**Ритмика для детей**

 Какой родитель не хочет видеть своего ребенка здоровым и гармонично развитым? А залогом этих качеств, как известно, является всестороннее физическое развитие.

 Обеспечить его можно массой разнообразных способов: это и утренняя гимнастика, и регулярные занятия физкультурой, и хореография, и ритмика, о которой мы и поговорим, поскольку данный вид физической активности подходит для детей самого раннего возраста.

 Что такое хореография, знает, пожалуй, каждый. А вот ритмика не вызывает таких четких ассоциаций. Что же это такое? Ритмика – это разнообразные движения под музыкальное сопровождение, а уж насколько разнообразные, зависит непосредственно от преподавателя.

**Развитие детей на занятиях ритмики.**

 Что дает ребенку ритмика, и в чем её отличия от обычной физкультуры? Главное отличие ритмики от физкультуры в том, что занятия по ритмике проводятся под музыку, кроме того, ритмика идет в дополнение к физкультуре, а не вместо нее. Ведь чем больше физической активности, тем лучше для ребенка.

 Ритмика развивает в малыше, в первую очередь, чувство ритма и хорошее владение собственным телом, а также способствует выработке правильной осанки, придает грацию движениям. Это, если говорить, о чисто технической стороне.

 Если же взглянуть немного глубже, то станет очевидно, что занятия по ритмике учат ребенка, в том числе и выражать свои эмоции под музыку, то есть ритмика развивает в малыше способность к самовыражению.

 Помимо этого на занятиях ребенок учится работать в коллективе и ощущать себя частью этого коллектива. А если в вашей группе по ритмике практикуются показательные выступления, то малыш привыкает быть в центре внимания – во время выступления на сцене. Согласитесь, что это немаловажный опыт для маленького человечка, способствующий его коммуникабельности и раскрепощению.

**Когда отдавать ребенка на ритмику?**

 Оптимальный возраст для начала занятий по ритмике – 3-4 года, когда у ребенка уже в достаточной степени развита координация движений. В принципе большинство центров раннего развития детей ориентировано как раз на это возраст.

 Но если вы изыщете возможность отправить малыша на ритмику еще раньше, то никакого вреда от этого, разумеется, не будет, одна только польза. Во всех остальных случаях рекомендуется проводить подобные занятия с ребенком самостоятельно: учите его прыгать, как зайка, ходить, как косолапый мишка, красться, как лисичка-сестричка, под соответствующие детские песенки. Таким образом, вы обеспечите малышу отличное развитие координации.

 И напоследок, стоит отметить, что занятия по ритмике входят в базовый набор занятий в нашем детском саду. Начиная со средней группы, дети занимаются ритмикой и с 5 лет - танцевальной ритмикой. Но это не значит, что вы не можете водить ребенка в другие танцевальные и хореографические и студии, где вы в полной мере сможете насладиться открытыми уроками и показательными выступлениями крохи, так что во всем можно найти свои плюсы. И, поверьте, гармоничное развитие ребенка действительно стоит наших с вами потраченных усилий.

 С уважением к Вам воспитатель по танцевальной ритмике

 Заслонкина Алла Борисовна