***«Танцуй, малыш!»***

Зарядку сделали, освоили умные движения, заскучали? Самое время потанцевать!

Танцевать любят все – и взрослые, и дети. И не важно, по правилам человек танцует или двигается как умеет. В любом случае танец – это удовольствие!

***Немного истории…***Человек начал танцевать очень давно, гораздо раньше, чем начал говорить. Желание танцевать выражало потребность передавать окружающим свои чувства, эмоции с помощью тела. Для человека первобытного общества танец был способом мышления, способом жизни – почти все важные события в жизни отмечались танцами: рождение, смерть, война, исцеление больного и тд. Через танец люди молились появлению дождя, солнца, плодородию, защите и пр. Танец был не просто связан с жизнью, а был самой жизнью.

***Танцы*** – это не только очень приятный вид досуга, это еще и способ приобщить детей к искусству. Благодаря танцам ребенок развивается не только физически, но так же эмоционально и интеллектуально. В настоящее время существуют много ритмопластических и танцевальных направлений (например, всем известная зумба), но одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных – танцевально – ритмическая гимнастика. Танцевально – ритмическая гимнастика – это система физических и танцевальных упражнений, построенная на связи движений и музыки. Доступность этого вида основывается на простых общеразвивающих упражнениях. ***Эффективность*** – в её разностороннем воздействии на опорно – двигательный аппарат, сердечно – сосудистую, дыхательную и нервную системы человека. Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, входящими в упражнения танцевально – ритмической гимнастики, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных. Под влиянием музыкальной ритмической деятельности развиваются: познавательный интерес, творческое воображение, память, устойчивость произвольного внимания, что так важно для наших ребят!

Дети танцевать точно любят, им весело! Для дошкольников используют, в основном, танцы по показу. Упражнения для самых маленьких должны быть несложными, такими которые легко повторить, чтобы у ребенка не пропал интерес!

Предлагаю несколько танцевальных композиций, которые знакомы нашим ребятам!

Движения отличаются от тех, которые мы разучили, но это даже интересно! Или ребята вспомнят то что умеют, или разучат новые, а может пофантазируют и придумают свои! Знакомая музыка точно поднимет настроение! Оставайтесь дома, танцуйте вместе!

Малышам - «Маленький ёжик» <https://www.youtube.com/watch?v=o-uE-AKzhnI>

Ребятам постарше - «Солнышко лучистое» <https://www.youtube.com/watch?v=Sj-gr2HLxjE>

Весёлая «Заячья зарядка» <https://www.youtube.com/watch?v=8mamjM_5tPQ>

И продвинутый уровень! Вместе с мамой! <https://www.youtube.com/watch?v=goHIMoj57Pw>

А этот ролик для тех, кто хочет очутиться на настоящем уроке ритмики! <https://www.youtube.com/watch?v=_8NSVXxdGdo>