Усанова Лариса Владимировна

*МАОУ ДОД ЦТР и ГО «Гармония», г. Тавда*

Рекомендации для детей и родителей при подготовке танцора

к участию в хореографическом конкурсе

Более 20 лет на базе Муниципального автономного образовательного учреждения Центр творческого развития и гуманитарного образования «Гармония» работает студия танца «Кристалл». Неотъемлемой частью в жизни студии являются поездки на хореографические конкурсы. Это, безусловно, важнейшее событие в творческой жизни детей, руководителей, а так же их родителей. Без помощи родителей этот процесс был бы очень сложным, так как танец - это коллективная работа и результат успешного выступления – это слаженное взаимодействие родителей, детей и педагога. Обычно, перед конкурсом юный танцор испытывает волнение, так как тяжесть возложенной на него нагрузки и психологические переживания он воспринимает острее. Поэтому родители и педагоги должны как можно внимательнее относиться к ребенку в этот сложный период. Психологическая поддержка своего ребенка на конкурсе, которая должна выражаться только в положительных эмоциях будет являться главной задачей родителей, а главная задача детей на конкурсе - сделать все для своего успешного выступления и для выступления всего коллектива. За время моей работы руководителем студии танца «Кристалл», сформировался свод правил и рекомендаций для детей, принимающих участие в конкурсах и их родителей.

*Рекомендации родителям!*

Перед конкурсом:

- пораньше положить ребенка спать; не водить в сауну, не мыть в жаркой бане; приготовить с вечера концертный костюм; не забыть и почистить танцевальную обувь; покормить ребенка за час до выступления (исключить экзотическую еду!); не показывать ребенку свои волнения и переживания; проверить косметичку, лак для волос, расческу, заколки; сделать прическу, сценический макияж; не забыть бутерброды и напитки (не сладкие);

На конкурсе:

- быть на месте за 1-15 часа до начала конкурса (на выездных конкурсах - прибыть в назначенное время); ознакомиться с порядком выступления; всему коллективу переодеваться в одной комнате; за 30 минут до начала выступления отправить ребенка разминаться; следить, что бы с этого момента дети держались все вместе; после первого танца помочь ребенку переодеться на второй выход.

После конкурса:

- если ваш коллектив не занял 1 место и не стал победителем на конкурсе – НЕ ДЕЛАЙТЕ ИЗ ЭТОГО ВСЕЛЕНСКУЮ ТРАГЕДИЮ! Обязательно похвалите своего ребенка и отпразднуйте любой результат. Ни в коем случае нельзя делать детям замечания типа «Почему не улыбался», «Не тянул носок» и т.д.; ругать ребенка за неудачно исполненное движение; критиковать чужого ребенка; высказывать в слух свое мнение о выступлении; слушать высказывания родителей соперников и обсуждать выступление другого коллектива. Помните: дети гораздо спокойнее относятся к своим неудачам, чем их родители.

*Рекомендации детям!*

Перед выходим на сцену:

- положительный настрой на выступлении; сохранять спокойствие; постараться побороть волнение; не бояться сцены; не бегать, не прыгать, не мешать другим участникам настраиваться на выступление.

После выступления:

- проанализировать свое выступление (правильность и слаженность выполнения движений, эмоциональность и т.д.); сложить концертные костюмы в кофр; ждать решение жюри; подготовиться к отъезду.

Используемая литература:

Рубштейн Н - Что нужно знать, что бы стать первым. Психология

танцевального спорта. Москва 2002 г.