

родителям

Занятия танцами для детей

Занятия танцами – это удовольствие и польза для здоровья ребенка

Наблюдая за тем, как сын или дочурка увлеченно кружится по комнате под музыку, родители порой задумываются: «Раз это доставляет малышу такую радость, пусть позанимается танцами со специалистом! Но, не вредны ли будут для него такие нагрузки?»

Вряд ли можно встретить ребенка, который не любил бы танцевать. И пусть в самом юном возрасте это просто притопывание под понравившуюся мелодию, а затем попытка копировать движения профессиональных танцоров, за которыми малыш увлеченно наблюдает по телевизору. В любом случае танец – это способ выразить свое настроение, выплеснуть эмоции и накопившуюся энергию.

Как влияют занятия танцами на здоровье и развитие детей

Никто не будет спорить с тем, что танцы еще никому не повредили. Но одно дело, когда ребенок просто танцует дома «под настроение», и совсем другое – регулярные занятия в кружке. Какие же положительные стороны такого вида досуга для ребенка и есть ли негативные моменты?

Рассмотрим подробнее, что может получить малыш, занимаясь танцами в коллективе и с опытным педагогом:

Правильная осанка. У ребенка формируется правильная осанка, происходит оздоровление и корректировка позвоночника, исчезают сколиоз, сутулость и другие проблемы со спиной. Кроме того, вырабатывается красивая походка, пластичность и грациозность в движениях.

Польза для здоровья. Занятия танцами дают правильную нагрузку на сердечную и другие мышцы, прекрасно развивают их, благотворно влияют на суставы и сосуды. Регулярные занятия можно начинать уже с четырехлетнего возраста.

Эстетическое развитие. Дети учатся не только слушать, но и «чувствовать музыку», понимать ее, у них улучшается музыкальный слух, развивается чувство ритма. А нарядные костюмы развивают хороший вкус и стремление элегантно одеваться, следить за своей внешностью.

Приятное общение. Атмосфера танцкласса и красивая музыка сближает детей и способствует их общению, поднимает настроение. Они становятся более смелыми, раскрепощенными, открытыми и уверенными в себе.

Эмоциональное развитие. В танце ребенок может под музыку выражать свои эмоции – радость, грусть, неумное веселье. Кроме этого, энергичные

движения помогают малышу расслабиться, избавиться от негативных впечатлений, накопленных за день, или последствий стресса.

Танцы – это замечательно, но где заниматься?

Все рассмотренные аспекты свидетельствуют о несомненной пользе занятий танцами. Но не стоит, конечно, забывать о том, что детское увлечение обязательно потребует от родителей затрат времени и определенных финансовых вложений. Ведь маленьким танцорам понадобится одежда для тренировок, специальная обувь, а для выступлений – красивые костюмы. Но денежные расходы с лихвой окупятся тем, что ваш ребенок будет гармонично развиваться не только физически, но и эмоционально, укреплять здоровье и просто получать удовольствие!

Существует очень много стилей танцев – это и классические, и народные, и множество направлений современного танца. А овладеть навыками танцевального искусства поможет наша детская школа искусств. У нас вы быстрее раскроете талант вашего ребёнка.

Кто знает, может у вас в семье подрастает будущая солистка Большого театра!