

Kreatywne Zajęcia Taneczne - wspomaganie dziecka w rozwoju emocjonalnym poprzez twórczą zabawę w ruchu

Nie ma złych lub dobrych emocji. Wszystkie są potrzebne i wartościowe. Od najmłodszych lat jednak spotykamy się ze społecznym oporem przeżywania smutku, złości, strachu, a nawet radości.

Poprzez ruch, taniec i odpowiednie ćwiczenia z zakresu Terapii Tańcem i Ruchem, improwizacji tanecznej, ruchu intuicyjnego możemy dotrzeć do zamrożonych w ciele emocji, dzięki czemu zostają one uwolnione.

Na zajęciach przewidujemy dużo zabawy twórczej, gdzie dziecko z czasem nabiera śmiałości, przejmuje inicjatywę, odważa się przekraczać granice. Będziemy uczyć się kroków tanecznych i technik relaksacyjnych. Czasami będziemy rwącą rzeką, czasami niewzruszoną górą ☺. Zmiana perspektywy ze stania na nogach, na stanie na głowie też może okazać się osiągalna i fajna!

Zapraszamy dzieci w wieku 7-12 lat. Do zobaczenia w MDK!