|  |
| --- |
| **ВНЕШНИЙ ВИД ДЕТЕЙ НА МУЗЫКАЛЬНЫХ ЗАНЯТИЯХ** |
| |  | | --- | |  |  |  | | --- | | http://www.edu.cap.ru/home/5005/stranici/15296187.gifМузыкальное занятие в детском саду проводится два раза в неделю в каждой группе. В эти дни дети приходят в музыкальный зал, где все приготовлено для успешного проведения музыкальной деятельности. Для того, чтобы ребенок мог свободно двигаться во время исполнения упражнений, плясок необходима соответствующая обувь. Прежде всего, она должна быть фиксированной, например, чешки.  На музыкальных занятиях мы приучаем детей видеть красивое, пробуждаем интерес к окружающему миру и его красоте. Очень важно, чтобы девочки были одеты в юбки, платья или сарафаны. Иначе им просто не удастся поставить руки на юбку во время танца. 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. Следите за аккуратностью внешнего вида детей!  http://www.edu.cap.ru/home/5005/stranici/000.gif**ДЕТСКАЯ ОБУВЬ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ**  **Чешки** являются обувью, использующейся, как правило, для танцев и спорта. Чешки сегодня востребованы в спортивных секциях, танцевальных кружках, 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, но в то же время не затрудняет движение, полностью раскрепощает стопу и позволяет правильно выполнять задаваемые упражнения.  **Чешки** - это специальная обувь для музыкальных и физкультурных занятий. Ребенку необходимо правильное формирование стопы, для этого и носят обувь с четко фиксированной подошвой. На музыкальных занятиях дети встают на носочки, выполняют различные музыкально-ритмические движения, им нужна гибкая стопа.  Для профилактики плоскостопия выполняйте профилактические упражнения: ходьба на пятках, носках, катайте скалочку, ходите босиком по массажным коврикам (можно изготовить самостоятельно: сшить мешочки и наполнить их песком, горохом, фасолью, орехами, шишками и т. д., разложить мех, поролон), 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). | |