**Танец имеет большое воспитательное значение. Осваивая его, занимающиеся не только разучивают движения, но и создают художественный образ. Танец оказывает большое эмоциональное воздействие на исполнителей и зрителей, поэтому его нужно использовать широко, как средство художественного, эстетического и нравственного воспитания детей.**

**Плавные, ритмичные движения под мелодичную, красивую музыку или озорные веселые пляски доставляют эстетическое наслаждение каждому ребенку и являются одним из любимых видов двигательной деятельности дошкольников.**

**Танцы являются хорошим средством борьбы с гиподинамией, оказывают благоприятное влияние на сердечно – сосудистую, дыхательную и нервную системы организма, позволяют поддерживать гибкость позвоночника, содействуют подвижности в суставах и развивают выносливость. Способствуют формиргванию правльной осанки, ркасивой и легкой походки, плавности, грациозности и изящества движений. С помощью танцевальных движений можно воспитывать внимание,Ж умение ориентироватьсяч во времени и пространстве, способствовать развитию ловкости и координации движений.**

**Танцующий ребенок испытывает неповторимые ощущения от свободы и легкости движений, от умения владеть своим телом, его радует точность и красота, с которыми он выполняет танцевальные упражнения.**

**Сам танец совместно с музыкой имеет огромный психотерапевтический потенциал и воздействует на занимающихся через все органы чувств, и особенно – нервную систему. Отсюда появляются различные направления танцевальной психотерапии, основная цель которой – принести облегчение детям с неустойчивой нервной системой, эмоционально перегруженным.**

**Танец может служить не только как средство психофизиологической регуляции, но и как средство установления межличностых отношений в группе, проявления индивидуальности личности каждого ребенка, самовыражения, высвобождения в движении подавленных чувств, самоутверждения. Занятия с использованием музыки и танца стимулируют творческий потенциал детей, способствуют коррекции системы отношений личности.**

**Таким образом, музыка и танец имеют большое оздоровительное значение и могут применяться в терапевтическом и психотерапевтическом лечении, в также для коррекции и профилактики различных заболеваний у детей дошкольного возраста.**