**«Танец и его роль в жизни детей»**

**Танцы** — это не только возможность творческого самовыражения. Они снимают стресс, дарят прекрасную физическую форму и обладают удивительной способностью улучшать функции мозга.

К тому же, у танцев есть самое настоящее волшебное свойство: они способны сделать человека счастливым. Это невероятный способ сбежать от унылой реальности и попасть в мир, где главное – обрести самого себя. И лучше всего, если дверь в этот мир откроется в детстве — ведь детям все дается легко.

*Танцевать – это красиво! Танцевать – это полезно!* Искусство танца – великолепное средство воспитания и развития маленького человека. Оно обогащает духовный мир, помогает ребёнку раскрыться как личность. Соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным и красивым.

***Единство движений и музыки*** – это особенный способ восприятия мира, который открывается перед малышом во время занятий танцами и остается с ним на всю жизнь.

* ***Танцы повышают умственные способности.***

Еще одно преимущество танцев заключается в том, что они стимулируют развитие ума и обостряют когнитивные способности. Причем, этот эффект проявляется у всех людей, вне зависимости от возраста.

Дело в том, что занятия танцами стимулируют работу разных отделов мозга, в том числе тех, что отвечают за эмоции, способность принимать рациональные решения. Плюс – танцы делают нас физически более чуткими. Все это заставляет наш мозг воспринимать мир в позитивном ключе, а значит, делает нас и наших детей счастливыми.

* ***Танцы погружают в состояние счастья.***

Благодаря танцам дети узнают себя, хорошо ориентируются в своем внутреннем мире. Кроме того, у малышей формируются такие качества, как артистичность, креативность, навыки публичных выступлений, активность, уверенность в себе, самоконтроль, дисциплинированность, целеустремленность, настойчивость.

Занятия танцами помогают детям улучшить свои коммуникативные навыки. Даже застенчивые и необщительные дети быстро раскрепощаются. Занимаясь танцами, детей учат выражать свои эмоции при помощи мимики и жестов, и это очень помогает им лучше понимать, что чувствуют другие люди.

Единство движений и музыки – это особенный способ восприятия мира, который открывается перед малышом во время занятий танцами и остается с ним на всю жизнь.

* ***Танцы придают уверенности в себе.***

Обладание каким-либо умением придает ребенку уверенности в собственных силах, повышает его самооценку. Особенно, если есть возможность проявить свое мастерство. В случае с танцами такая возможность выпадает ребенку несколько раз в году, на самых ярких и любимых праздниках.

* **Танцы помогают мальчикам**

учиться выстраивать взаимоотношения с девочками, снимают излишнюю скованность, нерешительность, прививают уважительное и нежное отношение к партнерше.

К тому же мальчик, который занялся танцами, неизбежно получает огромное внимание от девочек, что подводит его к еще одному опыту: он учится выбирать.

Да, еще один весьма важный момент. Любые современные проекты – в искусстве, производстве, в стартапах или больших организациях – требуют умения работы в команде, а этому навыку надо учиться, и чем раньше — тем лучше. Дети работают в группе, создавая вместе постановку, общаются и достигают результата. Это бесценный опыт командной работы.

* ***Танцы – как культурное развитие.***

Уже не первое десятилетие прогрессивные ученые, мыслители, методологи сходятся в том, что самое эффективное образование дети получают в игровой форме.

Теперь представьте две ситуации. В первой ребенка заставляют выучить длинный текст, а заниматься такой монотонной работой ему совсем не хочется — это скучно и неинтересно. Во второй ситуации тот же самый текст ребенок отыгрывает на сцене вместе с партнерами. Банально задаваться вопросом, какая из ситуаций благотворнее скажется на культурном образовании. Скорее всего, воспринятый в форме спектакля материал останется с маленьким человеком на всю жизнь.

* ***Танцы как физическая нагрузка,***

которая гармонично развивает мускулатуру **ребенка** любого возраста — от самого нежного, до подросткового. При этом нагрузка не чрезмерная, риск получить травму минимальный, а благодаря росту силы и ловкости в других сферах жизни риски падений, ушибов и травм значительно снизятся.

* ***Кроме всего прочего, танцы дают:***

– Укрепление иммунитета и вестибулярного аппарата.

– Формирование правильной осанки, пластичности, грациозности и красивой походки.

– Координацию движений, формирование музыкального слуха и чувства ритма.

* ***Будет, что вспомнить***

При всех вышеперечисленных несомненных плюсах занятия танцами оставят вам чудесные воспоминания, зафиксированные на фото и видео.

*Поэтому,  танцуйте  сами. Танцуйте в месте, с детьми.*

*Мастер класс: «Танцы в жизни детей»*

Для организации внимания и настроение на занятие. Так же как физ\_разминку во время занятия. Слушаем музыку, выполняем движения ритмично в соответствии с музыкой. В этом нам поможет песня-игра.

Игры:

«Топ, топ, сороконожка». Можно выполнять как сидя на стульчиках так и стоя.

«Бим-бам-бом» выполняем в движении по кругу.

Для того, чтобы движения выполнялись правильно, легко и четко мы начинаем разучивать основные движения с малышами.

Движения имитация, повторения под слова песни

«Все на ножки становитесь»

«По дорожке мы идем»

«Эй, дружок, попляши»,

«Да, да, да, сказала голова»

У старших дошкольников движения усложняются, дается возможность импровизации:

Игра: «Облака и ветер»

«Тетя Весельчак» выполнение движений разными частями тела.

Усложнение: движение в парах, группах.

Как пример:

Младшие: «Мишка с куклой громко топают»

Старшие: «Туча» Мы промокнуть не хотим, от дождя мы убежим…

«Ручеек» разучивание сложного элемента «Боковой галоп в паре»

Усложнение: танец с предметами (ленточки, кубики, цветы, обручи, ткань и др.)

Пример:

«Солнечные зайчики, прыг, прыг, скок) Танец с лучиками (ленты)

Обручи – Космос

Танцы постановки с использованием знакомых движений:

Вальс – Полька -

Сюжетные: цирк – силачи, акробаты, клоуны, тигры, лошадки, медведи и т.д.;

Зима – снежинки, зайки и тд

Осень – листопад, белочки, ветерок и др.;

Военные, хороводные и др.

Театрализованные танцы: по театрализации сказок

флэш-мобы:

Повар Булочка

Мы за Мир

Муха

Перемена

**Маме Помогаем (разучить)**