**ЧТО ВЫ ЗНАЕТЕ О РИТМИКЕ?**

 В работе с детьми большое значение имеет воспитание чувства прекрасного, которое формируется на таких занятиях, как рисование, музыка, и включение ритмики в образовательный процесс. Как таковых отдельных занятий по ней нет, но она чередуется с утренней зарядкой. Исключение составляют коррекционные школы, потому что ритмика формирует и физическое развитие.

Ритмика - это сочетание физических упражнений и музыкального сопровождения. В занятиях ритмикой смысл музыки дети должны передать при помощи движений. Целью ритмики является воспитание у детей музыкального восприятия, улучшение двигательных навыков и общей двигательной подготовки, развитие ритмического чувства. Но не следует путать ритмику и хореографию. В первом случае нет речи о заучивании каких-либо танцевальных связок. Основной акцент делается на темпо-ритмическое чувство.

Имея общие представления о том, что такое ритмика, уже можно переходить к более детальному разбору этих занятий для детей дошкольного возраста. Главной целью этих занятий является формирование способности выражать свои эмоции не только с помощью движений, но и мимики, жестов. Во время ритмики используются упражнения, которые состоят из простых танцевальных движений. В ритмике для детей используются такие физические упражнения, как ходьба, бег, прыжки, выполнение заданий с предметами - они нужны для развития общеразвивающих движений. Также важно во время ритмических уроков использовать элемент игры - таким образом, у педагога получится поддерживать интерес детей и развить социально-ролевые навыки.

**Нужна ли детям ритмика?**

Столько радости детям приносит движение! Занимаясь ритмикой, они учатся выражать различные музыкальные образы через пластику своего тела. Стать общительнее, развить музыкальные способности, укрепить здоровье, наконец, получить массу удовольствия и найти свой собственный ритм - это легко и просто!

Трудно переоценить значение движения в развитии ребенка дошкольного возраста. Телесные ощущения для него первостепенны в освоении окружающего мира. Телесный опыт способствует развитию:

* восприятия,
* внимания,
* памяти,
* воображения,
* мышления.

**Ритмичные движения** под музыку вызывают у детей яркие эмоциональные импульсы, разнообразные двигательные реакции, усиливают радость и удовольствие от движения. Дети чрезвычайно чувствительны к музыкальному ритму.

**Ритмика** - (от греч. rhythmos - порядок движения), ритмическое воспитание, педагогические системы и методы, построенные на сочетании музыкальных (художественных) форм и пластических движений.

**Ритмика** способствует развитию у детей музыкального восприятия, эмоциональности и образности, совершенствованию мелодического и гармонического слуха, музыкальной памяти, чувства ритма, культуры движений, умению творчески воплощать музыкально-двигательный образ. В ритмике сливаются воедино слуховое (ритмическое) и зрительное впечатления, естественными и выразительными движениями передаётся эмоциональное состояние человека. Движения под музыку можно рассматривать как важнейшее средство развития телесного опыта ребенка и, следовательно, развития его личности в целом, в этом и поможет ритмика.

Занятия ритмикой повышают двигательную активность, улучшают осанку, благоприятно влияют на сердечно – сосудистую и дыхательную системы детей. В процессе занятий ритмикой эффективно развиваются координация движений, быстрота, сила, выносливость, подвижность в суставах, физическая работоспособность.