

Gatvės šokiai

Nuo 2023 m. kovo 2 d. iki 2023 m. birželio 8 d. Klaipėdos Ernesto Galvanausko profesinio mokymo centro Kretingos filialo patalpose vyko gatvės šokio užsiėmimai. Per nurodytą laikotarpį du užsiėmimai vyko Kretingos atvirame jaunimo centre. Nurodytu laikotarpiu užsiėmimai buvo vedami du kartus per savaitę, po vieną akademinę valandą. Užsiėmimus vedė profesionali šokėja Deimantė Žvingilaitė.

Gatvės šokių užsiėmimai yra puiki priemonė judėjimo poreikiams tenkinti. Gatvės šokiai gerina laikyseną, lavina koordinaciją, suteikia lankstumo, ugdo pasitikėjimą savimi, didina išvermę, ugdo valią, išmoko disciplinos ir skatina siekti rezultatų. Šokis, kaip meninio ugdymo dalykas, daro teigiamą įtaką asmenybės raidai fiziniame, psichologiniame ir socialiniame lygmenyje. Pratimai stiprina plaučius ir širdį, treniruoja viso kūno raumenis, ilgainiui padeda sumažinti cholesterolio kiekį kraujyje.

