ГБДОУ №25 компенсирующего
вида Петродворцового района
СПб

ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ “Фитнес-данс”»

Подготовила: воспитатель
Симанович П.А.

“ФИТНЕС- ДАНС” лечебно-профилактический танец. Это новая, нестандартная методика, включающая образные комплексы упражнений оздоровительного танца, упражнения коррекционной гимнастики и лечебной физической культуры.

В программу интегрированы различные формы работы - танцевально-ритмическая гимнастикка, игроритмика, фитбол-аэробика (танцы на мячах), игрогимнастика, игротанец, игровой самомассаж. Нетрадиционные виды упражнений: пальчиковая гимнастика, музыкально-подвижные игры, креативная гимнастика, игропластика, **дыхательная гимнастика.**

В современном обществе приоритетным становится интеллектуальное развитие ребенка. Дети в большинстве своем испытывают «двигательный дефицит», в результате:

увеличивается статистическая нагрузка на определенные группы мышц;

снижается сила и работоспособность мускулатуры;

нарушаются функции организма.

Поэтому необходимо вести поиск новых подходов для привлечения детей к занятиям физкультурой и спортом, развивая интерес к движению как жизненной потребности быть ловким, сильным, смелым.

Танцевальные упражнения направлены на укрепления здоровья ребенка, коррекцию недостатков физического развития (укрепление осанки, на профилактику плоскостопия, улучшение зрения, на расслабление мышц и связок), профилактику заболеваний и увеличения двигательной активности как мощного фактора интеллектуального и эмоционального развития ребенка.

Вводная часть занятия - “эмоциональная разминка”. Подготовка детей эмоционально к предстоящему занятию. Упражнения проводятся под музыкальное сопровождение, используются разнообразные красочные атрибуты (флажки, шары, ленты, обручи, мячи и др.).

Основная часть занятия проводится через разнообразные формы: танцевально-ритмическая, игроритмика, игрогимнастика , игротанец, музыкально-подвижные игры, креативная гимнастика, игропластика, кинезиологические упражнения, фитбол-аэробика, игры в сухом бассейне.

Заключительная часть занятия - психогимнастика, релаксация, дыхательная гимнастика, пальчиковая гимнастика, игровой самомассаж, босохождение. Вызывает у детей чувство удовлетворения от проведенного занятия, создает положительный эмоциональный настрой.

Цель:

Стимулирование и совершенствование развития двигательных способностей и физических качеств у детей, содействие всестороннему развитию личности дошкольника посредством использования танцевально-игровой гимнастики и нестандартного оборудования

Задачи:

- Развивать выразительность и красоту движений;
- Развивать творчество, фантазию при использовании нетрадиционного оборудования;
- Мотивировать детей на двигательную активность, через использование нетрадиционного оборудования в самостоятельных видах деятельности.

С НОВЫМ ГОДОМ!

С НОВЫМ ГОДОМ!

СПАСИБО за ВНИМАНИЕ!