

Dança para crianças: conheça todos os benefícios



Com muita energia para dar e vender, as crianças precisam de atividades que lhes permitam gastar toda essa energia enquanto aprendem novas coisas.

Sabia que a maioria das crianças aprende a dançar ainda antes de aprender a andar? É verdade, a dança é uma das primeiras formas de expressão nos mais novos e uma atividade com imensos benefícios no desenvolvimento de certas habilidades.

Vamos dançar? Conheça todos os benefícios que a **dança para crianças** pode trazer ao seu desenvolvimento!

Desenvolvem a autoconfiança

Quando uma criança aprende a fazer a certos movimentos e posturas associados à dança, acaba por desenvolver uma maior consciência corporal. Isto leva as crianças a sentirem-se mais à vontade com o seu corpo e a elevarem a sua autoestima.

Tornam-se mais sociáveis

As aulas de **dança para crianças** acabam por ser também uma atividade social. Estas aulas podem ser uma forma de os mais novos fazerem amigos, desenvolverem mais habilidades de comunicação e até desenvolverem capacidades de trabalho em equipa.

Conhecem outras culturas

A dança é uma manifestação cultural que pode adquirir vários formatos. Colocar os mais novos em contacto com esta atividade pode ajudá-los a expandirem os seus horizontes e a conhecerem outras culturas desde cedo.

Aprendem a importância do exercício físico

Para além de ser uma atividade social e cultural, a **dança para crianças** acaba por ser também uma atividade física. Assim, ao cultivar este hábito desde cedo nas crianças, está a ensinar-lhes a importância do exercício físico na vida deles, uma aprendizagem que irão levar com eles quando crescerem.

Dança para crianças: uma atividade essencial no crescimento

Como pôde perceber, a dança pode ser uma atividade importantíssima no desenvolvimento das crianças! Para além de se divertirem, irão aprender habilidades e adquirir conhecimentos que irão acompanhá-los durante toda a vida.

Por isso já sabe, se está a pensar em inscrever os mais novos em alguma atividade, considere a dança!

Dançar em segurança

Tendo em conta o momento peculiar em que nos encontramos, devido à Covid-19, compreendemos que possa não querer inscrever os mais novos em atividades lúdicas em contacto com outras crianças ou adultos. No entanto, não deixe de fazer esta atividade em casa! Pode até improvisar um estúdio de dança em casa, vestir umas roupas engraçadas e fazer de conta que estão numa aula a sério. Garantimos que eles vão adorar!

Sobre o Rodinhas

O Rodinhas é uma empresa de transporte de crianças pertencente ao Grupo Salvador Caetano. Foi criado em 2007 para efetuar todo o tipo de **transporte escolar e transporte de crianças** em qualquer momento, respondendo às necessidades das famílias portuguesas.

O Rodinhas está presente nas Áreas Metropolitanas do Porto e de Lisboa e preparou as suas carrinhas para crianças de todas as idades, com as cadeirinhas de bebé ou assentos para criança corretos, para além de uma vasta equipa de motoristas profissionais que transportarão os pequenos passageiros com toda a segurança.