

Зачем ребёнку нужны танцы?



Ещё в Древней Греции полагали, что для формирования творческой, гармонически развитой личности необходимо всестороннее образование, включающее, помимо обучения арифметике и астрономии, музыку и танцы.

Танец нельзя свести просто к ритмичным движениям под музыку или без неё, это и проявление нашей индивидуальности и неповторимости, истории, рассказанная с помощью движений. Окунувшись в удивительный мир танца и музыки, мы становимся способными открыто выражать свои эмоции, что не всегда позволительно делать в повседневной жизни. Таким образом, танцевальное искусство несёт в себе, помимо

красоты, и психотерапевтический эффект: выражая, себя открыто и ярко. Танец позволяет полностью раскрепоститься и учит не бояться быть самим собой.

Танцы – это также отличный способ укрепить своё здоровье. Плавные и экспрессивные движения распрямляют позвоночник, укрепляют мышцы и улучшают осанку. Но какое влияние оказывает занятие танцами на физическое и интеллектуальное развитие детей? Прежде всего, танцы дают правильную нагрузку на сердце. Это настолько не травматичный вид физической нагрузки, что ими можно заниматься с четырехлетнего возраста.

Занятие танцами хорошо помогает формированию у человека правильной осанки, корректируют спину, выпрямляет позвоночник. Большинство современных детей имеют сколиоз и другие проблемы со спиной. Но если дети танцуют, об этих неприятностях можно забыть. Никакой другой вид спорта так не корректирует спину и не способствует оздоровлению позвоночника. Кроме того, регулярные занятия, формируют правильную и красивую походку, что немаловажно для девочки.

Танцуя, дети учатся понимать музыкальный ритм, слушать музыку, выражать свои чувства и эмоции под музыку. Знаете ли вы, что у танцующих малышей улучшается музыкальный слух? Не все дети ходят в детский сад, но потребность в общении есть у всех, даже у самых маленьких

ребят. Когда детки танцуют, им гораздо проще найти общий язык. Сближает красивая ритмичная музыка и сама атмосфера танцевального класса, сближает веселье и грамотная работа педагога. Кроме того, танцы хорошо раскрепощают.

Танцующие дети быстро находят общий язык со сверстникам Когда дети танцуют, усиливается приток крови к основным органам (сердце и пр., в том числе и к головному мозгу, поднимается настроение. Если ребенок танцует с раннего возраста, то у него сформируется красивая фигура, появится пластика движений и грация. Если детки танцуют с ранних лет, они будут учиться одеваться элегантно – есть интересная закономерность: дети, которые танцуют, имеют неплохой вкус в одежде. Не верите – попробуйте отдать ребенка на танцы и сами в этом убедитесь

