

## «Танец – как способ всестороннего развития ребенка»

«Танец - это маленькая модель жизни в несколько минут, со своими эмоциями и переживаниями».

Андрей Вавилин

**Танец** – это ритмичные, выразительные движения тела, обычно выстраиваемые в определённую композицию и исполняемые с музыкальным сопровождением.

Это самый древний и богатый вид искусства: очень интересный, многогранный, яркий, несущий в себе огромный эмоциональный заряд.

История зарождения танца началась ещё в глубокой древности. Танец произошёл из-за необходимости первобытных людей в общении, передачи, какой-либо жизненно важной информации. Древний человек передавал свои впечатления об окружающем мире разнообразными движениями и жестами, вкладывая в них свое настроение, свое душевное состояние.

Сюжеты хореографических композиций носили в основном бытовой характер – с их помощью люди обращались к богам, выражали свои чувства и поднимали боевой дух перед каким-либо сражением и охотой. Подобные ритуальные танцы способствовали общей организации и максимальной сплочённости, что в те времена было очень важно.

Древнейшие люди умели мастерски копировать повадки животных, как бы перевоплощаясь в них в танце. Такое перевоплощение, по их мнению, помогало набраться храбрости, выносливости, свойственной тому или иному животному. То есть в танце происходила психологическая и физическая подготовка.



Танец, как и остальное искусство, постоянно прогрессирует и отображает реалии нашего времени и тенденции моды. Сегодня есть разные виды танца: балет, бальные танцы, народные танцы, современные, латиноамериканские танцы, хаул и другие.

Занятия музыкой, танцем и ритмикой, проекты, связанные с этими художественными видами движения, и познавательные проекты, посвященные темам спорта, здоровья, можно рассматривать как часть программы по физическому развитию. Поэтому, на НОД по физической культуре я добавляю танцевальные движения.

Танцевальные занятия вносят большой вклад в физическое, интеллектуальное, личностное, социальное и эстетическое развитие ребенка.

### Чем полезен танец:

- дети с любым уровнем физического развития могут танцевать, так как танец не имеет противопоказаний;
- заучивание движений и их комбинаций отлично тренирует память;
- танцуя под музыку, дети весело проводят свой досуг и получают заряд положительных эмоций;
- необходимость постоянно следить за музыкой, педагогом и другими детьми, прекрасно развивает внимание, самоконтроль, умение работать в коллективе;
- в процессе разучивания танца формируется пространственно-временные представления;
- дети знакомятся с такими средствами выразительности, как пластика, пантомима и мимика;
- танец влияет на развитие общей физической подготовки, укрепляются все группы мышц, формируется правильная осанка, развивается координация движений, ориентировка в пространстве, гибкость, выносливость, ловкость, быстрота реакции;
- занятия пением и танцами способствуют успехам в обучении чтению, развивают фонематический слух.

Танец можно отнести к здоровьесберегающей технологии, коррекционной технологии, технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка. Танец – уникальный способ воздействия на здоровье, личность ребенка.

Можно использовать танец на утренней зарядке, динамических паузах, подвижных играх на прогулках, на праздниках в детском саду, тем самым увеличить двигательный режим детей. Выученные танцы позволяют детям с удовольствием петь знакомые песни, танцевать и импровизированно двигаться под музыку.

Работа педагога направлена на создание и укрепление здоровых отношений и здорового личностного развития ребенка, поэтому, когда дети танцуют необходимо с уважением относиться к физическим и эмоциональным резервам каждого ребенка, в случае необходимости корректировать темп работы, делать перерывы, дать возможность импровизировать.

Всестороннее развитие ребенка возможно только при условии тесного сотрудничества педагогов с семьями воспитанников, необходимо информировать родителей о танцевальных мероприятиях. Родители смогут увидеть прогресс

своего ребенка в области осознания своего тела, приобретении ребенком новых навыков.

Сегодня сложилась непростая ситуация с COVID-19, локдаун и самоизоляция, могут сказаться на развитии ребенка. Находясь дома, родители могут включить видео или музыку наших танцев, тем самым организовать для ребенка двигательный режим.

**Консультацию подготовила  
инструктор по физической культуре  
Афонская И.М**