліричної мелодії

https://www.youtube.com/watch?v=C3-1hG_8TC0



Запитання:

- *Яке враження справила на вас музика?*
- *Чи відчували ви спокій?*
Яким кольором можна було б зобразити ваш настрій?

А зараз ми будемо рухатись і дізнаємось, чи зміниться наш настрій?

Руханка

<https://www.youtube.com/watch?v=WgeIYPTrYU>



Як бачимо, наш настрій поліпшився. А що ми відчуваємо? Ми готові поділитись з усіма своєю радістю, усмішкою, позитивом. І все це завдяки музиці та фізичним вправам. А як ви гадаєте, чи можна на уроках фізичної культури використовувати музичний супровід? Звичайно так. І не тільки на уроках, а й навіть у професійних видах спорту:



художня гімнастика

фігурне катання



синхронне плавання



<https://www.youtube.com/watch?v=-yaqLI3kQsA>

спортивні танці



аеробіка



Фізична культура виникла і розвивалася одночасно з загальнолюдською культурою і є її органічною частиною. Вона задовольняє наші потреби в спілкуванні, грі і розвазі, в деяких формах самовираження. Гармонійність розвитку особистості цінувалася всіма народами і в усі часи.

Діти, а як ви вважаєте, чи корисно займатись спортом, фізичними вправами?

Ми вже знаємо, що фізичні вправи, рухливі ігри, загартовування, поліпшують наш настрій, дарують нам впевненість у собі, своїх силах, розвивають кмітливість. А все це і є запорука нашого здоров'я у майбутньому.

Дія музики на життя людини дуже велика, адже ритм впливає на здоров'я й психіку людини. І, більш за інші інструменти, на нас впливає спів. Саме спів здатний відновлювати роботу серця, упорядковувати кровоносну систему, що покращує фізичний і емоційний стан людини. Доведено, що в людини після півгодини співів підвищується настрій.

І як ви здогадалися, прийшов час поспівати й нам.

Розспівка – «Бігла миша»



<https://www.youtube.com/watch?v=OWLGvra0YGM&list=PLBBZp1KFeXMrE8RVfU-CHqoNiKDhg9ZPt&index=5>

Вправа для голосу - « Кап-кап»



<https://www.youtube.com/watch?v=vWo088bXYLc>

Розучування пісні «Пісня про зарядку»

Послухайте текст пісні.

Запитання:

Чому він присвячений?

Яким має бути характер пісні?



<https://www.youtube.com/watch?v=p9T2WZIQD4>

Яке враження справила на вас музика?

А зараз разом будемо розучувати пісню.
Пропоную плюс для розучування



<https://www.youtube.com/watch?v=BV9Y2UU7Q40>

А зараз спробуйте повторити пісню за допомогою карооке



https://www.youtube.com/watch?v=suyp_F_iMkY

Слухання музики.

Пропоную послухати два фрагменти:

«Вечірня серенада» Ф. Шуберта та

«Марш Тореадора» Ж. Бізе з опери «Кармен».

Дайте відповідь на запитання:

Чи змінився ваш настрій під час прослуховування двох музичних творів?

Чим вони відрізняються?

А які почуття нам подарував Ф. Шуберт?

А який би з двох уривків ви би обрали для виконання ранкової гімнастики?

<https://www.youtube.com/watch?v=iM3rK86Y-nc>



<https://www.youtube.com/watch?v=2nz2G9n6U9o&t=41s>



- **Запитання учням.**

Яка музика на сьогоднішньому уроці вас вразила?

Якій темі вона присвячена?

Як можна виконувати « Пісню про зарядку»?

А що спільного ми знайшли з вами між музичним мистецтвом та фізичною культурою?

Дякую за нашу роботу, цікаве спілкування.

Гарного вам дня !