**Консультация для родителей**

**Развитие творческой активности ребенка в танцевально-игровой гимнастике вместе с семьей**

Музыкальный руководитель Горобец Лилия Николаевна

Дошкольный возраст - один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека.

В этот период жизни дети охотно приобщаются к искусству, музыке, творчеству. Воздействуя на эмоционально-чувственную сферу ребёнка, музыка оказывает влияние на процессы воспитания духовности, культуры чувств. Огромные возможности в развитие интеллекта, физического и психического здоровья, культуры, нравственности заложены в синтезе танца, музыки, игры и пластичных движений, а именно в танцевально-игровой гимнастике.

Развитие эмоциональной сферы достигается музыкальным сопровождением и элементами танца, входящими в упражнения танцевально-ритмической гимнастики, образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных.

**Рекомендуемые упражнения. Разминка**: Игра «Аты-баты шли солдаты», «Танец утят», упражнение «Мячи», игра «Нитка-иголка».

**Основная часть**: Плавные наклоны головы с поворотом шеи «Маятник». Вращение кистей рук «Кисточка». Вращение рук в плечевом суставе «Мельница». Наклоны туловища в стороны и вперед «Часики». Шаги с продвижением вперед на полной стопе, затем полупальцах стоя и в полуприсяде «Жираф». Приставные шаги вперед (на полной стопе) «Петушок». Шаги с продвижением вперед на стопе, сочетаемые с отведением рук назад на горизонтальной уровне «Конькобежец». Шаги с наклоном туловища вперед «Цапля». Шаги в полном приседе «Гусенок». Бег на полупальцах (по кругу лицом вперед) «Оленёнок». Отведение ног назад (или махи назад) «Жеребёнок». Упражнения для растяжки голеностопного сустава «Крабик». Упражнение для стоп, лежа на животе «Лягушонок» на животе. Упражнение для растяжки мышц спины «Тутти». Упражнение для разогрева позвоночника скручиванием в стороны «Веревочка». Упражнение для развития мышц спины «Коробочка», «Рыбка». Упражнение для растяжки задней поверхности бедра и выворотности стоп « Крестик». Упражнение для укрепления мышц бедер. Равновесие «Пассе». Упражнения для растяжки задней поверхности бедра и выворотности стоп «Циркуль». Упражнения для растяжки в боковой шпагат «Сороконожка». Упражнение для растяжки в боковой шпагата «Каракатица». Стоика на предплечьях с позиции полушпагата «Свечка». Кувырки в сторону, назад «Колобок в сторону», «Колобок назад». Кувырки в сторону с разведением ног в боковой шпагат. Игры-превращения«Незнайка», «Великаны и гномы», «Кошка выпускает когти», «Стряхнем воду с платочков», «Крылья самолетов и веревочки», «Скакалочка», «Паровозики».

**Заключительная часть:** Упражнения в напряжении и расслаблении, раскачивание рук и корпуса. Упражнения на гибкость: последовательное сгибание и разгибание корпуса «Волна вперед», «Волна назад»; наклоны туловища назад в опоре на животе «Запятая». Выполнение упражнений «Ванька-встанька», «Кошечка», «Собачка», «Петрушка», «Кузнецы», «Лодочка», «Коробочка», «Я на солнышке лежу».