**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ   
“ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР”**

**Доклад**

**на тему : «Ритмика - первая ступень в танцевальном спорте»**

Составил :

педагог доп. образования

И.В.Ипатова

Спортивные бальные танцы. Слово "бал" мы позаимствовали из французского языка. А само французское слово происходит от латинского глагола ballare, который означает "танцевать". Поначалу танцы исполнялись на праздниках и балах. Позже из них сформировалось целое направление танцев – бальные танцы, которые со временем выделились в отдельный вид спорта. Однако, отделить в бальных танцах спорт от искусства – просто невозможно. Это уникальный синтез танцевального искусства, музыкального искусства и спорта. Бальные танцы завораживают зрителей красотой пластичных движений, экспрессией (неповторимой выразительностью) танцевальных композиций и самих танцоров. Танцоры гибки, пластичны, они имеют королевскую осанку, большую выносливость, их тело полностью подчиняется мыслям и желаниям, они всегда будут в прекрасной физической форме, бодры, энергичны, всегда в центре внимания, всегда смогут выразить себя в искусстве.

Но, первой ступенькой к бальным танцам являются такой вид деятельности как РИТМИКА. В программе дополнительного образования «Массовый спорт» Танцевально-спортивный клуб «Задоринка» выделяет определенное количество часов этому направлению деятельности и в последующем поддерживает и закрепляет результат в течении учебного года.

Ритмика – особый вид музыкальных занятий, на которых дети учатся передавать содержание музыки, настроение, образы с помощью движений. Это сочетание игры, танца и упражнений, которое увлекает детей и приносит немало пользы:

**Физическое развитие.** Ритмика для детей – это прежде всего движения. Во время занятий у ребенка укрепляются мышцы, улучшается координация, он учится владеть своим телом и легко переключаться с одного движения на другое. Со временем его движения становятся плавными, уверенными и грациозными, улучшается осанка, походка делается более легкой. Гармоничное развитие чувства ритма в сочетании с изучением танцевальных элементов и физической нагрузкой – идеальная подготовка к будущим занятиям танцами или любыми другими видами спорта.

В нашем клубе физическому развитию ребенка уделяется большое количество времени, как и другие виды спорта, танцевальный спорт высококоординационный. Чтобы ребенок уверенно чествовал себя на паркете на занятиях используем танцевальные упражнения на статику и динамику( координация в пространстве), скорость и выносливость, а так же быстроту реакции.

**Эстетическое развитие.** На занятиях ритмикой ребенок учится слушать и понимать музыку с помощью различных упражнений: Хлопки в такт с музыкой, акцентированная ходьба с одновременным махом и согнутыми руками, движения руками в различном темпе, различение динамики звука («тихо-громко»), выполнение заданий под музыку, ходьба на каждый счет и через счет, подскоки, галоп, и др. Музыкальные игры и упражнения тренируют чувство ритма, музыкальный слух, память и развивают артистичность. В нашем клубе популярны такие игры как: Зоотанцы, Передай эмоцию, Мим- повторяй за тренером, соседом.

**Развитие творческих способностей и артистизма.** Создавая игровые образы, ребята учатся выражать характер и эмоции персонажей при помощи движений, ведь танец Медленный вальс отличается от танца Утята! Кроме того, занятия помогают юным спортсменам стать более уверенными, раскрепощенными и не бояться выступлений.

Развитие умения общаться и навыков самоконтроля. Танцуя, играя и выполняя упражнения вместе, дети учатся согласовывать движения не только с музыкой, но и с движениями других ребят, например, ходить паровозиком, водить хоровод, танцевать в паре, в ансамбле. А работа в группе развивает коммуникативные навыки. Застенчивым малышам занятия ритмикой помогают раскрыться, стать увереннее и не бояться общения с другими детьми, а сорванцов научат быть более дисциплинированными, слушать педагога и соотносить свои действия с окружающими.

Все эти умения маленькие спортсмены демонстрируют на клубных турнирах «Успешный экзамен» в среденине учебного года, «Итоговый экзамен» в конце учебного года, где у них есть возможность выступить в сольном и в парном варианте и на клубных мероприятиях-концертах «Новогодние радости», «Премия весны», где дети выступают ансамблем.