

Управление образования администрации города Хабаровска
муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка - детский сад №167 «Родничок» г. Хабаровск

«Учимся танцевать дома с ребенком!»

**советы и рекомендации для родителей с детьми
младшего дошкольного возраста**



Составили музыкальные руководители:
Богатыренко Анна Александровна
Пискунова Анна Львовна

Октябрь-2020г.

Учимся танцевать дома с ребенком!

Даже если вы не относитесь к тем родителям, которые мечтают о танцевальной карьере для своего малыша, стоит научить ребенка танцевать дома. Танец помогает выразить себя и свои чувства через движения тела.

Почему надо научить ребенка танцевать?

- Танец учит слышать мелодию и чувствовать ритм мелодии.
- Танец развивает координацию движений и тренирует вестибулярный аппарат.
- Танец укрепляют мышечный корсет и опорно-двигательный аппарат.
- Танец учит гибкости и пластичности.
- Танец помогает сформировать правильную осанку и красивую походку.
- Танец помогает развить образное мышление у ребенка и учит воспринимать информацию на слух.
- Во время танцев дети выплескивают накопившуюся энергию, это положительно сказывается на эмоциональном состоянии.

С какого возраста учить ребенка танцевать?

Ученые утверждают, что учить малыша танцевать можно *с рождения*, а включать ему музыку и того раньше: находясь в мамином животике кроха все слышит и запоминает.

Первым этапом обучения танцам является умение слышать мелодию и чувствовать ритм.



Берите малыша на руки (можно в слинг) и плавно танцуйте под спокойную музыку вместе с ним. Скоро вы заметите, что ему это нравится, он начнет просить вас делать это, как только будет слышать музыку.



После полугода можно учить хлопать в ладоши в такт музыке. Многие дети сами под музыку начинают шевелить ножкой или покачивать головой.

В возрасте 1,5-2 лет можно добавить несколько упражнений, которые выполняются под музыку:

- Взяться за руки с мамой и водить хоровод.
- Кружиться.
- Держаться друг за друга и «ездить паровозиком».
- Пожимать плечами.
- Приседать.
- Покачиваться в разные стороны.
- Прыгать на месте. Можно назвать это «танцем маленького воробышка».
- Поднимать ручки вверх и т.д.

В 2,5-3 года ребенок уже может сочетать некоторые упражнения и выполнять определенный порядок действий под музыку, попадая в такт:

- Топать на месте и хлопать в ладоши.
- Топать на месте и покачиваться.
- Поставить руки на пояс и поворачиваться поочередно в разные стороны.
- Прыгать поочередно на разных ножках, руки на поясе.
- Шаг вперед, поворот.
- Шаг назад, хлопок.
- Шаг в сторону, прыжок и т. д.

Последовательность действий можно придумывать самостоятельно, исходя из выбранного музыкального репертуара.

Подключайте фантазию, добавляйте в танец **яркие ленточки, шляпки или косынки**, подражайте птичкам и машите «крылышками», качайте головой, как слон...

Танцуйте вместе с ребенком и покажите, как здорово **кружиться с любимой игрушкой** малыша. **Стучите ложками** в такт музыке. Кстати, это можно делать даже в то время, пока вы готовите обед.

Безусловно, в начале, ребенок не будет успевать выполнять все действия и попадать в такт музыке, будет путаться и забывать последовательность, но со временем вы заметите, как резкие танцевальные движения карапуза начнут превращаться в плавные, малыш начнет выполнять все более сложные действия.

Если ваша фантазия исчерпала себя, в интернете можно найти множество видеороликов, как научить ребенка танцевать в любом возрасте.

Для самых маленьких есть даже специальные детские **песенки-потешки**, которые не только помогут научить ребенка танцевать, но и весело провести время. Вспомните хотя бы «Танец маленьких утят», «Песенки с мамой» Железновой.

Конечно, если вы не хореограф, постигать мастерство малышу придется в танцевальных кружках, но к этому времени ребенок уже получит азы и сможет развить природную способность к танцам.



Учим ребенка танцевать: советы и рекомендации



1. **Главное**, чтобы процесс обучения танцам проходил **весело**.
2. **Выберите** задорную песенку, которая **нравится** ребенку.
Подвижным малышам, чаще всего, нравится быстрая музыка, а тихим деткам подойдет спокойная мелодия. На «ура» пойдут песенки из мультфильмов, которые можно скачать из интернета, или русские народные песни. А перед сном лучше ставить спокойные мелодии, например, классику.
3. **Не делайте** звук слишком **громким**, чтобы не травмировать ушки малыша.
4. **Подбирайте** действия под ритм, чтобы ребенок научился чувствовать музыку.
5. Нет ничего плохого в том, что ребенок отказывается выполнять заданные движения, а придумывает свои. **Разрешите ему поэкспериментировать**.
6. Следите за тем, чтобы малыш не кружился на месте слишком долго. **Не включайте быстрые песни непосредственно перед сном**.
7. **Освободите пространство** для танцев, **чтобы избежать травм**. Если комната заставлена, сдвиньте мебель, уберите все, что может помешать.
8. **Усложняйте** движения по мере освоения предыдущих.
9. **Наблюдайте за малышом** и чаще повторяйте те движения, которые ему нравятся.
10. **Хвалите ребенка**, даже если у него не все получается! Хлопайте в ладоши после каждой песенки, подбадривая таким образом кроху.
11. Если малыш сразу не настроен на танцевальный лад, не отчаивайтесь, **попробуйте показать пример**, как весело и здорово танцевать.
12. Если ребенок не в настроении, **отложите занятия** танцами на некоторое время.