Консультация для родителей

 **«И снова о важности развития чувства ритма у детей»**

*Музыкальный руководитель МДОУ «Детский сад №77»*

*г. Магнитогорска Погор Юлия Евгеньевна*

Ритмы пронизывают жизнь человека. Наша планета и вся Вселенная в целом тоже подчиняются ритмам – прилив, отлив, вращение Земли вокруг Солнца. Для маленькой вселенной малыша – ритм тоже очень важен и является одним из важнейших принципов здорового развития.

***Что же такое Ритм?***

Ритм – это повторение схожих процессов в схожих ситуациях. Дыхание человека – это ритм: каждый вдох немного отличается от другого, но все-таки каждый вдох похож на предыдущий. Если такт представляет собой абсолютно равномерное “мертвое” деление, то ритм – это свойство всего живого. Ритм живого организма в своей основе имеет моторную природу и является одним из его врожденных устойчивых свойств.

Исследования ученых показали, что ритм и повторение необыкновенно важны именно для маленького ребенка, дошкольника. Ритм – это основа любого процесса адаптации. Для ребенка упорядоченное течение дня является существенным облегчением. Не происходит ничего непредвиденного, травматичного, приобретается опыт постоянства и последовательности, сохраняется ощущение защиты. В свою очередь, нерегулярность и недостаток предсказуемости в окружении ребенка ведут к нарушениям развития. Многие родители замечают, что ребенок может бесчисленное количество раз просить почитать одну и ту же сказку, ему не надоедает гулять в одном и том же дворе (в отличие от родителей). Это не прихоти, это все тот ж процесс адаптации. Маленькие дети не могут самостоятельно организовать свою жизнь в соответствии со здоровыми ритмами. Ребенок отдан всему, что происходит в его окружении. Если окружающие его люди будут ночью бодрствовать и заниматься какой-либо деятельностью, а днем спать, то и у ребенка будет формироваться именно такой ритм. Очень важно, чтобы взрослые осознанно помогали ребенку войти в здоровый жизненный ритм.

Несформированность ритмических процессов у детей приводит к нарушению их моторного и психического развития. И, как правило, к отставанию в развитии речи.

 Так когда же человек начинает ощущать и чувствовать ритм? Ну, конечно же, еще до появления на свет, в утробе матери! Ритмы сопровождают нас везде. Ученые утверждают, что ритм сердца матери убаюкивает и успокаивает малыша. Но если чувство ритма у людей врожденное, то отсутствовать оно не может, однако может быть на уровне скрытого потенциала, в неразвитом состоянии.

Что же дает нам хорошо развитое чувство ритма?

А) Гармонизация (уравновешивание) всех движений при любых видах деятельности. Человек начинает лучше понимать и чувствовать свое тело (лучше управляет им и чувствует его состояние). По этой причине оно будет меньше уставать (выносливость), ему будет необходимо меньше времени для отдыха.

Б) Речь и пение - станут более выразительными, управляемыми, правильно акцентированными.  Это даст возможность выделения смысловых оттенков, а значит, облегчит понимание для слушателей.

В) Эмоциональная сфера также подвергнется изменениям, посредством переживания «чувства полета». Дело в том, что грамотно отрегулированные усилия (движения) помогают избежать мышечных зажимов.  Не секрет, что хороший кровоток в органах и мышцах помогает улучшить тканевое питание и обмен, суставы и связки человека становятся более гибкими. Перечисленное влияет на укрепление организма, повышая сопротивляемость к агрессивным факторам во внешней среде (иммунитет).  Такая уравновешенность организма позволяет приобрести твердую точку опоры (включая психологическую сторону) и деятельность человека приобретает максимальную эффективность, становится направленной, это дарит чувство удовлетворения, улучшает настроение и самочувствие.

Г) Объем и пространство более полно переживаются, становятся более соразмерными чувства высоты, глубины, расстояния (чувство метра). Это является частью обучающих программ детей: сравнительный анализ и ориентация в пространстве.

Д) Также изменяется отношение ко времени. На смену торопливости и суеты приходит оптимальная скорость реакций и действий.

Единственным отличием чувства ритма от прочих чувств является его тесная связь со слухом. По сути, ритм является составляющей слуховых ощущений. По этой причине разнообразные упражнения, развивающие чувство ритма, также помогают развивать чувство слуха.

Именно поэтому ритмическим развитием ребенка следует начинать заниматься, как можно раньше. Звуки, стишки, песенки, которые произносит и поет мама, также можно включить в развитие чувства ритма.

Для детишек постарше (дошкольного и младшего школьного возраста) можно посоветовать:

- выполнение элементарных ритмичных танцевальных движений под музыку;

- декламирование стихов с определенным ударением на сильную долю;

- декламирование стишков с притопами и хлопками на слабую и сильную долю поочередно;

- музицирование в ударно-шумовом оркестре. Погремушки, бубны, треугольники, ложки, барабаны, колокольчики – очень эффективные средства для развития чувства ритма.

Над развитием ритма работать нужно целенаправленно. При этом важно понимать, что у одного ребенка могут проявиться ощутимые результаты после пары тренировок, другому же необходимо более длительное время.

Будьте участливее и внимательнее к своим детям, пусть они развиваются и радуют вас своими успехами!