**Интегрированное занятие по хореографии и окружающему миру. 3 класс.**

**«Движение – это жизнь»**

**Тип занятия:** постановочная работа.

**Цель:** развитие познавательного, физического, художественно-эстетического потенциала личности, формирование творческой активности.

На занятии используются т**ехнологии** информационно-коммуникативные и проектной деятельности.

**Тип деятельности** – проектирование интересных образов в танце, актуализация личностного опыта общения в творческом процессе.

**Задачи:**

Оздоровительные:

- формировать правильную осанку, силу ног;

- укреплять свод стопы;

- развивать мышечную силу, выносливость, скоростно-силовые способности.

Образовательные:

- способствовать умению эмоционального выражения, раскрепощённости и творчества в движениях;

- способствовать формированию умений, навыков и знаний стилевых особенностей исполнения детского танца.

Развивающие:

- развивать координацию, гибкость, фантазию, выразительность в исполнении движений;

- развивать чувство ритма, музыкальный слух, внимание, музыкальную и двигательную память.

Воспитательные:

- воспитывать интерес к занятиям хореографией, посредством использования игровых методов подачи информации;

- воспитывать умение работать в коллективе.

**Оборудование:** Музыкальный центр, музыкальное сопровождение к танцам.

**Длительность занятия**  - 45 минут

 **Ход занятия.**

1. Приглашение детей в зал, расстановка по местам.
2. Дети исполняют танец **«Недетское время».**

  - Ребята, зачем нужно заниматься танцами?

* оставаться в отличной форме;
* прекрасное настроение;
* уверенность в себе, внимание со стороны;
* общее физическое развитие;
* правильная осанка.

 - А что такое осанка? **(О с а н к а - это привычная поза, манера держаться в положении стоя и сидя)**

 **-** А какую осанку мы считаем правильной? **(ответы детей)**

  - Что позволяет держать осанку? ( **Позвоночник. Это основной стержень тела. Позвоночник придаёт телу вертикальное положение.)**

 Это друг наш позвоночник,

 опираясь на него, ты не бойся ничего.

 Он и двигает тебя. Он и держит тебя.

 С помощью его ты сидишь.

 Если скажет – побежишь.

- Без чего человек не смог бы двигаться? **(мышц)**

- А как вы думаете, а кто является главным врагом мышц? **(неподвижность)**

- Главный враг мышц – **неподвижность**, а лучший их друг – **движение.**

**- Получается движение - это жизнь.**

 - Ребята, приятно смотреть на людей когда они улыбаются. А еще, согласитесь, очень красиво выглядит человек, который умеет правильно держать свое тело. У него ровная спина, голова поставлена прямо, он широко и уверенно шагает, смотрит вперед. Про такого человека говорят: у него хорошая осанка. Человеку с хорошей осанкой легко дышится, поэтому он не чувствует усталости, даже когда много работает. Хорошая осанка может быть у каждого.

- Как вы думаете, можете вы сами сформировать правильную осанку или, наоборот, деформировать её?

 - Ребята, а как вы думаете, что нужно для того, что бы у человека была хорошая осанка?

 **(Выполнять упражнения по укреплению мышц туловища)**

* Ну, а сейчас я приглашаю вас на разминку.
* Ребята, сейчас вы показали какие можно выполнять упражнения для укрепления мышц туловища на занятии по хореографии.
* А вот, например, в домашних условиях, как можно следить за своей осанкой? **(ответы детей)**

* Правильно сидеть за столом, партой, на стуле, не горбиться.
* При переносе тяжестей нужно равномерно нагружать руки.
* Если вы будете носить ранец или портфель в одной руке, одно плечо станет ниже другого.
* Спать на жесткой постели с невысокой подушкой.
* Сидеть с максимально выпрямленной спиной. Важно избегать неудобных поз.
* Через каждые 15 минут сидения за столом надо менять позу, двигать руками и ногами, потягиваться, а через каждые 30 минут обязательно встать, походить, полежать
* Каждый день смотреть на себя в зеркало, которое подскажет, какая у вас осанка.

- Ребята, а как мы можем другим ребятам показать упражнения для сохранения правильной осанки? **(через зарядку)**

- Ну, сейчас, я приглашаю вас на зарядку **«Солнышко».**

**Затем дети показывают танец «Морячка»**

- Ребята, наше занятие заканчивается.

- Что вы сейчас чувствуете? Какое настроение? Что вы ощущаете?

* хорошее настроение,
* радость,
* получили заряд энергии, а значит сохранили здоровье

 - Ребята, подводя итог нашего занятия, мы можем сказать, что **танец** – это движение, **движение** – это здоровье, **здоровье –** это молодость, **молодость** – это энергия, энергия – это хорошее настроение!

 - Тот, кто запомнит это, всегда будет знать способ повысить свой тонус и поднять настроение другим людям!

 - Спасибо за занятие! Мне очень понравилось с вами работать. До свидания! (поклон)