

## 5 ПРИЧИН, ПОЧЕМУ РЕБЕНКУ ПОЛЕЗНО УЧИТЬСЯ ТАНЦЕВАТЬ

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

Занятия танцами:

- 1) Укрепляют физическое здоровье  
Лучший подарок, который вы как родитель можете подарить своему ребенку — привить привычку заниматься спортом, чтобы быть здоровым. А танцы — это форма физических упражнений. Неважно, каким видом танца будет заниматься ваш ребенок, в любом случае он будет на ногах и получит хорошую дозу физических нагрузок. Кроме того, большинство танцевальных па направлены на растяжение для развития гибкости.
- 2) Помогают повысить самооценку  
Когда танцуешь, отражается твоя улыбка, выражаются твои эмоции. Танец — это наиболее красивая форма общения. Танцы помогут вашему ребенку стать более выразительным. Помогут его самоощущению в мире добра.
- 3) 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 партнером или в группе прививают навыки работы в команде и способствуют развитию навыков общения.
- 4) 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 вашему ребенку во многих аспектах жизни.
- 5) 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.