

Подготовка к занятиям ритмики



Детские танцы - это изучение основных средств выразительности (движения и позы, пластика и мимика, ритм), которые связаны с эмоциональными впечатлениями маленького человека от окружающего мира.

Детский танец начинается с ритмики, где изучаются простые движения и упражнения, которые складываются в танцевальные композиции. Занятия ритмики больше похожи на игру, но в этой игре ребёнок научится тем вещам, которые очень пригодятся ему в жизни.

На таких занятиях ребёнок не только научится красиво танцевать, двигаться, держать осанку, но и будет развиваться духовно. Ведь танец - это творчество, танец - это именно тот вид искусства, который поможет ребёнку раскрыться, показать окружающим, как он видит этот мир. Что говорить о том, как важно для девочек и мальчиков понятие "первый танец", ведь они хотят чувствовать себя настоящими принцессами и принцами на балах, как в сказках.



Для занятия танцем нужна удобная одежда, не стесняющая движений. Предпочтение должно быть отдано одежде из натуральных тканей, так как она теплее и лучше впитывает пот.

Обязательная одежда и обувь для занятия ритмики:

Для девочек:

1. Гимнастический купальник или футболка (топик).
2. Юбочка (обязательно расклешенная).
3. Балетки или чешки белого цвета.
4. Длинные волосы должны быть собраны в пучок.

Для мальчиков:

1. Футболка.
2. Короткие шорты темного цвета.
3. Балетки или чешки белого или черного цвета.



Полезный совет: чтобы балетки или чешки хорошо держались на ноге вашего ребенка, пришейте впереди резинку.

С уважением, педагог-хореограф
Созина Наталья Алексеевна