

## Зачем нужны чешки на музыкальных занятиях?



Каждый из нас, наверное, помнит, когда ходили в детский сад, на музыкальные занятия приходилось надевать чешки.

Как ни удивительно, это правило действует и сейчас.

«Почему же?» - спросите Вы – ведь сейчас такой большой выбор обуви для детей, есть

намного красивее. А дело вот в чем. На музыкальных занятиях дети осваивают несколько видов деятельности. Одной из них является музыкально-ритмическая деятельность – танцы. В обычной обуви выполнять танцевальные движения неудобно, а иногда и невозможно. Подошва в такой обуви жесткая, нога часто перетянута ремешком, нередко очень широким (особенно у мальчиков). А ведь танец предполагает легкость движений, дети активно двигаются по залу. Неудобные и довольно тяжелые сандалии увеличивают нагрузку на детские ножки.

Для любых случаев жизни, обувь, прежде всего, должна быть удобной и музыкальные занятия в детском саду не исключение из этого правила.



**Чешки** — специальная обувь для музыкально – ритмических занятий и танцев. Именно поэтому чешки занимают одно из ведущих мест при подготовке к музыкальным занятиям.

У них легкая, гибкая подошва, которая не скользит и позволяет детям безопасно бегать, прыгать, выполнять танцевальные движения, что немало важно, материал из которого шьют чешки — натуральная кожа, поэтому ножка вашего ребенка не будет потеть.

Одно из свойств кожи — растяжение, поэтому со временем, чешка приобретет индивидуальные особенности стопы вашего ребенка и будет сидеть максимально комфортно. Эта обувь позволяет защитить ногу Вашего ребенка от возможных механических повреждений и в то же время незатрудняет движение, полностью

раскрепощает стопу, позволяет правильно выполнять задаваемые упражнения.

На празднике дети выполняют то же самое, что и на занятиях, только в театрализованном оформлении и красивом платье или костюме, а нагрузки остаются прежними. Дело не только в нагрузке, важен и эстетический план. При исполнении танца музыку заглушает шум топающих ножек, разноцветные туфельки отвлекают внимание. Кроме этого, подошва выходных туфель обычно сильно скользит по полу. Вместо того, чтобы наслаждаться своим танцем, ребенок переживает, как бы ни упасть, что часто и случается в таком случае. Использование чешек на музыкальных занятиях, а также во время праздников, помогает детям двигаться легко и безопасно в соответствии с инструкцией по охране жизни и здоровья детей.



### Несколько советов, как правильно выбрать чешки.

**Совет 1:** Нужно внимательно осмотреть внешний вид чешек, заглянуть внутрь и проверить крепость швов.

На чешках не должно быть ни каких лишних строчек и уплотнений. Особое внимание стоит уделять стельке, она должна быть мягкой, что позволит детям удобно ходить в чешках.

**Совет 2:** Обязательно примеряйте чешки на обе ножки вашего ребенка, не делайте эту покупку «за глаза». Ножка в чешке должна лежать достаточно свободно не сжимая стопу в пальцах. Задник чешек должен быть цельным без вырезов.

**Совет 3:** Дайте Вашему ребенку походить в чешках. Ни в коем случае чешки не должны спадать с ножки, и ребенок не должен почувствовать дискомфорт.

**Совет 4:** Если Вы хотите приобрести чешки «на вырост», то рекомендуется покупать чешки с запасом не больше чем 0.3- 0.5 см. В этом случае вам понадобится дополнительное крепление - «резиночка», которая будет фиксировать стопу Вашего ребенка и не даст чешке упасть с ножки. Пришить можно обычную бельевую резинку соответствующим образом. Для этого нужно сложить пятку чешки к стельке ( стельку не вынимать). В местах сгибов пятки и пришивается «резиночка».

**Совет 5:** Чтобы чешки не «задыхались», хранить их желательно в отдельном

ПОЛОТНЯНОМ МЕШОЧКЕ.



И ещё один, очень необходимый момент, с эстетической точки зрения. Очень важно, чтобы на музыкальных занятиях девочки были одеты в юбочки, потому, что иначе им просто не удастся поставить руки на юбку во время танцев. Это приведет к тому, что у них появится привычка в танце держать руки в воздухе, даже когда они будут в юбке или платье на празднике. Да и не очень красиво, когда во время разучивания танца, девочки в трессах или шортиках держат вместо юбочки руками край футболки или кофточки. Юбочки на девочках смотрятся не только красиво, но ещё помогают выработать привычку правильного положения рук в танце, и формированию красивой («как у Принцессы») осанку.

Педагоги в нашем дошкольном учреждении предлагают на утренниках детям выступать в чешках. Но некоторые родители сомневаются, что чешки будут плохо сочетаться с красивым, праздничным платьем. Но, именно этот момент дает волю вашей фантазии и вы можете придумать различные необыкновенные украшения для чешек. Например, в виде бантика или цветка, украсить стразами, кружевами, которые будут сочетаться с платьем вашего ребёнка или костюмом.

Посмотрите, какая красота, а ведь это тоже чешки.

*Желаю вашим детям достичь больших успехов  
в постижении танцевальных движений и  
танцев, получая от этого только  
положительные эмоции*

*Разве можно остаться равнодушным к таким  
замечательным, сказочным и волшебным туфелькам.*

Музыкальный руководитель: Баранова Н.В.

