**«Танец как средство физического развития и воспитания»**

**Консультация для родителей**

**Музыкальный руководитель/хореограф Потапова Т.Б.**

Танец возник в глубокой древности из разнообразных движений и жестов, связанных с трудовыми процессами и эмоциональными впечатлениями от окружающего мира. Постепенно движения изменялись, обобщались, изменялись и сформировалось искусство танца.

Каждая историческая эпоха влияла на логику построения танца, отражались на его стилистических особенностях, создавая свои определенные музыкально – хореографические формы, которые и характеризовали дух времени.

В настоящее время танец обогащается на счет новых танцевальных стилей: джаз, техно, хип-хоп и др.

Танец имеет большое воспитательное значение. Осваивая его, дошкольники не только разучивают движения, но и создают художественный образ, а для этого нужно понимать музыку и замысел автора, найти характер движений. 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 красивую музыку доставляют эстетическое наслаждение каждому ребенку и являются одним из любимых видов двигательной деятельности дошкольников.. Танцевальные упражнения прививают культуру движений: правильную постановку рук, ног, туловища, умение сочетать движения в различных плоскостях, с различной амплитудой, определять точность положения частей тела..

Танцы могут быть одним из наиболее эффективных средств тренировки детского организма и используются как средство тренировки и расслабления, эмоциональной разрядки, снятия физического и нервного напряжения, развития ритмичности и координации движений.

Танец служит не только как средство психофизиологической регуляции, но и как средство установления межличностных отношений в группе, проявления индивидуальности личности каждого ребенка, самовыражения, высвобождения в движении подавляемых чувств, самоутверждения.