

«Зачем ребенку нужны танцы?»

Памятка для родителей

Детская хореография и ритмика развивает музыкальные и танцевальные способности малыша. На занятиях детской хореографией и ритмикой самым маленькими детям прививают умение грациозно и красиво двигаться.

На уроках детской хореографии и ритмической гимнастики помимо общего оздоровительного эффекта малыши чувствуют себя сильными, уверенными в себе, красивыми, и это создает чувство внутренней свободы и благоприятно сказывается на состоянии организма ребенка в целом.

Хореография для детей, как и детская ритмика для малышей предполагает освоение упражнений, танцевальных движений, элементов партерной гимнастики. Хореография для детей развивает мышечное чувство, координацию движений, ловкость и точность. Детская хореография также развивают гибкость и пластичность у ребенка, детская хореография воспитывает детскую выносливость, силу, формируют правильную осанку и красивую походку малыша, а также развивает умение ориентироваться в пространстве.

Благодаря занятиям детской хореографией и ритмики у детей исчезают комплексы переживаний, связанные с физическим несовершенством тела. Малыши учатся управлять своим телом.

Занятия детской хореографией с детьми, и особенно ритмика для малышей обычно проводятся в игровой форме. Упражнения, охватывающие все группы мышц, носят близкие и понятные детям названия животных или имитационных действий и выполняются по ходу сюжетно-ролевой игры. Для ребенка такие занятия детской хореографией являются захватывающими, интересными и приносят массу удовольствия.

На уроках детской хореографии дети постоянно упражняются, развивая навыки музыкального восприятия в единстве с выразительным движением. С помощью детской хореографии и ритмической гимнастики, разучивая игры и развивающие танцы, малыши последовательно развиваются благодаря усложнению заданий. Неоднократно повторяется выученный материал, а также закрепляя полученные на уроках детской хореографии знания, ребенок сможет применять их и в самостоятельной деятельности.

Когда дети танцуют, они выплескивают весь накопившийся за день стресс и это очень важно - ведь дети тоже испытывают много негативных эмоций, не

меньше, чем взрослые. Перечислим положительные результаты занятием танцами в детском саду.

1. Польза для здоровья. Ничего не даёт такую правильную нагрузку на сердце, как танцы. Хороши танцы и для мышц, сосудов и суставов.

2. Хорошая осанка. Большинство современных детей имеют сколиоз и вообще проблемы со спиной. Но если дети танцуют, об этом можно забыть. Никакой другой вид спорта так не корректирует спину и не способствует оздоровлению и выравниванию позвоночника.

3. Красивая походка. Этому можно учить с того момента, как ребенок сделал первый шаг. И если дети научатся красиво, танцевать, то красиво ходить – и подавно.

4. Танцы раскрепощают. Даже если у вас скромный и стеснительный сын или дочка – танцы снимут все барьеры и сделают его более смелым и раскрепощенным.

5. Снятие мышечных зажимов и улучшение настроения. Танцы делают ребенка более открытым и подвижным. Кроме того, когда дети танцуют, улучшается приток крови ко всем органам, в том числе к мозгу. А соответственно, поднимается настроение.

6. Развитие чувства ритма и музыкальности. Регулярные занятия танцами учат детей разбираться в ритме танцев и улучшают музыкальный слух ребенка. Дети танцуют, а параллельно учатся слушать музыку и понимать её.

Подготовила инструктор по ФК
Козлова Л.Ю.

