

VIII Межрегиональная научно-практическая конференция  
учащихся и педагогов учреждений дополнительного образования  
«НОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ»

*Секция: музыка и театр*

**Танцы-это маленькая жизнь! Современные дети в мире танца**  
**МБОУ Школа "Кадет" № 95 г.о. Самара**

Камаева Ксения,  
4 класс (10 лет)  
МБОУ Школа «Кадет» №95  
Кировского р-на г.о. Самара

Руководитель:  
**Князева Наталья Александровна,**  
учитель начальных классов  
МБОУ Школа «Кадет» №95  
г.о. Самара

Самара 2018

## Оглавление

Введение.....	3
Основная часть.....	6
1. Откуда возник танец? .....	6
2. Какие бывают танцы? .....	6
3. Какое значение имеет танец в жизни ребенка? .....	7
4. Мои исследования.....	10
5. Танец в моей жизни.....	13
Заключение.....	14
Список использованных источников и литературы .....	16
Приложения	
Приложение1. Камаева Ксения .....	18
Приложение 2. Наши танцы и флешмоб.....	18
Приложение 3. Наши награды .....	19
Приложение 4. Наши показательные выступления.....	19
Приложение 5.Танцы в саду и в других коллективах.....	20

## **Введение.**

Почему я выбрала эту тему для исследования?

Наблюдая за своими сверстниками, я заметила, услышав музыку, они начинают подпрыгивать и раскачиваться, постукивать ногой или покачиваться из стороны в сторону. И у меня возник вопрос: эти движения можно назвать танцем?

На уроке музыки Олеся Анатольевна нам рассказала, что танцы испокон веков присутствовали в жизни человека в обязательном порядке. Древние люди танцевали ритуальные танцы, офицеры в средневековье выдавали красивые "па" со своими барышнями на балах, в советское время практически каждый школьник умел танцевать вальс.

А сегодня мы танцуем в танцзалах, на дискотеках, на улицах, дома, танцуем в компании и поодиночке, на праздниках, конкурсах. Танцы делают нашу жизнь насыщенной, интересной и увлекательной.

Актуальность темы заключается в том, что с помощью танца люди выражали и выражают свои эмоции, самоощущения. Ведь танец выполняет важные психологические задачи и является неотъемлемой частью повседневного быта людей.

Цель работы: определить влияние занятий танцами на общее развитие учащихся.

Исходя из поставленной цели, можно определить задачи:

- 1) Познакомиться с историей возникновения танцев и их видами;
- 2) Познакомиться с литературой о пользе танца в жизни человека;
- 3) Обобщение информации о влиянии танцев на успеваемость и здоровье учащихся;
- 4) Представить свой опыт занятий танцами;
- 5) Донести данную информацию до других учащихся и дать рекомендации по развитию танцевального творчества детей;

6) Выработать умения и навыки работы с различными информационными источниками (печатными, видео, аудио, Интернет-ресурсами).

Для достижения поставленной цели была изучена литература по данной теме. С целью реализации поставленных задач в практической части проведён опрос учащихся первого класса и родителей, учителей, школьного медицинского работника.

Из изученной литературы по теме мы выяснили: в настоящее время проблема сохранения и укрепления здоровья детей и подростков является одной из актуальных, она привлекает внимание не только медиков, но и педагогов и родителей. Для поддержания психического и физического здоровья специалисты различных отраслей применяют разнообразные средства, среди которых особенное место занимают танцы. Хореография, как средство развития личности рассматривается во многих теоретических науках: социологических, психологических, педагогических. Так, танец как чисто человеческое достояние, особый социокультурный феномен рассматривают ученые О.Авдеев, Л.Блок, К.Бюхер, И.Хайзинга. Группа ученых (А.Моррей, Р.Коллингвуд, А.Хаскел) рассматривают танец как средство проявления эмоций, как заменитель языка. В трудах Коменского Я.А. учитывались различные аспекты художественного воспитания и творческого развития подрастающих поколений.

Различным аспектам хореографической деятельности посвящены современные исследования: Ивлевой Л.Д., Королёвой Э.А.

Игра, как средство художественного воспитания, исследована в работах: Выготского Л.С., Газмана О.С.

Новизна опыта состоит в том, что материал ориентирован не только на развитие детей, но и на совершенствование профессионализма педагога.

В результате проведённого исследования, выяснила, что многие дети хотят научиться танцевать, что танец приносит пользу для здоровья, для развития чувств, для общения, для внешнего вида.

При написании работы использован реферативно- исследовательский метод.

## **Основная часть.**

### **1. Откуда возник танец?**

Еще в древности наши предки придавали танцам большое значение. Почти все важные события в жизни первобытного человека отмечались танцами: рождение, смерть, война, избрание нового вождя, исцеление больного. Танцем выражались моления о дожде, о солнечном свете, о плодородии, о защите и прощении. Индивидуально или в группе они выражали свое внутреннее состояние под ритм простейших ударных инструментов.

На языке танца первобытные люди общались со своими древними богами. Люди просили у своих богов удачной охоты или обильного урожая. Часто движения таких танцев подражали трудовым движениям, разыгрывались целые «сцены» охоты или сбора урожая.

Как правило, ритуальные танцы исполнялись в кругу. Почему? В первую очередь это связано с магическим смыслом: куль Луны и Солнца, вызывание к плодородию, благополучию. С другой стороны- это самая удобная форма исполнения массового обрядового танца. Построение в круг считалось оберегом от злых сил и гарантировало благополучный исход обряда. В охотничьих плясках круг означал облаву, в земледельческих - символизировал плодородие. В кругу лечили и женили.

Вывод: всякий танец у древних знаменовал переживание важных событий в их жизни и соединение человека с «высшими силами природы».

### **2. Какие бывают танцы?**

Когда я начала искать в интернете виды танцев, я просто пришла в восторг, их такое огромное количество, что перечислять их всех нет смысла, напишу только несколько самых распространенных: Латиноамериканские танцы (Джайв, Пасодобль, Румба, Ча-ча-ча, Самба), Европейские танцы (Венский вальс, Танго, Медленный фокстрот), Русские танцы (балет,

русские народные танцы), Уличный стиль танца, пришедший из Нью- Йорка — Брейкданс, Чешский танец — Полька, Спортивные бальные танцы (Медленный Вальс, Танго, Самба, Квикстеп (быстрый фокстрот) и многие другие.

У многих народов танцы были составной частью всех пиров и праздников. Каждый танец очень интересный, имеет свои особенности, так как разные танцы зародились в разных странах. К примеру, полька и мазурка пришли из Польши, а вальс - это традиционно австрийский танец. Очень многие танцы пришли к нам из Латинской Америки, которая знаменита на весь мир своими танцевальными фестивалями и парадами.

Вывод: танец всегда был и продолжает быть информатором жизни, традиций и приоритетов народа, его нравственных установок, передаваемых из поколения в поколение.

### **3.Какое значение имеет танец в жизни ребенка?**

1) Занятия танцем имеют большое значение для *физического развития* детей. Они начинают легко и свободно двигаться, приобретают правильную осанку, избавляются от сутулости, опущенной при ходьбе головы, привычки ставить ноги вовнутрь носками, физические недостатки постепенно исправляются. Также улучшается координация движений, сила мышц, развиваются динамические возможности и дыхательная система, укрепляется сердечно – сосудистая система. Так же занятия танцами позволяют разработать позвоночник, его гибкость, накачать мышечный корсет и определённые группы мышц, помогает растянуть ребёнка, избавить или предотвратить «косолапие», сколиоз, кифоз.

2) Растет *культура поведения*: дети становятся более вежливыми, начинают относиться внимательней к окружающим, находят общие интересы с товарищами, чувствуют себя частью коллектива. Между мальчиками и девочками складываются дружеские отношения. Культура поведения растёт не только во время занятий, но и в обычной жизни.

3) Через танец воспитываются *нравственные качества*. Во время исполнения или просмотра танцевального номера у детей вызываются яркие эмоции, они учатся чувствовать характер и сопереживать, проявлять свое отношение, отличать хорошее от плохого и делать выводы. Те танцевальные композиции, которые несут в себе некоторую мораль, учат детей хорошего отношения к остальным участникам коллектива, и как результат, дети переносят это отношение в повседневную жизнь, в своё общение с друзьями, родителями. Кроме того, хореография, как искусство коллективное, помогает развить с ранних лет чувство коллективизма, ответственности, самостоятельности, целеустремлённости, доброты, принципиальности.

4) Танцевальное искусство имеет и *познавательное значение*. В танце отражены чувства, эмоции, жизнь людей, которые расширяют кругозор ребёнка, обогащают его новыми знаниями и представлениями. В зависимости от сюжета танца, хореография знакомит с литературой, живописью, традициями разных народов, учит разделять добро и зло.

5) Занятия танцами положительно влияют на развитие *памяти, воображения*, помогают ориентироваться в пространстве, чувствовать мелодию и ритм. Исследования показали, что дети, посещающие танцевальные уроки, значительно опережают своих сверстников в умственном развитии, достигают лучших результатов в учебе.

6) Уроки танцев влияют на *эмоциональную сферу* ребенка. Ведь танец и музыка погружают человека в мир эмоций, способствуя не только их рождению, но и освобождению. Во время танца ребенок учится понимать себя, осознавать свои эмоции и впоследствии их выражать. К сожалению, современное общество учит людей стыдиться эмоций и уметь их сдерживать, что приводит к стрессам и болезням, ребенок перестанет быть скованным, не будет бояться быть собой.

## 7) Занятия танцами благотворно влияют на *здоровье* ребенка.

Психологами доказано, что после урока танцев у детей улучшается настроение, они легче сходятся со сверстниками.

Приобретенная грация и пластика останется на всю жизнь. Во время танцев нужно правильно дышать, используя и верхнюю, и нижнюю часть лёгких. Благодаря правильному дыханию, многие процессы, протекающие в организме, придут в норму, улучшится обмен веществ.

Учёные считают, что улучшается мозговая деятельность обоих полушарий: одно регулирует работу за образным мышлением, которое активизируется при импровизации, второе отвечает за логику движений. Такое улучшение способствует повышению у танцора координации движений и ловкости. Также происходит улучшение памяти. И еще, у людей, занимающихся танцами, минимизируется риск появления такого заболевания как «Болезнь Альцгеймера», которое способствует деградации мозга.

Ещё занятия танцами полезны при проблемах со зрением, так как необходимо всё время менять фокусировку взгляда. Таким образом, укрепляются и глазные мышцы.

У танцующих людей присутствует чувство уверенности в себе, они умеют не только красиво двигаться, но и красиво носить наряды, быть в центре внимания.

Танцы воспитывают собранность и организованность. Суметь выполнить все задания, написать рефераты, а потом умчаться на тренировку - это под силу только людям с сильной волей.

Танцы - лучшее средство от стресса. Танец берёт на себя заботу о душевном благополучии человека.

Таким образом, танцы продлевают жизнь, способствуют поддержанию общего тонуса и позволяют сохранить человеку работоспособность.

#### **4. Мои исследования (на примере нашего класса)**

Во время проведения исследования, появились разные вопросы:  
«Зачем ребенку танцы? Полезны ли занятия танцами для ребенка? Какое значение имеет танец для общего развития человека?»

**1. Исследование №1.** Одним из этапов исследования надо было выяснить, насколько информированы мои одноклассники по этой теме. Мы провели опрос, в котором приняли участие 11 учащихся и их родители 4-ого класса нашей школы.

Решили узнать у одноклассников:

1) Вы танцуете?

2) Знаете ли вы как танец влияет на развитие ребенка?

В результате выяснили, что школьники считают, что

3) Танец нужен для:

настроения и тела - 6 учеников;

координации и хорошей осанки - 3 ученика;

физического и психического развития – 1 ученик;

выплеск отрицательных эмоций - 1 ученик.

4) Хотели бы научиться красиво танцевать?

Да - 10 учеников      Возможно - 1 ученик

На вопрос родителям: «Хотели бы вы, чтобы ваши дети занимались танцами»?

Из 11 опрошенных родителей 11 однозначно ответили «Да».

**Вывод:** многие мои одноклассники любят танцевать, но посещать танцевальные кружки не у всех есть возможность. Ребята думают, что занятия танцами полезны для настроения и тела, для физического и психического развития, для координации и хорошей осанки и выплеск отрицательных эмоций.

## **2. Исследование №2.**

*В нашем классе танцами начали заниматься:*

До поступления в школу: 1 учащихся

С 1 класса: 1 учащийся

Хотят записаться в танцевальный кружок: 2 учащихся

Не хотят заниматься танцами: 7 учащихся

На вопрос «Почему не хотят заниматься танцами?», ответили:

1) «Нет возможности оплачивать кружок» - 1 ученик

2) «Родители не хотят» - 1 ученик

3) «Танцы меня не интересуют» - 5 учеников

**Вывод:** Результаты опроса учащихся подтвердили заинтересованность среди учеников к занятиям танцами. Большая часть детей не посещают танцевальные кружки по различным причинам, которые зависят и от их родителей.

## **3. Исследование №3.**

Во 2 классе школы 2 человека занимаются танцами, 1 мальчик занимается 2 года.

*Как влияют танцы на здоровье моих одноклассников?*

В ходе беседы с сотрудниками школы выяснилось следующее:

Учитель физкультуры подтвердил, что физическая крепость и координация развита у 1 девочки.

Школьный медицинский работник сообщила, что у девочки основная группа здоровья, пропусков по болезням практически нет.

**Вывод:** Дети, занимающиеся, танцами меньше болеют, у них здоровые спины, среди них нет детей с увеличением веса и они уравновешены.

Результаты моих исследований показали: родители хотят отдать своего ребенка в кружки развития. Сегодня дети очень много сидят: сначала в школе, затем дома – за компьютером, и большинство современных детей имеют сколиоз и вообще проблемы со спиной. Но если дети танцуют, об этом можно забыть. Никакой другой вид спорта так не корректирует спину и не способствует оздоровлению и выравниванию позвоночника.

#### **4. Исследование №4**

##### *Как танцы влияют на успеваемость?*

По результату опроса сотрудников нашей школы, выяснили:

Учитель музыки подтвердила, что все, 1 девочка и 1 мальчик, уважительно относятся к искусству и очень творческие натуры.

Психолог считает, что память у 2 ребят комбинированная, в основе которой лежат зрительная и двигательная, на это, несомненно, повлияли занятия танцами.

По мнению классного руководителя, у 2 ребят высокая ответственность к поручениям, всегда присутствует уверенность в себе. Они очень коммуникабельные и общительные. Два ученика активны на уроке и хорошо усваивают учебный материал.

**Вывод:** Дети, занимающиеся танцами, добиваются успехов в учебе, опережают своих сверстников в развитии. Эти дети очень дисциплинированные и ответственные. Поэтому они прекрасно справляются с уроками.

## **5. Танец в моей жизни**

Я с четырех лет занимаюсь в хореографической студии (Приложение1). В танцевальный кружок меня привела мама, потому что она считает, что для девочки особенно важно быть стройной, гибкой и иметь красивую осанку. С первых уроков танцы для меня стали любимым занятием. За это время я научилась планировать свое время: успеть сделать уроки, помочь родителям по хозяйству, посещать дополнительные кружки, погулять на улице. За это время у меня появилось много друзей. Занятия танцами дают мне возможность участвовать в различных конкурсах. (Приложение2). В нашей копилке грамоты, дипломы. (Приложение3)

**Вывод:** танцы стали для меня частицей моей жизни. Они дают мне здоровье, уверенность в себе, а также вдохновляют меня, повышают настроение. Танцы – это стимул для учебы и активной жизни в школе. Я и ребята, которые занимаются со мной в группе, гордимся, что у нас есть возможность проявить себя в танцах и показать свое мастерство другим. (Приложение 4).

## **Заключение**

Таким образом, я удостоверилась, что заниматься танцами полезное занятие для ребенка. Подтвердились мои догадки: танец - совершенно особый вид искусства. Он является чем-то большим, чем просто движения под музыку. Изучая данный вопрос, мы пришли к выводу, что танец - это не только набор движений, соединённых между собой. Танец - это большое понятие, включающее в себя и разнообразные движения, и определённую композицию, и подходящую мелодию, и идею. Без этих компонентов танец теряет смысл, перестаёт быть интересным для зрителя. Это способ работы над собой, помогающий добиваться успехов в любой сфере деятельности. А ёщё танцы - прекрасное лекарство, помогающее избавиться от многих заболеваний и укрепить здоровье!

В процессе написания работы мы с мамой прочитали много литературы и узнали влияние танца на организм подрастающего человека. Работая над данной темой, я пришла к выводу, что изучение танца будет способствовать повышению уровня моей хореографии.

Теперь приходя на урок по хореографии, я могу с уверенностью сказать, что занимаясь любимым делом, надо знать его корни и происхождение. У меня появился новый стимул танцевать еще красивее, еще правильнее, ведь каждый танцор-это продолжатель жизни танца, его развития и, возможно, автор новых танцевальных направлений!

А еще занятия танцами благотворно влияют на мыслительные процессы и на наше здоровье.

Я рассказала своим одноклассникам все, что я узнала о танце.

### **Мои рекомендации и пожелания:**

- Ввести занятия танцами в школе:
  - 1) так как не все ребята имеют возможность для посещения танцевальных кружков и студий;

2) чтобы снять напряжение; уменьшить тревожность, агрессивность; высвободить сдерживаемые, подавляемые чувства и эмоции детей;

- Следует обратить особое внимание учащихся и родителей на воспитание позитивного отношения к танцам как к одному из средств всестороннего развития личности.

**Вывод:** Танцы – это не только очень приятный вид досуга. Когда дети танцуют, они выплескивают весь накопившийся за день стресс и это очень важно - ведь дети тоже испытывают много негативных эмоций, не меньше, чем взрослые.

Таким образом, хореография развивает физические способности ребёнка, его нравственные качества, учит быть культурным, расширяет кругозор, обладает большой силой эмоционального воздействия и поэтому является незаменимым средством целостного формирования ребёнка как личности.

Как приятно смотреть на девушку, которая идет красивой и царственной походкой. Ровная спинка, высоко поднята головка, плавные движения рук. А вот и паренек не согнутый просиживанием в Интернете, а стройный и с красиво очерченными мускулами, его плечи расправлены, движения легки и уверены.

Красота тела, красота движений. Это закладывается в человеке с детства и именно танцами.

## **Список использованных источников и литературы**

1. Барышникова Т. Азбука хореографии [Текст]. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий // Т. Барышникова. - СПб.: «ЛЮКСИ», «РЕСПЕКС». 1996. - 256 с.
2. Беликова А. Учите детей танцевать [Текст]: Учеб. пособие для студ. учрежд. сред. проф. образования // А. Беликова, Т. Пуртова, О. Кветная.  
-  
М.: "Владос", серия: "Для средних специальных учебных заведений".  
2003.  
- 256 с.
3. Горбачева А.В. Особенности мотивационных компонентов психических состояний детей, занимающихся хореографией [Текст] / А.В. Горбачева,  
О.И. Мухрыгина // Вестник Самарской гуманитарной академии. 2014. - №  
1 (15). - С. 16-26
4. Зайфферт Д. Педагогика и психология танца [Текст]: заметки хореографа:  
учебное пособие / Д. Зайфферт. - СПб.: Лань: Планета музыки, 2012.  
128с.
5. Лобанова О.А. Танцевально-двигательный опыт как фактор, способствующий развитию адаптивных свойств личности [Электронный источник] / О.А. Лобанова. - Режим доступа:  
<http://nsportal.ru/nachalnayashkola/vospitatelnaya-rabota/2015/05/04/tantsevalnyy-opyt-kak-faktor-spособstvuyushchiy>

6. Счаснович А.Е. Воспитание танцем (первые шаги) [Текст] / А.Е. Счаснович // Воспитание и обучение: теория, методика и практика Сборник материалов IV Международной научно-практической конференции. Чебоксары, 2015. - С. 217-219.
7. Янаева Н.Н. Хореография [Текст]. Учебник для начальной хореографической школы / Н.Н. Янаева. - М.: Релиз. - 2004. - 340 с.
8. Янковская О.Н. Учить ребенка танцам необходимо [Текст] / О.Н. Янковская // Начальная школа. - 2000. - № 2. - С. 34-37

## Приложения

### Приложение 1. Камаева Ксения



### Приложение 2. Наши танцы и флешмоб



### Приложение 3. Наши награды



### Приложение 4. Наши показательные выступления



Приложение 5. Танцы в саду и в других коллективах.



