

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ – ДЕТСКИЙ САД №521**



**В ЧЁМ ПОЛЬЗА
ТАНЦЕВ ДЛЯ
ДЕТЕЙ!**

Танцы – это не только очень приятный вид досуга. Когда дети танцуют, они выплескивают весь накопившийся за день стресс и это очень важно - ведь дети тоже испытывают много негативных эмоций, не меньше, чем взрослые.

Причина номер 1. Польза для здоровья.

Ничего не даёт такую правильную нагрузку на сердце, как танцы. Хороши танцы и для мышц, сосудов и суставов. Кроме того, танцы настолько нетравматичны, что ими могут заниматься дети с 4 лет. Чего не скажешь о спорте и художественной гимнастике.

Причина номер 2. Хорошая осанка.

Большинство современных детей имеют сколиоз и вообще проблемы со спиной. Но если дети танцуют, об этом можно забыть. Никакой другой вид спорта так не корректирует спину и не способствует оздоровлению и выравниванию позвоночника.

Причина номер 3. Красивая походка.

Этому можно учить с того момента, как ребенок сделал первый шаг. И если дети научатся красиво танцевать, то красиво ходить – и подавно.

Причина номер 4. Общение.

Когда дети танцуют, им проще найти общий язык. Сближает красивая музыка и атмосфера танцкласса, сближает веселье и работа педагога. Кроме того, танцы раскрепощают. Даже если у вас скромный и стеснительный сын или дочка – танцы снимут все барьеры и сделают его более смелым и раскрепощенным.

Причина номер 5. Снятие мышечных зажимов и улучшение настроения.

Танцы делают ребенка более открытым и подвижным. Кроме того, когда дети танцуют, улучшается приток крови ко всем органам, в том числе к мозгу. А соответственно, поднимается настроение.

Причина номер 6. Развитие чувства ритма и музыкальности.

Регулярные занятия танцами учат детей разбираться в ритме танцев и улучшают музыкальный слух ребенка. Дети танцуют, а параллельно учатся слушать музыку и понимать её.

Причина номер 7. Гармоничное развитие и улучшение внешности.

Многие люди только в танце становятся красивыми и привлекательными. Но если дети танцуют с ранних лет, то у них точно будет красивая фигура, грация и пластика, кроме того, они будут учиться одеваться элегантно – есть такая закономерность: дети, которые танцуют, имеют хороший вкус в одежде. Не верите – попробуйте отдать ребенка на танцы и сами в этом убедитесь.

