**ПОДГОТОВКА РЕБЕНКА К ШКОЛЕ**

**Танец, как средство укрепления здоровья,**

**общего развития и воспитания.**

(Учитель-логопед высшей квалификационной категории МКДОУ Д/С № 117 Центрального района г.Новосибирска

Сидорова Ирина Николаевна)

За последние несколько лет во многом изменился образ школы. Сутью этих преобразований стали требования общества к образованности и компетентности человека. Появились новые предметы и изменилось содержание традиционных предметов – всё это привело к значительному усложнению учебного труда школьников. В наиболее сложном положении оказались самые маленькие ученики, так как поступление в школу – момент жизни ребенка, сопровождающийся ломкой динамического стереотипа, сложившегося за дошкольный период воспитания. Длительные и систематические учебные занятия, снижение двигательной активности, значительная статическая нагрузка, новые обязанности и требования дисциплины – всё это представляет для учащихся первого класса большие трудности. У многих детей, особенно в первые недели и месяцы обучения, возникают такие изменения в организме, которые позволяют говорить о «школьном шоке», «школьном стрессе» и «адаптационной болезни».

Кроме того, в организме неподготовленного к графической деятельности ученика происходит ряд неблагоприятных процессов: у него легко деформируется неокрепший скелет, сжимается грудная клетка, задерживается дыхание, кровообращение, нарушается работа сердца и других органов. При стойких нарушениях осанки появляются морфологические изменения в позвоночном столбе. В дальнейшем это приводит к патологическим явлениям.

Подготовка детей к овладению графикой письма является одним из компонентов деятельности дошкольного учреждения, направленной на обеспечение преемственности воспитательно-образовательного процесса дошкольного учреждения и школы и облегчение перехода детей к выполнению важной социальной функции – функции ученика. Успешное решение этой задачи возможно только при использовании всего потенциала дошкольного образования и взаимодействия всех педагогов учреждения. Лишь их совместные усилия способны создать систему, гармонично воздействующую на личность ребенка и подготавливающую его к будущей деятельности. Физические действия (упражнения) являются неотъемлемой частью этой воздействующей системы.

Развитие двигательного компонента письма на дошкольном этапе играет чрезвычайно важную роль. Чем богаче двигательный опыт ребенка, тем легче формируются двигательные навыки. Этот опыт может успешно приобретаться при выполнении специально подобранных физических упражнений.

По мнению ученых, для успешного овладения графикой письма необходимы: координация движений, пространственные представления, чувство ритма.

**Координация движений** – это согласование работы всех мышц тела. В результате чего движения оказываются размеренными, пластичными, экономными и при этом незаметно, что отдельные мышцы (антагонистические) действуют противоположно. И.М.Сеченов главную роль в деле координации движений отводил мышечному чувству - способности производить ряд сложных и тонких движений, не глядя на объект, а руководствуясь только «мышечным чувством». Наиболее успешно координация движений развивается в детском возрасте и сохраняется длительное время.

Исследованиями ученых доказано, что нет ни одного вида деятельности детей в процессе обучения, в котором **пространственная ориентировка** не являлась бы важным условием усвоения знаний и умений, развития мышления. Поэтому степень развития пространственных представлений можно с полным основанием считать одним из объективных показателей умственного развития ребенка. Их сформированность – показатель нормальной деятельности обоих полушарий головного мозга, признак того, что установилась доминантная роль одного из полушарий, созрела «схема тела». А несформированность – может явиться причиной расстройств **устной и письменной речи**, поскольку речевые центры располагаются в ведущем полушарии. Чем раньше у детей разовьется чувство пространства, тем легче они будут преодолевать трудности в процессе обучения и в жизни.

В самых различных видах деятельности человек сталкивается с задачей овладения объективно заданным в ней ритмом, а для этого ему необходимо иметь **чувство ритма** – способность, которая проявляется при воспроизведении ритмически организованных элементов временного ряда. Ритмические движения являются действенным средством повышения функционального состояния больших полушарий и общего усиления ассоциативной функции мозга. Кроме того, ритмические движения под музыку повышают эмоциональный настрой, дают возможность раскрепоститься и самовыразиться. Исследования свидетельствуют о том, что ритмическое чувство развиваемо. Занимающимся необходимо постоянно осваивать ритмические структуры упражнений. Многообразие таких структур обогащает опыт ребенка. В 50 процентов всех занятий нужно вводить общеразвивающие упражнения в форме ритмической гимнастики.

Значительный вклад в решение перечисленных задач вносят физические занятия. Особое место в процессе физического воспитания детей дошкольного возраста отводится танцам, поскольку, являясь выразительным средством обучения, они обеспечивают интенсивную физическую нагрузку, развивают так необходимые координацию движений, пространственную ориентировку и чувство ритма, а также навыки совместных согласованных действий и творческую активность детей.

Танец – это отличный способ укрепить здоровье, так как плавные и экспрессивные движения распрямляют позвоночник, укрепляют мышцы и улучшают осанку, благотворно влияют на работу органов дыхания и кровообращения, способствуют развитию силы и гибкости.

Занятия танцами с профессиональным хореографом полезны всем детям, а детям с речевыми проблемами – «необходимы как воздух», так как у таких детей наибольшие затруднения в школе вызывает устная и письменная речь. Танец развивает внимание, память, мышление, организованность, целеустремленность, воображение, воспитывает волю, трудолюбие, улучшает характер. Решает психологические проблемы, освобождает от зажимов и комплексов. Дети становятся более раскрепощенными, открытыми, общительными. У ребенка повышается самооценка, формируется позитивно ориентированная личность.

Танец помогает формировать начальные математические и логические представления, развивает активные мыслительные действия: давно доказано, что существует связь между движением и мышлением. Через тренировку каждого нового движения ребенок развивает мощнейшие нервные сети. На полную мощность начнет работать абстрактное мышление и образное восприятие мира. А мамы и папы смогут гордиться творчески развитым ребенком.

Танец – это возможность детям выражать свои чувства посредством ритмических движений, это искусство, развивающее артистические способности. Поскольку движения в танце естественны, то успех достигается очень быстро и приводит к формированию сильного чувства общности, дружелюбного общения и совместной деятельности. Это самая приятная физическая активность, это развлечение и получение удовольствия (от похвалы, от участия в таком увлекательном занятии, от улучшения внешнего вида и настроения).

Успехи ребенка преумножаются в соответствии с верой в него его родных и близких. Нет «неспособных» детей – есть ленивые или неуверенные в своем ребенке родители. Надо вводить ребенка в мир искусства, ведь оно способно излечивать не только тело, но и душу. В танце каждый ребенок почувствует и найдет то, что нужно именно ему. Девочки станут стройными барышнями с горделивой осанкой и красивыми формами, мальчики научатся быть галантными кавалерами, ведь парные танцы – отличнейшие уроки хороших манер. Недаром же в дворянских семьях воспитание включало, наряду с науками, еще и обязательное освоение танцевального искусства. Танцам обязательно обучали в кадетских корпусах, и эта традиция сохраняется в суворовских и нахимовских училищах.

Дети, занимающиеся танцами, добиваются больших успехов в учебе и в жизни, опережают сверстников в общем развитии.