



Через танец человек может осмыслить своё внутреннее состояние. Через собственные выразительные движения

сообщить другому человеку о своих переживаниях, намерениях, ожиданиях. Благодаря языку выразительных движений, а, следовательно, языку тела, возможно легко установить коммуникации с окружающими, также с помощью него можно познать себя и другого.

Исполнение даже самых простых танцевальных движений требует сознательной координации включения в процесс различных групп мышц. Из этого следует, что танцевально-двигательная техника оказывает значительное влияние не только на физическое развитие человека, тренирует дыхательную систему, развивает координацию движений, помогает справиться с гиподинамией, но и снимает психологическое напряжение, открывает новые познавательные возможности.

Наш адрес:

161200, Россия, Вологодская область,
г. Белозерск,
ул. Карла Маркса, д. 62.
Телефон: 8 (817-56) 2-12-71
8 (81756) 3-82-01
Факс: 8 (817-56) 2-33-18
E-mail: kbson_bel@bk.ru
Сайт: kbsonbel.gov35.ru
Группа ВК <https://vk.com/kbsonbel>

График работы

Понедельник-пятница: с 8:00 до 17:00

Обед: с 12.30—13.30

Выходной: суббота, воскресенье

В праздничные дни рабочий день сокращен на 1 час.



БУСОВО «Комплексный центр
социального обслуживания населения
Белозерского района»

ТАНЦЕВАЛЬНО- ДВИГАТЕЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ



г. Белозерск

Танцевально-двигательная терапия – это направление в психологии, которое объединяет работу с телом, движениями и эмоциями и воспринимает тело как зеркало души, а движение – это выражение «Я» человека.

Основная цель – достижение внутренней и внешней гармонии посредством танца.

Танцевальная терапия дает возможность:

- снять напряжение, избавиться от страха и усталости;
- помочь замкнутым, необщительным, эмоционально неуравновешенным людям;
- поддержать людей с психическими и физическими недостатками;
- выявить творческие способности, повысить собственную самооценку.



Танцевальная терапия подходит для разных категорий людей - от психических больных до здоровых, желающих посредством танца научиться чувствовать себя, свое тело и развить свою индивидуальность.

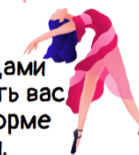


Танцы – это одно из немногих мест, где можно пообщаться с людьми, которых объединяет одно хобби.

Польза танцев

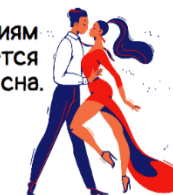
1

Занятия танцами будут держать вас в хорошей форме и настроении.



Благодаря занятиям танцами улучшается качество сна.

2



3

Танцы позволяют встречаться и взаимодействовать с другими людьми



4

Ходить на танцы ты можешь в любое время независимо от погоды.



Это лучший способ провести время и отвлечься от надоедливых мыслей.

5



6

Занятия танцами повышают личную производительность



