

KÁROLI GÁSPÁR REFORMÁTUS EGYETEM

TANÍTÓKÉPZŐ FŐISKOLAI KAR

NAGYKÖRÖS

SZÉKHELYEN KÍVÜLI KÉPZÉS MAROSVÁSÁRHELY



A NÉPTÁNC A KISISKOLÁS GYERMEK ÉLETÉBEN

- NÉPTÁNC TANULÁS ÉS TANÍTÁS, NEMZETI IDENTITÁS -

SZAKDOLGOZAT

TÉMAVEZTŐ:

DR. BARABÁS LÁSZLÓ

Főiskolai tanár

KÉSZÍTETTE:

PITHÓ ORSOLYA

Tanító szakos hallgató

MAROSVÁSÁRHELY

2021

KÖSZÖNETNYILVÁNÍTÁS

Köszönettel tartozom dr. Barabás László témavezető tanáromnak, aki szakértelmével, hasznos tanácsaival, és különböző szakkönyvekkel látott el annak érdekében, hogy szakdolgozatom létrejöjjön.

Tartalomjegyzék

Bevezetés.....	3
I Általánosan a kultúráról és a folklórról	5
I.1 A kultúra szó jelentése	5
I.2 A kultúra osztályozása	5
I.3 A hagyomány	6
I.4 A folklór elemei	6
I.4.1 A népzene	6
I.4.2 A néptánc.....	7
I.4.3A népviselet.....	8
I.4.4 A népi gyermekjátékok	8
I.4.5 A népszokás.....	8
I.5. A nemzeti öntudat	9
II. A mozgás, a zene, a tánc a gyermek életében	10
II.1 A mozgás szerepe a gyermek fejlődésében	10
II.2 A ritmikus mozgás mint tánc	10
II.3 A magyar néptánc hatása a gyerek életére	10
III. Néptánc tanulás és tanítás módszerei	14
III.1 Bevezetés a néptánc tanításba	14
III.2 Felmérésem a néptánc tanulás és tanításról.....	18
III.3 Személyes tapasztalatom a néptánc tanításban.....	28
III.4 Hogyan lehet a nyárádmenti táncokat megtanítani kisiskolásoknak	30
Összefoglalás	34
Irodalomjegyzék.....	35
Melléklet.....	37

BEVEZETÉS

A magyar néptánc tanításának fontosságát kutatom kisiskolás korban, mivel a néptánc már az életem részét képezi. Az foglalkoztat, hogy milyen hatása, befolyásolása van a gyermekekre, mivel ebben a korban sajátítják el a legkönnyebben a mozgás különböző formáit, ebben a korszakban a legfogékonyabbak az új dolgok megismerésére, és a helyes testtartást is ebben a korban lehet a legmegfelelőbben kialakítani, megalapozni. Kisiskolás korban lehet kialakítani a nemzeti öntudatot, ami által képet kap már kis kortól a megfelelő életszemléletre, ami esetemben nem más, mint, a magyar néptánc. A magyar néptánc a magyar népzeneire megtanult ritmikus mozgás, ami által a gyerek megismerheti a régebbi generáció szokásait, betekintést kaphat a magyar népi kultúra rejtelseibe, megismerheti a múlt kincseit.

Fontosnak tartom, hogy már kisiskolás korban megfelelő alap tudást biztosítsunk nekik, mivel a néptánc is befolyásolja a nemzeti öntudatuk kialakulását.

A szakmám, a hivatásom miatt, mivel napi szinten a népi kultúrával foglalkozom, szeretnék mélyebben elmerülni, tudományos szempontból kutatni, még jobban bele látni a régi szokásokba, a régi emberek mindennapjaiba. Annak érdekében, hogy a gyerekek számára át tudjam adni azt a szeretetet, érdeklődést, és tiszteletet, amit én érzek, én vallok. Szeretnék betekintést adni a mi világunkba. Egy biztonságérzetet, ami minden néptáncos életében jelen van, ugyanis van egy hely, egy közeg, egy társaság, amit méltán nevezhetünk otthonunknak, családuknak, baráti körünknek.

A néptáncsal való kapcsolatom egy szüreti bálban kezdődött, amikor megcsodálhattam a népviseletet és a magával ragadó forgását. Elbűvölt az öltözet, és a magyar néptánc, aminek hatására édesanyám beíratott a Napsugár néptáncgyűttesbe. Másodikos voltam, amikor belekóstolhattam a néptánc világába, ami azóta is magával ragadott, a mindennapjaim része. Tíz éven át a Napsugár néptáncgyűttes tagja voltam, amit később a Maros Művészegyüttes váltott fel, ami már hivatást jelent nekem. Tíz vagy annál több év alatt megtanultam a különböző vidékek táncait, ilyen például: Nyárádmente, Vajdaszentivány, Küküllőmente, Madaras, Mezőség, Kalotaszeg, Kalocsa. Rádöbbsentem, hogy minden vidéknek meg van a maga szépsége és gyönyöre, minden vidékhez más-más szokás, és életszínvonal tartozik, ezekbe szeretném mélyebben beleásni magam. Hivatásom miatt és mint jövőbeli pedagógus én is meg szeretném mutatni a jövő nemzedékének a magyar néptánc gyönyörét és varázsát.

Reménykedve, hogy betekintést adhatok a népi kultúrába, ezáltal megalapozva nemzeti öntudatukat.

Interjúk segítségével kutatom a néptánctanulás formáját falusi környezetben. Táncpedagógus kollegák saját tanítási módszereikre vagyok kíváncsi. A kérdések megfogalmazásakor mindkét esetben arra összpontosítottam, hogy minél részletesebb képet kapjak arról, hogy adott esetben kik milyen módon kerültek a néptánc világába, és milyen módon szeretnék ezt továbbadni, oktatni az utókor számára.

Igyekeztem egy általam ismert táncot kiválasztani a lecketerv megírásában, amely a néptáncosok világában egy alaptudásnak számít, amire a későbbiekben tovább és tovább építeni lehet. Minden tánctanítás előtt a táncpedagógusnak az elsődleges dolga bemutatni az adott falu elhelyezkedését, annak érdekében, hogy a gyerekek földrajzi ismereteit is bővíteni lehessen. Ebből kifolyólag szó esik a viseletekről, a szokásokról, a népdalokról melyeknek következtében részletes információkat adhatunk át a kisiskolások számára. Adott esetben lehetőségük lehet a táncpedagógusoknak megtanítani az alap forgás technikákat, a fiú gyermek és lány gyermek közti viszonyt és a ritmus fejlesztését. Annak érdekében, hogy a kisiskolások tiszta képet kapjanak a vidék táncáról, fontosnak tartottam az arhív felvételek bemutatását is, hogy tiszta forrásból is betekintést adjunk mint a néptánc, mint pedig a népzene világába. Hivatásom miatt jövődöbeli táncpedagógusként célom, hogy ne csak a tánc bemutatása és megtanítása legyen jelen a táncórán, hanem időt kell szánni az arhív felvételek bemutatására és megtekintésére annak érdekében, hogy teljes értékű legyen a táncóra.

Fontosnak tartom az önképzést, amit véleményem szerint továbbképzőkön, szakirodalom tanulmányozásával tud megszerezni a táncpedagógus, annak érdekében, hogy azt a tudást amivel rendelkezik könnyebben és részleteiben gazdagon tudjon átadni a kisiskolásoknak.

I. ÁLTALÁNOSAN A KULTÚRÁRÓL ÉS A FOLKLÓRRÓL

I.1 A kultúra szó jelentése

„Addig vagyunk magyarok, amíg magyarul éneklünk és magyarul táncolunk”¹ Kallós Zoltán kijelentése megerősít abban, hogy mennyire fontos a magyarság öntudat kialakítása már kisgyerek kortól. Kallós Zoltán, a mi „Zoli bácsink”, a kultúra embere, aki egész földi életét arra áldozta, hogy a népi kultúra kincseit dokumentálja, rögzítse az utókor számára. Számomra a népi kultúra egy közösséget jelent, amit a népzene és a néptánc tart össze. A fenti gondolatok alapján arra a következtetésre jutottam, hogy ezt az örökséget tovább kell adjuk a gyerekeknek. A néptánc szerelmeseként késztetést érzek, hogy a néptánc és népzene segítségével értéket adjunk át a mai fiatalok számára.

A kultúra fogalmának az értelmező kéziszótár három jelentést tulajdonít. Az első jelentés szerint a kultúra az emberiség által létrehozott anyagi és szellemi értékek összessége, a művelődésnek valamely területe, illetve valamely népnél, valamely korszakban való megnyilvánulása. A civilizációval szembebe állítva pedig, amely a technikai fejlettséget jelenti, a szellemi javak és a műveltség tartozik ide. A második jelentésben a kultúra egy személy művelt mivoltára vonatkozik. A harmadik jelentésben a kultúra valaminek a termesztését, illetve biológiai értelemben tenyésztet jelent.²

I.2 A kultúra osztályozása

A kultúrát három területre tagoljuk: az anyagi kultúra, a szellemi kultúra és szociális kultúra. Elterjedése alapján különül el az átfogó (globális) és a szubkultúra. A szubkultúra egy társadalom átfogó kultúráján belül, a sajátos normák alapján elkülönülő kulturális egység.

Jellegzetes formái:

- a területi (regionális) kultúrák;
- az etnikai csoportok kultúrája;
- a vallási kisebbségek kultúrái;
- a generációs kultúrák;
- a nemek kultúrája;

¹ Kallós Zoltán interjúja: *Válaszút vándora*. <https://mecenatura.mediatanacs.hu/adatlap/1207>

² <https://www.arcanum.hu/hu/online-kiadvanyok/Lexikonok-a-magyar-nyelv-ertelmezo-szotara-1BE8B/k-359B8/kultura-3985D/>

- a társadalmi osztályok, rétegek, csoportok kultúrája.³

I.3 A hagyomány

A hagyomány a latin *traditio* szó magyar fordítása. A kultúra egyik részét jelentette, az írásos alkotásokat. Ma a folklór egészét jelenti, nem intézményszerű továbbadást, amit az egyik generáció a másiknak áthagyományoz. Ami egy társadalomban három generáción keresztül öröklődik, hagyománynak minősül. Egy generációk közti szolidaritási viszony, amelyben az egyik vállalja az értékek megalkotását, a másik generáció pedig az átvételüket, megőrzésüket.⁴

I.4 A folklór elemei

A folklór elemei: népzene, népdal, néptánc, népi gyerekjátékok, népviselet, népszokások.

Bartók Béla meghatározása szerint a népzene nem más, mint dallamok összessége, amelyek a közösségben kisebb, vagy nagyobb területen bizonyos ideig használatban voltak egy spontán zenei ösztön kifejezői. Olyan dallamok, amelyeket többen, közösségben sokáig énekelnek. Szájhagyomány útján adják át egyik nemzedék a másiknak, ennek köszönhetően számtalan változatban, de lényeges vonásokat híven megőrizve.

I.4.1 **A népzene** szájhagyomány útján terjedő zenei köznyelv, melyet egy társadalom egy bizonyos időn át használt. A XVIII. század óta ezen használók körét népeknek nevezik, innen ered a népzene vagy népdal elnevezés.

A népzene és népdalnak sincs egy egyedi formája, mivel változásokban élnek. Viszont tudományos vizsgálat alapján ki lehet emelni egyet, amely legtisztábban képvisel egy változat típust, ami a legrégebbi.

A népzene alkalmakhoz kötötték, mint például regölés, lakodalom, sirató ének, katonadalok. Ezeken az alkalmakon csoportosan, esetleg hangszeres kísérettel énekeltek. Elsősorban a parasztság életében volt meghatározó, mivel értéket, érzelmet és gondolatot tükrözött, amelyben a szöveg és dallam szerves egységet alkotott.

A népzene van alapozva a tánc is, mivel szervesen kapcsolódik hozzá.

³Keszeg Vilmos- Tánczos Vilmos: *Magyar népköltészet*. Babeş-Bolyai Tudományegyetem Bölcsészettudományi Kar. 2009. 6p

⁴ Keszeg Vilmos- Tánczos Vilmos: *Magyar népköltészet*. im, 2009. 12p

I.4.2 **A néptánc** egyfajta kifejező eszköz, amivel a lelki világunkat tükrözzük, ez egy nonverbális kifejező eszköz⁵. Különböző alkalmakkor táncoltak, általában ünnepségen, mint például keresztelő, esküvő-lakodalom, bál, kaláka. Magyar néptáncnak nevezzük a paraszti tánc kultúrát.

Könczei Csongor szerint külön kategóriát alkotnak a különböző magyar táncdialektusok:

- 1 Nyugati - vagy dunai:
 - Északnyugati dialektusterület;
 - Csalóköz, Szigetköz;
 - Rábaköz;
 - Nyugati- és Közép Dunántúli;
 - Dél Dunántúl;
 - Kelet Dunántúl;
 - Kiskunság, Solt- és Tápó-vidék;
- 2 Középső - vagy tiszai:
 - Felső-Tisza-vidék;
 - Északkeleti Felvidék;
 - Keleti palócok és matyók;
 - Nagykunság, Jászság;
 - Dél-Alföld, Alsó-Tisza-vidék;
- 3 Keleti – vagy erdélyi:
 - Kalotaszeg;
 - Mezőség;
 - Maros-Küküllő vidék;
 - Marosszék;
 - Székelység;
 - Barcaság, hétfalusi csángók;
 - Gyimesi csángók;
 - Bukovinai székelység;
 - Moldvai csángók⁶

⁵ Könczei Csongor(szerk.): *Néptánc*. Romániai Magyar Néptánc Egyesület. Sepsiszentgyörgy, 2014. 11-13p.

⁶ Könczei Csongor(szerk.): *Néptánc*. im, 2014 .45p.

I.4.3 A népzenehez és néptánchoz szorosan hozzá tartozik a **népviselet** is. Népviseleti öltözékben különböztethetünk meg szokásokat is, mivel eltérő volt az hétköznapi viseleti az ünnepi viselettől. Az ünnepi viseletek lehetnek különleges viseletek, például egy menyasszonyi viselet, egy gyászos viselet. A férfiak sajátos viseletéhez tartozik az ing, mellény, nadrág, csizma, kalap. A nők sajátos viseletéhez tartozik az ing, alsó szoknya, bő alsó, kötény, mellény, fejdísz, ami lehet kendő, szalag vagy pártá). Életkor alapján is különbség lehet a viseletekben, ehhez kapcsolódik sok szabály is, példának okáért a nőknél a kendő használata házasság után volt megengedve, a szalag használata kislány korban volt megengedett. Tájegység alapján is lehet különbség a viseletek közt, mint női viseletben, mint férfi viseletben. Egy tájegységnek lehetnek meghatározó darabjai, például pártá Kalotaszegen vagy bujka Széken.

I.4.4 A népzene, a néptánc és népviselet mellett fontos szerepe van a népi kultúrában a népi gyermekjátékoknak. **A népi gyermekjáték** fontos napjainkban is, és fontos volt régebb is. Például különböző mondókák segítségével tanulhatta meg a kisdéd a testrészei nevét, fedezhette fel később a számok világát, valamint szókincsét különböző mondókákkal – napcsalogató, esőcsalogató – bővíthette. Lényegében a népi játék végig kíséri egész életünket. Különböző kategóriák vannak a népi gyermekjátékokban is, életkori sajátosság és életciklus alapján. A népi gyermekjáték alapot képez a tánc tanuláshoz, mivel már akár egy mondóka megtanulásával kezd megismerkedni a ritmussal. Ez tovább bővül egy kezdetleges táncforma megtanulásával, például „Búj-búj zöld ág”, „Az öreg zsidónak” ezeknél a játékoknál megtanulnak a zenét hallgatva ritmusra lépni, mellette meg énekelnek is tánc közben. A hallott mondóka vagy népi gyerekjáték éneke is befolyásolja a gyerek szókincsének gyarapodását.

A magyar népi gyermekjátékokhoz kapcsolható a néphagyomány is.

I.4.5 A népi kultúrában a hagyomány a **népszokással** azonosítható, ami a népi közösség életrendjében mutatkozó együttműködést takar. Sokszor ismétlődése következtében kialakul és megszilárdul a hagyomány, ami átöröklődik az utódokra. Ide tartoznak a különböző munkához kapcsolódó szokások, az emberi élet fordulópontjainak szokásai, a naptári év fordulópontjai, valamint a természeti változásokhoz fűződő szokások. Napjainkban, a köznapi nyelvhasználatban ezek a szokások az emberi élet fordulópontjait takarják, a naptári és vallási, valamint a társadalmi ünnepeket nevezzük szokásoknak. A különböző népszokásokhoz kötődhetnek a néptánc ünnepi és jeles szokásai: szüreti bál, farsang temetés, búcsú.

Dömötör Tekla szerint a népszokások jelentős része a naptári évhez fűződik. Az évszakok változásához, a napfordulókhoz, a mezőgazdasági munka egyes fázisaihoz, állami és egyházi ünnepekhez egyaránt meghatározott rítusok fűződnek. E rítusok néha egyetlen napra

korlátozódnak, máskor azonban ciklusokat alkotnak: így beszélhetünk pl. télközépi, kora tavaszi, májusi-pünkösdi szokássorozatról. Téli népszokások: karácsony, regölés, hejegetés, névnapi köszöntés, aprószentek napja, vízkereszt, farsang, Balázs- és Gergelyjárás. Tavaszi népszokások: komatálküldés, a játszó, György-nap, május elseje, pünkösdi király és pünkösdi királyné. Nyári népszokás: a szentiváni tűzgyújtás. Őszi népszokás: a gazdasági élet ünnepei.⁷

I.5 A nemzeti öntudat

A népi kultúrának a fenti elemei az erdélyi magyar népi kultúrában is gazdagon jelen vannak. Ezek közül különösen az foglalkoztat, hogy a néptánc megtanulása, gyakorlása, éltetése hogyan járul hozzá az erdélyi fiatalok magyar identitásának kialakulásához és megtartásához.

A nemzeti öntudat, illetve nemzeti identitás az énrendszer társas eredetű alrendszerének része, amelyekkel mindenki rendelkezik. Ez nem más, mint egy kapocs, ami összeköt egy nemzetet, egészséges módon megerősíti és együttműködésre készíteti. Ez a kapocs összeköti a nemzetbe tartozókat, valamint elválasztja őket másoktól, hasonlóan a valláshoz. Egyfajta feltétel nélküli büszkeség ként is lehet jellemezni, ami által büszkeség tölt el saját népünk, kultúránk értékeihez és hagyományainkhoz.⁸

A nemzeti öntudat kulturális értéke, a nemzeti sajátosságok gyűjteménye nem a mindennapokban, hanem mint örökség, mint emlékezet, mint a nemzeti múlt emlékműve, és közösségi rítusokban, szimbólumokban, társadalmi mítoszokban és történeti tudásban fogalmazódik meg. A nemzeti kultúra megalkotása egy folyamat, a múltbéli hagyományok fenntartása és a jelenkorba való elhelyezése közt. A hagyományok megőrzése szokásokban, viseletben, építészetben, táncokban, énekekben és zenében maradt fent, amit mai napig őrzünk, ápolunk és gyakorlunk.⁹

⁷ Dömötör Tekla: *Magyar népszokások* <http://mek.oszk.hu/04600/04691/html/>

⁸ http://www.magyarpedagogia.hu/document/Dancs_MPed20164.pdf

⁹ <https://mek.oszk.hu/09300/09396/html/01.htm>

II. A MOZGÁS, A ZENE A TÁNC A GYEREK ÉLETÉBEN

II.1 A mozgás szerepe a gyermek életében

A mozgás már az anyaméhben kezdetét veszi, az első mozdulatok már ott megjelennek. Ezek a mozdulatok születés után erősödnek és fejlődnek, a mozgások, mint például a kúszás, járás az évek elteltével automatikussá válnak. Ami pár hónaposan még nehézséget jelentett a kisdednek, az kis iskolás korára már az alap mozdulatok tovább formálódásával, alakulásával kifejlődik egy olyan mozgáskultúra, mely az egész életét végigkíséri.

Lázár Katalin szerint az ölbeli játékok segítik a kisbabát abban, hogy megtanulja a saját testrészeit, majd elsajátítsák első mozdulatait.¹⁰ Ezeket a játékokat a szülő végzi a kisdeddal, ami a mellett, hogy segíti a kisdednek a testrészeit tudatosan megismerni és tudatosan használni még a szülő-gyermek közötti kötődést is kialakítja.

II.2 A ritmikus mozgás mint tánc

A tánc, mint olyan, kizárólag úgy jöhet létre, hogy valamilyen úgynevezett ritmus szükséges hozzá. Legyen az egy belső hang, egy belső ritmus, melyet akár a szívverésünk is megadhat, vagy bármilyen más külső hang hatás, mint például taps, a lépés ritmusa. A belső ritmust a szívverés adja meg, és mivel mindenkinek más ritmusba ver a szíve, ezért más lesz minden egyénnek a belső ritmusa, egyénenként eltérő. A belső ritmussal ellentétben a külső hatások, azaz a zene alap ritmusa, a lépések számát és azok elhelyezését határozzák meg.

A ritmus egy elég összetett szerkezet, mivel több minden hatással van rá. De mivel azt a mozgást, amit ritmus alapoz meg, legyen az belső vagy külső ritmus, már táncnak nevezhetünk. Ebből következtethető, hogy minden tánc típus alapja a ritmus.

II.3 A magyar néptánc hatása a gyerek életére

Nagy hatással van a gyerek életére, ha betekintést nyer a kultúrában, mivel ez még jobban ráhatást bír a nemzeti öntudat kialakítására. A néptánc egy járható út a belső béke megtalálásához. A népi kultúra és a néptánc családjába tartozni egy olyan békességet, otthon érzetet sugároz, mely mindenkit örömmel tölthet el, ha amatőr, ha profi szinten űzi.

A tánc segít az egyensúly, összhang, társakhoz való alkalmazkodás, szép tartás, ismerkedés, viselkedés, fellépés, megjelenés, kreativitás kialakításában. A néptánc segít a

¹⁰ Lázár Katalin: *Népi Játékok*. 2. változatlan kiadás. Planétás kiadás, 1997. 35.p

ritmus készség fejlesztésében, a test tudatos használatában, az egyensúly érzet fejlesztésében például forgásoknál, más társukhoz való alkalmazkodás és ennek elfogadása.

A mai felgyorsult világban ahol tömérdek mennyiségű technikai eszköz áll rendelkezésre már egy kisgyerek számára, mint például, az okos telefon, a tablet, televízió fontos hogy a népi hagyományainkkal is tisztába legyenek, és tudatosan neveljük mind ezek megőrzésére annak érdekében, hogy a múltbéli kincseink ne kerüljenek a feledés homályába. A néptánc segítséget nyújt abban, hogy egy egészséges önbizalmat adjon a gyerekek számára, amit a fellépések mellett saját maga fejlesztéseként is gyakorolhat. A táncokon keresztül ismerik meg a hagyományaikat, a táncok lépésanyagát, énekeit, jellegzetességeit. Segít az önkifejezésben, a kreativitásban, abban, hogy félelem nélkül megnyilvánuljon, bárhol kinyilvánítsa gondolatait. A társas kapcsolatok nagyszerű kialakítója, együttműködésre, alkalmazkodásra, a másik személy elfogadására, egy közösséghez való tartozásra ösztönöz, mindezt észrevétlenül kellemes zenére, felszabadultan, gátlások nélkül, civilizált körülmények között.

A népi gyermekjáték Lázár Katalin szerint hat a gyerek lélektani és társadalmi fejlődésére. Lélektani szempontból a játékok olyan feladatot állít a gyerek elé, amiket megtudnak oldani, ennek segítségével kialakul az önértékelésük. Esetleg ha valami nem sikerült, akkor sem voltak elkeseredve, hiszen tudták, hogy másban talán ők az ügyesebbek. A játékok segítségével kialakul a gyerekekben egy egészséges önbizalom, ami fontos szerepet tölt be a személyiség fejlődésében. Társadalmi szempontból a társakkal való együttműködésre, kapcsolatok kialakítására és szabályok betartására készíti a gyereket, melyek a viselkedés fontos elemei.¹¹

„A népi játékokban előforduló mozgásformák változatos elemei a nagymozgások fejlesztésében és a fizikai állóképesség növelésében vesznek részt, pl. a járás, futás, tapsolás, guggolás, forgás, ugrás. Minden próba előtt ugyanolyan bemelegítést kell tartani, mint bármilyen 49 sportok esetében. Erősíteni ugyanúgy kell, hiszen a néptáncnál az egész testünket, izmainkat igénybe vesszük. Tehát óriási fizikai állóképességre van szükség. A fizikai és szellemi tevékenységen keresztül fejlődik az egyensúlyérzék is.

Fokozottan érvényesül a finommotorika fejlesztésének jelentősége, az írástanulás folyamatában, mert az íróeszköz helyes használata, a kéz mozdulatainak irányítása és a szem-kéz megfelelő koordináltsága a zenei fejlesztés során is hatékonyan fejlődik. (pl. a dalok és

¹¹ Lázár Katalin: *Népi Játékok*. in .1997, 20-21p

mondókák egyenletes lüktetésének, ritmusának érzékeltetése különböző mozgásformákkal, az ujjak egymáshoz érintése, térd ütögetése, „diótörés” öklök összeütögetésével, tapsolás, hangszerhasználat, játékos eszközök, fejdíszek kezelése, egymásnak átadása, stb.)

Az érzelmi nevelés és a szocializáció folyamatában is nyilvánvaló a zenei nevelés szerepe. A körjátékok közösségi jellege e téren sok fejlesztésre ad 50 lehetőséget. Énekes játék közben a gyermekek összetartozás érzete fejlődik, oldódnak gátlásaik, szabálytudatuk is csiszolódik. Mára a néptánc alapvetően csoportos műfajjá vált, így elengedhetetlen az egymás közti kommunikáció. A néptáncosok egy szoros közeget alkotnak, szinte nagycsaládként működnek. Egy ilyen közösségben sokan megtalálják önmagukat, megnyílnak a közösség felé. A tánc személyiségfejlesztő szerepe tehát megkérdőjelezhetetlen.

A gondolkodást az énekes játékok változatos szövege, mozgás- és térformái, a kreativitást, képzeletet pedig zenére improvizált mozdulatokkal, mozgással, táncsal, a mondókák, mesék megzenésítésével, énekhez felhasznált, olykor improvizált hangszer kísérettel fejleszthetjük.

Az anyanyelvi fejlesztés zenei lehetőségeit figyelembe véve elsősorban a szóbeli kifejező készség és a nyelvi információk megértésének fejlődésére, 51 másrészt pedig a beszédhibák kiküszöbölésére utalhatunk. Hiszen a mondókák, dalok egyenletes lüktetése a folyamatos beszédet készíti elő, s ezt még a szabályosan ismétlődő mozgással is fokozhatjuk. A későbbi tanulási – írással, olvasással, számolással kapcsolatos – nehézségek (pl. diszlexia) megelőzésére különösen a mozgás pótolhatatlan szerepének a felismerése az elsődleges. (pl. a taps, lépés, koppantás, a szöveghez alkalmazkodó ritmikus mozgás) A ritmus megéreztetéséhez szükséges tevékenység a szavakat ritmikusan tagolja, s ezzel a szótagolást, a játékos szóelemekkel a hangok kapcsolását gyakoroltatjuk, melyre bőséges példát találunk a mondókákban és az énekes játékokban egyaránt.

A zene, a ritmus, a mozgás, a tánc és a játéktevékenység által olyan komplex élményben, s egyben fejlesztésben lehet részük, amelyek által érzelmi világuk sokkal gazdagabb lesz, szókincsük, ismeretük gyarapodik, mozgásuk koordináltabbá, 52 esztétikusabbá válik. Akit születésétől kezdve körülvesz a tiszta forrásból való zene, énekes játék, lelkiileg, szellemileg is más lesz, mint azok a gyermekek, akik ebből az élményből kimaradnak. Olyan képességek, készségek alakulnak ki a gyermekekben, amelyek birtokában iskolaéretté válnak, megállják majd helyüket mind az iskolában, mind későbbi felnőtt életükben. Az eddig gyakorlati tapasztalataim ezeket igazolják. Már az egy éves korú gyermekeket is bele lehet vonni ebbe a

tevékenységbe. Közös ölbéli játékok a szülővel. Ezek a közös játékok nagyban segítik a szülő – gyerek közötti őszinte kapcsolat megalapozását, melyre a kamaszkorban nagy szükség lesz.

A néptánc, népdal, népzene keresztül kialakul bennük az igényesség is. Egyben értékhardozóvá válnak, hiszen a felnövekvő generáció lesz az aki továbbviszi, átörökíti, átadja a hagyományaink kultúráját. 53 A néptánc művelése nagyon összetett dolog, hiszen a táncon keresztül megismerkedhetnek a különböző tájegységek viseletével, szokásaival, népzenei kíséretével, kultúrájával, hagyományaival. Emellett rengeteg népdalt tanul az ember, ami a zenei fejlődést hihetetlen erővel és tempóval segíti.

Az ember koncentrációs készségét a néptánc fejleszti a legjobban. Egyszerre hallgatunk zenét, amire énekelünk, ehhez párosul a tánc, mély igénybe veszi az agyat, hiszen minden tájegységnek megvan a sajátos tánca, figyelni kell a párra az összeállított folyamatra, koreográfiára és nem utolsósorban az előadásmódra is. Mindez egy igazi csoda, amikor már nem fárasztó, hogy egyszerre több dologra kell koncentrálni, hanem ez már ösztönös és örömet okoz számunkra.”¹²

Balogh Ágnestől idézett állásponttal teljes mértékben egyetértek, mivel szakértelmében és saját tapasztalatomban, kutatásomban teljes mértékben egyértelművé válik, hogy a néptánc, a népzene és a népi gyermekjáték pozitív hatásai mellett rengeteget segít a gyermek fejlődésében.

¹² Balogh Ágnes: *Népi gyermekjátékok és néptánc fejlesztő hatása*. Heves megyei tehetségsegítő tanács. Eger, 2017, 48-55p

III. A NÉPTÁNC TANULÁS ÉS TANÍTÁSI MÓDSZEREI

III.1 Bevezetés a néptánc tanításba

A tanulási módszer nem más, mint a táncpedagógus személyisége által számára a legmegfelelőbb módszer alkalmazása a tanítás során. Ezeket a módszereket, nevezhetve szabályokat mindenki saját maga választja ki, az eredményességre törekedve.

A néptánc tanulása, mint bármely más tantárgynál az alapok megtanulásával kezdődik. Az oktató irányításában történik. Az oktató feladata a felkészülés az adott anyag megtanítására, a tanuló feladata az anyag megtanulása és megjegyzése, azt segítve, hogy a tanító a későbbiekben tudjon alapozni a már megjegyzett anyagra.

A néptánc tanulási alapja a tudatos láb és kéz használata, ezek koordinációja és ritmusra, zenére való rátétele. Ezek megtanulása után következik a különböző vidékek jellegzetességének elsajátítása, ami az éneket, a táncot, a viseletet és a szokásokat foglal magába. Az új anyagot többször átismételve lehet elmélyíteni a tanulóknál. Ezt követően a szabad tánc gyakorlása is fontos szerepet játszik, mivel érdeke az oktatónak, hogy ne csak kötött formában használják a motívumokat, hanem kedvük szerint is tudjanak játszani ezekkel.

Nevelési feladatok, melyek a tánc tanítási módszerekben szerepelnek:

- A magyar népi gyermekjátékkincs megismertetése, megszerettetése
- A gyermekek társas kapcsolatainak megfigyelése és alakítása
- A csoportélet hagyományainak kialakítása, ápolása
- Viselkedéskultúra megalapozása
- Közösségi élet szokásainak és az együttműködés szabályainak alakításában a gyermekek aktivizálása
- Szeretetteljes elfogadás és megértés
- Érzelmeket átélő, empátikus felnőtt magatartásminta nyújtása
- Erkölcsi értékek közvetítése
- Kötelességtudat, feladattudat alakítása
- A tánc iránti igény megalapozása
- Hazaszeretet gyökereinek „elpalántázása”¹³

¹³ http://cseppkeovi.ucoz.hu/index/a_neptanc_jelentosege_az_ovodaban/0-75

Könczei Csongor szerint a néptánc oktatás korosztály függő, mivel másképp kell tanítani a felnőtteket és a gyerekeket. A gyerekek néptáncoktatására a néptánc hagyomány biztosítja a legjobb módszert, ez sok gyerekjátékkal és egyszerű táncmotívumokkal jön létre. A néptánc oktatás előzetes felkészüléssel jár, mivel a jó oktató mielőtt a tanulók elé áll már tudja, hogy mit fog tanítani. Az oktató előtervezés segítségével nem csak egy adott próba levezetésére készül fel, hanem beütemezve tanítja meg egy adott vidék táncának lépéseit. Felépíti, megszerkeszti és leírja a próba lekisebb részleteit, ezek mellett, ha szükség van, rögtönöz, ami szintén csak a jól felkészültséggel, tapasztalattal jöhet létre.¹⁴

A próbához szükséges a próbaruha, ami segíti a gyerek mozgását, ami a fiúknál csukott, sarokkal ellátott lábbelit, sportos ruházatot a lányoknál szintén sarokkal ellátott úgyszerű karakter cipőt és próbaszoknyát foglal magába.

A bemelegítés egy elengedhetetlen része az órának. Hiszen pont, mint bármilyen más mozgást megelőzve bemelegítünk a sérülések megelőzéséért. Ezek lényegében különböző tornagyakorlatok, amik segítségével minden izmot és ízületet megmozgatunk a fejtől egészen lábig. Ügyelve arra, hogy ezek a gyakorlatok ne legyenek megerőltetőek esetleg fárasztók a gyerekeknek.

A táncosok ritmusérzékének fejlesztésre a legjobb módszer a ritmusgyakorlatok használása. Ezeket tulajdonképpen „ütőhangszerként” használják az emberi testet: dobogtatásra, tapsolásra és csapásolásra. A legegyszerűbb ritmusgyakorlat a zenei hangsúlyra épülnek negyedes és nyolcadikos ritmusra. A láb és kéz ellentétes mozgása segíti ezek egymástól való független koordinációját.

A tánctechnika nyelvi analógia szerint ez a „tánc ábécéje”, ami minden táncműfajnál sajátos tánctechnikával rendelkezik. A néptáncos technika az ember természetes mozgásaihoz alkalmazkodik, például az egyensúlygyakorlat, forgás és ugrógyakorlatok. Ezeket felhasználva tanítjuk meg az adott táncnak a jellegzetes mozgásait, például kalotaszegi táncok.

Az énekoktatásban figyelembe kell vennünk a gyerekek énektudását: hangerő, tisztaság és szövegismeret. A tradicionális tánczenei kíséret egy része énekes változatokban ismert, nem idegen s népi kultúrától, ha a táncolást énekléssel kísérik.¹⁵

¹⁴ Könczei Csongor(szerk.):*im*, 2014. 117p

¹⁵ Könczei Csongor(szerk.):*im*, 2014.131-134

Ebben a fejezetben, mely betekintést ad a néptánc tanítás elkezdéséhez egy viszonylag új tanítási módszert szeretnék bemutatni, amely a Balatoni Katalin által megálmodott „Így tedd rá!” módszer. Ez a program mindössze ötödik éve létezik, mint táncitanítási módszer, ennek elsődleges célja a gyermekek fejlődését a népi gyerekjátékok visszatartásával segíteni a hétköznapijaikat. A szakemberek szerint a tánc tanulása különböző készségfejlesztő mozgásnak számít, mely a gyakorlatban úgy mutatkozik meg, hogy már pár hónapos kortól a zene a hallatán különböző mozdulatokat végeznek.

Balatoni Katalin gondolatmenetének alkalmazásával minden mozgásra készítő játék szerepet kap, mint például az ugró iskolák, különböző ügyességi játékok, a mondókák. Ezek segítségével fejlődik a gyerek kommunikációja, memóriája, valamint a szókinésük.¹⁶

„Nem volt egy nagy álmom, amit szeretnék megvalósítani. Egyszerűen csak elültettem néhány tulipánhagymát és egy virágba borult világgá nőtte ki magát, ahol teret kap pedagógus, gyermek, szülő, egyetemi hallgató – ma már valóban elmondhatom, hogy az egész világon. A programnak köszönhetően új teret kap kultúra és pedagógia a pedagógusképzésben, a gyakorló pedagógusok életében, a gyermekfoglalkozások területén továbbképzéseink, konferenciáink, programjaink vagy akár kiadványainkon, eszközeinken keresztül. Az „Így tedd rá!” egyet jelent a hagyományos értékekkel és a legkorszerűbb pedagógiai elvekkel” Balatoni Katalintól idézve szemléltetem módszeréről alkotott gondolatát, amely a korábbi állításokat igazolja.¹⁷

Herzog Eszter véleménye erről a módszerről a következő: „Első alkalommal 2017. októberében vettem részt „Így tedd rá” továbbképzésen. Akkor még kevés ismerettel rendelkeztem erről a módszerről. Mivel intézményünk helyi programjába a néphagyomány őrzés, néphagyomány éltetés fontos szerepet tölt be, így ezzel a képzéssel bővíthetem, gazdagíthatom szakmai tudásom, valamint új profillal színesíthetem helyi programunkat. A továbbképzés három napig tartott, de már az első órában beleszerettem a képzés hangulatába, éreztem, hogy ez az a módszer, amellyel teljes mértékben azonosulni tudok, és átadhatom az óvoda gyermekei részére.”¹⁸

Azt gondolom erről a módszerről, hogy nem egy szokványos táncitanítási módról van szó. Számomra pont azért színpadikus, mert a gyerekeket játékos módon vezethetjük rá a néptánc alapjaira, ami ezáltal nekik szórakozás azon túl, hogy szakmailag is fejlődnek.

¹⁶ <https://igyteddra.hu/foglalkozasok/>

¹⁷ <https://balatonikatalin.hu/>

¹⁸ <http://www.mezeskalacsovoda.hu/2018/11/igy-tedd-ra/>

Nemcsak Magyarországon, hanem a világ más országaiban is kezd elterjedni ez a módszer, mint például Amerikában és Belgiumban. Számomra ez is azt bizonyítja, hogy a módszer valóban beválhat a gyerekeknek, ebből kifolyólag jövődöbeli táncpedagógusként el szeretném sajátítani, hogy a későbbiekben alkalmazni tudjam.

III.2 Felmérésem a néptánc tanulás és tanításról

A néptánc tanulásról négy faluról származó kollegámat kérdeztem. A nekik feltett kérdésekre választ szerettem volna kapni, hogy hogyan kerültek közel a néptánchoz; miért döntöttek úgy, hogy hivatásos táncosok lesznek valamint hogyan, milyen módon adják tovább tudásukat. Ők a néptáncot szüleiktől, iskolában és tánccsoportban ismerték meg. Elmondhatom, hogy mindegyiküket elragadta a néptánc világa, ebből adódóan hivatásként folytatták tovább karrierjüket, a Maros Művészegyüttesbe.

Kíváncsiság vezérelt, hogy talállok-e eltérést a falun és városon élő gyerek néptáncos való ismerkedése között. A válaszok alapján kevés az a gyerek, aki szüleit látta táncolni. A négy válaszból csak egy kolleganőm, Gagyí Orsolya, látta szüleit táncolni, ami felkeltette figyelmét a néptánc tanulásra. Épp ezért tartom fontosnak, mivel egyre kevesebb az ehhez hasonló példa, hogy már kisiskolás korban betekintést biztosítsunk a néptánc világába.

A második kérdéscsoport három hivatásos táncos és táncpedagógusnak tettem fel. Célom az volt, hogy válaszaik alapján megismerjem az általuk használt módszereket. Válaszaik alapján a gyerekek iránti szeretet, és táncstudásuk továbbadása töltötte be a néptánc tanítás szerepét. Az interjúkból az is kiderül, hogy a táncpedagógusok annak a szempontjából is fontosnak tartják a néptánc tanítást, hogy

Tanítottam, de felmérést nem tudtam végezni gyerekekkel a vírusra való tekintettel, ezért kénytelen voltam táncpedagógusi kollegáimmal elvégezni kutatásom. Sok információ birtokába jutottam ezek által, amit a későbbiekben fel fogok tudni használni táncpedagógusi pályám során.

1. Mikor és hogyan szeretted meg a néptáncot?

Ha lehet így fogalmazni azt mondhatom, hogy már születésemtől a néptánc világába kerültem a szüleim által. Már egész kis koromban láthattam édesapámat és édesanyámat együtt táncolni, majd a nagyobb testvérem is példát mutatott a néptánc művelésével. Én is szerettem volna megtanulni táncolni. Először modern táncoltam is, de a néptánc mellett döntöttem, mert sokkal jobban az ízlésem volt, és azt éreztem, hogy jobban tudok azonosulni a népzene adta szabadsággal, a népi kultúra szépségeivel.

2. Hol ismerkedtél meg a néptáncsal?

Már a családban megismerkedtem kis koromban, de azután a tánc csoportban, a Napsugár Néptáncgyűttesben ismertem meg közelebbről a néptáncsal és ott szerettem meg nagyon.

3. Hol tanultál meg táncolni? (Milyen csoportba?)

A Napsugár Néptáncgyűttesben tanultam meg táncolni, a Maros Együttes utánpótlás együttesében. Mely már kis koromban ösztönzött arra, hogy jobb és jobb legyek.

4. Miért döntöttél úgy, hogy hivatásos táncos leszel?

Először is azért, mert úgy gondoltam, hogy máshoz nem értek, és kis koromtól erről szólt az életem, illetve mások is befolyásoltak, azt mondták, hogy illik rám ez a szakma. Ezek mellett pedig ha lehet így fogalmazni beleszerettem. A népzene számomra egy olyan energiát szabadít fel bennem, melyet szavakkal nem tudok leírni. Ha lehet így fogalmazni pezseg a vérem, és már ösztönösen a lábaim teszik helyettem a tánclépéseket. Azt gondolom, hogy hivatásomhoz hozzátartozik, hogy vágytam arra, hogy minden napom erről szóljon. A táncról.

5. Mit jelent neked a néptánc?

A néptánc nekem szabadságot jelent, hiába már ez a munkám, de nagyon szabadnak érzem magam még mindig a mikor táncolok. A néptánc számomra a minden. Nekem nem a szórakozóhelyek okoznak örömet, hanem egy táncház, egy nótázás. Kifejezhetem ezáltal örömeimet, bánatomat, így egy olyan biztos pont az életemben, mely remélem, hogy végig kísér. Az a legfontosabb számomra, és jó érzéssel tölt el, hogy a tánc iránti szeretetem azok után sem szűnt meg, hogy munkaként végzem.

Szabó Piroska-Erika, Mezőbánd (édesapa)-Mezőpanit (édesanya)

1. Mikor és hogyan szeretted meg a néptáncot?

Ez úgy alakult, hogy 90-es években apum visszakapta a földeket Mezőbándon, és az állatokat, vagyis az én nagyszüleim. Tehát ő úgy döntött, hogy vissza fogunk költözni, minket nem kérdezett meg. Végül úgy tűnik, hogy jó döntés volt, mert ha nem, nem ismerkedhettem volna meg a néptáncsal.

2. Hol ismerkedtél meg a néptáncsal?

Mezőbándon ismerkedtem meg, Böjte tanárúrnak volt egy csoportja, ami akkor indulhatott vagy előtte egy pár évvel, mikor vissza költöztünk.

3. Hol tanultál meg táncolni? (Milyen csoportba?)

Tizenhárom éves voltam, amikor Mezőbándra költöztünk, onnan kezdve a Komlód néptánc csoport tagja lettem, mint addig, amíg nem kerültem be a városba a Maros Művészegyütteshez.

4. Miért döntöttél úgy, hogy hivatásos táncos leszel?

A tánc szerintem egy olyan érzést nyújt és egy olyan állapotot, mert szerintem ez egy standard állapot, amit máshonnan ezt nem kapod meg. Ha színpadon vagy, a színpadi élet egy olyan élet, amit más munkahelyen ezt nem kaphatod meg. Ez egy plusz fló, ezt a szót az egyetemen tanultuk, ami egy olyan érzés, ami magasabb szintekre visz. Ha forogsz nem tudom hányat egy idő után biztos, hogy átkerülsz egy más dimenzióba, mert az agyad leáll és csak arra az egy dologra gondol, hogy hogy forogjon és a népzene kövesse. Tehát a népzene és néptánc együtt egy olyan jó érzést vált ki a szervezetből, ami boldogság hormontól elkezdve mindent termel. Székely Szabó Zoltánnak is mondtam, aki a "Járd ki lában járd ki most" című könyvet írta a Maros Művészegyüttestől, hogy fiatalon az az érzés, hogy szerelemes vagy az is egy nagyon jó érzés, de az, hogy néptáncos vagy és még belülről is érzed, hogy ezt tényleg akarod csinálni és mindennél jobban. Én még a szerelemet is ezért hagytam el, mert azt kérdeztem tőlem, hogy ő vagy a Maros Művészegyüttes, és én a Maros Művészegyüttes mellett döntöttem, annak ellenére, hogy ő volt életem első szereleme. Tizennyolc-tizenkilenc évesen senki nem tudott megakadályozni, mert ezt szeretem és szeretném csinálni, és addig csinálom, ameddig bírom.

5. Valahol tanítasz néptánc csoportba? Ha igen, ez mit jelent neked?

Tanítottam Mezőbándon, Mezőbergenyében, Székelykakasdon, óvodában, iskolában. Ez egy pluszt jelentett nekem, mert annyira le kell bontani, és szét kell szedni azt a figurát, hogy

megmutassam, mivel mi se szétbontva tanuljunk. Ez is nekem egy kihívást jelentett, egy keményebb kihívás, mint az, hogy én tanuljam meg. Én megtanulom, mert belülről ez természetes, de viszont egy gyereknek kell vissza mutatni, a legegyszerűbbet, ami neki lehet a legbonyolultabb lépés, főleg, ha soha életében nem táncolt. Egyszóban kihívás.

6. Mit jelent neked a néptánc?

Nekem a néptánc mindent jelent. Levegőt, szabadságot, örömet. A tánccal ki tudom fejezni magam, egy népdal eléneklésével elmondhatom az érzéseimet. Minden élethelyzetben menedéket biztosít számomra.

Kovács Szabolcs Zoltán, Szabéd

1. Mikor és hogyan szeretted meg a néptáncot?

2008-ban kezdtem el táncolni, de először és nem szerettem a néptáncot. Édesanyámék küldtek, meg a haveri társasággal kezdtünk el táncolni, aztán pár év múlva szerettem meg igazán a néptáncot.

2. Hol ismerkedtél meg a néptáncsal?

A néptánc csoportba ismerkedtem meg, amikor elkezdtem táncolni.

3. Hol tanultál meg táncolni? (Milyen csoportba?)

A szabédi Fürgelábak Néptánc csoportba kezdtem el táncolni. Itt tanultam meg táncolni az alapoktól kezdve.

4. Miért döntöttél úgy, hogy hivatásos táncos leszel?

Sokáig nem terveztem, hogy az leszek, viszont miután elvégeztem a liceumot, akkor döntöttem el igazán. Mivel annyira megszerettem a néptáncot az idők során, ahogy teltek az évek én azt gondoltam, hogy ez lesz az én hivatásom.

5. Valahol tanítasz néptánc csoportba? Ha igen, ez mit jelent neked?

Két helyen is tanítok jelenleg, Marosludason és Mezőfényben. Nehéz volt ebbe belekezdeni, mert a tanítás egy teljesen más szakmának is mondható. Amit nagyon megszerettem, mert átadhatom mind a tudásom, mind a felfogásom a néptáncról a gyerekeknek. Az én értékrendem szerint elengedhetetlen hogy tánc iránti elkötelezettségemet, elszántságomat a gyerekek számára példaként állítsam, ugyanis azt vallom, hogy minden, amibe az ember belekezd, maximális komolysággal, és odaadással kell végezni. Azon túl, hogy szakmailag is szeretném megalapozni a gyerekek tudását, az elsődleges számomra, hogy szeressék amit csinálnak. Szórakozásnak, sem mint tehernek éljék meg a táncpróbákat.

6. Mit jelent neked a néptánc?

Egy életfelfogást jelent nekem és azt, hogy kitudom igazán adni az érzelmeim a táncsal.

Bartha Szabolcs Árpád, Csítszetivány

1. Mikor és hogyan szeretted meg a néptáncot?

Első osztályos koromban a szüleim indíttatására indultam el. Természetesen, mint minden gyerek nem szerettem, egészen az első alkalomig, amíg elmentem.

2. Hol ismerkedtél meg a néptáncsal?

A falunkban ismerkedtem meg, mellette meg, amikor megláttam egy Maros Művészegyütteses előadást, akkor rájöttem, hogy imádom a táncot.

3. Hol tanultál meg táncolni? (Milyen csoportba?)

Első osztályos koromban kezdtem el, egészen 2004-ig, amikor bejöttem a Napsugár Néptáncgyűtteshez. Itt táncoltam 2011-ig.

4. Miért döntöttél úgy, hogy hivatásos táncos leszel?

Úgy éreztem, hogy az életem részévé vált a tánc, és imádom, amit csinálok. Szerettem volna, ha minden napomat végig kíséri e mozgásforma, afféle sportként is. Karban tarthatom a testemet, miközben a lelkem minden szegletében boldogságot érzek, mikor minden hétköznapi azt csinálhatom amit szeretek. Fiatal vagyok még, 23 éves, ebből kifolyólag nem minden kortársam mondhatja el magáról, hogy azt teheti munkájaként, amit a legjobban szeret. Rendkívül szerencsésnek érzem magam, hogy hivatásomként maximális odaadással élhetem mindennapjaimat e szakma iránt.

5. Mit jelent neked a néptánc?

A néptánc egy érzés, ami egy kiteljesedést ad nekem, ahol önmagam tudom adni, és kiélhetem minden vágyam benne. A legényesekkel akár a dühömet, mikor rossz napom van, a páros táncok szabad érzése pedig egy olyan örömforrás számomra, mely által felszabadulhatok és egy teljesen más világba kerülök. Számomra ez egy életérzés.

Törzsök Zsuzsanna, hivatásos táncos és táncpedagógus

1. Mi ösztönözte arra, hogy elkezdjen tanítani?

Ezelőtt 18 évvel, mikor a Maros Művészegyüttes alkalmazottja lettem felkértek az 5-ös számú Általános iskolában 1/4 osztályosok néptáncra való oktatására, majd az Elektromaros óvodájában. Ekkor már a Pedagógiai Liceum diákja voltam, szabadidő program tervező osztályban, örültem hogy gyakorolhattam a szakmám.

2. Milyen korcsoportokban oktat?

Jelenleg 4/14 éves gyerekeket oktatok.

3. Hány éves kortól javasolja a tánc elkezdését?

En úgy látom, hogy min.4/5 évesen már érdemes kis népzene, népdal, néptáncmotívumokkal megfertőzni a gyerekeket. Nyilván ebben a korban meg nem beszélhetünk néptáncról, inkább motívumról, ritmusgyakorlatokról, népi gyermekjátékokról stb. Túl későn sem jó elkezdni, szerintem 10 éves az a korcsoportú gyerek aki már tudja hogy melyik a jobb és a bal, nekik már lehet néptáncot tanítani, kezdetben az alapot amire később építkezünk.

4. Mi az a tanítási módszer amit követ?

Mosolygosan szigorú, és következetes vagyok. A mai gyerekek en úgy gondolom túl szabadelvűen nevelnek, mely kihat egész életükre. Szabály az nélkülözhetetlen.

Kisebb korban én arra igyekszem, hogy megszerettessem a népzene, néptáncot, ritmusérzéküket fejlesztem, néptánc alapmotívumokat csempészek be a népi gyermekjátékokba. Játszva tanulunk. Nagyobb korban az alapokkal kezdem, mely nálam a Nyárádmenti, illetve polgári eredetű táncok például gólya, polka, régi négyes-hatos-nyolcas, stb. tartoznak. Utána csak belső lábas táncokat oktatok, majd ha azokat már mind tudjuk, akkor térünk a külső lábas táncokra. Igyekszünk elkerülni a külső és belső lábas táncok összekavarodását. Mindig saját tapasztalatommal, élményeimmel fűszerezem a táncpróbákat: adatközlőket mutatok be videón vagy akár élőben is.

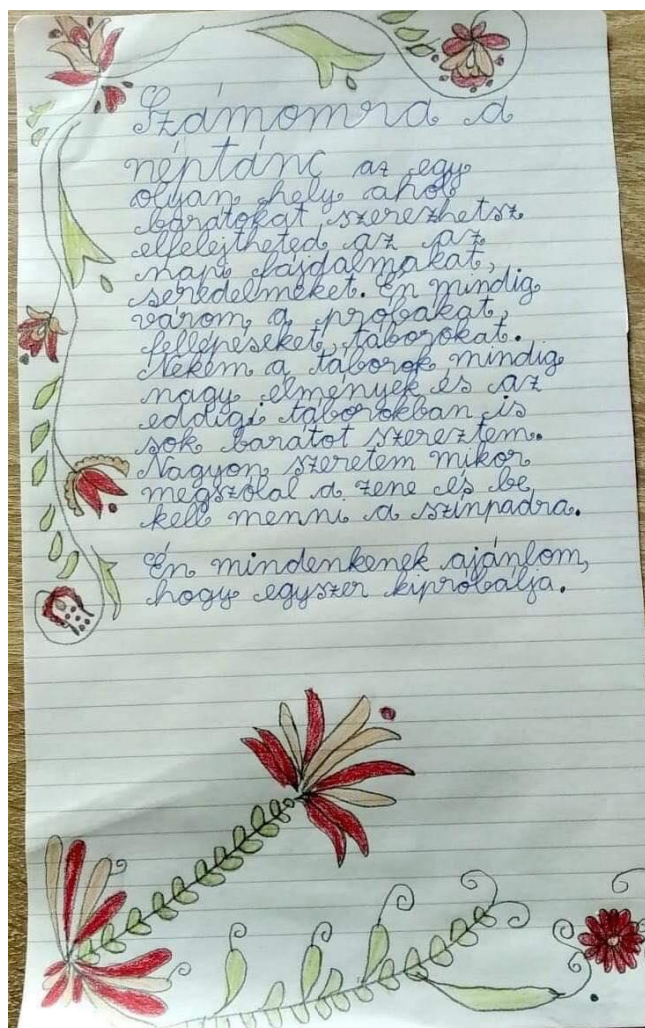
5. Miért tartja fontosnak a néptánc továbbadását?

Itt van a válasz, amit a tanítványaimtól kaptam. Ezt olvasva más is megérti, hogy miért tartom fontosnak a néptánc továbbadását.

„ Számomra a tánc örömet és fejlődést jelent. A legtöbb próba után boldog vagyok, és még szeretem a vicces próbákat. Az új figurák mindig érdekesek azért, mert eltér a megszokottól. „

„ Számomra a néptánc: időt, fáradságot, örömet, türelmet és eredményt jelent.”

„ Számomra a néptánc egy fontos feladat és egyben küldetés is, mert a mai világban legtöbb ember a technológia és az informatika felé mutat érdeklődést és nem a hagyományörzés felé. Szeretek táncolni és énekelni, ezért ápolni és őrizni fogom a hagyományokat.”



Duka Szabolcs Attila, hivatásos néptáncos és táncpedagógus

1. Mi ösztönözte arra, hogy elkezdjen tanítani?

Az elején a gyerekek iránti szeretetem volt ami arra készítetett, hogy elkezdjek tanítani. Ez a későbbiekben átalakult egy késztetéssé, hogy tovább adjam a tánc hagyományát. Először 2001-ben Nyárádremetén kezdem oktatni, itt kis gyerekeket, óvodásokat és első osztályos tanulókat tanítottam. Majd elkezdtem nagyobb korosztályt is negyedik és nyolcadik osztályos gyerekeket.

2. Milyen korcsoportokban oktat?

Jelenleg két korosztályt tanítok: negyedik és nyolcadikos osztályos gyerekeket, Marosvásárhelyen és Marosfelfaluban.

3. Hány éves kortól javasolja a tánc elkezdését?

Úgy gondolom, hogy 6-7 éves gyerekkel lehet kezdeni, mert akkor van értelme, mivel kisebb korban nehezen lehet lekötni a figyelmüket a néptáncsal. A gyerekjátékok tanítását már 3 éves korban el lehet kezdeni.

4. Mi az a tanítási módszer amit követ?

Szeretem a tánc pontosságát, amiben a ritmus fejlesztést tartom elsőnek. Ezt követően a táncban rejlő kapcsolatot, majd az előadás módját. A ritmus fejlesztésben azt a tudást, hogy tisztaságot tudjunk adni a táncnak. Tánc közben a kéz és a láb elválasztását kell elsőként elsajátítani, erre egy nagyon jó példa amikor a lányt vezeti és közben csapást is végez. A táncban a pár közti kapcsolatot is nagyon fontos, mivel a néptáncban ez kulcs fontosságú. Az egyéniség ezáltal tud kialakulni a táncban. Az előadás mód az, hogy hogy táncol valaki a színpadon sok mindent jelenthet. Ez alatt a szabad táncot, a mosolyt, a tánc partner közti kapcsolatot értem.

5. Miért tartja fontosnak a néptánc továbbadását?

Az egyik dolog, hogy magyarok vagyunk és ez a hagyományunk, ezzel fejezzük ki a saját énünket. Annak érdekében, hogy megmaradjunk magyarokként a nagy világban a népzene, a néptánc ágai is egyaránt fontosak, amit fenn kell tartanunk. 2001-ben mikor lehetőségem nyílt elkezdni tanítani nem volt ennyi lehetőség, mint napjainkban, a körülmények befolyásolták és nehezítették a hagyományörzés továbbadását. Úgy gondolom, hogy jelenleg sokkal jobban be van épülve a hétköznapi életünkbe a néptánc, ezt első sorban a rendezvényeknek, az előadásoknak, a kulturális rendezvényeknek köszönhetjük.

Kuczogi Veronika, hivatásos táncos és táncpedagógus

1. Mi ösztönözte arra, hogy elkezdjen tanítani?

Mindig is az volt a célom, hogy gyerekekkel foglalkozzak, ebből kifolyólag nem volt kérdés számomra, hogy ahogy lehetőségem adódik ezt a szándékomat kamatoztatni tudjam. Első sorban a néptánc szeretetét szeretném közvetíteni a gyerek felé, célom, hogy egy népzene hallatán csilló szemek nézzenek rám vissza.

2. Milyen korcsoportokban oktat?

Negyedik-nyolcadikos és kilenc-tizenkettő osztályosokat volt lehetőségem tanítani, egy utánpótlás csoportban.

3. Hány éves kortól javasolja a tánc elkezdését?

Én azt gondolom, hogy már óvodás kortól el lehet kezdeni a tánc oktatását, nagy hangsúlyt fektetve a ritmusérzék, a helyes testtartás alapjainak elsajátítására. Mint minden táncnál, a néptáncnál is az alapok elsajátítása a fontos, annak érdekében, hogy az utána következő lépcsőfokok gördülékenyebben mehessenek.

4. Mi az a tanítási módszer amit követ?

Első sorban azt gondolom, hogy mivel gyerekekről beszélünk a táncot megszerettetni kell velük, mind ezek után következik a szakmaiság, mellyel tovább fejlesszük a már meglévő tudásukat. Számomra elengedhetetlen, hogy tiszta forrásból amennyire lehetőségem adódik első kézből adjam át. Amikor már eléri azt a kort, arhív felvételek nézésével ösztönzöm őket a minél autentikusabb mozgásra. Amennyiben lehetőségem nyílik adatközlőkkel szemléltetni az adott nép táncát, földrajzi szempontból a tájegység elhelyezkedését örömmel megteszem. Kisebb gyerekeknél köztudott, hogy a figyelmük nehezen leköthető, sok figyelmet igényel a velük való foglalkozás. Fontos oktatóként, hogy a fegyelmezéssel ne utáltassuk meg velük a foglalkozást, azonban mégis vívjunk ki egy adott tiszteletet annak érdekében, hogy a munkánk gyümölcsöző legyen.

5. Miért tartja fontosnak a néptánc továbbadását?

Hivatásos néptáncosként egyértelmű számomra, hogy mindezen kincseket továbbítanom és átadnom kell. Hatalmas kincssel rendelkezünk, szeretném, hogy érzelmeiket egy népdal éneklése kapcsán fejezzék ki, ne pedig a mai okostelefonok használatával. Azok akiket a népi kultúra megragad fontos, hogy ezen értékeinket közvetítsük és átadjuk az utókor számára.

III.3 Személyes tapasztalatom a néptánc tanításban

Szerencsém volt megtapasztalni a tánc tanítás örömeit, mivel lehetőségem adódott tanítani előkészítő osztályos gyerekeket néptáncra. Egy marosvásárhelyi iskolában taníthattam, egy elég nagy létszámú osztályt, ahol minden tanulónak megmutathattam a néptánc, népzene és a népi gyermekjátékok apró csodáit.

Eddig nem adódott ilyen lehetőség az életembe, hogy kisiskolás tanulóknak tanítsak táncot. Jövendőbeli pedagógusként a matek, magyar és más tantárgyak tanítása mellett a tánc tanítása is fontos, mivel a tánc életem egyik meghatározó részévé vált. Fontos lett számomra, hogy a megszerzett tudásomat át tudjam adni a kisiskolásoknak.

A kisiskolás korcsoportot céloztam meg, mivel véleményem szerint sokkal könnyebben lehet megtanítani egy fejlődésben lévő gyereket a magyar népi gyermekjátékokra és néptáncra. Fogékonyabbak az új dolgokra, és könnyebb felkelti figyelmüket. Ezeket meg is tapasztaltam, mert egy játékos mozgásos mondókéval be tudtam csalogatni mindenkit a közös játékba.

Nem tudva semmi tánc pedagógiát, csak azzal a tudással rendelkeztem, amit én is ismertem a volt csoportvezetőtől, az akkori pedagógiai tudásommal ötvöztem a tanítási módszerem. Ami mint egy általános órán történhető bemutatkozással kezdődött, egy kis népi játékosággal fűszerezve, ami tapsos ritmus gyakorlat volt. Ez abból állt, hogy elmondtam a nevem egy ritmussal együtt: Orsi –taps: TÁ-TA, a gyerekek ezt a példát követve a nevükre tették a TÁ és TI-TI ritmusokat kombinálva. A bemutatkozást követően az „Elvesztettem zsebkendőmet” című gyerekjátékkal folytattam, amit a gyerekek rendkívüli örömmel tanulták, esetleg emlékeztek vissza rá. A gyerekjátékokat követően megismerhették a „Gólya-gólya sárga lábú gólyamadár” című népdalt. A népdal tanulásnál hamarabb elénekelttem a teljes éneket, hogy ismerkedjenek az új dallal, majd szakaszokra bontva előbb a szöveget tanultuk meg, majd a teljes szakaszt többszöri ismétléssel, annak érdekében, hogy minél hamarabb és minél könnyebben a gyerek fülébe másszon a dal. Miután a dalt teljes egészében megtanulta mindenki megmutattam a lépést. A lépés begyakorlása már énekkel együtt működött. Tanulva a tánc csoportból folyamatos pár cserét alkalmaztam, hogy mindenki táncoljon mindenkivel, ennek a társunk elfogadása, a hozzá való alkalmazkodás volt a rejtett akarata. Az órát egy újabb játékkal zártam, ami vagy a „Csön-csön gyűrű” nevű népi játék vagy az óra elején már felhasznált „Elvesztettem zsebkendőmet” volt. Minden tánc óra végén a legügyesebb gyerekek oda adtam a zsebkendőt, ezzel ösztönözve a többi tanulót a figyelemre és a figyelemre. A zsebkendő minden gyerekhez eljutott, elkerülve a közöttük levő veszekedést.

A hivatásom, ami a néptánc és a pedagógiai diplomám megszerzése után öröm töltene el, ha vezethetnék egy csoportot, vagy a kisiskolásoknak taníthatnám a néptáncot. Ezáltal átadva azt a kincset, tudást, amit minden pedagógus szeretettel tesz. A tudás átadása mellett, a hagyomány megőrzését fenntartva egy kisebb közösséget lehet alkotni, ami akár egy mentsvár is lehet a diákok számára.

III.4 Hogyan lehet a nyárádmenti táncokat megtanítani kisiskolásoknak

Tevékenységi terv

Név: Pithó Orsolya

Időpont: 2020 Április 27

Iskola: Marosvásárhelyi 2-es Általános Iskola

Osztály: I-IV. Osztály

Műveltségi terület: Mozcás

Iskolán kívüli tevékenység: Néptánc oktatás

A tevékenység témája: Nyárádmenti táncok

Az óra típusa: Elméleti, gyakorló

Általános fejlesztési követelmények:

- alapvető táncismeretek fejlesztése és elsajátítása
- alapvető ismeretek szerzése Marosszékről, Nyárádmentéről
- csoportszellem fejlesztése
- nemzeti öntudat kialakítása és fejlesztése
- figyelem, tájékozcó képesség, táncismeret és ritmus fejlesztése

Részletes fejlesztési követelmények:

- kognitív készség fejlesztése
- koordináció fejlesztése
- nemzeti öntudat fejlesztése

Módszerek, eljárások: magyarázat, utasítás, bemutatás, értékelés

Didaktikai eszközök: laptop, vetítő, térkép

Szervezési formák: egyéni, frontális, csoportos

Értékelés módszere: szóbeli értékelés

ÓRA MOZZANATA ÉS IDŐ	A TANÍTÓ ÉS GYEREKEK KÖZÖS TEVÉKENYSÉGE	MÓDSZEREK ÉS ELJÁRÁSOK	ÉRTÉKELÉS
1. Az óra megszervezése -5 perc-	Kinyitom az ablakot, hogy a tanterembe friss levegő kerüljön. Előkészítem az órához szükséges eszközöket. Megkérem a gyerekeket, hogy vegyék fel a próba ruhájukat, lányoknál szoknya, blúz, zsebkendő és karaktercipő, fiúknál blúz, szövetnadrág és karaktercipő.	- utasítás	
2. Általános ismeretek fejlesztése -10 perc-	Megérdelem, hogy ha van köztük olyan aki Nyárádmentéről származik. Ha esetleg nincs senki, akkor ismernek valakit erről a vidékről. A kérdések után bemutatom egy térkép segítségével Marosszék elhelyezkedését, ezt magyarázattal kísérem. Nyárádmente, Marosszéken belül található meg a Nyárád folyó mentén. Ezt követően elmondom, hogy Nyárádmentén is különböző falvak táncaival ismerkedünk meg az elkövetkezendő egy évben, ezek a falvak táncai: Nyárádselye és Nyárádmagyarós. Bemutatom a laptop és vetítő segítségével a két vidék viseleteiben való eltérést. Zenében is eltérés van, ezt is szemléltetem nekik. A Nyárádmenti táncrend: verbunk, forgatós, lassú csárdás és friss csárdás.	- magyarázat	- egyéni - frontális

3. Ritmusérzék fejlesztése -5 perc-	Nyárádmenti verbunk segítségével tanulunk meg egy motívumot. Előbb megmutatom a mai órára szánt tanulandó ritmussort. A kezünkkel tapsoljuk le a következő ritmust: ti-ti-ti, ennek begyakorlása után duplázzuk a ti-ti-ti tapsot. Ezzel játszani fogunk egy keveset, ami a következő lesz: egyszer a fiúk tapsolják le az első ti-ti-ti párt, majd a lányok. Ezt fordítva is kipróbáljuk. Miután mindenki jól begyakorolta és megjegyezte az új ritmust, a ti-ti-ti párokat fokozatosan megnöveljük hatig. Ennek a hatos ti-ti-ti ritmusnak a begyakorlása után a végére tapsoljuk az utolsó ritmust, ami a tá-tá. Többször ismételjük ezt a ritmus tömböt, majd egy nyárádselyei verbunk zenére közösen megpróbáljuk letapsolni a ritmussort.	magyarázat - utasítás - gyakorlás	- egyéni - frontális - csoportos
5. Táncos felvételek megtekintése -3 perc-	Bemutatók arhív felvételeket a nyárádselyei forgatós táncról a Néptánc Tudástár használatával.	- magyarázat	- frontális
4. Konkrét bemutató a tanulandó táncrendről -10 perc-	Bemutatom a fiú lépését, amit közösen gyakorlok a fiúkkal. Ezt követően bemutatom a lány forgás lépését, amit közösen gyakorlunk.	- magyarázat - gyakorlás	- frontális - egyéni
6. Az alap mozdulatok elsajátítása -15 perc-	Az alaplépés és forgás elsajátítása után párba állítom a gyerekeket, eleinte zene nélkül gyakoroljuk a lépéseket, majd zenére tesszük. Folyamatos párcserét alkalmazok.	-gyakorlás	- frontális - egyéni - csoportos

7. Az óra befejezése, házi feladat -2 perc-	Az órai tevékenységüket értékelem, megköszönöm figyelmüket. Házi feladatot adok a gyerekeknek, mivel a tánc megtanulása mellett fontos szerepet tölt be az ének is, így arra kérek mindenkit, hogy a következő óráig tanuljanak meg népdalt. Ebben kérhetnek segítséget szüleiktől, nagyszüleiktől és tanítójuktól.		-egyéni
---	---	--	----------------

ÖSSZEFOGLALÁS

Összeségében sok információ birtokába jutottam a magyar néptánc tanítás és tanulás fontosságának kutatása során. A különböző szakirodalmak tanulmányozása mellett lehetőségem nyílt a népi kultúra mélyebb megismerésére.

A magyar néptánc tanításának fontosságát kutattam kisiskolás korban, mivel a néptánc életem részévé vált. Az foglalkoztatott, hogy milyen hatással van a kisiskolás gyermek helyes testtartásának kialakulásában a néptánc. Fontos szerepet töltött be kutatásom során a nemzeti identitás, nemzeti öntudat kialakítása is. Ennek érdekében szakirodalmat olvastam a folklór fogalmáról. Ezt boncolgatva jöttem rá, hogy mennyire színes és sokoldalú a magyar kultúra. A magyar népi kultúra kutatása mellett fontos szerepet töltött be a kisiskolás gyerek tánc tanulása, a tánc tanítás módszerek.

Dolgozatom megírása során nem csak a szakirodalomra, saját tapasztalatomra hagytam, lehetőségem nyílt kezdő és tapasztalt táncpedagógusok nézőpontját is megismerni a néptáncal kapcsolatba. A felmérés ideje alatt örömmel töltött el látván azt, hogy akár tapasztalt akár pályakezdő személlyel beszélgettem, a lelkesedés nem hűlt ki szakmájuk iránt. A jövőre nézve látok még reményt arra, hogy a néptánc hagyományt továbbítani tudjam a kisiskolások számára, fejlesztve nemzeti identitásukat.

A lecke terv megírásában olyan tánc tanítását választottam, mely számomra ismert volt, annak érdekében, hogy erre a későbbiekben alapozni lehessen. Fontosnak tartottam az adott falu elhelyezését ismerttetését, annak érdekében, hogy földrajzi ismereteit is bővíteni tudjam. Jövendőbeli pedagógusként fontosnak tartom az adott tánc részletes bemutatását, amit arhív felvételek segítségével is be lehet mutatni a kisiskolásoknak.

Annak érdekében, hogy teljes képet adjunk át a kisiskolások számára, mi magunk is, mint táncpedagógusok kell fejlesszük meglévő tudásunkat. Mind amellet, hogy arhív felvételeket, hanganyagokat mutatunk be a táncórán, fontosnak tartom az önképzést is, ezt szakirodalmak tanulmányozásával és továbbképzőkön való részvétellel tudjuk fejleszteni.

Motivációm a kisiskolás gyermekek tánc tanítása iránt még jobban megnőtt szakdolgozatom megírása által. Azok az információk, amik eddig birtokomba voltak, a kutatás és intejük által bővült.

IRODALOMJEGYZÉK

Benő Éva – Prezsmér Boglárka: Népi játékok. Háromszék Vármegye Kiadó. Sepsiszentgyörgy, 2015

Balogh Ágnes: Népi gyermekjátékok és néptánc fejlesztő hatása. Heves megyei tehetségsegítő tanács. Eger, 2017

Keszeg Vilmos- Tánczos Vilmos: Magyar népköltészet. Babes-Bolyai Tudományegyetem Bölcsészettudományi Kar, 2009

Könczei Csongor (szerk.): Néptánc. Romániai Magyar Néptánc Egyesület. Sepsiszentgyörgy, 2014.

Lázár Katalin: Népi játékok. 2. változatlan kiadás. Planétás kiadó, 1997

Lelkes Lajos (szerk.): A Magyar néphagyományok. Zeneműkiadó, Budapest, 1980

Lévai Péter: A mozdulattípusok és a magyar néptánc alapmotívumainak tanítási módszertana. Magyar Kultúra Kiadó, 2019

Magyar Értelmező Kéziszótár. Budapest. 1972

Martin György: A Magyar nép táncai. Corvin kiadó. Második kiadás

Ungvári Zrinyi Ildikó: Bevezetés a színházantropológiába. Marosvásárhelyi Színűvészeti Egyetem Kiadója

Voigt Vilmos (szerk.): A Magyar Folklór. Osiris Kiadó, Budapest, 1998

<https://mek.oszk.hu/09300/09396/html/01.htm>

https://mecenatura.mediatanacs.hu/adatlap/1207/VALASZUT_VANDORA_KALLOS_ZOLTAN_OROKSEGE

<https://www.arcanum.hu/hu/online-kiadvanyok/Lexikonok-a-magyar-nyelv-ertelmezo-szotara-1BE8B/k-359B8/kultura-3985D/>

http://www.magyarpedagogia.hu/document/Dancs_MPed20164.pdf

Dömötör Tekla: Magyar népszokások <http://mek.oszk.hu/04600/04691/html/>

<https://igyteddra.hu/foglalkozasok/>

<https://balatonikatalin.hu/>

http://cseppkeovi.ucoz.hu/index/a_neptanc_jelentosege_az_ovodaban/0-75

<http://www.mezeskalacsovoda.hu/2018/11/igy-tedd-ra/>

MELLÉKLET

1-es számú melléklet



Óvodások ének és táncos műsora a 10-es számú óvodában, 2000-ben

2-es számú melléklet



Óvódások ének és táncos műsora a 10-es számú óvódában, 2001-ben

3-as számú melléklet



Óvódások ének és táncos műsora a 10-es számú óvódában, 2001-ben

4-es számú melléklet



Tanévzáró előadás a „Romulus Guga” Általános Iskolában, 2006

5-ös számú melléklet



Napsugár néptáncgyűttes Gyöngykoszorú találkozó, 2008