

Консультация для родителей

«Танец — это жизнь!»

Танец – это внутренний мир, отраженный в движении, и наряду с другими видами искусства, это самый естественный способ самовыражения. С помощью танца, движений можно выразить множество эмоциональных состояний и чувств, которые мы переживаем в повседневной жизни. Маленькие дети владеют естественной грацией и свободой тела. Энергичные, шустрые, они все свое поведение проявляют через движение. Взрослые часто восклицают: «Сколько же в ребенке энергии, постоянно бегают, суетятся, скачет, прыгает! Откуда в нем столько сил?» Изначально почти всю информацию об окружающем ребенок получает через телесные ощущения, поэтому на разных участках тела имеются зоны, «запоминающие» на всю жизнь положительные и отрицательные отпечатки его общения с миром. Память тела самая крепкая. Поэтому очень важно при развитии ребенка постараться оставить на его теле как можно меньше негативных «отпечатков». Имеются в виду не только физические наказания, раны и травмы, но и психологические зажимы на теле, образующиеся в результате переживаний и эмоциональных проблем. Чем меньше отрицательных отметин на теле человека, тем здоровее, свободнее, и благополучнее он себя ощущает. Существуют упражнения, которые дают ребенку ощущения свободы, радости, развивают пластику, гибкость, легкость тела, плавность движения; стимулирующие моторное и эмоциональное самовыражение, снимают психологические зажимы. Эти упражнения относятся к танцевальным методам. Совместные танцевальные занятия детей и родителей способствуют укреплению эмоциональных контактов, взаимопониманию и доверию. Научившись свободно двигаться, вы откроете в себе и ребенке творца! Попробуйте, двигайтесь, танцуйте, и вы обязательно убедитесь в этом!

Игровое упражнение:

1. Выберите любое животное, насекомое или птицу, ребенок пусть тоже выберет. (Но не говорите, кого выбрали)
 2. Не меньше 3х минут вы должны быть этим животным, «переняв» его форму, движения, звуки.
 3. Ползайте, прыгайте, скачите и «летайте», шумите, изображая это животное.
 4. Подходите к заданию творчески.
 5. Во время игрового упражнения взаимодействуйте с ребенком в «образе».
- В заключении поделитесь своими впечатлениями от игры. Отличного настроения вам и вашим дорогим деткам!