

ΕΧΕΤΕ ΣΚΕΦΤΕΙ ΤΟΥΣ ΝΕΟΥΣ ΣΤΟΧΟΥΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΙΝΟΥΡΙΑ ΧΡΟΝΙΑ ΓΙΑ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΣΑΣ; Η ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ ΧΟΡΟΥ ΚΑΙ ΙΔΙΟΚΤΗΤΡΙΑ ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΜΕΝΗΣ ΣΧΟΛΗΣ ΧΟΡΟΥ ΣΤΗ ΝΙΚΑΙΑ ΕΛΕΝΗ ΕΜΜΑΝΟΥΗΛΙΔΟΥ ΣΑΣ ΠΡΟΤΕΙΝΕΙ ΝΑ ΞΕΚΙΝΗΣΟΥΝ ΧΟΡΟ ΓΙΑΤΙ ΤΟΥΣ ΚΑΝΕΙ ΜΟΝΟ ΚΑΛΟ! ΠΑΡΑΚΑΤΩ ΜΑΣ ΑΝΑΛΥΕΙ ΤΑ ΟΦΕΛΗ ΤΗΣ ΕΝΑΣΧΟΛΗΣΗΣ ΜΕ ΑΥΤΗ ΤΗΝ ΤΕΧΝΗ!



Χορεύουμε;

Ο χορός είναι μια εξαιρετική φυσική δραστηριότητα και τα παιδιά που λαμβάνουν τακτικά μαθήματα χορού βλέπουν σημαντική βελτίωση στη συνολική σωματική τους υγεία. Η τακτική εξάσκηση χορού μπορεί να αυξήσει την ευελιξία ενός παιδιού, το εύρος της κίνησής του, τη σωματική του δύναμη και την αντοχή. Οι επαναλαμβανόμενες κινήσεις στον χορό μπορούν να βελτιώσουν τον μυϊκό τόνο, να διορθώσουν την κακή στάση του σώματος, να αυξήσουν την ισορροπία και τον συντονισμό και να βελτιώσουν τη συνολική καρδιαγγειακή υγεία του. Εκτός από σωματική δραστηριότητα, ο χορός είναι επίσης μια πολύ κοινωνική δραστηριότητα. Τα μαθήματα χορού μπορούν να

βοηθήσουν τα παιδιά να βελτιώσουν τις κοινωνικές και επικοινωνιακές δεξιότητές τους, να μάθουν να εργάζονται ως μέλη μιας ομάδας, να αναπτύξουν μεγαλύτερη αίσθηση εμπιστοσύνης και συνεργασίας και να κάνουν νέους φίλους. Η εγγραφή ενός παιδιού σε μια σχολή χορού μπορεί να το ενθαρρύνει να προσεγγίσει άλλα παιδιά της ηλικίας. Τα μαθήματα χορού μπορούν να ενισχύσουν τη δημιουργικότητα στα μικρά παιδιά και να τα βοηθήσουν να αναπτύξουν μια εκτίμηση για τις τέχνες. Καθώς τα παιδιά προσαρμόζονται στις κινήσεις και τις στάσεις που απαιτούνται στον χορό, αρχίζουν να έχουν καλύτερη αίσθηση του σώματός τους. Με αυτόν τον τρόπο βελτιώνονται επίσης η εμπιστοσύνη και η αυτοεκτίμησή τους. Καινούρια χρονιά με πολύ χορό λοιπόν!

