

Δημιουργικό μάθημα παραδοσιακού χορού στις πρώτες τάξεις του δημοτικού σχολείου

*Λυκεσάς Γεώργιος, Κωνσταντινίδου Μαρία,
Παπαδοπούλου Σοφία*

Σκοπός της παρούσης εργασίας είναι να παραθέσει βασικά στοιχεία απαραίτητα για την δημιουργία εκπαιδευτικών προγραμμάτων που θα συμβάλλουν στην αρτιότερη διδασκαλία των ελληνικών παραδοσιακών χορών στην πρωτοβάθμια εκπαίδευση. Στην ηλικία αυτή της υποχρεωτικής εκπαίδευσης, κρίνεται απαραίτητο για τα παιδιά να αποκτήσουν γνώσεις για το σώμα τους και τον κόσμο γύρω τους, χωρίς πίεση και εξαναγκασμό. Η πίεση και η κριτική εμποδίζουν και περιορίζουν τη δημιουργικότητα των παιδιών, ενώ αντίθετα η ενθάρρυνση και η ελεύθερη έκφραση είναι βασικές προϋποθέσεις για την ενίσχυση της αυτοπεποίθησης, της αυτονομίας και της ανεξαρτησίας. Με αυτόν τον τρόπο τα παιδιά αποκτούν μεγαλύτερη πρωτοβουλία και αναπτύσσουν το χάρισμα της δημιουργικότητας για πρωτότυπες κινητικές δράσεις μέσα στην τάξη. Η δημιουργική διδασκαλία των παραδοσιακών χορών προϋποθέτει την εφαρμογή ενός ευχάριστου εκπαιδευτικού προγράμματος που θα καθοδηγήσει τον μαθητή και θα τον προετοιμάσει να αντιμετωπίσει τις καινούργιες εξελίξεις της σύγχρονης κοινωνίας με σεβασμό στην παράδοση και τη λαϊκή κληρονομιά. Το πρόγραμμα αυτό περιλαμβάνει την κατανόηση και εκμάθηση βασικών εννοιών που έχουν σχέση με το σώμα, το χώρο, το χρόνο, το ρυθμό, τη ροή και τη δυναμική της κίνησης. Μέσα από αυτή τη διαδικασία μάθησης των παραδοσιακών χορών ενισχύεται η ελεύθερη ατομική έκφραση, επιτυγχάνεται η πολύπλευρη ανάπτυξη της προσωπικότητας του παιδιού, ενώ παράλληλα τίθενται οι βάσεις για τη δια βίου χορευτική του άσκηση.

Εισαγωγή

Η σύγχρονη τεχνολογική εξέλιξη, ενώ προσφέρει πολλά θετικά στοιχεία στην αναβάθμιση και βελτίωση της ποιότητας ζωής, έχει οδηγήσει τα παιδιά σε κινητική απραξία, αφαιρώντας ταυτόχρονα την καλαισθησία, την χάρη και την αισθητική από την κίνηση τους (Μπαρμπούση, 2003). Η αλλαγή αυτή της κινητικής συμπεριφοράς ανάγκασε τους παιδαγωγούς, που ασχολούνται κυρίως με τον σχεδιασμό των σχολικών αναλυτικών προγραμμάτων, να τονώσουν την αισθητική αγωγή, (μουσική, θεατρική και εικαστική), πιστεύοντας ότι θα προωθήσει τις ανάγκες της ελεύθερης ατομικής έκφρασης και επικοινωνίας. Η διασφάλιση των κατάλληλων προϋποθέσεων είναι απαραίτητη ώστε να καταστρωθεί ένα σύγχρονο, χρήσιμο και ευχάριστο εκπαιδευτικό πρόγραμμα, που θα καθοδηγήσει τον μαθητή και θα τον προετοιμάσει να αντιμετωπίσει τις καινούργιες εξελίξεις της σύγχρονης

κοινωνίας, έχοντας παράλληλα σεβασμό στην παράδοση και τις πολύτιμες ρίζες της λαϊκής του κληρονομιάς, ούτως ώστε να τον βοηθήσουν να ανακαλύψει και να διατηρήσει την εθνική του ταυτότητα (Κεφάλου-Χόρς, 1997). Επίσης, σκοπός του σύγχρονου εκπαιδευτικού προγράμματος είναι, να κάνει άτομα ευαίσθητα και δημιουργικά, όχι μόνο μέσα στο σχολικό τους περιβάλλον, ούτε μόνο για ένα είδος έκφρασης, αλλά να θέσει τις βάσεις για τη δια βίου άσκηση, έκφραση και εμπλοκή τους στις δημιουργικές Τέχνες.

Η εφαρμογή μεθόδων που αναπτύσσουν τη δημιουργική σκέψη, συμβάλλουν σημαντικά στη βελτίωση της ποιότητας ζωής προς την κατεύθυνση της ανάπτυξης και ολοκλήρωσης της προσωπικότητας του παιδιού, διαμορφώνοντας εκείνες τις συνθήκες που οδηγούν τα παιδιά να σκέφτονται συστηματικά, μεθοδικά και δημιουργικά σε όλες τις μορφές της εκπαιδευτικής τους διαδικασίας, ενώ παράλληλα βελτιώνουν και αναπτύσσουν τις κινητικές και φυσικές τους ικανότητες (Λυκεσάς, 2003). Βάσει τέτοιων μεθόδων, θα πρέπει η προετοιμασία να είναι εξειδικευμένη για την ηλικία των πρώτων τάξεων του πρώτου εκπαιδευτικού κύκλου, δηλαδή στην πρώτη (Α) και στη δεύτερα (Β) τάξη του δημοτικού σχολείου (Η Φυσική Αγωγή στο Δημοτικό σχολείο, 1997, σ. 205-221). Γι' αυτό το λόγο οι εκπαιδευτικοί δεν θα πρέπει να ξεχνούν και να υποτιμούν το γεγονός, ότι σε αυτή την σχολική ηλικία το παιχνίδι είναι το ισχυρότερο μέσο της γνώσης, ακόμη και της σύγκρουσης με την πραγματικότητα (Cleland, 1992; Swartz, 1987). Μολονότι όλα τα διδακτικά αντικείμενα έχουν μεγάλη σημασία για την αγωγή του παιδιού, η κίνηση και ο χορός έχουν το προβάδισμα (Donaldson, 1987, pp. 23-78). Κάθε παιδί έχει μια έμφυτη δυνατότητα, ανάγκη και επιθυμία για κίνηση, μέσω της οποίας εξερευνεί και γνωρίζει το περιβάλλον του (Τσαπακίδου, 1997, σ. 16-29). Είναι η ανάγκη που έχουν τα παιδιά να χρησιμοποιούν το σώμα τους, για να εκφράζονται και να μπορούν σταδιακά με τη βοήθεια της χορευτικής κίνησης και ακόμη ειδικότερα του παραδοσιακού χορού να αποκτήσουν τον έλεγχο για πιο δημιουργικές, φυσικές και πνευματικές δραστηριότητες (Λιάτσου, 1996, σ. 31).

Οι ρυθμικές εκδηλώσεις που υπαγορεύουν οι οργανικοί του ρυθμοί, δεν εκφράζουν μόνο αγάπη για την κίνηση, για διερεύνηση και πειραματισμό, αλλά αποτελούν ανάγκη προσωπική του για να εκδηλώσει, να εξωτερικεύσει και να αναλώσει τις δυνάμεις που υπάρχουν μέσα του και γύρω του (Kraft, 1986). Αυτή η ανάγκη είναι και το κίνητρο για προσωπικές και κοινωνικές επιτυχίες, οι οποίες και το κάνουν υπερήφανο (Stinson, 1993).

Η κάθε κίνηση ακόμα και η μικρότερη χαρακτηρίζει την ατομική έκφραση των παιδιών και βοηθάει τον εκπαιδευτικό να δει προσεκτικά, να παρατηρήσει και να αντιληφθεί την ανθρώπινη συμπεριφορά. Γι' αυτό ο χορός πρέπει να αντιμετωπίζεται ως πολύτιμος συντελεστής φυσικής και πνευματικής καλλιέργειας του παιδιού (Capel, 1986). Είναι από τα πρώτα μέσα επικοινωνίας

και γνωριμίας με τον κόσμο. Στην πρώτη αυτή σχολική ηλικία τα παιδιά είναι ικανά να αντιμετωπίζουν καινούργιες καταστάσεις και έχουν μια έμφυτη περιέργεια να μάθουν όσο το δυνατόν περισσότερα για τον εαυτό τους και το ευρύτερο περιβάλλον. Τα παιδιά διψούν για περιπέτεια και συμμετέχουν με μεγάλη προθυμία σε αυθόρμητες δραστηριότητες εξερεύνησης και ανακάλυψης, έχουν αναπτυγμένη φαντασία και παρουσιάζουν έντονη διάθεση για δημιουργία (Stinson, 1998). Τα θέματα που θα αναπτυχθούν πρέπει να έχουν ιδιαίτερο ενδιαφέρον για τα παιδιά, να είναι κατάλληλα για την ηλικία τους και να εγείρει την φαντασία τους. Το περιεχόμενο των κινητικών εκφράσεων των παιδιών θα πρέπει να είναι εμπνευσμένο από το καθημερινό τους περιβάλλον. Τέτοιου είδους περιεχόμενο υπάρχει και στους παραδοσιακούς χορούς οι οποίοι αντανακλούν βιώματα, εμπειρίες και συναισθήματα της παραδοσιακής κοινωνίας. Μέσα στα πλαίσια της ανάπτυξης των δεξιοτήτων του παιδιού και την συμμετοχή του σε χορευτικές δραστηριότητες βρίσκεται και αυτό που ονομάζουμε "ενεργητική ακρόαση". Κατά ενεργητική ακρόαση, μέσα από το άκουσμα μελωδιών, το παιδί μπορεί να μεταφράσει στο χώρο την ρυθμική μελωδική κίνηση σε κίνηση του σώματος, μέσα από τον κινητικό αυτοσχεδιασμό και έτσι αναπτύσσει την χορευτική του εμπειρία και αντίληψη (Haselbach, 1978). Άλλωστε όπως αναφέρει η Σαρροπούλου (1993), η κίνηση, ο χορός, η μουσική και ο ρυθμός, όλα συνυπάρχουν για να καλλιεργήσουν την ψυχή του παιδιού ώστε να αναπτύξει την προσωπική του φαντασία και την ατομική του δημιουργικότητα.

Βασικές έννοιες για την διδασκαλία του χορού

Η συνειδητοποίηση του ρυθμού αποκτάται κυρίως με τις κινητικές εμπειρίες. Πιο συγκεκριμένα, ο συνδυασμός μουσικής και κίνησης βοηθάει τα παιδιά να εξασκηθούν στην διαφορετική χρονικότητα που μπορεί να περιέχουν τα μέτρα ενός μουσικού κομματιού και παράλληλα μαθαίνουν να την ακολουθούν με τις κατάλληλες κινήσεις, στοιχεία που είναι απαραίτητα για την γνωριμία και την διδασκαλία των παραδοσιακών χορών. Μέσα από τις διάφορες κινητικές δραστηριότητες, τα παιδιά αντιλαμβάνονται τις ρυθμικές αξίες όπως την χρονική αξία π.χ. του μισού (h), του ενός τετάρτου (q), του ενός ογδού (e), και των συνδυασμών τους μέσα στο ρυθμό των διαφόρων μουσικών μέτρων π.χ. των $2/4$, των $3/4$, των $7/8$ κ.λ.π και εν συνεχεία τις προσαρμόζουν σε απλά χορευτικά κινητικά μοτίβα τα οποία υπάρχουν στο χορευτικό κινητικό ρεπερτόριο των παραδοσιακών χορών (Τυροβολά, 1992, Πολλάτου, 2003). Τα παιδιά εξοικειώνονται με ένα ευρύ φάσμα κινητικών αλλά και αντιληπτικοκινητικών δεξιοτήτων, στοιχεία επίσης σημαντικά στην διδακτική του παραδοσιακού χορού. Πιο αναλυτικά, όπως αναφέρουν οι Graham, Holt/Hale και Parker (1987,

pp. 52-64), οι δεξιότητες χωρίζονται στις "καθαυτές κατηγορίες κινήσεων" και στο "αντιληπτικό σχέδιο", που αφορά την ποιότητα της κίνησης σύμφωνα με το οποίο διαφοροποιούνται, εμπλουτίζονται και τελικά εκτελούνται. Οι καθαυτές κατηγορίες κινήσεων αποτελούνται από τις α) *δεξιότητες μετακίνησης* (περπάτημα, τρέξιμο, αναπηδήσεις, κλπ.), β) *δεξιότητες μη χειρισμού οργάνων* (ισορροπίες, στροφές, κυλίσματα του σώματος, μεταφορά βάρους, κλπ.), γ) *δεξιότητες χειρισμού οργάνων* (πετάγματα, πιασίματα, κλωτσιές κλπ.).

Το αντιληπτικό σχέδιο χωρίζεται σε α) *αντίληψη του χώρου*, η οποία αποτελείται από τις **κατευθύνσεις** (μπροστά, πίσω, δεξιά, αριστερά), τα **επίπεδα** (χαμηλό, μεσαίο, ψηλό), τις **διαδρομές** (ευθεία, καμπύλη, τεθλασμένη), τις **προεκτάσεις** (μεγάλο, μικρό, κοντά, μακριά), β) *πηγαία προσπάθεια* ή αυθόρμητη προσπάθεια, η εσωτερική δηλαδή παρόρμηση του ανθρώπου για την εκτέλεση οποιασδήποτε κίνησης, προσδιορίζεται από τον **χρόνο** (αργό, γρήγορο, απότομο, παρατεταμένο), τη **δυναμική** (βαρύ, ελαφρύ), τη **ροή** (συγκρατημένο, ελεύθερο) και γ) *σχέσεις μεταξύ των μελών του σώματος* (συμμετρικές, ασύμμετρες), με αντικείμενα ή με τα υπόλοιπα μέλη της ομάδας (Σαβράμη, 1990; Laban, 1980, pp. 45-72; 1973, pp.12-24; Stanley, 1977, pp. 44-62 ;). Για την κατανόηση των εννοιών αυτών θα πρέπει να δοθούν στα παιδιά οι δυνατότητες να εκφραστούν, χρησιμοποιώντας κάθε φορά ένα διαφορετικό μέλος του σώματος τους για διαφορετικά θέματα. Έτσι τα παιδιά αποκτούν συναίσθηση του σώματος και των μελών τους. Το πιο σημαντικό είναι να γνωρίζει ο εκπαιδευτικός τι θέμα διαπραγματεύεται, ποια μέρη του σώματος συμμετέχουν στην κίνηση, ποια κινητικά σχήματα μπορούν να πραγματοποιηθούν και ποια μεθοδολογία θα χρησιμοποιήσει για να πετύχει τους παραπάνω στόχους.

Μέσα από αυτές τις σωματικές κινητικές δραστηριότητες τα παιδιά γνωρίζουν και αντιλαμβάνονται έννοιες όπως περπατώ, τρέχω, πηδώ, τραβώ, σπρώχνω κλπ. Παράλληλα παρατηρείται ότι λέξεις που ήταν πριν αόριστα σύμβολα για τα παιδιά αυτής της ηλικίας, τώρα αποκτούν έννοια μέσα από τις κινητικές αυτές εμπειρίες. Τα παιδιά μαθαίνουν να χρησιμοποιούν το σώμα τους χορεύοντας με άλλους κινητικούς τρόπους που είναι διαφορετικοί, από αυτούς που είναι συνηθισμένα. Ο παραδοσιακός χορός είναι αυτός που ενθαρρύνει την αυτοέκφραση.

Στην ηλικία αυτή της υποχρεωτικής εκπαίδευσης, θα πρέπει να μαθαίνουν το χώρο και τον κόσμο γύρω τους, χωρίς πίεση και εξαναγκασμό. Η πίεση και η κριτική εμποδίζουν τη δημιουργικότητα των παιδιών. Τα παιδιά έχουν την φυσική παρόρμηση προς την δημιουργικότητα και τη δράση και είναι πιθανόν η καταπίεση της παρόρμησης αυτής να επηρεάσει αρνητικά την ανάπτυξη της προσωπικότητας των (Μπουρνέλη, 2001, σ. 155). Αντίθετα, η ενθάρρυνση και η

αυτοπεποίθηση είναι οι βασικές προϋποθέσεις για την ανάπτυξη του χαρίσματος της δημιουργικότητας, η οποία και τους οδηγεί σε μεγαλύτερη ανεξαρτησία και πρωτοβουλία για πρωτότυπες δημιουργίες μέσα στην τάξη. Τα παιδιά γίνονται πιο τολμηρά δοκιμάζοντας και πρωτοτυπώντας στα ερεθίσματα και τους προβληματισμούς που προτείνει ο εκπαιδευτικός κατά την χορευτική διαδικασία, αναπτύσσοντας την επικοινωνία, ενώ συγχρόνως αποκτούν αρμονικότερη κοινωνική συμπεριφορά.

Σκοπός του προγράμματος διδασκαλίας

Σκοπός της παρούσης εργασίας είναι να παραθέσει κάποια βασικά στοιχεία απαραίτητα για την δημιουργία προγραμμάτων διδασκαλίας του παραδοσιακού χορού και να αναλύσει τις πολύπλευρες δυνατότητες που προκύπτουν από την εφαρμογή τους σε παιδιά ηλικίας 7-9 ετών, των πρώτων τάξεων του δημοτικού σχολείου. Η εφαρμογή τους αποσκοπεί στην ταυτόχρονη καλλιέργεια των αντιληπτικοκινητικών δεξιοτήτων των παιδιών, αλλά και τη διδασκαλία και μάθηση των παραδοσιακών χορών, ενώ παράλληλα αναπτύσσονται συναισθήματα αυτοεκτίμησης, αλληλοσεβασμού και συμμετοχής στην κοινή προσπάθεια. Η ανακάλυψη του εαυτού τους και της σχέσης που έχουν με το περιβάλλον, θα πρέπει να είναι ο σημαντικότερος στόχος στη σχολική φυσική αγωγή στην Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση. Αυτή η σχέση τους βοηθάει να γνωρίσουν όχι μόνο το σώμα τους, αλλά και τον συναισθηματικό τους κόσμο που εκφράζεται και εκδηλώνεται μέσα από την κίνηση. Εξάλλου στο χορό η χαρά της συμμετοχής και η βίωση του συναισθήματος της επιτυχίας θα πρέπει να είναι ο απώτερος στόχος του μαθήματος, εφόσον εκλείπει εντελώς ο ανταγωνισμός και δεν υφίσταται κανένα είδος νίκης και υπεροχής απέναντι των υπολοίπων. Επίσης ευρύτερος στόχος της εργασίας είναι ο καθορισμός της χρησιμότητας των εννοιών της δημιουργικής κίνησης, ο ρόλος της δημιουργικής σκέψης, αλλά και η λειτουργικότητα όλων αυτών στην διδασκαλία του παραδοσιακού χορού στις δύο πρώτες τάξεις της Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης.

Μέθοδος μετάδοσης και διαδικασία αντίληψης των χορευτικών εννοιών από τα παιδιά

Ο προσανατολισμός της εκπαιδευτικής διαδικασίας στην Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση πρέπει να είναι η ανάπτυξη του αποκλίνοντα τρόπο σκέψης των παιδιών, με ελεύθερες δράσεις και δημιουργική διδασκαλία (Mosston, 1994, σ.198-264). Η δημιουργική μέθοδος διδασκαλίας σέβεται τις ατομικές ιδιαιτερότητες του κάθε παιδιού και επιτρέπει την ελευθερία, την αυτενέργεια,

την εξερεύνηση, την ανακάλυψη, τον πειραματισμό, την εκφραστικότητα και τον αυθορμητισμό που αποτελούν βασικά στοιχεία της προσωπικότητας των παιδιών αυτής της ηλικίας. Είναι φανερό ότι, για να μπορούν τα παιδιά να είναι σε θέση να χρησιμοποιούν την δημιουργική σκέψη, να έχουν δηλαδή αποκλίνουσα σκέψη, ώστε να ενεργοποιούνται στην αναζήτηση όλο και πιο πολλών απαντήσεων, θα πρέπει να τροφοδοτούνται με νέα και περισσότερα κινητικά ερεθίσματα και ιδέες (Swartz, 1987). Η ενεργοποίηση αυτή της δημιουργικότητας δίνει ευκαιρίες στο παιδί για παραγωγή περισσότερων ιδεών και λύσεων σε προβλήματα που του τίθενται, αναπτύσσοντας έτσι όλες τις μορφές των κινητικών του δεξιοτήτων, που είναι απαραίτητες για μια γόνιμη και παραγωγική διδασκαλία του ελληνικού παραδοσιακού χορού, αλλά και για μια πιο αρμονική και δημιουργική αλληλεπίδραση μαθητή - δασκάλου (Λυκεσάς, 2003).

Το περιεχόμενο του παραδοσιακού χορού είναι κίνηση, μουσική και λόγος, αντιπροσωπεύοντας κατ' αυτόν τον τρόπο την Μουσικοκινητική Αγωγή. Μουσικοκινητική Αγωγή είναι η σύνδεση μουσικής, κίνησης και λόγου. Η μουσική, ο λόγος και η κίνηση αποτελούν ένα ενιαίο σύνολο, χωρίς το ένα να υποτάσσεται στο άλλο, ενώ ταυτόχρονα συνδυάζουν τα ρυθμικά τους στοιχεία. Βασίζεται στην δημιουργική μέθοδο διδασκαλίας, στην ενεργητική συμμετοχή και την βιωματική εμπειρία. Χρησιμοποιεί τον πειραματισμό, την παρατήρηση, την ελεύθερη έκφραση και τον δημιουργικό αυτοσχεδιασμό. Μέσα από τις δημιουργικές κινητικές και μουσικές δραστηριότητες τα παιδιά γνωρίζουν την χορευτική τέχνη και ταυτόχρονα καλλιεργούν και αναπτύσσουν τις ικανότητες και δεξιότητες τους στους παραδοσιακούς χορούς (Λυκεσάς, 2002). Παράλληλα όμως όλα αυτά έχουν να κάνουν με το σώμα, το χώρο, την ροή, τον χρόνο και την δυναμική ενέργεια όλων αυτών. Μέσα από το παιχνίδι και την κινητική έκφραση τα παιδιά βιώνουν αυτές τις αφηρημένες έννοιες, οι οποίες τα βοηθάνε να κατανοήσουν και να ανακαλύψουν όλο το περιβάλλον και στη συνέχεια να μπορέσουν να χορέψουν (Joyce, 1993, pp. 30-34).

Ο παραδοσιακός χορός είναι το εκπαιδευτικό μέσο όπου το παιδί αποκτά την ικανότητα να εκδηλώνεται κινητικά και συναισθηματικά, να ανακαλύπτει το περιβάλλον και να συνειδητοποιεί και να γνωρίζει τις έννοιες της μουσικής και του ρυθμού. Παράλληλα όμως καλλιεργεί "κινητικές εμπειρίες" και "κινητικές συμπεριφορές". Έτσι λοιπόν ο παραδοσιακός χορός μετατρέπεται σε ένα "επιστημονικό εργαλείο" του οποίου η συμβολή είναι μεγάλη στη διαμόρφωση του χαρακτήρα του παιδιού, την ικανοποίηση των αναγκών του για κίνηση, την ανάπτυξη του ρυθμού, την ψυχαγωγία αλλά και την πρόκληση συναισθηματικών καταστάσεων όπως είναι η συγκίνηση και η ηρεμία (Φραγκή, 1998). Η "κινητική συμπεριφορά" του παιδιού βασίζεται αρχικά στην έμφυτη κίνηση και στις κινητικές εμπειρίες που έχει αποκτήσει. Ο παιδαγωγός οφείλει να δώσει μεγαλύτερη

προσοχή στην αυθόρμητη, έμφυτη και καθημερινή κίνησή του κάθε παιδιού. Μέλημα του είναι να επισημαίνει στους μαθητές ότι μια καθημερινή κίνηση, μπορεί να είναι και χορευτική, και να αποτελεί μέρος του παραδοσιακού χορού. Με την κίνηση δίνεται η ευκαιρία να παρατηρηθούν καταστάσεις που δεν εκδηλώνονται με τον λόγο. Όσο πιο καλά γνωρίζει ο εκπαιδευτικός τα κύρια κινητικά στοιχεία του παραδοσιακού χορού, τόσο πιο εύκολο είναι να μετατρέψει τις ιδέες των παιδιών και τις δικές του σε μια σημαντική χορευτική εμπειρία. Με τον τρόπο αυτό αντιλαμβάνεται το παιδί, ότι όλες αυτές τις απλές, γνωστές και καθημερινές κινήσεις, μπορεί να τις εκμεταλλευτεί, να τις αξιοποιήσει και να τις μετατρέψει σε κινητικές φόρμες του παραδοσιακού χορού.

Επίσης μπορεί να ζητηθεί από τα παιδιά να εκτελέσουν μια δική τους κίνηση, κάνοντας χρήση διαφορετικών επιπέδων και σχημάτων, διαφορετικού χρόνου, χώρου και προσανατολισμού, διαφορετικής δυναμικής και ροής. Με αυτούς τους τρόπους διαφοροποιείται η ποιότητα της κίνησης, μαθαίνουν βασικές έννοιες του παραδοσιακού χορού, προκαλείται το ενδιαφέρον των παιδιών, ενώ παράλληλα αυτοσχεδιάζουν και χορεύουν δοκιμάζοντας νέες κινητικές δεξιότητες.

Είναι σημαντικό να βρει ο παιδαγωγός τρόπους να παρακινήσει τα παιδιά να χορέψουν, χρησιμοποιώντας όλες αυτές τις απλές γνωστές και καθημερινές κινήσεις. Επίσης μέλημά του είναι να αξιοποιήσει τα φυσικά προσόντα που διαθέτει το κάθε παιδί και να ενισχύσει την ελεύθερη προσωπική του έκφραση.

Ο παραδοσιακός χορός ενθαρρύνει την αυτοέκφραση και αποτρέπει την κινητική παθητικότητα και απραξία. Προσφέρει στα παιδιά εμπειρίες, μέσα από τις οποίες αντιλαμβάνονται την κίνηση, δοκιμάζουν, πειραματίζονται, παρατηρούν και αισθάνονται. Ο παραδοσιακός χορός είναι ένα από τα σπουδαιότερα γνωστικά αντικείμενα επειδή βοηθάει τα παιδιά να γνωρίσουν τον εαυτό τους και τις ικανότητες τους αλλά και τον κόσμο που υπάρχει γύρω τους (Petit, 1989).

Μέσα σε ένα κατάλληλα διαμορφωμένο μαθησιακό πλαίσιο τα ίδια τα παιδιά θα παρουσιάσουν τις ιδέες τους και θα προσπαθήσουν να ανακαλύψουν τον δικό τους χορό, εκφράζοντας τα δικά τους βιώματα και συναισθήματα. Η ανακάλυψη του δικού τους χορού οδηγεί στην ομαλή και προσαρμοσμένη στις δικές τους δυνατότητες διδασκαλία των παραδοσιακών χορών. Αυτή η πρόκληση και πρόσκληση για δημιουργία είναι πόλος έλξης για τα παιδιά, με συνέπεια να κρατηθεί ταυτόχρονα η συμμετοχή και το ενδιαφέρον τους σε υψηλά επίπεδα.

Ο ρυθμός και η μελωδία, τα δύο πρωταρχικά στοιχεία της μουσικής, συνυπάρχουν στο σώμα μας. Το παιδί παίζει με το σώμα του, αναπτύσσοντας τις αντιληπτικοκινητικές του δεξιότητες. Το σώμα είναι η πηγή του ρυθμού, της μελωδίας και της δημιουργίας. Η εκφραστική χρήση του σώματος αναπτύσσει τη μουσικότητα, την ελευθερία, την δημιουργικότητα, την χάρη στη κίνηση, την

καλλιέργεια της έκφρασης και της φαντασίας. Επιπλέον δημιουργεί ψυχική ευφορία, ενισχύει την πρωτοβουλία και ενώνει τα άτομα σε ένα ομοιογενές σύνολο (Κεφάλου-Χορς, 1995). Η επικοινωνιακή σχέση που αναπτύσσεται τόσο με το ίδιο τους το σώμα, όσο και με τους άλλους οδηγεί στην αναβάθμιση και βελτίωση της αισθητικής τους στην κίνηση και ενισχύει την κινητική τους ομοιογένεια, καθώς χορεύουν όλοι μαζί με συγχρονισμό και συντονισμό τους ελληνικούς παραδοσιακούς χορούς.

Τα παιδιά εξασκούνται στην διαφορετική αντίληψη του χρόνου σε σχέση με τον ρυθμό ενός μουσικού κομματιού και μαθαίνουν να τον ακολουθούν χρονικά με τις δικές τους αυθόρμητες κινήσεις. Αντιλαμβάνονται τις ρυθμικές αξίες και τις προσαρμόζουν στις αντίστοιχες προγραμματισμένες κινήσεις. Με αυτό τον τρόπο τα παιδιά μαθαίνουν να κινούνται μέσα σε συγκεκριμένα χρονικά πλαίσια, ενώ ταυτίζουν τη μουσική με δικές τους συγκεκριμένες και καθορισμένες κινήσεις. Με την καλλιέργεια της αίσθησης του ρυθμού, του τονισμού αλλά και της αντίληψης του χρόνου διάρκειας των κινήσεων, επιτυγχάνεται ο συγχρονισμός των ασκουμένων μεταξύ τους, με αποτέλεσμα να δημιουργείται ένα καλαίσθητο θέαμα.

Η έννοια του χώρου για το παιδί αποτελεί ένα βασικό πεδίο αγωγής, το βοηθάει να αναγνωρίζει, να εξερευνά και να εκφράζεται. Ο άνθρωπος είναι άρρηκτα δεμένος με τον χώρο, μέσα σ' αυτόν υπάρχει, δημιουργεί και αλληλοεπηρεάζεται. Αποτελεί στοιχείο έμπνευσης, πού όχι μόνο πλαισιώνει μια δημιουργία σε οποιαδήποτε παρουσίαση αλλά είναι μέρος της και "συμμετέχει" σε κάθε εκδήλωση τέχνης (Πράτσικα, 1995). Η οριοθέτηση του ατόμου στο χώρο είναι συνάρτηση της απόστασης, της θέσης και της φόρμας. Ο συνδυασμός των στοιχείων αυτών με την διάρκεια και τη δυναμική προσδιορίζουν τον ρυθμό της κίνησης (Τσαπακίδου, 1997, σ. 12-14). Μέσα στον περιορισμένο χώρο κινείται το ανθρώπινο σώμα και τοποθετούνται ομάδες από ανθρώπους που μετακινούνται γύρω από τους άξονές τους μέσα στις διαστάσεις του χώρου. Τα παιδιά είναι ικανά να αξιολογούν την κίνησή τους στο χώρο, αλλά και να αντιλαμβάνονται την εξάρτησή τους από αυτόν. Μέσω αυτής της διαδικασίας μπορούν να γνωρίσουν ποιος είναι ο "προσωπικός τους χώρος" και ποιος ο "κοινός χώρος". Κατά συνέπεια να σέβονται τους άλλους που κινούνται και υπάρχουν γύρω τους μέσα στην τάξη. Παράλληλα γνωρίζουν ποια κίνηση είναι κατάλληλη σε κάθε περίπτωση, τότε μπορούν να κινούνται ελεύθερα και τότε περιορισμένα, με αποτέλεσμα να έχουν μεγαλύτερη πειθαρχία μέσα στην τάξη.

Συμπεράσματα - Προτάσεις

Η συλλογική δραστηριότητα είναι σημαντική για το μάθημα της Φυσικής Αγωγής, κάτι που αποτελεί πρωταρχικό στοιχείο και για τον παραδοσιακό χορό.

Ο δε καθορισμός των στόχων πρέπει να προηγείται της επιλογής των περιεχομένων της διδασκαλίας. Η διδασκαλία του παραδοσιακού χορού συμβάλλει σημαντικά στην δόμηση της ολοκληρωμένης προσωπικότητας των παιδιών. Πιο συγκεκριμένα αυξάνει την θετική τους αυτοαντίληψη, την αίσθηση ότι ανήκουν σε μια ομάδα και τη συνεργασία μεταξύ τους, ενώ συντελείται αποτελεσματικά η αυτοαξιολόγηση των ικανοτήτων τους, συγκρίνοντας τον εαυτό τους με τους άλλους (Gallahue, 2002, σ. 72-86). Παράλληλα ενισχύεται η αυτοπεποίθησή τους μέσω της εμπειρίας νέων κινητικών δεξιοτήτων, οι οποίες δεν αποβλέπουν στον ανταγωνισμό και τη νίκη, με αποτέλεσμα την επικράτηση στην τάξη φιλικού κλίματος και διάθεσης συνεργασίας. Τα παιδιά μαθαίνουν μέσα από την χορευτική έκφραση και το παιχνίδι τις έννοιες του σώματος, του χώρου, του χρόνου, του ρυθμού και της δυναμικής. Η κατανόηση αυτών των εννοιών θεωρείται καταλυτικός παράγοντας για την αποτελεσματική διδασκαλία και μάθηση των ελληνικών παραδοσιακών χορών.

Επομένως συνίσταται η αναδιάρθρωση των σχετικών αναλυτικών προγραμμάτων καθώς και η κατάλληλη επιμόρφωση και προετοιμασία των εκπαιδευτικών Φυσικής Αγωγής. Η εφαρμογή μεθόδων διδασκαλίας στη Φυσική Αγωγή που αναπτύσσουν τη δημιουργική σκέψη, όπως είναι η μέθοδος της αποκλίνουσας παραγωγικότητας και της καθοδηγούμενης παραγωγικότητας, πρέπει να αποτελούν αναπόσπαστο κομμάτι της εκπαιδευτικής διαδικασίας των παραδοσιακών χορών.

Κατά τον σχεδιασμό των προγραμμάτων διδασκαλίας των παραδοσιακών χορών στις πρώτες τάξεις της Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης είναι απαραίτητο να δίδεται έμφαση στην κατανόηση των επιμέρους εννοιών του παραδοσιακού χορού και των στοιχείων του (σώμα, χώρος, χρόνος, ρυθμός, ροή και δυναμική). Επίσης είναι θεμιτό να δημιουργηθεί ένα πλέγμα υποστήριξης και ενημέρωσης του εκπαιδευτικού με επιμορφωτικά μαθήματα, σεμινάρια, βοηθητικά βιβλία, με συγκεκριμένες υποδειγματικές διδασκαλίες, εξειδικευμένες βιβλιοθήκες και εποπτικό υλικό μέσω των video, των CDS, των CD-ROM, κ.α.

Με την εκπλήρωση αυτών των προϋποθέσεων θα μπορέσουν οι παραδοσιακοί χοροί, να θέσουν τις βάσεις για την ομαλή και πολύπλευρη ανάπτυξη της προσωπικότητας των παιδιών αυτής της ηλικίας, ενισχύοντας τη δια βίου άσκηση, έκφραση και εμπλοκή τους στις δημιουργικές Τέχνες.

Βιβλιογραφία

- Η Φυσική αγωγή στο Δημοτικό σχολείο*, (1997). ΟΕΔΒ, ΥΠ.Ε.Π.Θ., Αθήνα.
- Joyce, M. (1993). *First Steps Teaching, Creative Dance to Children* Mary Field Publishing Company, Mountain View, California.
- Capel, S. (1986). Educational gymnastics meeting physical education goals. *Journal of*

- Education, Recreation & Dance*, 57 (2), pp. 34-38.
- Cleland, F. (1992). Young children's divergent movement ability: study II. *Journal of teaching in physical education*, 13, pp.228-241.
- Donaldson, M. (1987). *Hur barn tanker (Children's minds)*. Lider. Glasgow.
- Gallahue, D. (2002). *Αναπτυξιακή Φυσική Αγωγή για τα Σημερινά Παιδιά* Μετάφραση για την ελληνική έκδοση Χ. Ευαγγελινού, Α. Παππά. Θεσσαλονίκη: University Studio Press.
- Graham, G., Holt-Hale, S. & Parker, M. (1987). *Children Moving, A Teacher's Guide to Developing a Successful Physical Education Programm (2nd edition)*. CA: Mayfield Publishing Company.
- Haselbach, B. (1978). *Tanzerziehung*. Ernst Klett Verlag, Stuttgart, Germany.
- Κεφάλου-Χορς, Ε. (1995). Θέματα Ρυθμικής. *Χορός*, No 18, Αθήνα, σ. 20-21.
- Κεφάλου-Χορς, Ε. (1997). Ο Χορός και τα Μικρά Παιδιά. *Χορός*, No 27, Αθήνα, σ. 44.
- Kraft, R. E. (1986). Modern programs-current practices in Britain. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 57 (8), pp. 75-78.
- Laban, R. (1980). *The Mastery of Movement* (4nd edition). London: Mc Donald and Evans.
- Laban, R. & Lawrence, F.C. (1973). *Effort* (2nd edition). London: Mc Donald and Evans.
- Λιάτσου, Μ. (1996). *Το παιδί παίζει, εκφράζεται, δημιουργεί*. "Οι φίλοι του ιδρύματος Μελίνα Μερκούρη", Θεσσαλονίκη.
- Λυκεσάς, Γ. , Θωμαΐδου, Ε., Τσομπανάκη, Θ., Παπαδοπούλου, Δ. Σ., Τσαπακίδου Α. (2003). Ανάπτυξη της κινητικής ευχέρειας - ευελιξίας και πρωτοτυπίας μέσω της δημιουργικής κίνησης στο Νηπιαγωγείο. *Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό*, 1(3), σ. 211-220.
- Λυκεσάς, Γ. (2002). *Η διδασκαλία των ελληνικών παραδοσιακών χορών στη πρωτοβάθμια εκπαίδευση με τη μέθοδο της Μουσικοκινητικής Αγωγής*. Διδακτορική διατριβή. Α.Π.Θ.Θεσσαλονίκη.
- Μπαρμπούση, Β. (2003). Προτάσεις για την ανανέωση της παιδαγωγικής του χορού. *Χορός*, No 47, Αθήνα, σ. 24-28.
- Mosston, M. & Ashworth, S. (1994). *Η διδασκαλία της Φυσικής Αγωγής*. SALTO. Επιμ. Μετφ. Μουντάκης, Κ., Θεσσαλονίκη.
- Μπουρνέλλη, Ν. (2001). *Επίδραση ενός προγράμματος φυσικής αγωγής στην κινητική δημιουργικότητα παιδιών Δημοτικού σχολείου*. Ελληνικά Γράμματα. Αθήνα.
- Petit, M. (1989). Για τη ρυθμική μιλά η Monique Petit. *Χορός*, No 9, Αθήνα, σ. 38-40.
- Πολλάτου, Ε. (2003). Βασικά στοιχεία προγραμμάτων γενικής γυμναστικής με στόχο την πολύπλευρη ανάπτυξη κινητικών και κοινωνικών δεξιοτήτων σε παιδιά ηλικίας 4-8 ετών. *Αναζητήσεις στη Φυσική Αγωγή & τον Αθλητισμό*, τόμος 1(3), σ. 238-243.
- Πράτσικα, Κ. (1995). Θέματα Ρυθμικής. *Χορός*, No 19, Αθήνα, σ. 45.
- Σαβράμη, Κ. (2000). Ρυθμική αγωνιστική γυμναστική και αισθητική αξιολόγηση. Στο: *Πολιτισμός και Τέχνη επτά δοκίμια για το χορό*. Προπομπός. Αθήνα, σ. 168-192.
- Σαρροπούλου, Κ. (1993). Ο Hermann Regner και η Ελλάδα.. *Ρυθμός*, "Ελληνικός

- σύλλογος Μουσικοκινητικής αγωγής, Carl Orff", No 8., Αθήνα, σ. 9.
- Stanley, S. (1977). *Physical Education: A Movement Orientation* (2nd edition). New York: Mc Graw - Hill.
- Stinson, S. (1993). *Dance for young children*. The American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance, Reston-Virginia. U.S.A., pp. 7-8.
- Stinson, S. (1998). Seeking a Feminist Pedagogy for Children's Dance. Στο *Dance, Power and Difference. Human Kinetics*. (Επιμ.) Shapiro, S. U.S.A., pp. 36.
- Swartz, R. (1987). Teaching for thinking: A developmental model for the infusion of thinking skills into mainstream instruction. In J. Baron & Sternberg (Eds) *Teaching thinking skills: Theory and practice*. New York: Freeman, pp, 106-126.
- Τσαπακίδου, Α. (1997). *Κινητικές Δεξιότητες*. University Studio Press, Θεσσαλονίκη.
- Τυροβολά, Β. (1992) *Ελληνικοί Παραδοσιακοί Χορευτικοί Ρυθμοί*. Gutenberg, Αθήνα.
- Φραγκή, Μ. (1998). Η τέχνη στην εκπαίδευση και η τέχνη της εκπαίδευσης. *Χορός*, No 32, Αθήνα, σ. 22.

Λυκεσάς Γεώργιος: Διατριβή στο Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο με ειδικότητα στην "παιδαγωγική του παραδοσιακού χορού στην σχολική εκπαίδευση". Σπουδές στο Πανεπιστήμιο Φραγκφούρτης (Magister Artium - M.A.) -Γερμανία με ειδικότητα στους "παραδοσιακούς χορούς". Υπεύθυνος διδασκαλίας παραδοσιακών χορών του Δήμου Νεάπολης Θεσσαλονίκης και του Πολιτιστικού Συλλόγου "Διώνυσος". Διδάσκει ως ειδικός επιστήμων στο τμήμα Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, καθώς και στο τμήμα Μουσικών Σπουδών του Αριστοτέλειου Πανεπιστημίου και του Πανεπιστημίου Μακεδονίας Θεσσαλονίκης.

Κωνσταντινίδου Μαρία: Διατριβή στο Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο με ειδικότητα στην "χοροθεραπεία της τρίτης ηλικίας". Σπουδές στο Πανεπιστήμιο του Μάντσεστερ (Master in Education) - Αγγλία με ειδικότητα στην "ψυχολογία του χορού". Σπουδές στο σύστημα Laban. Διδασκαλία ως ειδικός επιστήμων στα Τ.Ε.Ι. Θεσσαλονίκης στο Τμήμα Βρεφονηπιοκόμων και ως χοροθεραπεύτρια. Διδάσκει επίσης σε σχολεία της Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης ως καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής.

Παπαδοπούλου Σοφία: Κάτοχος διδακτορικού τίτλου του Τμήματος Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης (Α.Π.Θ.) Είναι επιστημονικός συνεργάτης στην Ιατρική της Άθλησης, διδάσκει το μάθημα της Πετοσφαίρισης (ΠΕ) από το 1984 και δίδαξε για δύο έτη ελληνικούς παραδοσιακούς χορούς στο Α.Π.Θ. Υπήρξε αθλήτρια πετοσφαίρισης για 18 χρόνια και αγωνίστηκε στην Εθνική ομάδα από το 1974-1982. Ακόμη, υπήρξε προπονήτρια ΠΕ από το 1984 σε όλες τις Εθνικές κατηγορίες, στην Εθνική ομάδα και τα τελευταία 2 χρόνια ασχολείται με τα αναπτυξιακά προγράμματα ΠΕ. Επιπλέον, υπήρξε μέλος ελληνικού συγκροτήματος παραδοσιακών χορών (Λύκειο Ελληνίδων), συμμετέχοντας σε πολλά ελληνικά και διεθνή φεστιβάλ (Η.Π.Α., Γαλλία, Ιταλία, Αυστρία, κ.λπ.) την περίοδο 1976-1988. Επίσης, έχει πολλές ελληνικές και διεθνείς δημοσιεύσεις σχετικά με την ΠΕ, τους ελληνικούς παραδοσιακούς χορούς και τη μουσικοκινητική αγωγή.

Creative lesson of traditional dance teaching at the first classes of Elementary School

Likesas Georgios, Konstantinidou Maria, Papadopoulou Sophia

The purpose of the present study is to refer the basic elements necessary for the construction of educational programs aiming to a more qualitative teaching of Greek traditional dances in elementary education. At the age of obligatory education, it is important for the children to learn all about their body and the world around them with no pressure and compulsion. The pressure and the criticism prevent children's creativity, whilst encouragement and free expression are basic presumptions for the development of their self-confidence, autonomy and independence. In such way children gain more initiative of creating their original movement activities into the class and enhance their creativeness. The creative way of teaching traditional dances presupposes the construction of a pleasant educational program, which will lead the student and prepare him to face the new developments with respect to the tradition and the cultural heritage. This program should contain the understanding and learning of basic meanings related to body, time, space, rhythm, flow and dynamic of movement. Through this way of learning traditional dances it is enhanced the free personal expression of children and it is attained a holistic development of children's personality while it is establishing their lifetime involvement in physical and dance activities.

Georgios Likesas has a PhD from the Department of Physical Education & Sports Science of the Aristotle University of Thessaloniki. He has a Master of Arts (MA) from the Frankfurt University in Germany, specialized in Dance and a Bachelor degree in Physical Education and Sports. He is director of Greek Dance and Culture Research in the "Dionysus" Research Center in Thessaloniki. He is dancer and dance teacher in private and public Institutes of Arts. Previously, he taught at the University of Aristotle and the Macedonia University of Thessaloniki. His research interests are in the area of Greek Culture, Arts Education, Dance and Movement Studies. He has published three books concerning Greek dances, and is the author of relevant research papers.

e-mail: likes@otenet.g

Maria Konstantinidou has a PhD in the field of Dance Movement Therapy from the Department of Physical Education & Sports Science of the Democritus University of Thrace. He has a Master degree in Education from the University of Manchester in UK, specialized in Dance Psychology and Arts Education, and a Bachelor degree in Physical Education and Sports. She is Dance Movement Therapist trained in Laban's Centre in London, UK. She is a research assistant in the Technological Educational Institute of Thessaloniki, in the field of Music and Movement Education for Preschool Children, and a dance movement therapist in multiple social services programs. Her interests are in the area of Dance Psychology and Education, Therapeutic Recreation and Leisure. She is the author of relevant research papers.

Sophia Papadopoulou has a PhD from the Physical Education and Sport Science Department, of the Aristotle University of Thessaloniki (A.U.TH.). She is a scientific collaborator in the field of Sports Medicine, has been teaching Volleyball (VB) since 1984 and for two years she taught traditional Greek dances at the A.U.TH.. She has been a VB player for 18 years and has played for the National team from 1974 to 1982. Also, she has been a VB coach since 1984, mentoring teams in all National divisions, for the National team and, during the past two years in youth VB development projects. In addition, she has been a member of a Greek traditional dancing group (Likeio Ellinidon), performing in many Greek and International festivals (U.S.A., France, Italy, Austria, etc.) from 1976 to 1988. Furthermore, she has many Greek and international publications concerning VB, traditional Greek dances and Music & Movement education.