

*Муниципальное казённое образовательное учреждение  
дополнительного образования  
Дом детского творчества «Созвездие»  
Верхнекамского района Кировской области*

## Мастер-класс

*«Теннисный мяч как средство для  
развития двигательных-  
координационных способностей  
детей на занятиях хореографии»*



*Злобина О.А.  
педагог дополнительного  
образования*

*Мяч - это рука ребёнка,  
развитие её напрямую  
связано с развитием  
интеллекта.  
Мяч - круглый, как Земля,  
и в этом его сила!*

**С.А.Шмаков**



## Двигательно - координационные способности

Способности	Упражнения с теннисным мячом
координация	работа с мячом способствуют улучшению общей координации тела и конечностей
точность движений	практика с мячом может помочь повысить точность движений, что важно для выполнения сложных и точных движений в танце
баланс	работа с мячом может помочь улучшить баланс, что позволит легче выполнять сложные танцевальные элементы
синхронизация	работа с мячом могут помочь развить способность к синхронизации движений, что важно в групповых танцах
ритмичность	игра с мячом может помочь лучше ощущать ритм и музыку, что способствует более выразительным и ритмичным движениям в танце

## Двигательно - координационные способности

<b>Реакция и скорость</b>	работа с мячом развивает быструю реакцию и скорость движений
<b>Моторика</b>	упражнения с мячом помогут развить мелкую моторику и точность движений, что важно для детальной работы в танце
<b>Фокусировка и концентрация</b>	работа с мячом требует концентрации внимания
<b>Тренировка рук и верхней части корпуса</b>	работа с мячом позволяет уделять внимание тренировке рук, плеч и верхней части тела
<b>Творческий подход</b>	использование мяча может стимулировать творческий подход к занятиям, поскольку можно экспериментировать с различными движениями и комбинациями



## ***Упражнения с теннисным мячом***



## Упражнения с мячом решают следующие задачи:

- Развивают ловкость, координацию движений, пространственную ориентацию, глазомер, крупную и мелкую моторику, вестибулярный аппарат.
- Развивают хорошую реакцию, наблюдательность и внимание
- Развивают музыкальность, чувство темпа и ритма
- Укрепляют мышцы и суставы.
- Активизируют взаимодействие обоих полушарий головного мозга, что стимулирует мыслительный и творческий процесс.
- Активизируют эмоциональное восприятие
- Способствуют совместной деятельности учащихся, развитию их коммуникативных умений устанавливать и поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в коллективе, соотносить своё действие с действием партнёра.

DANCE DANCE DANCE DANCE DANCE DANCE DANCE

WELCOME WELCOME WELCOME



МКОУ ДО ДДТ «Созвездие»  
Верхнекамского района  
Кировской области  
адрес: г. Кирс, улица Гоголя дом 19  
Телефон: (83339) 2-13-26  
e-mail: DDTSozvezdie@yandex.ru

**Благодарю  
за внимание!**

DANCE DANCE DANCE DANCE DANCE DANCE DANCE