

Пять причин заняться танцами

Многие родители, которые хотят, чтобы их дети были здоровы, планируют записать своего ребёнка в танцевальный класс. Не важно, станут ли занятия танцами для ребёнка хобби или призванием, главное – удивительная польза танцев для ребёнка, для его общего развития.

Пять причин, по которым нужно заняться танцами:

1) Танцы укрепляют физическое здоровье.

Лучший подарок, который вы, как родитель, можете подарить своему ребёнку, — привить привычку заниматься спортом, чтобы быть здоровым. А танцы — это форма физических упражнений. Не важно, каким видом танца будет заниматься ребёнок, в любом случае он получит хорошую дозу физических нагрузок. Кроме того, большинство танцевальных «па» направлены на развитие гибкости.

2) Танцы помогают повысить самооценку.

Когда танцуешь, отражается твоя улыбка, выражаются твои эмоции. Танец — это наиболее красивая форма общения. Танцы помогут ребёнку стать более выразительным, помогут его самоощущению в мире добра.

3) Танцы способствуют развитию социальных навыков.

Общение с большим количеством детей, возможность с ними радостно попрыгать и совершенствовать свои позиции и шаги развивают дружеские отношения. Занятия танцами с партнёром или в группе прививают навыки работы в команде и способствуют развитию навыков общения.

4) Танцы помогают сосредоточиться.

Танец подразумевает использование и тела, и ума. Занятие танцами не только поможет развить двигательные навыки, но также является отличным способом развить координацию. Эти важные уроки на координацию помогут ребёнку во многих занятиях жизни.

5) Танцы учат дисциплине.

Маленькие детки полны энергии. Танец учит их направлять эту энергию в нечто конструктивное. Также, будучи в одном классе с другими детьми, ребенок учится, как вести себя рядом с кем-нибудь.

Музыкальный руководитель – Светлана Яковлевна Тохтуева