

Jó tudni, hogy:

Tinzi, tinzi, tanzi...

Mire jó a tánc?

A gyerekek életének első hat évében a mozgás és a beszéd fejlődése megy át a legnagyobb változáson. A mozgás mindenki számára fontos egészséges életmódvitelünk szempontjából, melyet már egész kis korban a gyermek igényének és érettségi szintjének megfelelően kiválasztva egy egész életre meghatározó lehet. Az egyik legjobb mozgásforma, amely a legtöbb mozgásformát egyesíti a tánc. A tánc során megjelenő járás, futás, átbújás, forgás, kar- láblendítés, taps kifejleszt egy sor fontos testi képességet, mint ritmusérzék, ügyességet, gyorsaságot, egyensúlyérzék, testrugalmasságát, a helyes testtartást, valamint a kulturált mozgás képességét. De fejleszti azokat az agyi funkciókat is, melyek a sikeres iskolai élet alapját képezik. A táncokban szereplő irány és tempóváltozás a mozgás feletti kontroll (tudatos irányítást) erősít. A szem-kéz koordináció pontossága, a szem által vezérelt kézmozgás alapvetően fontos a későbbi zavartalan írástanuláshoz. A táncos játékok segítenek a testkép, az oldottság kialakulásában is. A mozgáson keresztül alakított testséma teszi lehetővé a térdifferenciálást. A gyerekek egy-egy tánclépés, koreográfia kapcsán szembesülnek teljesítőképességükkel, bátorságukkal, s ez alakítója helyes önértékelésüknek, önbizalmuknak.

Az óvodában hogyan is kezdjük?

A játékok legpozitívabb nevelő hatása a közös öröm, a közvetlen társas kapcsolat. A társ először az óvónő. később néhány pajtás, majd az egész csoport.⁷

Kiscsoportban, amikor a gyermek korábbi szűk környezetét, édesanyja közelségét az óvoda váltja fel, az óvónőnek nagy segítséget nyújtanak az énekes játékok, mondókák. A gyerekek feszültségének oldását az óvónő és a gyermek együtt mozgása oldhatja: hintáztatók: „Hinta, palinta...” lovagoltatók: „Gyí paci paripa...”, tenyeres játékok: „Kerekecske, gombocská...” ringatók: „Tente baba tente...”. Kiválóan fejlesztő mozgásos játékok, a kisgyermek énekre-zenére való táncoltatása. Majd olyan játékokat játszunk állatokról, növényekről, időjárásról, amit ülve, állva utánzó mozgással lehet kísérni: pl.:”Süss fel nap, fényes nap... - hátunk mögé dugjuk a kezünket és az énekre a magasba emeljük.

„Én kis kertem kerttettem	- kezünkkel „bekerítjük a kertet”
bazsarózsát ültettem	- kezünkkel ültetést imitálunk
szél, szél fújdogálja	- állva, kezünk magastartásban jobbra, balra dülöngélünk
eső, eső veregeti	- kezünket föntről lefelé mozdítjuk
hu!	- leguggolunk.

Év végére már eljutunk a körjátékokhoz, ahol a körbenjárás, guggolás, taps, szerepcserejáték felel meg a 3-4 éves gyerekek mozgásának.

Középsőben már bonyolultabb mozgásokra –guggolás, („Egyél libám, egyél már...”), visszafordulás (Vili-vári...), páros körforgás (Elvesztettem zsebkendőmet...) – is képesek.

Változatos sorformákat, csigakígyóvonalat, sort alakító játékokat is alkotnak (Tekeredik a kígyó, rétes akar lenni).

Nagy csoportban több szereplővel, komplikáltabb mozgással, nagy térben mozgó játékokat is játszunk. Az egyszerű szerepcserén túl a párválasztás (Ennek a kislánynak nem jutott párja...), két kör forma (Hej, vára, vára...), sorgyarapodó (Járom az új váramat...), hidas játékformákat is alkalmazunk.

Próbáljuk a táncot, mint mozgásformát megkedveltetni a gyerekekkel a német körjátékokon, táncokon keresztül is. A gyerekek nagy kedvvel, szívesen „táncolják”. Ne bonyolult koreográfiára gondoljanak: itt is az utánzó mozgás, a páros forgás, a guggolás, a kifordulás, a taps jellemző. A gyerekek örömmel járják. Ezen felbuzdulva ősszel táncházba (Tanzkränchen) invitáltuk a középsősöket, nagyokat szüleikkel együtt. Jó volt látni, ahogy anya és gyermeke vagy testvérek lelkesen forogtak körbe. Hiszen a legnagyobb élményt akkor nyújtjuk gyermekeinknek, ha mi is együtt táncolunk, játszunk velük.

Igyekszünk még több ilyen alkalmat biztosítani, hiszen a tánc örömforrás, a közösségi együttlét, a szórakozás lehetőséget is biztosítja.