**Запишите ребенка на танцы: он этого достоин!**   
  
  В последнее время первое место в списке родительских предпочтений   
уверенно занимают танцевальные студии. Как правило, в такие студии   
ребенка ведут не с целью через несколько лет получить отдачу в виде   
медалей и прочих наград. В основном старшее поколение заботится об   
укреплении здоровья или о формировании эстетического вкуса своего   
потомства.   
       
Преимущества занятий танцами именно в детстве перед другими видами   
спорта просто не перечесть. Ведь, как правило, занимаясь каким-либо   
спортом, ребенок тренирует какую-то определенную группу мышц, в то время   
как в танце задействовано все тело, от пальцев рук и ног до   
позвоночника. Идет распределенная нагрузка на все мышцы, что с одной   
стороны снижает риск возникновения перегрузок, а с другой гарантирует   
распределенную нагрузку на все тело. Это ли не замечательно?! Кроме   
того, происходит раскрепощение ребенка. Застенчивость, неуклюжесть,   
угрюмость исчезают у детей уже после нескольких занятий.   
     
При регулярных занятиях танцами повышается кардио-респираторная   
выносливость (укрепление сердечной мышцы и увеличение объема легких),   
улучшается координация, совершенствуются пропорции тела, формируется   
красивая осанка, ну и гибкость, конечно же, потрясающая.   
       
Не стоит забывать и о безусловном позитивном влиянии танцев на   
психологическое здоровье ребенка. У детей закладывается понятие о   
нормальных межличностных отношениях. Их никогда не настигнут комплексы   
относительно своей внешности, не будет скованности в общении с   
противоположным полом. Уже в самом юном возрасте дети–танцоры понимают,   
что девочка – это кокетка, мальчик – галантный кавалер.   
       
Если разбирать все танцевальные стили, которые преподают детям, то для   
девочек, без сомнения, больше всего подходит танец живота - он крайне   
полезен для женского здоровья. Однако не рекомендуется заниматься им в   
начальный период полового созревания. А до и после – пожалуйста! На   
восточные танцы записывают даже трехлетних малышек!   
Существуют и так называемые «возрастные» танцы - фламенко, румба и   
танго. Лучше заниматься ими девочкам, начиная с 16-17 лет, ведь основа   
этих танцев – страсть, чувства, а в детском возрасте это продемонстрировать невозможно.   
       
На ирландские и латинские танцы лучше отдавать детей лет с семи,   
поскольку в более юном возрасте им бывает достаточно сложно понять и   
запомнить очередность движений.   
       
А что касается клубных танцев, то туда дети в основном приходят уже   
сами, начиная с 10-11 лет. Они же смотрят телевизор, видят, как любимые   
артисты двигаются в клипах и на концертах, им хочется уметь так же! За   
счет того, что дети как губки впитывают в себя все новое, они мгновенно   
повторяют движения. Тут главное - подход, ведь при правильном обращении   
ребенок может показать потрясающие результаты, взрослому человеку такие и не снились!   
       
Вообще для детей, в отличие от взрослых, предлагается гораздо больше   
танцевальных направлений. Это и классические танцы (балет) и народные,   
современные эстрадные и эстрадно-спортивные танцы, бальные танцы,   
акробатический рок-н-ролл, джаз-модерн, степ, все клубные танцы. Чтобы   
лучше понять, что ближе именно вашему ребенку, имеет смысл идти в центры   
детского и юношеского творчества, где обучают всем стилям. Сложно   
заранее угадать, чему захочет обучаться ребенок. Возможно, посмотрев   
«вживую» на уроки, он выберет направление, о котором родители и не   
думали.   
       
Потратив сегодня некоторую сумму на танцевальную студию, вы, возможно,   
совершите одно из выгоднейших вложений капитала. Ведь танец – одно из   
первых искусств, «изобретенных» человечеством. Ритуальные пляски первых   
племен, императорские балы, современные дискотеки - прошла не одна   
эпоха, а смысл танца не изменился. Это простейший способ выражения   
чувств и привлечения внимания к собственной персоне. Любому человеку   
надо уметь танцевать.   
     
Кроме того, дети-танцоры - это собранные, целеустремленные, здоровые   
личности, у которых нет времени на праздное шатание по улицам, ведь все   
свободное время они посвящают танцам.   
 