«Танцевальная терапия, как эффективный метод здоровьесбережения дошкольников»

 В настоящее время в связи с тревожной тенденцией ухудшения здоровья детей существует потребность в успешной интеграции профилактических и оздоровительных технологий в образовательном процессе ДОУ.

 В Уставе Всемирной Организации Здравоохранения говорится, что здоровье - это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие.

Одной из важнейших проблем физкультурно-оздоровительной работы ДОУ является внедрение и использование в процессе физического развития детей инновационных технологий.

 Танцевальная терапия - это новая система физического воспитания, оздоровления и творческого самовыражения детей.

 Традиции танца имеют давние исторические корни, а сам танец является одним из ранних проявлений творчества человека. Именно в ритуальных танцах древний человек, соединяя пластические движения с ритмом, выражал свое мироощущение и общался с «духом» природы. Так, в Древней Руси были распространены ритуальные пляски, сочетающиеся с прыганием через костры, которые были приурочены к определенным временам года. А древние греки вообще не сомневались, что человек от пляски становится лучше, совершеннее. Поэтому не случайно на земле Эллады одной из первых муз была Терпсихора - муза танцев. В Африке до сих пор в некоторых племенах сохранился обычай вместо вопроса, к какому роду или племени принадлежит человек, спрашивают, какой танец он танцует (Колесников Л., Никитюк Б., Этинген Л., 1993). Индийский танец может рассказать целую историю. Следовательно, танцу присущи образность и сюжетность, что сближает его с сюжетно-ролевой игрой, которая по выражению Л.С. Выготского, является «корнем» любого детского творчества. Игровые особенности танца также характеризуют его как деятельность, благотворную для развития у дошкольников способностей.

 Таким образом, танцевальная терапия (в буквальном смысле – лечение танцем) объединяет в себе работу с телом, движениями и эмоциями.

 Из опыта работы знаю, что очень важно именно в детстве привить ребенку любовь к движению, к танцу, поскольку раннее приобщение детей к искусству создает необходимые условия для гармоничного развития личности, способствует раскрытию физического и духовного начала, создает тот гармоничный синтез души и тела, к которому изначально стремится человек.

 (Автор статьи Пудеева Екатерина Алексеевна)

Приложение

















