

子どものリズム感を鍛えるメリットは？

子どもにはいろいろな能力を身につけて欲しいもの。

最近は早い時期から子どものリズム感を育てようと様々な習い事をしている方が増えています。

音楽やダンスの上達には欠かせないリズム感ですが、楽器やダンスが得意になるだけでなくボールを投げたり打ったりする球技や自転車を乗りこなしたり、縄跳びをするにもリズム感は重要。

リズム感を鍛える事は、運動神経を高める事にもつながります。

また、リズム感は普段の生活の中でも役に立つ能力です。

人との会話のテンポや飲み込みの早さも実はリズム感が関わっています。

会話が上手な人は、会話の間が上手にとれ、テンポよくスムーズに会話を進める事が出来ます。

つまり、リズム感はコミュニケーション能力まで影響を与えるのです。

リズム感を鍛えるには、難しく考えないで音楽を聴いて楽しむのが1番！

音楽に合わせて体を動かしたり、手を叩くという動きは良いトレーニングになります。

身体全体で音を楽しむことがリズム感アップの秘訣です。

ポイントは毎日少しずつでも音楽に触れさせ事ですが、聴く音楽はリズムのはっきりとした明るく元気な曲が良いです。

リズムや途中で変調する曲やテンポが速い曲、またスローな曲もリズムに乗りにくいです。テンポは♩＝100～120くらいで、子ども達のよく知っている「あんぱんまんマーチ」や「ドラえもんの歌」などはリズムに合わせてやすい曲です。

また、「あんたがたどこさ」などの童謡もリズムを楽しめる歌もあります。

乳幼児の子ども達は柔軟性が高く、素直に音楽を聴いて身体全体でリズムを感じ、驚異的な吸収力でリズム感を会得する事が出来ます。まずは、少しずつでも良いので音楽に触れる機会を作る事がリズム感アップの近道になりますよ。