



PSICODANCE Y DANCE FUSION

INTENCIONES GENERALES DE LA ACTIVIDAD

Participar de actividades, juegos nuevos, en un ambiente alegre y dinámico
Fomentar el hábito deportivo para mejorar la calidad de vida
Mejorar sus capacidades motrices a través de la gimnasia artística.
Podrán comunicar sus sentimientos y emociones a través del baile
Tendrán que aceptar pautas de convivencia, de relación, de consignas organizadoras, de errores y sus correcciones
Cooperación con los compañeros y con la realización del trabajo en equipo valoración de la actividad física, del juego, de la relación con los demás-.

OJETIVOS ESPECIFICOS

Crear un hábito deportivo, a través de las prácticas lúdicas de diferentes disciplinas: la gimnasia artística, el baile y la psicomotricidad
Descubrir y experimentar cada una de ellas, introduciendo las técnicas básicas de cada disciplina.
La ética del deporte y el juego limpio.
Desarrollar la capacidad de programar, organizar, y ejecutar en grupo coreografías.
Expresión corporal como transmisora de sentimientos utilizando la música como instrumento
Adquirir hábitos de higiene corporal
Mejorar la alineación postural. Acrecentar el acervo motor
Que el niño logre a través de la música, expresar sus sentimientos, comunicarse con otro lenguaje, el corporal, de esta manera proponemos el baile como medio de comunicación.

DESARROLLO DE CADA DISCIPLINA.

Gimnasia artística

Beneficios de la gimnasia artística

La gimnasia artística exige al deportista unas condiciones físicas excelentes. Para los niños, la práctica de esta modalidad les ayuda a:

- Corregir ciertas malas posturas corporales
- Aumentar su fuerza, flexibilidad, coordinación y velocidad
- Desarrollar su equilibrio y sentido del ritmo
- Generar confianza en sí mismos

- Fomentar la seguridad en sí mismo y la concentración
- Promover el trabajo en equipo, compañerismo y respeto a los demás.

Baile infantil

Son muchos los beneficios que tiene el baile en los niños, no en vano alguno lo llaman "bailo terapia". El baile permite a los niños perder la timidez, les inyecta seguridad en sí mismo, y al presentarse ante un público y realizar lo ensayado se fomenta la confianza y se eleva la autoestima. El baile les permite liberar tensiones y para los niños hiperactivos es magnífico para canalizar la adrenalina de manera positiva.

Pero los beneficios no son sólo psicológicos o sociales, el baile también tiene muchos beneficios en el cuerpo físico: ayuda a estimular la memoria, la coordinación, el sentido del oído, fomenta el desarrollo del ritmo, fortalece los músculos, combate el sobrepeso, permite al cuerpo liberar toxinas como, brinda fuerza y flexibilidad.

Psicomotricidad

Los ejercicios de psicomotricidad permiten al niño explorar e investigar, superar y transformar situaciones de conflicto, enfrentarse a las limitaciones, relacionarse con los demás, conocer y oponerse a sus miedos, proyectar sus fantasías, vivir sus sueños, desarrollar la iniciativa propia, asumir roles, disfrutar del juego en grupo y expresarse con libertad

Los beneficios de la psicomotricidad en los niños y bebe

- Conciencia del propio cuerpo parado o en movimiento
- Dominio del equilibrio
- Control de las diversas coordinaciones motoras
- Control de la respiración
- Orientación del espacio corporal
- Adaptación al mundo exterior
- Mejora de la creatividad y la expresión de una forma general
- Desarrollo del ritmo
- Mejora de la memoria
- Dominio de los planos horizontales y verticales
- Nociones de intensidad, tamaño y situación
- Discriminación de colores, formas y tamaños
- Nociones de situación y orientación
- Organización del espacio y del tiempo

Diversión segura

La psicomotricidad es una técnica que, a través de ejercicios corporales, trata de instaurar y/o reeducar la globalidad de la persona, aspectos motores, cognitivos y afectivos. A través de psicomotricidad se pretende que el niño, mientras se divierte, desarrolle y perfeccione todas sus habilidades motrices básicas y específicas, potencie la socialización con personas de su misma edad y fomente la creatividad, la concentración, la relajación, etc.