

HAREKET VE SPOR

HAYDİ HOPLA ZIPLA DANS ET!!!

Dans duyguların ifade edilme şekillerinden biridir. Tüm vücudun kullanılarak ritim ve müzik eşliğinde estetik hareketlerle yapılır. Dans aynı zamanda bir tedavi şekli olarak da kullanılır. Gösteri sanatı ve spor dalı olarak da bilinir. Farklı dans türleri vardır. Bunlardan bazılarını aşağıdaki gibi sıralayabiliriz:

Bale

Salsa

Rumba

Çaçça

Samba

Modern dans

Türk halk oyunları

Sirtaki

Lirik dans



Dans türlerindedir.

Dans, bedensel gelişimimize katkı sağlar. Kilo kontrolünü sağlamada da yardımcı olur. Doğaçlama yapıldığında yaratıcı düşünmeyi, kinetik ve fiziksel kabiliyetimizi destekler. Kafamızın içindeki olumsuz duygulardan arınmak, yaratıcılığımızı desteklemek, hayal etmek ve duygularımızı ifade etmek için dans edelim.

Haydi çocuklar en sevdiğimiz şarkıyı açıp doğaçlama, istediğimiz şekilde ritmik hareketlerle dans edelim...

İsterseniz ekimizde bulunan çeşitli dans boyama sayfalarının çıktısını alıp boyayabilirsiniz.

