

## Консультация для родителей.

### «Для чего нужно развивать чувство ритма у ребенка?»

Мелехина Анастасия Викторовна  
инструктор по физической культуре  
МДОУ «Детский сад №182»

Ритмы сопровождают нас повсюду. Трудно представить себе область, где бы человек ни сталкивался с ритмом. Учёные уже давно доказали, что даже уже в утробе матери ритм её сердца успокаивает и убаюкивает ребёнка. Так, когда же человек начинает чувствовать ритм? Выходит, ещё до появления на свет! А если чувство ритма является врождённым, то оно просто не может отсутствовать, а может быть только в неразвитом состоянии, на уровне скрытого потенциала.

1. Уравновешивание (*гармонизация*) всех движений при любом виде деятельности. Человек начинает лучше чувствовать и понимать свое тело (его состояние, а, следовательно, лучше управлять им. Отсюда – он меньше устает (выносливость, меньше времени требуется на отдых).

2. Речь (*пение*) становится более управляемой, выразительной, правильно акцентированной. Это позволяет правильно выделять смысловые оттенки и, следовательно, облегчает понимание тем, кто слушает.

3. В эмоциональной сфере тоже происходят изменения, за счет переживания «*чувства полета*». Это происходит потому, что правильно отрегулированные движения (*усилия*) не создают мышечных зажимов. Хороший кровоток в мышцах и органах способствует улучшению тканевого обмена и питания, связки и суставы становятся более гибкими. Все это укрепляет организм, повышает резистентность (*сопротивляемость*) организма агрессивным факторам внешней среды (*иммунитет*). Уравновешенный организм обретает твердую точку опоры (*в том числе, в психологическом смысле*) и вся наша деятельность становится направленной, максимально эффективной, что приносит чувство удовлетворения и, соответственно, улучшает самочувствие и настроение.

4. Изменяется отношение ко времени. Вместо суетливости и торопливости вырабатывается оптимальная скорость действий и реакций.

5. Пространство и объем переживаются более полно, ощущение расстояния, глубины, высоты становятся более соразмерными (*чувство метра*). А это часть обучающей программы детей: ориентация в пространстве и сравнительный анализ.

Единственное отличие чувства ритма от всех остальных чувств — это то, что ритм напрямую связан со слухом. Ритмические ощущения, по сути, — это часть слуховых ощущений. Поэтому любые упражнения для развития чувства ритма направлены и на развитие слуха.

Идеальная ситуация, когда родители занимаются комплексным развитием ребёнка сразу после рождения, в том числе и ритмическим развитием. Песенки, стишки, звуки, которые издаёт мама во время, когда занимается с малышом ежедневной гимнастикой – всё это можно включить в понятие «*развитие чувства ритма*».

Детям постарше: дошкольного и младшего школьного возраста, можно предложить:

декламировать стихи с определёнными ударениями на сильную долю, ведь стих — это тоже ритмическое произведение;

декламировать стихи с хлопками или притопами на сильную и слабую долю поочерёдно;

выполнять элементарные танцевальные ритмичные движения под музыку; играть в ударно-шумовом оркестре.

Барабаны, погремушки, ложки, колокольчики, треугольники, бубны — самое эффективное средство для развития чувства ритма. Если вы купили один из этих инструментов своему ребёнку и желаете заниматься с ним дома самостоятельно, то предложите ему повторять за вами элементарные упражнения для развития чувства ритма: последовательности одинаковых равномерных ударов или наоборот ударов в каком-нибудь прихотливом ритме. Сложных ритмов не нужно бояться – в них нужно разбираться, так же как и в математических уравнениях.

Надо сказать, что над развитием чувства ритма нужно работать целенаправленно. При деловом подходе у одного ребенка результаты становятся ощутимыми после одной-двух тренировок, а у другого – гораздо длительное время. Даже взрослые люди с неразвитым чувством ритма зрительно выделяются среди других.

Дети с развитым чувством ритма лидируют в музыкальном воспитании: ритмично двигаются, танцуют в такт музыки, поют вместе с музыкальным сопровождением, не отставая и не опережая его, уверенней читают стихи, играют в оркестре на музыкальных инструментах индивидуальные партии.

*Уважаемые родители, будьте внимательнее и участливее к своим детям, помогайте им развиваться и радовать вас своими успехами.*