**Консультация для родителей Ритмика**

**БУКРИНА ЕЛЕНА МИХАЙЛОВНА**

В любых танцах для детей очень много полезного. Ритмика улучшает гибкость, тонус тела, развивает мускулы. Ритмика помогает в формировании хорошей осанки, равновесия и координации. Детская танцевальная ритмика пробуждает осознание красоты. Танец развивает уверенность и самоуважение. Танец улучшает восприимчивость, понимание, способность к оценке других, помогает научиться уважать их - как за сходства, так и за отличия.

Ритмика – это танцевальные упражнения под музыку, которые учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело.

Ритмика для детей – одно из направлений работы. Занятия предназначены для детей от 5 лет.

Главным в программе танца для детей стоит задача формирования высокого эстетического вкуса детей и укрепления их физического состояния.

Цель занятий ритмикой у детей: научить ребенка чувствовать свое тело, выражать чувства с помощью движений; помочь ребенку стать менее скованным и стеснительным.

Особенность детской танцевальной ритмики: детская хореография развивает не только физические способности молодого организма, но и выстраивает творческие основы личности: сочетание музыки, движений и драматического искусства вырабатывает художественный вкус ребенка, а также способствует развитию его общей культуры и интеллекта.

Большинство уроков ритмики проходят в игровой форме. В программе обучения ритмика, основы хореографии, общая физическая подготовка. Дети учатся слушать музыку, у них развивается чувство ритма, координация, внимание и артистизм, формируется правильная осанка.

Кроме того, что занятия ритмикой забавляют ребенка и приносят ему радость, существует множество факторов, почему данные уроки обязательно следует включить в образовательную систему ребенка:

Занятия ритмикой воспитывают у ребенка музыкальный вкус, прививают любовь к музыке.

Ребенок начинает разделять такие понятия, как темп, ритм и стиль музыки.

Ребенок обучается элементарным танцевальным движениям, улучшается его физическая форма и координация движений.

Благодаря занятиям развивается творческая активность.

Ребенок учится выражать свои эмоции, контролировать душевное состояние, адекватно реагировать на ситуацию.

Занятия ритмикой являются хорошей физической и эмоциональной разрядкой для активных деток.

Занятия ритмикой помогают раскрепоститься застенчивым деткам.

Форма одежды : велосипедки, футболка, носки и чешки