

Консультация для родителей

«ЗАЧЕМ РЕБЕНКУ НУЖНЫ ТАНЦЫ?»

Каждый родитель знает, насколько важно не только интеллектуальное, но и физическое развитие ребёнка. Ведь именно в детстве происходит бурный рост организма, активно формируется нервная и костно-мышечная система, совершенствуется дыхательный аппарат и закладываются основы хорошего здоровья. Важно и то, что правильно подобранная физическая нагрузка оказывает положительное влияние на интеллект ребенка.



Влияние танцев на человеческий организм

Специалисты утверждают, что танцы являются великолепной физической практикой даже для малышей 3-х лет. В этом возрасте ребенок отличается превосходной гибкостью, шпагат, мостик и другие подобные упражнения даются ему с легкостью, в то время как взрослым приходится ежедневно прорабатывать их, чтобы вернуть телу детскую гибкость и пластичность. Хореография для детей позволяет сохранить им эти качества на всю жизнь.

1. Физическое здоровье:

Танцы оказывают положительное влияние на суставы, сердце и всю систему кровообращения за счет интервальной нагрузки и равномерного воздействия на все группы мышц. Кроме того, танцы почти не имеют противопоказаний.

2. Психологическое здоровье:

Танец позволяет выплеснуть всю негативную энергию, накопившуюся в течение дня, а также дать свободу своим внутренним переживаниям и энергии.

3. Развитие памяти и интеллекта:

Систематические занятия танцами, заучивание движений, шагов и танцевальных комбинаций – это, во-первых, отличная тренировка для памяти.

4. Коммуникация и социальная адаптация:

Дети учатся находить общий язык друг с другом, работать в паре и в коллективе, где даже у самых маленьких, реализуется потребность в общении.

5. Навык публичных выступлений:

Выступления на сцене снимают всякий страх перед публикой. Развиваются артистичность, музыкальность, чувство ритма, способность к импровизации.

6. Координация:

Занятия танцами развивают координацию и «мышечную память», уходит детская неуклюжесть.

7. Гармоничное физическое развитие:

Дети, занимающиеся танцами, имеют пропорционально развитую мышечную систему, красивую походку и правильную осанку.

Качества, которые воспитывает хореография

Занятия хореографией для детей с постоянными тренировками и репетициями воспитывают трудолюбие, настойчивость, выносливость, в общем, все человеческие качества, которые так необходимы в повседневной жизни. Старания и стремления к достижению определенных высот дают профессионализм в исполнении.

Регулярные занятия хореографией приучат ребенка к внутренней дисциплине с детства – это один из лучших подарков, который вы можете ему сделать. Конечно, во время занятий ребенок направляет внимание на выполнение упражнений, но обучение проходит в группе, и он получает навыки социализации, учится работать в команде, общаться с другими детьми.