

Классный час

Тема : «В мир здоровья народною тропой»

Учитель:

- Ребята, я пришла к вам не с пустыми руками. Принесла вам наши разноцветные нотки, узнаете их? Так как они волшебные, то сегодня они превратились в нотки хорошего настроения, улыбок, доброты, взаимопонимания. В конце урока они нам понадобятся.

Сегодняшний классный час я начну следующими строчками:

Здоровье – это ценность и богатство,
Здоровьем людям надо дорожить!
Есть правильно и спортом заниматься,
И с музыкой народною дружить.

- Ребята, посмотрите на слайд **(слайд 1)**

Вы видите лучи солнца. Прочитайте, что на них написано (**физическое здоровье, психическое здоровье, духовное здоровье, эмоциональное здоровье**) Кто знает что означают эти слова? Это виды здоровья, и все они обозначают культуру здоровья человека. Как вы думаете о чём мы сегодня будем говорить? Речь на классном часе сегодня пойдёт именно о развитии здоровья через исполнение музыкальных произведений, а именно народной музыки.

Ребята, попробуйте определить тему нашего классного часа.

- Хорошо, я вам помогу. Тема звучит так: «В мир здоровья народною тропой» **(слайд 2)**

Сегодня, ребята, мы с вами отправляемся в путешествие в страну Народной музыки. Кстати, я только что прибыла оттуда. И привезла вам письмо. Я сейчас вам его прочту: «Здравствуйтесь, дорогие ребята! Наша страна Народной музыки ждет вас. А чтобы вы не сбились с пути – посылаем вам маршрутную карту. В пути вы узнаете много интересного. Желаем вам удачи! В добрый час!».

-Интересное письмо, правда, ребята?

Ребята, а что это за маршрутная карта, что в ней нарисовано? Давайте посмотрим **(слайд 3)**

Так. Здесь разные точки, кружочки, указатели...Что это значит? (Это план страны Народной музыки с её проспектами, улицами и переулками и указатели, куда нужно идти).

Итак. Отправляемся? (да)

Звучит старинная народная музыка

1. Эта песня нас привела на улицу «Предков» (слайд 4)

Ребята, а кто знает как создавались русские народные песни? Очень давно люди не знали письменности. Один талантливый человек придумывал для своих детей волшебную песню. Она всем понравилась и все стали передавать ее «из уст в уста».

Один сочинил, другой услышал, что-то добавил и так каждый приукрасил, чтобы было интереснее – получается сочиняют все вместе – всем народом – поэтому, творчество и называется народным и песня называется народной.

Но часто ли мы сейчас слышим народную песню? Многие не знают слов, не могут повторить мелодию. А ведь великий русский композитор, основоположник русской музыкальной классики Михаил Иванович Глинка, с творчеством которого мы знакомимся на предыдущем уроке музыки, говорил, что «песня - это душа народа». Теряя песню, мы теряем душу. А теряя душу любой человек становится беднее эмоционально. Сегодня мы попробуем восстановить утраченные связи. Мы будем слушать и исполнять русские народные песни. И каждый сможет почувствовать, сколько радости, душевной чистоты, искренности дарит нам эта песня. Слушая и исполняя их вы, ребята разовьёте в себе память, музыкальный слух, разработаете лёгкие и обогатитесь морально. Это и можно назвать культурой здоровья.

2. Путешествие продолжается и мы заворачиваем на Улицу Народных инструментов (слайд 5)

Ни одна мелодия не может быть воспроизведена без музыкальных инструментов. Ребята, кто помнит с какими инструментами мы знакомимся на прошлом уроке музыки? Эти инструменты задействованы в симфоническом оркестре? А сейчас мы познакомимся с инструментами народного оркестра. Вы их не только увидите, но и услышите и даже попробуете на них сыграть при помощи имитации игры на музыкальных инструментах

- Какие народные инструменты вы знаете?

Ребята, вы правильно назвали народные музыкальные инструменты. Обратите внимание на слайд(**слайд 6**), перед вами балалайка, послушайте как она звучит, а теперь мысленно возьмите балалайку в руки и сымитируйте игру на ней, т.е. представьте, что вы на ней играете. Как только зазвучит мелодия вы сыграете на балалайке. Внимание....Молодцы. Следующий инструмент – свирель(**слайд 7**), баян (**слайд 8**)

Ребята имитируя игру на народных инструментах вы разрабатывали моторику рук, т.е свои пальчики, знайте что тем самым вы развиваете и укрепляете своё физическое здоровье. Но вернёмся к народным музыкальным инструментам. Мы разобрали не полный состав этих

инструментов, он многочислен и разнообразен: это свирель, кугиклы, бубенчики, ботало, рубель, трещотки.

3. Путешествуем дальше, перед нами Переулок Распевочный (слайд 9)

Как вы думаете чем мы будем заниматься в этом переулке? Правильно. Но прежде, чем распеваться и разогреть наши голосовые связки, мы выполним упражнение на дыхание, т.к без правильного дыхания мы не исполним музыкальное произведение. Представьте буд-то бы перед нами воздушный шар(слайд 10) и нам нужно его надуть. Возьмите воображаемый шар в руки, поднесите ко рту и представьте, что мы его надуваем. Как только шар достигнет большого размера он лопнет при помощи наших ладошек. Посмотрите как это делаю я. Показываешь. Попробуем, три четыре.

Ребята, что вы чувствовали, когда дули воображаемый воздушный шарик? Наши лёгкие насыщались кислородом, а как известно здоровые лёгкие – залог крепкого человеческого здоровья. Лёгкие наполнялись кислородом и заставляли работать нашу диафрагму. Только что мы выполнили упражнение на дыхание и можем приступать к распевке. Чтобы разогреть наши голосовые связки. послушайте при помощи какой..... Молодцы.

4. Ребята, мы прошли уже долгий путь и вы , наверное, устали. Будет очень кстати попасть на **Аллею Отдыха (слайд 11)**, и выполнить зарядку для рук и вашего внимания.

Регистр. Организует минуту отдыха

Отдохнули? Я тоже с вами перевела дух. А знаете ли вы, что отдыхать тоже полезно для здоровья (ответы детей) Почему? Отдыхая наш организм активизирует ресурсы и даёт нам силы жить, учиться и совершать добрые поступки.

5. Наше путешествие продолжается. Мы попадаем на Улицу Музыкальную, а она полна музыкой (слайд 12)

Ребята, сейчас мы будем слушать, размышлять о музыке и о здоровье.

К культуре здоровья мы можем идти не только выполняя физические упражнения для рук, осанки, упражнения для органов дыхания и т. д. Полезно ещё и обладать знаниями о правилах личной гигиены, режиме дня, культуре питания и ещё много другом, связанном с культурой здоровья. А так как тема нашего классного часа «В мир здоровья народною тропой» мы и обратимся к фольклору, а именно к одному из его жанров - частушке. Ребята, кто знает, что такое частушка? это жанр русского музыкального фольклора. Так называют шутивное четверостишие или двустишие, которое

исполняют о ком либо или о чём либо. Догадались, о чём сегодня будут звучать частушки на улице музыкальной?(о здоровом образе жизни) (слайд 13)

Ребята, частушки исполняются только под народный инструмент баян. Так как его нет в наличии, мы их будем петь под минусовку. Послушайте частушки в моём исполнении, на примере первой частушки. Понравилась вам частушка? Чтобы исполнить частушку, нужно хорошо знать слова в ней. Сейчас мы их быстро выучим. Я читаю вы повторяете за мной.

Слова выучены. Мелодия народная. Готовы исполнить все частушки? Так как у нас разогреты голосовые связки, выполнены упражнения на дыхание, а это значит ваш голосовой аппарат готов к исполнению. Встаньте, помните, что это шуточные стихи исполняются они весело, громко и быстро. Готовы?

Исполнение частушек. Можно пританцовывать.

Если хочешь быть здоровым
Надо закаляться
По утрам и вечерам
Водой обливаться

Ох здоровая еда
В жизни нам нужна всегда
А не будешь ей питаться
Можешь маленьким остаться

Руки с мылом надо мыть
Чтоб здоровенькими быть
Чтоб микробам жизнь не дать
Руки в рот не надо брать.

Молодцы, ребята. Исполнили громко, весело и задорно. А кто скажет о чём эти частушки? Правильно, о тех правилах, которые нужно знать всем и выполнять их для того, чтобы воспитывать в себе культуру здоровья.

Теперь вы знаете что нужно делать, чтобы быть здоровым? А помог вам в ваших знаниях жанр народной песни частушка. Я вижу, что и настроение у вас стало ещё лучше.

Путешествие по стране Народной музыки подошло к концу. Мы побывали на всех улицах, аллеях волшебной страны.

- В начале урока я вам принесла разноцветные ноты хорошего настроения. А теперь вы выберите нотку по цвету, который соответствует вашему настроению. Ребята, поднимите нотки. Которые соответствуют вашему

настроению. Я вижу что оно сияет разными цветами радуги и этому очень рада, а значит ваше эмоциональное здоровье развивается, становится крепче ведь от эмоционального состояния зависит ваша учёба , здоровье и ваше общение с друзьями и родителями. Я дарю вам эти нотки на память о нашей встрече. Пусть этот кусочек хорошего настроения всегда будет у вас в душе.

Ребята, посмотрите на слайд(**слайд 14**) и продолжите фразу: «Сегодня на мероприятии мне понравилось...», «Сегодня на мероприятии я узнал...»

Да, ребята вы все сегодня старались, отвечали, исполняли народные песни и уверена, что все знания, приобретённые на нашем мероприятии вы будете применять, чтобы поддерживать ваше здоровье в отличной форме. А наш классный час подошёл к концу. Большое спасибо вам за работу.