Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад Хараасгай

**«Хореография и ритмика в детском саду»**

Педагог доп.образования:

Данзанова Д.Б.

2021г

 **«Хореография и ритмика в детском саду»**

Занятия хореографией и ритмикой в последнее время широко внедряется в дошкольные учреждения и причин этому много. В период от трех до семи лет ребенок интенсивно растет и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период. Существует много направлений в музыкально – ритмической деятельности, и одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных – это ритмопластика. Ритмичные упражнения содействуют физическому воспитанию и укреплению детского организма. В процессе работы над движениями под музыку, формируется художественный вкус детей, развиваются их творческие способности. Таким образом, занятия ритмопластикой оказывают разностороннее влияние на детей, способствуя воспитанию гармонично развитой личности, вызывают у детей яркие эмоциональные импульсы, разнообразные двигательные реакции, усиливают радость и удовольствие от движения. Дети чрезвычайно чувствительны к музыкальному ритму и с радостью реагируют на него.

Занятия проводятся 2 раза в неделю. С целью сохранения здоровья и исходя из программных требований продолжительность занятия соответствует возрасту детей. Продолжительность занятий для детей дошкольного возраста: - 4-го года жизни – не более 15минут, - 5-го года жизни – не более 20 минут, - 6-го года жизни – не более 25 минут, - 7-го года жизни – не более 30 минут. Ведет занятия хореограф Данзанова Дари Батомункуевна.

**Задачи в рамках занятий в ДОУ:**

- развитие гибкости и пластичности;

- воспитание выносливости, развитие силы;

 - формирование правильной осанки, красивой походки;

 -развитие умения ориентироваться в пространстве;

 -обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.

Структура занятия по ритмопластике – общепринятая. Каждое занятие состоит из трех частей: подготовительной, основной и заключительной. Каждое занятие – это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом. Подготовительная часть занятия занимает 5-15% от общего времени. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребенка к работе, создать психологический и эмоциональный настрой. В нее входят: гимнастика (строевые, общеразвивающие упражнения); ритмика; музыкально – подвижные игры; танцы (танцевальные шаги, элементы хореографии, ритмические танцы); танцевально ритмическая гимнастика. Основная часть занимает 70-85% от общего времени. В этой части решаются основные задачи, идет основная работа над развитием двигательных способностей. В этой части дается большой объем знаний, развивающих творческие способности детей. В нее входят: ритмические и бальные танцы, пластика, креативная гимнастика. Заключительная часть занятия длится от 3 до 7 % общего времени. Здесь используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки, пальчиковая гимнастика. В конце занятия подводится итог, и дети возвращаются в группу. Занятия составлены согласно педагогическим принципам и по своему содержанию соответствуют возрастным особенностям и физическим возможностям детей, которые позволяют ребенку не только в увлекательной и игровой форме войти в мир музыки и танца, но и развивают умственные и физические способности, а также способствуют социальной адаптации ребенка.