

Zumba

Jak wiadomo dzieciom w wieku przedszkolnym należy zapewnić jak najwięcej ruchu, oraz zabawy, nie zapominając oczywiście o najważniejszym „BEZPIECZEŃSTWIE”. Dlatego w naszym przedszkolu dzieci wzięły udział w zajęciach "Zumby". Spotkanie poprowadziła mama Natalii. Zajęcia te zacierają granice pomiędzy fitness'em, a rozrywką. Dzieci bardzo chętnie wykonywały polecenia instruktorki, bawiąc się przy wspaniałej muzyce i atmosferze jaka panowała podczas zabawy. Zumba promuje zdrowy tryb życia u dzieci, oraz kształci umiejętność, odpowiedzialność, zaufanie, oraz pracę zespołową. Podczas takich zajęć maluchy uczą się nie tylko tańca, ale i również koordynacji, równowagi, oraz ćwiczą pamięć. A badania wykazały, że zajęcia pobudzają pracę mózgu, a tym samym mają wpływ na rozwój intelektualny dziecka. Zabawa przednia, w której również chłopcy uczestniczyli z wielkim zaangażowaniem. Dzieci dowiodły, że taniec jest dla nich wielką przyjemnością oraz, że nawet tak energiczny taniec jak zumba nie jest w stanie obniżyć ich poziomu energii - wciąż było mało i mało. Po zakończeniu wyczerpującej, ale za to jak miłej i wesołej zabawy, dzieci natychmiast upewniały się kiedy to po raz kolejny spotkamy się na "Zombie".

Serdeczne podziękowania dla pani Roksany za wprowadzenie dzieci w świat wesołej zabawy.

