

# «Хореография с элементами ритмической гимнастики»

ВЫПОЛНИЛА:  
НИКИТИНА Ю.С  
МАСАЛОВА Е.Е

# Цели и задачи

- ▶ **Цель** – создание условий для развития мышления, творческого воображения, художественных способностей детей дошкольного возраста, развитие познавательных интересов через занятия танцевально-ритмической гимнастикой, формирование личностных компетенций.
- ▶ **Задачи:**
  - проводить музыкально-оздоровительную работу в детском саду, направленную на сохранение и укрепление здоровья малышей;
  - формировать разнообразные умения и навыки посредством сочетания музыки с ритмическими движениями (к примеру, учить детей передавать движениями характер, образы музыки);
  - создать условия для выявления у ребёнка творческих задатков, музыкальных способностей;
  - воспитывать привычку к здоровому образу жизни.



**Хореографическое искусство** – это самостоятельная форма, где по-новому соединились движения, музыка, свет и краски, где тело действительно обрело свой язык. Хореографическое искусство убеждает людей в том, что искусство есть продолжение жизни и постижения себя, что им может заниматься каждый, если преодолет в себе лень и страх перед незнакомым.

В формировании эстетической и художественной культуры ребенка хореографическое искусство является важнейшим аспектом эстетического воспитания. Хореография – это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства.



В российском образовании уроки по хореографии становятся обязательными. Они воспитывают и развивают не только художественные навыки исполнения танцев разных жанров, но и выработку у ребенка привычки и нормы поведения в соответствии с постигаемыми законами красоты.

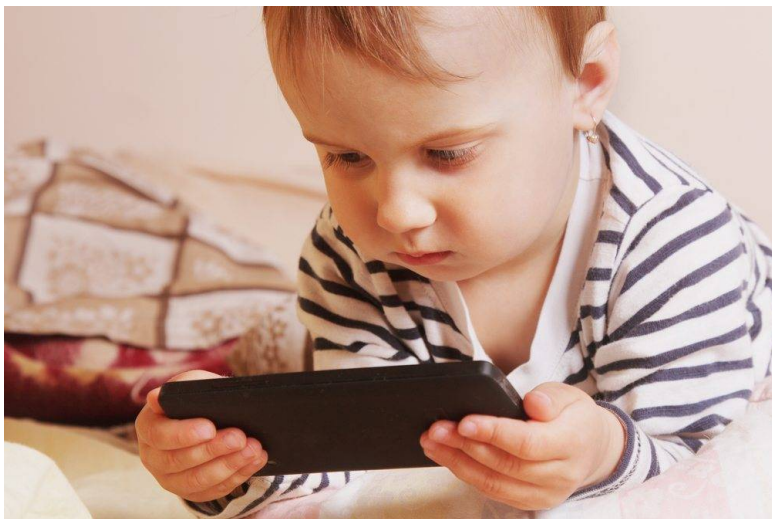
Занятия хореографическим искусством в учреждениях дошкольного образования способствуют физическому развитию детей и обогащают их духовно. Это гармоничное занятие привлекает детей и родителей.





Эффективность преподавания хореографии в дошкольном образовании детей во многом зависит от состояния здоровья воспитанников. Живя в период бурного развития современной и массовой гиподинамии, когда ребёнок становится заложником быстро развивающихся технических систем : телевидение, компьютеры, гаджеты – всё это приводит к недостатку двигательной активности ребёнка и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения.

Современная педагогика стоит перед фактором дальнейшего ухудшения не только физического, но и психического здоровья детей. Ребенок, приходя в детский сад, имеет ограниченный запас двигательных навыков, с нарушенной осанкой, координацией. Многие скованны, неподвижны, медлительны, другие - разболтаны и суетливы.



Одним из самых эффективных методов борьбы с данной проблематикой среди детей дошкольного возраста является введение в занятия по хореографии элементов физической культуры, а именно ритмической гимнастики.

**Ритмическая гимнастика** – выполнение движений под музыку. Движения составляют основу детской деятельности. Физиологи считают движение врожденной, жизненно необходимой потребностью человека. Полное удовлетворение его особенно важно в дошкольном возрасте, когда формируются все основные системы и функции организма. При выполнении ритмической гимнастики решается одна из основных задач – это укрепление здоровья дошкольников.





Использование ритмической гимнастики в связке с хореографическими занятиями, помогает увлечь ребенка заниматься физической культурой, сформировать потребность. А в последующем привычку самостоятельно заниматься физическими упражнениями, тем самым привлечь детей к здоровому образу жизни.

В результате совмещенного комплекса занятий по хореографии с элементами ритмической гимнастикой можно научиться красиво двигаться, а также помогают снять нервное напряжение, получить положительные эмоции, приобрести уверенность в себе.



# Методика проведения занятий по ритмической гимнастике.

## Подготовительная часть

Подготовительная часть, или разминка обеспечивает разогревание организма, подготовку его к главной физической нагрузке. Упражнения в этой части выполняются с небольшой амплитудой сюда можно отнести: танцевальные шаги, различные виды бега и прыжков, элементы хореографии. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребенка – его центральную нервную систему, различные функции – к работе: разогреть мышцы, связки и суставы, создать психологический и эмоциональный настрой, сосредоточить внимание.

## Основная часть

Здесь предусмотрены упражнения для мышц шеи, рук, плечевого пояса, туловища и ног. Подбираются с таким расчетом, чтобы равномерно нагрузить все части тела. Вначале все упражнения выполняются в положении стоя, затем идут серия прыжков различных видов. Также хорошо использовать танцевальные связки.

## Заключительная часть

Это упражнения на релаксацию, дыхание, укрепление осанки. Все упражнения выполняются в медленном темпе, что создает условия для постепенного снижения нагрузки и обеспечивает постепенный переход от возбужденного к относительно спокойному состоянию детей.



Хореографическое искусство в связке с ритмической гимнастикой способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия хореографией с элементами спортивной гимнастики направлены на воспитание организованной, здоровой, физически и гармонически развитой личности.



Хореографическое искусство с элементами ритмической гимнастики является эффективным средством организации досуга ребенка в учреждении дошкольного образования, культурной формой отдыха и мощным инструментом в развитии здорового и счастливого ребенка.



***СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ !!!***