

Полезьа уроков хореографии

Флегентова С.В., учитель хореографии

Искусство хореографии, лучше многих других видов деятельности, отвечает основным задачам физического развития ребенка. Хореография прививает эстетический вкус, воспитывает возвышенные чувства, обучает образному мышлению, прекрасно тренирует силу, выносливость, формирует мышечный аппарат, улучшает гибкость, пластику, развивает координацию. Задача учителя состоит в том, чтобы корректно подсказать и направить действия ученика в нужное русло и грамотно развить способности ребенка.

Физические данные ребенка следует развивать с 8 лет. В этот период увеличиваются физические возможности двигательного аппарата. В современном мире, перегруженном информацией и психологической нагрузкой, занятость физическими видами деятельности резко уменьшилась. Именно в детстве необходимо заложить основные знания физической культуры, укрепить организм, сформировать осанку. Это дает возможность на долгие годы сохранить крепкое здоровье и физическую гармонию. Преодоление трудностей, новые мышечные ощущения помогают ребенку получить чувство удовлетворения, способствуют стремлению к новым достижениям.

Танцы, организованные под музыку, обогащенные эстетическим содержанием, дают удивительные эмоции, оказывают благоприятное влияние на нервную систему, корректируют физические проблемы. Музыкальные ритмы оказывают положительное влияние и воздействуют на ритм сердечных сокращений, глубину и частоту дыхания. Разучивая танцевальные комбинации, дети улучшают память.

Каждый урок ритмики направлен на поддержание ребенка в хорошей физической форме. Формирует у него установку на здоровый образ жизни. Занимаясь хореографией, дети увеличивают свои физические возможности, компенсируют дефицит двигательной активности. Вашему вниманию предлагается танцевальные композиции, выученные на уроках в разных классах во 2 полугодии 2020-2021 учебного года. Ученики занимаются 1 раз в неделю.

<https://disk.yandex.ru/i/mQp3Mx0wCVSh2A> украинский бальный танец «Славутянка» 3б класс

https://disk.yandex.ru/i/4Bekai_ZIuiX_g «Вальс» 3в класс

https://disk.yandex.ru/i/vOQ5G-ejcF_BKA «Весенняя полька» 1б класс

<https://disk.yandex.ru/i/wtQ7ngMK8CUHCw> «Белорусский краковяк» 2а класс

<https://disk.yandex.ru/i/oE0j3QeloOKdTA> украинский танец «Рушничок», хореографический ансамбль «Барвинок»