**Греческое слово «**rhythmos» означает порядок движения. Сегодня в качестве дополнительного образования существуют множество секций и кружков, связанных с танцами и ритмикой. Многие считают , что на ритмике дети занимаются танцами, это не совсем верно. В отличии от занятий танцами на ритмике развивается восприятие ритма, тогда как на танцах дети разучивают танцевальные па, перестроения, фигуры и так далее . **При работе с дошкольниками очень важно, чтоб музыкальный материал имел ярко выраженный характер, каждая музыканая композиция имела программность, название, чтобы ребенку было легче в своем воображении представить какой-то образ или действие , а потом изобразить это в движении. В этом и заключается главная задача ритмики – активно развивать восприятие и уметь передать образ посредством движений.**

**С ритмом дети знакомятся еще в утробе матери, ведь они постоянно слышат ритмический стук ее сердца. Этот же стук успокаивает их после рождения, когда мать, укачивая малыша, приживает его к сердцу или похлопывает его по спинке. Отсюда вывод, что каждый ребенок может от природы не иметь слуха ,но обладает чувством ритма.**

**На музыкальных занятиях в детском саду чувство ритма активно развивается во всех сферах музыкальной деятельности, даже пальчиковая гимнастика чаще всего исполняется с одновременным чтением стихов, а каждое стихотворение имеет ритмическую пульсацию.**

Окунемся в физиологию. У каждого человека есть два полушария мозга. Правый отвечает за творчество, интуицию, левое за логику, анализ. Ритм объединяет работу этих двух полушарий.  Ритм , как таблица, которая объединяет все полученную ребенком информацию, и упорядочивает ее. Таким образом ребенок лучше понимает свое тело, улучшается координация, даже развивается речь. Такой ребенок лучше обучается и воспринимает информацию . Но ведь развитие ребенка – это не только развитие умственных способностей. Иногда ритмику сравнивают с физкультурой под музыку. Про пользу физических упражнений много сказано и написано, не секрет, что современные дети малоподвижны, но мало просто заставить его приседать или отжиматься. Ребенку быстро надоест и станет скучно, а музыка поднимает настроение, активизирует слуховое восприятие, музыкальные композиции с текстом помогают ребенку лучше уловить образ, и передать его в движении.

Так же ритмические упражнения формируют правильную осанку, укрепляют мышечный каркас, развивают ловкость, гибкость, пластичность. В движении активизируется кровообращение, мозг активно снабжается кислородом, у детей, занимающихся ритмикой наблюдается более успешная обучаемость в школе, легкое усвоение образовательных программ.

Педагогу важно уметь правильно подбирать музыкальный материал, учитывать возрастные способности детей. Легкие упражнения будут скучны ребенку и не принесут результата, а сложные отобьют желание, ведь детям нравится та деятельность, которая им удается.

Главной формой обучения в дошкольном возрасте должна быть игра. Сами по себе задания не заинтересуют ребенка, нужно именно заинтриговать, завлечь в игровой процесс,

Тогда и отдача будет большей.

Важно «не засиживаться» долго на одном и том же музыкальном материале, даже если он не выучен до конца, можно снова повторить его через пару занятий, но не допускать надоедания одних и тех же постановок, танцевальных композиций или игр.

В отличии от танцев в ритмике нет сложных замысловатых па. Все движения понятные, используются разные простые элементы.

Важно на каждом занятии придумать сюжет: будь то сказка, или определенная тема. Тогда занятие для ребенка превращается в мини-спектакль. Обязательно хвалить и замечать успехи.

* Очень популярны и любимы детьми легкие и доступные упражнения с предметами: мячики, ленты, султанчики, массажные мячики, музыкальные и шумовые инструменты, шарфы и прочее.
* При построении занятия важна постоянная смена деятельности, для умеренной нагрузки на детский организм важно менять активную деятельность на пассивную, включать дыхательную гимнастику, спокойные упражнения на развитие гибкости, нейро-игры, укладываться во временные рамки, указанные СанПиНом для каждого возраста.

**Пример игрового упражнения «Великаны и гномики»**

После того как одних детей, например, мальчиков, определили в гномиков, а девочек в великанов, звучит музыка. По команде гномики должны двигаться только в полуприседе, а великаны — в полный рост. Как только звучит новое произведение, дети меняются ролями. Девочки превращаются в гномиков, мальчики — в великанов.

Существует много разработанных комплексов для занятия ритмикой детьми разных возрастов. Но структура у них общая для всех.

* Вводная часть — разминка. Разминочные упражнения для ритмики: ходьба на месте или по кругу, лёгкий бег, прыжки как мячик, ветерок (дети поднимают руки и покачивают ими, будто ветер колышет ветви деревьев).
* Основная часть — непосредственно, игровой сценарий.
* Завершающая часть — заминка.  Это медленная ходьба, упражнения на восстановление дыхания (ребёнок, поднимая руки, медленно вдыхает, на выдохе опускает руки).

Важный момент — интенсивный темп движений обязательно чередуется более умеренным. Это помогает избежать переутомления и поддержать детскую активность на должном уровне.

**Какую музыку выбрать для ритмики**

Музыка — самый важный момент в занятиях ритмикой. При этом она должна соответствовать возрастной категории детей, быть понятной для них.

Важно разнообразить музыкальное сопровождение, использовать различные мелодии. Причём, они должны не только различаться по стилю или жанру, но и иметь разный темп и ритм. Отлично, если музыка разнообразна и с точки зрения исполнения, когда фонограмму сменяют живой аккомпаниатор, и наоборот. Так ребёнок учится понимать, что музыка бывает разной.

Уровень сложности повышается, когда аккомпаниатор импровизирует и дети также по ходу занятия должны подстраиваться под изменённый темп музыкального сопровождения. Таким образом, ребёнок быстрее начинает чувствовать мелодию, осознавать её ритм и учиться двигаться в соответствии с ним.

**С какого возраста можно заниматься ритмикой**

Уже с трёх лет ребёнок понимает, как надо двигаться, начинает имитировать движения других детей, чувствует такт и даже пытается самостоятельно придумывать движения. В более старшем возрасте — 5-6 лет, уровень занятий ритмикой усложняется, дети этого возраста более координированы, более пластичны и характер движений более сложный.