## Что дают занятия хореографией?

К движению под музыку приобщаются как одаренные дети, так и те, кому нужно помочь обрести чувство уверенности в своих силах. Доказано, что двигательные упражнения развивают мозг, позволяют выразить эмоции, реализовать энергию.

Для достижения результата при построении занятия используется принцип радости.

Занятия хореографией развивают творческие способности, воспитывают вкус, развивают координацию движений и чувство ритма. Развивается умение ориентироваться в пространстве, формируется правильная осанка и красивая походка.

В то же время происходит развитие психических процессов (восприятия, внимания, воли, памяти, мышления) и общее оздоровление.

Что входит в программу занятий хореографией?

- Знакомство с основными движениями хореографии: позиции рук, ног.
- Танцевальные этюды. Подвижные игры.
- Разучивание танцев: полька, русский танец, полонез, вальс (облегченные варианты).

По мере усвоения пройденного материала усложняется рисунок танца, добавляются новые композиции. Занятия сопровождаются музыкальными произведениями различных жанров: классическая музыка, народные мелодии, современные ритмы, обработки детских песен.

Форма для занятий у мальчиков — белая, желательно без надписей, футболка и черные или темные шорты. На ногах белые носки и чешки или балетные туфли. У девочек должен быть купальник или белая футболка и юбка до середины бедра. На ногах то же самое, что и у мальчиков.

С уважением, хореограф.