

Мой сын в возрасте трёх лет был довольно скромным и застенчивым ребёнком. Тогда я решила записать его либо в театральную студию, либо на балльные танцы. Сын выбрал танцы, и я ни разу об этом не пожалела.

Год регулярных тренировок снял все зажимы и сделал его более смелым и уверенным в себе. Сын научился выражать эмоции, работать в команде, слушать педагога. Благодаря танцам сформировал в себе выносливость и гибкость.

Когда через два года он проходил отбор в спортивную школу по большому теннису, результаты были просто отличные.

Занимаясь танцами, малыш уже с трёх лет будет развивать такие полезные навыки, как:

- внимание;
- собранность;
- музыкальность;
- дисциплина;
- коммуникабельность;
- ориентация в пространстве;
- координация движений.

А ведь это универсальные навыки, которые пригодятся в любом виде спорта.

Независимо от того, мальчик у вас или девочка, будущий хоккеист, балерина или лыжница, не задумываясь записывайте ребёнка на танцы — и уже в пять лет сможете выбрать желаемый вид спорта.

Лана Богомаз,
главный редактор
«Альпина.Дети»

Конни занимается танцами



История Лианы Шнайдер

С иллюстрациями Евы Венцель-Бюргер

альпина
.дету

2021



Недавно в театре Конни смотрела балет «Спящая красавица». Девочка сидела в первом ряду и зачарованно смотрела на танцоров. «Какие они красивые! Я тоже хочу стать балериной!» — решила в тот день она.

Теперь Конни каждый день танцует в гостиной. Она кружится и прыгает, и вдруг задевает большую вазу с цветами! Ваза разбита, весь пол в воде и лепестках.

— Давай-ка ты будешь учиться танцевать в балетной школе, — решительно говорит мама. — Я запишу тебя сразу после каникул.





И вот наконец первый урок. Конни переодевается в раздевалке и с любопытством заходит в зал. На одной стене здесь висит огромное зеркало. Рядом закреплён длинный-предлинный деревянный поручень — балетный станок.

— Доброе утро, ребята! Меня зовут Штефи, — представляется учительница. — Рассаживайтесь в круг, и давайте знакомиться: пусть каждый назовёт своё имя и расскажет что-нибудь о себе.



— А теперь, ребята, давайте проверим, послушные ли у вас стопы, — предлагает Штефи.

Конни удивлена: как стопы могут быть послушными? Но потом она понимает: так говорят, когда человек может сидя сильно вытянуть вперёд носочки. Все дети старательно тянут носочки, а потом приподнимают и отводят их в сторону.

— Танцоры и танцовщицы должны всегда держать спинки прямо, — говорит Штефи и мягко расправляет ребятам плечи.



