

PROPUESTA ACTIVIDAD EXTRAESCOLAR HIP HOP

COLEGIO ÁGORA

¿QUÉ ES EL HIP HOP INFANTIL?

El hip hop para niños es un baile divertido, por medio del cual pueden expresar sus emociones. A través del mismo, pueden combinar diferentes tipos de música y estilos.

¿CUÁLES SON LOS BENEFICIOS DE BAILAR HIP HOP INFANTIL?

Los niños que aprenden a bailar hip hop infantil, pueden disfrutar de algunos de estos beneficios:

Pueden expresar sus emociones.

Aprenden a mantener el equilibrio.

Muestran sus destrezas al bailar realizando diferentes tipos de movimientos y presentando varias coreografías.

Aprenden a conocer y sentir la música a nivel corporal.

Beneficios del hip-hop para niños

La práctica del hip-hop ofrece muchos beneficios a los niños. Por un lado está la práctica de actividad física y ejercicio. El hip-hop, además de divertido, es un baile muy activo. Por lo tanto, precisa mucha energía. Pero no se consume sin sentido. Además de servir para quemar calorías, el hip-hop sirve para trabajar y mejorar la capacidad psicomotriz de los niños. Especialmente, su coordinación de movimiento y su equilibrio. También su expresividad.

Además, los pequeños aprenden a llevar el ritmo y a escuchar antes de realizar un movimiento. Y mejoran su nivel de socialización. A diferencia de lo que pueda parecer en un principio, el hip-hop no es un baile individualista. Más bien todo lo contrario. Se suele practicar en grupo, y unos bailarines se van dando paso a otros. Incluso pueden bailar por parejas o en grupo. En estos casos, los bailarines suelen preparar vistosas coreografías. También pueden prepararse este tipo de coreografías para las clases, que pueden servir a los niños para participar en exhibiciones de baile.

Fomenta el trabajo en grupo

Dado que en muchos casos el hip-hop para niños implica la ejecución de coreografías, más o menos vistosas, entre varios bailarines, se puede decir que la práctica del hip-hop fomenta el trabajo en equipo. Además, aprenderán a compartir, puesto que si un pequeño tiene que bailar en sintonía con otros no podrá acaparar todo el escenario. Y aprenderá a ceder turnos y a no acaparar la atención.

Cómo no, la práctica regular de cualquier estilo de baile, entre los que está el hip-hop, fomenta la creación de hábitos y de una disciplina en los niños. Pero no todo va a ser trabajo. El hip-hop es un estilo de baile que da lugar no sólo a la práctica de una serie de pasos de baile. También puede dar lugar a la improvisación, lo que despertará la imaginación de los pequeños y les divertirá. En el hip-hop también tienen cabida las acrobacias, por lo que los niños dotados de una mayor flexibilidad podrán hacer gala de sus piruetas y añadir un punto de vistosidad a sus bailes. En cualquier caso, el hip-hop para niños hará que, a través de un estilo bastante moderno, los niños cobren un mayor interés por la danza.



El instructor **Damián Veiga** es miembro de ZIN (Zumba Instructor Network) desde hace más de 8 años y cuenta con las licencias oficiales para impartir las diferentes disciplinas de zumba. Además, es coreógrafo de Telecinco y ha inaugurado el programa DKISS España en VIVIR BAILANDO, ha trabajado como imagen de la HOLI LIFE y es el responsable de la animación del crucero PRINCESS ZUMBA.

En la actualidad, Damián Veiga destaca por ser uno de los mejores instructores de zumba y es considerado como uno de los coreógrafos más importantes a nivel nacional.