



ВНЕШНИЙ ВИД ДЕТЕЙ НА МУЗЫКАЛЬНЫХ ЗАНЯТИЯХ

Музыкальное занятие в детском саду проводится два раза в неделю в каждой группе. Так же проводятся индивидуальные занятия, досуги, праздники и развлечения. В эти дни дети приходят в музыкальный зал, где все приготовлено для успешного проведения музыкального занятия. Для того, чтобы ребенок мог свободно двигаться во время исполнения упражнений, плясок необходима соответствующая обувь. Прежде всего она должна быть фиксированная. Например, **Чешки**. И совсем недопустимо, чтобы ребенок был в комнатных тапочках, «сланцах» или просто в «шлепках».

На музыкальных занятиях мы приучаем детей видеть красивое, пробуждаем интерес к окружающему миру и его красоте. А как же это сделать, если наши девочки приходят на занятие неопрятные, а мальчики в помятой одежде? Очень важно, чтобы девочки были одеты в юбки, потому, что иначе им просто не удастся поставить руки на юбку во время танцев. Это приведет к тому, что у них появится привычка держать руки в воздухе, даже когда они будут в юбке или платье на празднике. Мальчики перед началом занятия обязательно должны хорошо заправить рубашки в брюки, чтобы выглядеть эстетично.

Мы очень просим Вас, дорогие родители, одевайте детей по сезону. Следите за аккуратностью их внешнего вида.



ДЕТСКАЯ ОБУВЬ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ

Чешки являются обувью, использующейся, как правило, для двух видов деятельности вашего ребенка – танцы и спорт. И то, и другое занятие являются весьма ответственной деятельностью, во время которой нужно сосредотачиваться только на упражнениях, будущих достижениях и рекомендациях руководителей. Естественно, спортивное «обмундирование» должно способствовать нормальным тренировкам и урокам танцев, не отвлекая от дела.

Чешки сегодня востребованы не только в спортивных секциях и танцевальных кружках, но в детских садах и школах, ведь они считаются самой удобной и легкой обувью для занятия физической культурой и танцами. Данная обувь помогает защищать ногу ребенка от возможных

МЕХАНИЧЕСКИХ ПОВРЕЖДЕНИЙ И ВЫВИХОВ, НО В ТО ЖЕ ВРЕМЯ НЕ ЗАТРУДНЯЕТ ДВИЖЕНИЕ, ПОЛНОСТЬЮ РАСКРЕПОЩАЕТ СТОПУ И ПОЗВОЛЯЕТ ПРАВИЛЬНО ВЫПОЛНЯТЬ ЗАДАВАЕМЫЕ УПРАЖНЕНИЯ.

Чешки - это СПЕЦобувь, на время музыкальных и физкультурных занятий. Ребенку необходимо правильное формирование стопы, для этого и носят обувь с четко фиксированной подошвой, но на физкультуре дети встают на носочки, выполняют различные музыкально-ритмические движения, им нужна гибкая стопа, поэтому детей переодевают в чешки. Это предусмотрено медициной, и помимо занятий музыкой и физкультурой чешки в дошкольных учреждениях не одевают.

Для профилактики плоскостопия делайте профилактические упражнения: ходьба на пятках, носках, катайте скалочку, ходите босиком по массажным коврикам (можно изготовить самостоятельно: нашить мешочки и наполнить их песком, горохом, фасолью, орехами, шишками и т. д., разложить мех, паролон, 'колючки' и т.д.), поднимайте пальцами ног карандаш или фломастер.

Дошкольникам необходимо разрабатывать голеностоп, растягивать подъем, а уж потом можно переходить с чешек на другую обувь, которая плотно охватывает щиколотку (ношение короткой обуви приводит к деформации пальцев и быстрому утомлению ноги). Предпочтителен широкий носок; легкая, гибкая подошва должна быть достаточно твердой и не скользить. Задник должен быть цельным без вырезов и вставок. Кроме того, он должен быть достаточно жестким, с закругленным верхом.

Младшим школьникам необходимо наличие невысокого, устойчивого, широкого каблука, который обеспечит тренировку мышц ног и спины, а также выправит осанку. Очень важным является наличие вклеенной на фабрике ортопедической стельки с супинатором, назначение которой – профилактика возникновения плоскостопия (Супинатор – маленький бугорок у внутреннего края подошвы, который поднимает продольный свод стопы и обеспечивает физиологически правильную фиксацию ножки).

**Музыкальный руководитель
Карпенко Я.В. 2021г.**

