

Piramida walorów tańca

Taniec wskazuje walory wychowawcze. Wyraża się on w zachowaniach kompleksowych, takich jak: informacja, interakcja, przedstawienie, wyobraźnia, myślenie abstrakcyjne i emocje.

Taniec jest wyrażany przez ciało człowieka i jego psychikę. W rezultacie prowadzi do integracji osobowości oraz umożliwia społeczny i emocjonalny rozwój jednostki.

Taniec jest pomocny w rozwijaniu koordynacji ruchowej i przyswajaniu symbolicznych znaczeń ruchu. Kształci percepcję ruchową i ekspresję niewerbalną poprzez włączenie elementu twórczości. Pomaga w kształtowaniu świadomości sensorycznej i rozwija kompleksowe funkcjonowanie istoty ludzkiej.

Taniec wykorzystywany w pracy z dziećmi stwarza ogromne możliwości w kierowaniu rozwojem ich osobowości oraz postaw wychowawczych. Zastosowanie różnych form tanecznych umożliwia wprowadzenie tańca na każdym etapie kształcenia.

Zabawowa forma działalności tanecznej sprzyja odprężeniu psychicznemu, zmniejsza napięcia i likwiduje źródła frustracji. Dzieci wyzbywają się kompleksów, zahamowań, otwierają się na świat, są spontaniczne i bardzo często odnajdują swoje miejsce w grupie rówieśniczej.

Obecność podkładu muzycznego niweluje skutki fizycznego zmęczenia. *Taniec kształtuje precyzję ruchów, orientację przestrzenną. Pozytywnym zmianom ulega postawa ciała dziecka, gdyż dbając o estetykę i elegancję ruchów wymaga się od nich „prostych” pleców, ściągnięcia łopatek i podniesienia głowy. Nie bez znaczenia jest pozytywny wpływ tańca na pamięć dziecka, szczególnie na pamięć ruchową, którą kształtujemy poprzez powtarzanie sekwencji kroków i figur tanecznych.*

Taniec, jako wszechstronna forma ruchu, wskazany jest na każdym etapie kształcenia dzieci i młodzieży. Jest on bowiem działaniem uatrakcyjniającym proces dydaktyczno-wychowawczy. Wiele programów nauczania zawiera elementy tańca i ćwiczeń muzyczno-ruchowych¹. Współcześnie jednak formy taneczne rzadko są wykorzystywane w szkołach. Nie istnieją natomiast przeszkody, aby rodzice wykorzystywali w wychowywaniu własnych dzieci elementy tańca lub stwarzali możliwości uczestniczenia dzieci w tego typu zajęciach poza domem i szkołą, w różnego typu placówkach kulturalnych. *Mamy dziś wiele form uczestnictwa w kulturze tanecznej, pretendujących do miana*

form wychowania. Ogarniają one tysiące dzieci, młodzieży i dorosłych w amatorskim ruchu artystycznym.

Uczestniczenie w zajęciach tanecznych uczniów SP 10 może być sposobem aktywności na przerwach.

Aktywność to jeden z podstawowych bodźców, powodujących rozwój osobowości każdej jednostki ludzkiej. Ponadto, bycie członkiem grupy tanecznej uczy współżycia z grupą i uspołecznia wychowanka. Tworzenie wspólnych układów tanecznych, podporządkowanie się wspólnemu działaniu owocuje pełną identyfikacją z grupą.

Walory tańca zostały dostrzeżone przez fizjoterapeutów. Zwiększa się masa kości piszczelowych, udowych i strzałkowych. W konsekwencji wpływa to na postawę i zapobiega wadom kręgosłupa.

Taniec to zdrowie w najczystszej postaci.

Zapraszam nauczycieli na otwarte lekcje tańca we wtorki godz.12.35-13.20.

Dorota Gołębiowska