

OPINIA

Zajęcia Finger Rhythmics w naszym przedszkolu są niezwykle korzystnym rozwiązaniem dla najmłodszych, ubogacającym maluchy na wielu płaszczyznach. Taniec jako forma ruchu i aktywności fizycznej sprzyja poprawie sprawności, wzmacnianiu mięśni oraz kształtowaniu prawidłowej postawy. Podczas zajęć szczególną uwagę zwraca się na przybieranie odpowiedniej pozycji z prostymi plecami, ściągniętymi łopatkami i uniesioną głową oraz na rytmizację.

Wszystko to uczy dziecko prawidłowych odruchów i zapobiega niezwykle powszechnym problemom wieku dziecięcego takim jak garbienie się, wady postawy, czy skrzywienie kręgosłupa. Oprócz tego dzięki zajęciom z tańca ruchy dziecka nabierają precyzji, stają się bardziej płynne i sprężyste. Finger Rhythmics doskonali także orientację przestrzenną i koordynację. Należy również pamiętać, że każda regularnie wykonywana aktywność fizyczna, chroni dziecko przed nadwagą i otyłością, a tym samym przed chorobami, które wywołują.

Zajęcia Finger Rhythmics wpływają także na rozwój intelektualny dziecka, nauka kolejnych figur i sekwencji ruchu poprawia pamięć. Takie zajęcia pozwalają na zaspokojenie potrzeby ruchu i aktywności, a tym samym łagodzą napięcia i zapobiegają frustracji. Szczególnie korzystnie na dziecko wpływa taniec improwizacyjny, który pozwala na wyrażanie swojej inwencji twórczej oraz emocji. Spokojna muzyka, o łagodnej linii melodycznej działa uspokajająco i relaksacyjnie. Taniec uwrażliwia dzieci na doznania estetyczne i sztukę, ponadto uczy je wielu ważnych umiejętności społecznych. Zajęcia z tańca to czas bliskiego kontaktu z rówieśnikami, co dla nieśmiałych dzieci może stać się okazją do otworzenia się na inne osoby i nawiązania nowych przyjaźni w grupie. Taniec buduje pewność siebie i pomaga walczyć z kompleksami. Dziecko, które chodzi na zajęcia z Finger Rhythmics, uczy się spostrzegawczości, myślenia, koordynacji psychoruchowej, podnosząc przy tym jednocześnie swoją samoocenę.

Izabela Owczarek

DYREKTOR