

# 少儿武术培训中心 威林武术 少儿武术

产品名称	少儿武术培训中心 威林武术 少儿武术
公司名称	威林武术院
价格	面议
规格参数	
公司地址	重庆市区黄泥磅洋河北路6号力帆体育馆4楼
联系电话	15523333059

## 产品详情

企业视频展播，请点击播放

视频作者：威林武术院

### 少儿学习太极拳的好处

#### 提高注意力和感知能力

太极拳练习过程中需要集中注意力，并需要运用意念导引，少儿正处于活泼好动时期，常常是注意力不容易集中，少儿武术培训中心，通过练习太极拳可以锻炼孩子的感知能力，并能够提高孩子的注意力和自控能力。通过长期的坚持练习，可以使孩子的感知能力、抽象能力、发散思维能力以及整合能力等得到很好的提升。

#### 陶冶情操，稳定性情

少儿正是性格形成的关键时期，在这个时候加以正确的引导，对于培养孩子良好的性格具有很好的帮助。太极拳具有一定的艺术性、观赏性、趣味性，而且练习太极拳讲究静心、沉着、内省，少年儿童本身就对外在事物充满了好奇和求知欲，所以少儿学习太极拳一方面可以陶冶孩子的艺术情操，另一方面还能在练习过程中使孩子的性情稳定，对改善孩子任性、急躁等不良习惯很有好处。

重庆少儿武术培训 少儿武术指导 少儿武术培训

## 缓解学习压力，激发学习兴趣

现在的中小學生普遍面临着学习、升学压力大，练习太极拳可以让孩子在课余时间缓解一下学习的压力，培养孩子勤奋刻苦、虚心好学、认真细致、坚强耐心、自信独立的良好品质，使孩子主动自发的爱学习。少儿处于智力与身体发育时期，也是学习的最1佳时期，所以少儿学习太极拳，不仅能促进孩子的身体健康，还有助于养成孩子的自律的生活习惯和良好的思想品质。

## 培养传统文化底蕴，亲身学习实践

太极拳综合了道家阴阳学说、中医经络学说和导引吐纳术，是集中华几千年文化之大成的传统内家拳术。少儿在习练太极拳的过程中，可以切身地体悟传统文化的精髓，特别是“中庸”、“阴阳变换”、“上善若水”等等。这些都是很难仅从书籍中获取到的。有了实践，又可以更好地去领悟书本里的内容。

## 武术对促进幼儿身心健康发展的作用与影响

### 1.促进生长发育

通过数据调查和实践证明，经常参加武术锻炼，对幼儿的长高有一定的帮助，平均增长1-2厘米，小学生3-5厘米，运动可以增进骨密度。

### 2.增强身体抵抗能力和免疫能力

实践证明，经常参加体育锻炼和武术锻炼的幼儿，抵抗力和免疫力比不参加武术锻炼的幼儿要高出60%以上

## 少儿武术培训 女子防身术训练 武术训练

### 3.提高肺活量，大脑更聪慧

练习时配合“嘿-哈”等发声练习，提高幼儿吸氧量，排除身体代谢产生的二氧化碳和肺气，肺活量越足，少儿武术培训价格，底气就会越足，大脑思维就会更灵活，身体更健康

### 4.克服胆怯心理，增强自信心

通过基本动作，嘿哈发声、滚翻练习、拳操演练、竞赛表演等均可提高幼儿的勇敢与自信，且效果较为明显

## 跆拳道 咏春拳培训 咏春拳指导

### 5.提高反应能力，增强自我保护

在学习中通过对武术动作反复模仿、模拟展示和练习，反应力和判断能力不断加强，自我保护的意识和能力也随之提高

### 6.促进新陈代谢，增强生命活力

每天进行适量的武术锻炼，还能促进良好的睡眠，改善大脑、心脏本身和全身的血液循环，使体质健壮

精力充沛

## 武术到底能带来什么？

大部分孩子长时间投入在电脑及手机，背负沉重的功课压力，过早地产生近视yan、肩颈病及精神不振等问题。

从中医的角度来讲就是开阖没有协调好，精神长时间处于兴奋的开的状态，而肢体却一直是阖的状态，才导致出现许多身心问题。

此时较理想的方式是找一项孩子自己喜欢的运动，少儿武术，传统武术、打球、游泳等，让孩子透过运动释放内在的力量，并协调四肢，对形成健全的心智模式也尤为重要。

少儿武术培训中心-威林武术(在线咨询)-少儿武术由威林武术院提供。威林武术院（[www.cqwushu.com](http://www.cqwushu.com)）拥有很好的服务与产品，不断地受到新老用户及业内人士的肯定和信任。我们公司是全网商盟认证会员，点击页面的商盟客服图标，可以直接与我们客服人员对话，愿我们今后的合作愉快！