

A MAGYAR NÉPTÁNC JÖVŐKÉPE A DIASZPÓRÁBAN

Néptáncoktatás-módszertani munkaterv az uruguayi

Tündérkert Néptáncgyűttes számára

Készítette:

Brum Alejandra

Magyar Táncművészeti Egyetem

Tánctanár Szak

Néptánc szakirány

2022.

TARTALOMJEGYZÉK

I.	BEVEZETÉS.....	3
I.1	Alapszakos szakdolgozatom konklúziója.....	3
I.2	Az új projekt célja	4
I.3	Projekt a Tündérkert Táncgyüttessel együttműködésben.....	6
I.4	Problémafelvetés	7
II.	TÜNDÉRKERT NÉPTÁNCGYÜTTES ÉS ALCSOPORTJAI.....	8
II.1	Tündérkert Néptáncgyüttessel struktúrája	8
II.2	Kis Szivárvány alcsoporthoz	8
III.	MUNKATERV	11
III.1	Tervezés.....	11
III.1.1	Pedagógia tervezés	11
III.1.2	Módszerek	13
III.1.3	Munkaformák	16
III.1.4	Modulvázlat	18
IV.	MUNKATERV A KIS SZIVÁRVÁNY CSOPORTHÓZ SZÁMÁRA.....	19
IV.1	Előzetes tervezési információk.....	19
IV.2	Hogyan adjuk át a tananyagot?.....	20
IV.3	Óraterv	22
IV.3.1	Bemelegítő játékok.....	22
IV.3.2	Ugróiskolák és táncpályák	25
IV.3.3	Gyakorlatok a kognitív fejlődéshez, különös tekintettel az alapmozdulatok és az alapmotívumok fejlesztésére.	26
IV.3.4	Ritmikai gyakorlatok.....	31
IV.3.5	Drámapedagógia foglalkozás	37
IV.3.6	Térbeli tájékozódás.....	41
IV.3.7	Népi játékok és Folklórismeretek	42
V.	MUNKATERV MEGVALÓSÍTÁSA.....	43
V.1	A program összeállítása érdekében	43
V.2	Óratervek 1 – 38	44
VI.	ÖSSZEGZÉS	45
VII.	MELLÉKLETEK	47
VIII.	IRODALOMJEGYZÉK	90

I. BEVEZETÉS

I.1 Alapszakos szakdolgozatom konklúziója

A dél-amerikai magyar diaszpóra négy generációját vizsgáltam elsősorban a néptánc szempontjából. Próbáltam nyomon követni azt, hogyan változik nemzedékről nemzedékre a magyarsághoz való viszonyulás, a magyar kötődések tartalma. A nyelvi asszimiláció a harmadik-negyedik generáció esetében, magyar oktatás hiányában szinte törvényszerű, ezt még a Kárpát-medence magyar szórványban is megfigyelhetjük. Azonban a magyar közösségek Dél-Amerikában a nyelvvesztés folyamatában is megőrizték magyarságukat, újabb és újabb kulturális kötődéseket helyezve előtérbe. A néptánc ezek közül is kiemelkedik az által, hogy nyelvtudás nélkül is a társasági élet kiváló formája, lehetősége. A néptáncscsoport egy olyan közösség a közösségen belül, amely alkalmas arra, hogy rendezvények, események központi eleme legyen, vagy képviselje az adott magyar közösséget. A néptánc és a népzene összekötő szerepet is betölthet a magyar kultúra és a többségi társadalom között, valamint a többi ország magyar közösségei felé. Láthatjuk tehát, hogy a néptánc miként értékelődik fel, illetve nyer más tartalmakat ott, ahol a magyar nyelv háttérbe szorul.

A folyamatnak minden bizonnyal még nincs vége, mivel a táncélet fejlődésével, korosztályos csoportok létrehozásával a néptánc már nem csak egy szűkebb kör sajátja, hanem egy egyre többek által „beszélt” nyelv. A Magyarországgal tartott kapcsolatok erősödésével egyre közelebb kerül az anyaország is. Személyes, baráti kapcsolatok révén a találkozások, rendszeres látogatások elindíthatnak egy olyan folyamatot, melyben a magyar nyelv újból előtérbe kerülhet.

A végzett kutatásaim azt bizonyítják, hogy ellentétben a Kárpát-medence magyar szórványával, a nyelvvesztés a diaszpórában nem jár feltétlenül identitásvesztéssel, hanem az identitás más formái kezdenek dominálni, mint például a népi kultúra, ezen belül is a néptánc felfedezése, annak közösségi szinten történő megélése. Ugyanis a magyar közösséghez való tartozás tudata a nemzeti önazonosság alapja, ahogy ezt Lázár Katalin írja: „A nemzet is közösség, s akkor tudunk a nemzethez tartozni, ha van csoporttudatunk. Így telhet meg tartalommal az a tény, hogy magyarok vagyunk, hiszen nem Magyarországon élő emberek közösségéhez tartozunk, hanem magyarul beszélünk, játszunk, éneklünk, táncolunk”. (Lázár 1997: 24; Brum 2019).

Alapszakos szakdolgozatom folytatásaként továbbra is a tánc jelentőségét vizsgálom a magyar diaszpóra közösségekben, elsősorban Uruguayban. A tánc dél-amerikai magyar közösségek

életében betöltött szerepét bemutató kutatásom alapján a következő következtetéseket vontam le:

- A harmadik-negyedik generációs magyar származásúak számára a magyar nyelv már nem tölt be elsődleges identitásjelölő szerepet.
- A kötődésük más-más formában nyilvánul meg, mint például a táncban.
- Dél-Amerikában ahhoz, hogy valaki magyarnak (is) érezze magát, nem kell magyar nyelven tudnia.
- A magyar közösségek őrzik a magyar kulturális hagyományokat.
- A szocializáció színtere alakítja ki az egyén identitását.

Akár Uruguayról, Argentínáról vagy Brazíliáról van szó, a magyar kultúra és tánc fennmaradásához szükség van a következőkre:



(1.ábra: Fennmaradás, „Saját szerkesztés”, 2022)

I.2 Az új projekt célja

Mi a cél?

A fennmaradás.

A fennmaradáshoz szakmai fejlődésre van szükség, amelyet tudatos tanulással érünk el, és ezáltal az áhított autentikus stílusra tehetünk szert, például egy bizonyos táncstílusra.

Véleményem szerint a nyelv, mint olyan helyett a tánc nyelve jelenik meg, amelyben a kommunikáció eszköze a mozgás, amely bárki számára elérhető, aki el szeretné sajátítani. Ez lesz az újfajta nyelv. Ha van egy jó tánctanítási programterv, amit fel lehet kínálni, akkor a táncegyüttesek résztvevőinek száma növelhető, és ezzel együtt lehetővé válik új szintek létrehozása az együtteseken belül.

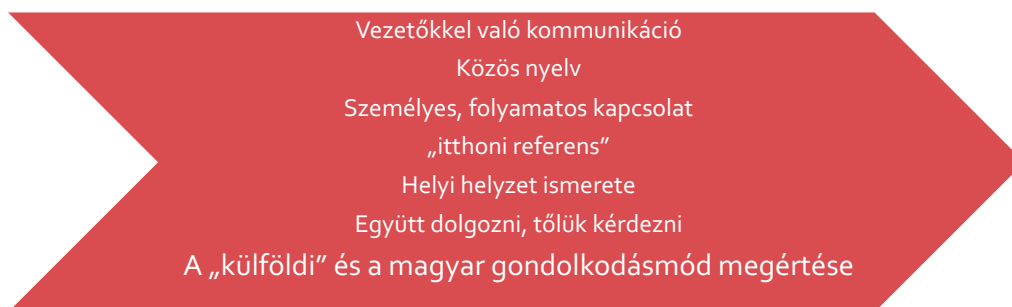
Jelen dolgozat célja, hogy az Uruguayi Magyar Otthon Tündérkert Néptáncegyüttesének Kis Szivárvány al csoportjában megvalósuljanak az alábbiak:

- a résztvevők számát tekintve folyamatos utánpótlással bírjon,
- fejlessze és tudatosan sajátítsa el magát a táncot,
- megismertesse magyar kultúrát mindazok számára, akik érdeklődnek iránta.

Ennek érdekében a Kis Szivárvány tanáraival közösen kidolgozunk egy jobban működő stratégiát a tanulók motivációjának javítására, valamint egy két évre szóló részletes munkatervet a tánctanulás fejlesztése érdekében.

Ezen kívül figyelembe kell venni, hogy ezt a munkatervet tudatosan és önállóan használhassák azok a tanulók, akik később fognak ebbe a csoportba tartozni.

A cél elérése érdekében a következő fontos tényezőket szükséges figyelembe venni:



(2.ábra: Fontos tényezők, „Saját szerkesztés”, 2022)

A kommunikáció és a jó kapcsolat, az anyanyelv (spanyol) megértése, a közösség és a társadalom valóságának ismerete, amelyben élnek, nagy jelentőséggel bír a közös munkaterv kidolgozásakor. Végül, de nem utolsósorban fontos tisztában lenni azzal, hogy mi a csoport célja, mit szeretnének elérni, miért dolgoznak.

Én azt tervezem, hogy javaslatokat teszek a fennmaradást és a motivációt szolgáló új stratégiákkal kapcsolatban: a tánctechnika fejlesztésére különböző módszereket, gyakorlatokat, formákat, megoldásokat és azok forrásait mutatom be az együttes tanárainak, és természetesen

mindezt közösen, az igényeknek és a realitásoknak megfelelően ültetjük át a gyakorlatba. Ez a terv egy kísérleti terv, egy hosszú és nehéz út kezdete.

Azt gondolom, hogy egy ilyen projekthez, egy diaszpórában működő magyar néptáncegyüttes munkatervének összeállításához a szaktudás önmagában nem elegendő, hanem a valós helyzet, elsősorban az ország ismerete, ahol a közösség él, aztán maga a magyar közösségnek az ismerete is létfontosságú, ugyanis egy adott, Magyarországon tökéletesen működő munkaterv nem garancia arra, hogy ugyanez a munkaterv a diaszpórában is működni fog. Ebből kifolyólag a saját magam helyzetét tekintve úgy ítélem, hogy mindkét szempontból – szakmailag és a közösség ismeretét tekintve is – a kellő képességek és ismeretek birtokában vagyok ennek a projektnek a megvalósítására.

I.3 Projekt a Tündérkert Táncegyüttessel együttműködésben

Elsősorban egy olyan projekt megvalósítását tervezem, amely több területet is magában foglal. Ezeket a területeket mindkét fél elemezné és javaslatokat fogalmazva meg velük kapcsolatban; és a Tündérkert Néptáncegyüttesen belül minden egyes alcsoportnak saját, személyre szabott projektje lenne. Ez azt jelenti, hogy szükséges tanulmányozni az egyes alcsoportok igényeit és megvalósítható lehetőségeit (a tánctudás és a szociális eszközök tekintetében) annak érdekében, hogy mindegyikük számára a legmegfelelőbb tervet lehessen kidolgozni.

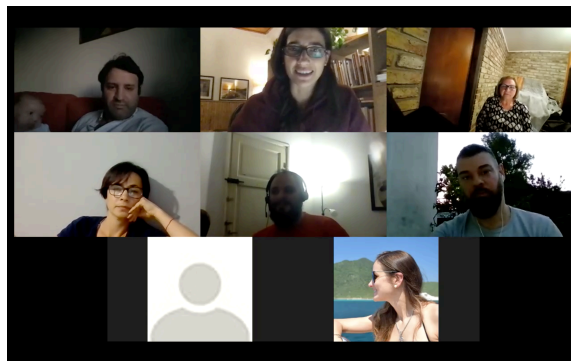
A sok lehetőség közül, amelyekkel dolgozni lehet, néhány kiemelt jelentőséggel bír:

- néptáncoktatás módszertana,
- népi játékok,
- drámapedagógiai játékok,
- általános néprajzi ismeretek,
- tánctechnikák.

A munkatervek jobb összehangolása érdekében rendkívül fontosnak tartom az egyes területekhez értő szakemberek véleményét, tanácsát és segítségét.

A munka megkezdéséhez, valamint az első adatok és információk összegyűjtéséhez több találkozóra és beszélgetésre volt szükség, mind a vezetőséggel, mind az adott tanárokkal (3.ábra).

A pontokat egyenként, és mindenekelőtt az igényeiket, szempontjaikat és céljaikat figyelembe véve, közösen beszéltük meg; így gyűjtöttem össze és rendszereztem az információkat.



(3.ábra: Interjúk, „Saját szerkesztés”, 2022)

I.4 Problémafelvetés

1. Az adatgyűjtés után elkezdtem a munkámat. A megszerzett információk rendszerezése mellett elkezdtem gondolkodni azon, hogyan fogom megvalósítani a munkatervet, ha nem vagyok személyesen és folyamatosan jelen Uruguayban, és azon is, hogy azok az emberek, akik a tervben megjelölt tevékenységeket végeznék, nem ismerik ezeket a módszereket és eszközöket. A táncórák megtartásához elengedhetetlen, hogy a tanár jelen legyen a diákok előtt. A kutatás elején úgy ítéltam, hogy ezt nem lehet megvalósítani, mert hiába lenne a teljes munkaterv az egyetemi éveim alatt elsajátított gyakorlatokkal és technikákkal egy következetes, összefüggő gondolatmenetre alapozva azzal a céllal, hogy fejlessze a tanulók tánctanulásának minőségét, ha nem én lennék az a személy, aki ezt a tervet a gyakorlatba átülteti. Ahhoz, hogy a projektet személyes jelenlét nélkül is meg tudjam valósítani, és hogy minden a terv szerint működjön, a lehetőségekhez mérten ki kell képezni az oktatókat, hogy végre tudják hajtani a tervben foglaltakat.

2. Amikor megkérdezem a táncoktatóktól, hogy milyen táncot szeretnének tanulni, gyakran előfordul, hogy olyan összetett táncokat szeretnének megtanulni, amelyek a jelenlegi szintjükhez mérten nem megfelelőek. Ha a "magyar modellt" követnék, akkor a táncokat az adott csoport nehézségi szintjének megfelelően kellene tanítani. Ezekkel a diaszpóra együttesekkel nehéz ezt a modellt megvalósítani. Nem könnyű feladat egy teljesen más munkatervet adni nekik, amelyben a szintjüknek megfelelő táncok szerepelnek, és mindenekelőtt megértetni és elfogadtatni velük, hogy miért kell ezt a rendet követni. Ennek ellenére nem változtathatjuk meg a sajátosságaikat, és nem kényszeríthetjük őket egy olyan munkaterv követésére, amellyel nem értenek egyet, ez senkinek sem jó, és nem vezet semmire. Ezért mindkét oldalt ismerve kötelességem, hogy a "régis szokások" megtartása mellett más lehetőségeket is mutassak nekik, a közös munkával elérjük a kitűzött célokat.

II. TÜNDÉRKERT NÉPTÁNCÉGYÜTTES ÉS ALCSOPORTJAI

II.1 Tündérkert Néptáncégyüttes struktúrája

Uruguayban az oktatókkal együtt dolgozva több óravázlat lehetőséget is bemutattem, amelyeket nagyon pozitívan fogadtak: pedagógiai tervezés, tanmenet, óraterv, tematikus terv, modulvázlat. A projekt megvalósításának eredeti elméletét a gyakorlatba ültetve nyilvánvalóan módosították, és a csoport lehetőségeihez és igényeihez igazították. Ezáltal a végeredmény használhatóvá válik majd számukra, valamint elkezdődik a táncoktatásról való gondolkodásmód megváltoztatása, és ezzel máris elértem az egyik célomat.

Annak érdekében, hogy a Tündérkert Néptáncégyüttesen belüli különböző szinteket helyesen tudjuk elhelyezni, az alábbi ábrán részletesen bemutatom a struktúrájukat (4.ábra):

Alcsoport	*Tánc tudás/Táncismeret	A táncosok átlagéletkora	Táncosok száma
Gyermekcsoport	1 - 2	5 – 10	30
Kis Szivárvány	2 - 3	14 – 16	8
Szivárvány	3 - 4	18 – 24	13
Tündérkert	4 - 5	25 – 40	5
Mákvirág	3	45-től	20

(4.ábra: Tündérkert NE struktúrája, „Saját szerkesztés”, 2022)

*A tánc tudás skálájának meghatározásához megkértem az oktatókat, hogy az egyes tudásszinteket 1-től 5-ig terjedő skálán értékeljék, ahol az 1 a legalacsonyabb szintet jelenti, míg az 5 pedig a legmagasabbat. Ez a skála csak a különböző alszinteket hasonlítja össze egymással. (1)

II.2 Kis Szivárvány alcsoport

A csoportokra vonatkozó technikai információk összegyűjtésének megkezdéséhez az alábbi pontokból álló kérdőívet küldtem el a tanároknak (5.ábra)

Ezen információkat a IV.1. fejezetben fogom felhasználni.

- a csoport szintje (pl.: gyermekek, fiatalok, felnőttek)
- a résztvevők száma és kora
- a tanfolyam célja
- a terv időtartama
- tanulandó táncanyag
- a logisztikai "lehetőségek" részletei (pl. próbanapok, órarend, szünnapok, szünetek, előadások stb.)

(5.ábra, Kérdőív, információk, „Saját szerkesztés”, 2022)

A táncoktatókkal készített interjú alapján az alsocsoport profilja az alábbiakban leírtak szerint jellemezhető: kevés tizenéves tagokból álló csoport, akiknek több mint fele magyar származású, a többiek pedig a magyar kultúra barátai vagy kedvelői, hiszen az Uruguayi Magyar Otthon kapui mindig nyitva állnak a magyar kultúra iránt érdeklődő uruguayiak előtt. Ez az alsocsoport a gyermekcsoport után közvetlenül következő szint. A váltás az egyik alsocsoportból a másikba életkor szerint történik, és az a szokás, hogy a gyerekek együtt lépnek a következő szintre, azaz azok a gyerekek, akik együtt voltak a gyermekcsoportban, és ugyanabba a korcsoportba tartoznak, együtt mennek át a következő alsocsoportba. Fontos megjegyezni, hogy ezek a gyerekek a gyermekcsoportban eltöltött több évnyi együttlét és a következő szintre egyszerre történő továbblépés után testvéri köteléket alakítanak ki egymás között, ami a jövőben meghatározza majd a csoportban való hosszútávú megmaradásukat. (1)

Néhány éve jelent meg az a probléma, hogy a gyermekcsoportból való kilépés után ebbe az alsocsoportba érkeznek, ahol hiányzik a megfelelő struktúra és a szervezettség a bonyolultabb táncok tanításához, nincs világos munkaterv, ezért a fiatalok elkedvetlenednek, ami ahhoz vezet, hogy nem járnak tovább a táncpróbákra. Elengedhetetlen, hogy ennek az alsocsoportnak is legyen egy munkaterve, és hogy összehangolt struktúrát kövessen annak érdekében, hogy legyen előrehaladás mind a magyar néptánc elsajátításának, mind a csoport kognitív fejlődésének tekintetében. Ezáltal növeljük a táncosok motivációját is, és biztosítjuk a tánc csoport hosszú életét. (1)

A táncoktatása a központi tevékenység, ám ez elképzelhetetlen anélkül, hogy pedagógiai eszközökkel folyjon a munka. A szakmai tervezés pedagógiai, módszertani háttérének megtervezése céljából nagyon fontos, hogy a táncoktatók – akiket a komplex feladat ellátása

miatt a későbbiekben tánctanároknak nevezek – a megfelelő eszközökkel rendelkezzenek ahhoz, hogy a táncórák tevékenységeit világos céllal tudják kialakítani annak tudatában, hogy mit akarnak pontosan elérni. Azt, hogy a tánctanárok a táncpróbák lebonyolításához szükséges információkhoz és eszközökhöz hozzájussanak, nagyban akadályozza az, hogy a szakirodalom magyar nyelvű, ők viszont nem tudnak magyarul. Ezek az oktatók nem hivatásos táncosok és nem is képzett pedagógusok, hanem olyan magyar-uruguayi táncosok, akiknek; sok, Tündérkert Néptáncegyüttesben eltöltött év és tánc után át kell venniük a kisebb alcsoportok irányítását annak érdekében, hogy az együttes folytonossága megmaradjon. Ez mindig is így volt, és ez az Uruguayi Magyar Otthon (továbbiakban UMO) hagyománya. Ezekben a tánctanárokban minden akarat és vágy megvan a tanítás iránt, teljes odaadással, magyar szívvel-lélekkel igyekeznek, azonban az eszközök, a didaktikai anyagok és pedagógiai ismeretek hiányából fakadóan nehézkesen adják át a tudást a fiataloknak a tánctanítás során. Ezért az együttes művészeti vezetőjével és a csoport tanáraival, Kágyerjáék Oszkárral és Eugenia Souzával együttműködve dolgoztuk ki ezt a projektet, amelyben meghatároztuk a táncpróbák rendjét és felépítését, a megvalósítandó tevékenységeket, a használandó eszközöket, a tanítandó táncokat, a megtanulandó koreográfiákat és azt, hogyan fog zajlani az elkövetkezendő két év.

Nehéz korban vannak, amikor minden zavarba hozza őket, és a technológia felemészti a szabadidejüket. A legtöbben a gyermekcsoportból és az UMO kulturális tevékenységeiből ismerik egymást, ami jó dolog, mert összetartja őket. Az uruguayi életmódot tekintve a táncórák este kezdődnek, amikor a tanárok befejezik a munkát, a fiatalok pedig már végeztek a középiskolai házi feladattal és tanulnivalóval, ami azt jelenti, hogy mindannyian fáradtak a hosszú nap után. A csoport motivációja csökkenőben van, és a közel kétéves Covid-19 járvány is rossz hatással volt. (2)

III. MUNKATERV

III.1 Tervezés

A tervezéshez szükséges információk megszerzéséhez rendkívül fontos, hogy a tanárokkal megismertessük a használható eszközöket, és mindenekelőtt azt, hogy hogyan lehet azokat használni a munka pontosítása és megkönnyítése érdekében. Világos és egyszerű módon el kell magyarázni és be kell mutatni nekik, hogy mi a pedagógiai tervezés és hogy néznek ki a tervezési dokumentumok: a tanterv, a tematikus terv és az óraterv, valamint mik a tanítás módszerei és formái, amelyeket a szükségleteknek megfelelően lehet alkalmazni. Ennek célja, hogy a tanárok más szempontból lássák a táncoktatást ezekben a közösségekben; hogy ez nem csak arra szolgál, hogy találkozzanak és jól érezzék magukat a barátaikkal, hanem hogy ezen felül a technikai tudás tekintetében is fejlődhetnek.

Meggyőződésem, hogy ennek a leghelyesebb módja nem egy bizonyos módszer vagy tanulási mód rájuk erőltetése; hanem inkább az, hogy könnyen használható eszközöket mutatunk be nekik, hogy meg tudják szervezni a tanítást, és hogy ők maguk, mint tanárok, motivációt éreznek arra, hogy használják ezeket az elérhetővé vált eszközöket. Ahogy korábban említettem, a kulcs az, hogy a munkatervet velük együtt készítsük el, mert a csoport irányítása az ő kezükben van, nem a miénkben.

III.1.1 Pedagógia tervezés

A tervezés és megvalósítás egyaránt alkotó folyamat, de amíg az előkészület, a tudományos problémamegoldáshoz hasonlóan, sokoldalú információszerzést, az információk szisztematikus feldolgozását, rendszerbe foglalását és racionális döntések meghozatalát jelenti, addig az interaktív szakaszban az intuíció és az improvizálás képessége is jelentős szerephez jut. (3)

Az alábbi befolyásoló tényezőket kell megvizsgálni:

- Mit? Kiknek? Miért? Hogyan?
- Mi befolyásolja a tervezést?
- Az iskola, a képzés, a tantárgy.
- A tanulók sajátosságai.

- A tanár személyisége, vélekedése, hite, világnézete.
- A tanár kompetenciái.

Az alábbi problémák merülhetnek fel:

- A pedagógiai intuíció hiánya, amelynek fontos szerepe van a nevelés, oktatás folyamatában.
- A pedagógus ragaszkodik saját előzetes terveihez.
- Sok az előzetesen tervezett, rutinszerű elem, melyeket utólag nem tud racionálisan igazolni.

Az előretervezéshez az alábbiakra van szükség:

- óra- vagy modultervek készítése,
- oktatási anyagok és eszközök kiválasztása és fejlesztése,
- a tanulói tevékenységek meghatározása,
- az ellenőrzés módszereinek és eszközeinek megválasztása (formatív és szummatív értékelés megtervezése)

A tanárokkal folytatott beszélgetés és a különböző típusú tervezési dokumentumok bemutatása után meghatározzuk azt, hogy mely dokumentumok felelnének meg leginkább a projektnek.

Tervezési dokumentumok:

- Tanmenet (Egy tantárgynak egy tanévre leírt tananyaga.)
- Óraterv (óravázlat) (Tanár magának írja le egy tanóra menetét: 90 perces óra, eszközök, módszerek stb.) Ez nagyon részletes. (3)

Tanmenet

Egy tantárgynak egy tanévre leírt tananyaga (6.ábra).

A tanítás-tanulás folyamatában minden évfolyamra vonatkozó éves tervezési egysége a tanmenet. Tartalmazza a helyi tantervben megfogalmazott éves tananyagot, szerkezeti és időegységekre bontva, azaz a teljes tananyagot egymásra épülő témakörökre osztva, márciustól decemberig. (3)

Tanítási hét sorszáma	Tanóra sorszáma	Tananyag	Megjegyzés

(6.ábra, Tanmenet, Papp-Danka Adrien. 2020)

Óraterv (óravázlat)

Tanár magának írja le egy tanóra menetét: 90 perces óra, eszközök, módszerek stb. Ez nagyon részletes. (7.ábra)

A tervezés folyamatának következő, közvetlenül az órátartást megelőző része. Részletesen tartalmazza az adott csoport vagy osztály leírását. (létszám, fiúk és lányok és aránya, évfolyam). Az előző és a következő óra anyagának megnevezésével elhelyezi a tanítás-tanulás tervezésének folyamatában. Az óra célja: mit, mikor, hogyan szeretnék megtanítani, az óra fő részeire bontva. (3)

Tanulócsoporthatár (évfolyam, korosztály, létszám, fiúk/lányok)					
Idő	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési - oktatási stratégia			Megjegyzés
		Módszerek	Munkaformák	Eszközök	

(7.ábra, Óraterv, Papp-Danka Adrien. 2020)

III.1.2 Módszerek

Oktatási módszer: A tanár és tanuló közös tevékenységének részei, amelyek különböző célok érdekében eltérő stratégiákba szerveződve kerülnek alkalmazásra (a tanuló reagál a tanár tevékenységére). (3)

- A jó tanár több módszertant is használ.
- Nincs olyan módszertan, amely mindenki számára ugyanolyan jó lenne.
- Mindent meg lehet tanítani, csak nem mindent ugyanazzal a módszerrel.

A módszertan megválasztását az alábbi tényezők befolyásolják:

- tanulói sajátosságok (életkor, nem, létszám, csoportdinamika, motiváció),
- tanulási környezet (fizikai tér),
- oktatási tartalom pl. előadás, szemléltetés,
- pedagógus sajátosságai,
- változatosság (kreativitás is).

Az alábbi módszereket mutattam be a tanároknak: előadás, szemléltetés, magyarázat, munkáltató, csoportos megbeszélés. Az alkalmazott módszerek megismerésének célja az is, hogy a tanárok maguk is felismerjék, mennyire fontos, hogy a tanítás mindenki számára eredményesebb legyen. Emellett saját ötleteik is megfogalmazódhatnak arra vonatkozóan, hogyan javíthatnák az új ismeretek csoportnak való átadásának módját.

Előadás módszer

Olyan szóbeli közlési módszer, amely egy-egy téma logikus, részletes, viszonylag hosszabb ideig tartó kifejtésére szolgál. Általában magába foglalja az elbeszélést, a magyarázatot és a szemléltetést. (3)

Az alábbi esetekben használatos:

- amikor egy új fogalmat mutatnak be a csoportnak, amit meg kell tanulniuk, el kell sajátítaniuk stb.,
- amikor egy adott régióról, viseletről, dalról vagy zenéről szóló általános információk kerülnek bemutatásra,
- amikor megmondják a csoport tagjainak, hogy mit kell tenniük, milyen eljárást kell követniük, mi fog történni.

Szemléltetés módszer

Olyan oktatási módszer, amelynek során a tanulmányozandó tárgyak, jelenségek, folyamatok észlelése, elemzése történik. Fontos, hogy minden tanuló által jól követhetőnek (láthatónak, hallhatónak, érzékelhetőnek) kell lennie. A szemléltetés alkalmazása függ a tanulók előismeretétől, az osztály fejlettségi szintjétől, tanulók önállóságának mértékétől. (3)

Többek között az alábbi esetekben használatos:

- amikor egy új táncanyag tanítását kezdjük vagy erősítjük meg, bemutathatunk eredeti videókat a táncról, fényképeket, a régió térképét, a hagyományos viseletet,
- amikor kirándulni megyünk "a helyszínre", hogy élőben mutassuk meg nekik a tanított témát,
- amikor egy, a tanított témához szorosan kapcsolódó személyt hívnak meg a táncelőadásra, hogy jöjjön el az adott téma illusztrált bemutatására.

Magyarázat módszer

Olyan monologikus tanári közlési módszer, amellyel törvényszerű (logikai) összefüggések, szabályok, tételek, fogalmak megértését segítjük elő. Az a feltétele, hogy nem a saját gondolatunk szerint építjük fel a magyarázatot, hanem a tanulók gondolatmenetének megfelelően, tehát két tényezője van (melyek párhuzamosan hatnak): tanár gondolatmenten + tanuló „feje”. A hatékony magyarázat: logikus, világos, érdekes, tömör, egyszerű és szenvedélyes, érzelmekkel kísért. (3)

Eredményességéhez az alábbiakra van szükség:

- a célok megfogalmazása, azaz mit akarunk elmagyarázni, bizonyítani;
- a magyarázat logikus felépítése, magyarázó kötőszavak alkalmazása annak érdekében, hogy megértsék jelenségek okait, következményeit, eszközeit és céljait. A kötőszavak: (pl. mert, azért, ezért, hogy eredményképpen) használatával megfelelően tudjuk szerkeszteni a gondolatmenetet,
- audiovizuális eszközök alkalmazása, szemléltetés. Itt fontos, hogy a szemléltetés épüljön be szervesen a magyarázatba, ne legyen öncélú; ha nem elég a szóbeli magyarázat a szemléltetéssel való bemutatás segítség lehet; a lényegét kell szemléltetni.

Munkáltató módszer

Gyakorlati módszer, amely során a tanuló egyénileg, párban vagy kis csoportokban végzi feladatát, a tanár felügyeletével. (3)

Az alábbi esetekben használatos:

- egy új táncanyag, gyakorlat, ének megtanulása után házi feladatot adunk nekik, hogy gyakorolhassanak,
- táncpróba elején, egy előző próbán vett téma átnézésre szolgál kérdések feltevése által, melyre a tanulóknak kell válaszolniuk.

Csoportos megbeszélés módszer

Szóbeli közlési módszer, amelynek során a tanulók a pedagógus kérdéseire válaszolva dolgozzák fel a tananyagot, önállóan vagy csoportokra bontva (kb. 3-6 fő az ideális arány). Amikor a válaszok megszülettek, a csoportok megoldásait összevetjük, a csoportok bemutathatják elképzeléseiket, az eredményekből kerülhet sor a tanár által moderált vitára. (3)

Az alábbi esetekben használatos:

- amikor meg akarjuk erősíteni egy témáról tanultakat, kérdéseket teszünk fel, amelyekre a csoport egésze válaszolhat,
- miután kaptak egy csoport feladatot, mindenki együtt megbeszéli azokat,
- a táncpróba végén történő értékelés alatt.

III.1.3 Munkaformák

A szervezési mód vagy munkaforma lehet frontális, egyéni, páros vagy csoportos.

Frontális munkaforma

A frontális munka az oktatási gyakorlat, illetve a tömegoktatás közkedvelt munkaformája, mely a pedagógus tanítási tevékenységére, nem pedig a diákok tanulási folyamatára helyezi a hangsúlyt. (3)

Az alábbi esetekben használatos:

- új ismeretek feldolgozásakor,

- rendszerezésekor,
- értékelés során.

Egyéni munkaforma

Az egyéni munka során a diákok társaik közreműködése nélkül, tehát önmaguk szereznek új ismereteket a rájuk szabott, kiosztott és vállalt feladatok által. (3)

Az alábbi esetekben használatos:

- új ismeretek szerzése,
- a korábban tanultak alkalmazása.

Páros munkaforma

Párban történő tanulás, melynek lényege, hogy két tanuló működik együtt valamely tanulmányi feladat megoldása érdekében. A párban folyó tanulás szolgálhatja az új ismeretszerzést, az alkalmazást, a rendszerezést, a rögzítést, az értékelést. (3)

Az alábbi esetekben használatos:

- új táncanyag tanulásakor,
- páros munka a bemelegítés, a tevékenységek és a házi feladat során,
- párostáncok gyakorlása során.

Csoportos munkaforma

A csoportmunka az együttműködési képesség fejlesztésén túl a tanulók egyidejű és párhuzamos társas foglalkoztatására alkalmas. (3)

Az alábbi esetekben használatos:

- új táncanyag tanulásakor,
- páros munka a bemelegítés, a tevékenységek és a házi feladat során,
- korábban tanultak gyakorlására.

III.1.4 Modulvázlat

Amikor bemutattam ezt az eszközt a tanároknak, az első reakciójuk az volt, hogy "ez sokkal bonyolultabb és nehezebb nekünk". Rájöttem, hogy a probléma számukra az volt, hogy megértsék és összekapcsolják a tanított tevékenységet (a tevékenységet és a didaktikai feladatot) azokkal a képességekkel, amelyeket a táncosokban szeretnénk erősíteni, azaz amit el akarunk érni velük kapcsolatban kiemelt készségek, képességek fejlesztése. Természetesen ez érthető, hiszen nincs meg a kellő háttértudásuk és tapasztalatuk ahhoz, hogy ezt a modult ezen információk felhasználásával állítsák össze. Annak ellenére, hogy egyszerűen elmagyaráztam nekik a kiemelt készségek, képességek fogalmát, inkább az óraterv-modellt részesítették előnyben.

A következő akadályok merültek fel:

- Nem mehetek szembe az akaratukkal.
- Nem tudok és nem is akarok olyan módszert rájuk erőltetni, amelyet nem fognak használni.
- Elismerik, hogy az adott eszköz jó, de nincsenek kiképezve arra, hogy úgy használják, ahogyan azt használni kell.
- A tanári tudásom és tapasztalatom is azt súgja, hogy ez lenne a megfelelő eszköz, de azt is tudom, hogy nem én vagyok az a személy, aki jelen lesz a táncórákon, hogy tanítson, és végrehajtsa a munkatervet.

Az alábbi megoldási lehetőségeket vázoltam fel:

- Kivágás és beillesztés: kezelje a használandó fogalmakat és eszközöket az általa legmegfelelőbbnek tartott formátumban.
- A kiemelt készségek, képességek hozzáadódnak az óraterv-modellhez, és képesek lesznek megérteni ezeket a fogalmakat is, és azt is, hogy hogyan viszonyuljanak a megjelölt tevékenységhez. Ez a tanárok tanítási készségeinek fejlődését fogja eredményezni.

IV. MUNKATERV A KIS SZIVÁRVÁNY CSOPORT SZÁMÁRA

IV.1 Előzetes tervezési információk

Ahogy korábban említettem, ez az információ kulcsfontosságú a kezdéshez (lásd: II.2 fejezet)
Megkértem a tanárokat, hogy töltsenek ki egy kérdőívet, amely az alábbi kérdésekből áll:

A csoport szintje (pl. gyermekek, fiatalok, felnőttek): Fiatalok

Tanulók száma és kora: 8 diák, 14 és 16 év közötti korosztály. 4 lány és 4 fiú.

Célkitűzés:

- motiválni őket, hogy továbbra is a táncgyűtteshez tartozzanak,
- előkészíteni a következő szinttel történő fúziót a következő évre,
- javítani a technikájukat,
- gyakorolni ritmusgyakorlatokat,
- új koreográfiát készíteni a Szent István évfordulós ünnepségen való előadásra,
- régi koreográfiákat megtanulni a következő szintbe való integrálás érdekében.

A terv időtartama: 2 év, kísérleti jelleggel indul. Fontos megjegyezni, hogy a második évben egyesülés lesz a következő alcsoporttal.

Tanulandó táncanyag: Marosszéki forgató; Somogyi ugrós; Gömöri; Magyarbödi

Logisztikai részletek, a csoport "lehetőségei" (pl. próbanapok, beosztás, ünnepnapok, szünetek, tervezett fellépések):

- Heti próbák száma: 1,
- Próbák időtartama: 1,5 óra,
- Tanfolyam kezdési időpontja: 2022. március 16.
- Előre egyeztetett előadások: április 24. (UMO évfordulós ünnepség),
augusztus 20. (Szent István-nap), november 27. (évváró ünnepség),
- Tanfolyam vége: december első napjai. (4)

IV.2 Hogyan adjuk át a tananyagot?

Nagyon fontos, hogy a táncoktatáshoz szükséges információk, anyagok és eszközök hozzáférhetőek legyenek, ami alatt azt értem, hogy írásban és angol nyelven legyenek, hogy a jövőben is lehessen használni őket. A tanárokkal való munkám során szerzett tapasztalataim alapján a legjobb módszer az, ha a szükséges ismereteket úgy adjuk át nekik, hogy világosan elmagyarázzuk például, hogyan és mikor kell alkalmazni egy bizonyos eszközt, és az mire való. Igen, ez nehéz munka, mivel az információnyújtás végtelen és időigényes lehet, ezért a velük való jó kommunikáció kulcsfontosságú. Fontos az önbizalmuk fejlesztése is, hogy szabadon dönthessenek arról, hogyan, mikor és hol használják az eszközöket, az órák időpontjától függően.

A következőkben leírom javaslataimat a tanárok általi hatékony információörögzítéshez. Mivel szakirodalom ezekről a témákról spanyol nyelven nem létezik, csak magyar nyelven, ezért az ideális az, ha az adott feldolgozandó témához legmegfelelőbb forrásokat, szakirodalmat, írott anyagot mutatják be nekik, videófelvételen magyarázva azt. Például egy bizonyos könyv lapjainak bemutatása közben a szöveg világos fogalmakkal és érthető fordítással jelenik meg, így látják, hogy miről szól a szöveg, és hogyan lehet megérteni a rajzokat, játékokat, tánc-jelírást, vagy bármit, ami látható. A magyarázó videó jó eszköz, amelyet mindig újra meg lehet nézni, meg lehet hallgatni és meg lehet érteni.

Nézzük velük együtt az eredeti felvételeket, miközben próbáljuk azokat "barátságosabbá" tenni a megértés érdekében. Ez azt jelenti, hogy elmagyarázzuk nekik a táncfolyamatban bemutatott motívumokat, illetve mozdulatokat, hogy ők maguk is meg tudják különböztetni őket, és rájöjjenek, hogy képesek reprodukálni őket. Azért nem használják ezt az anyagot, mert "nem értik és nehéz lemásolni" (2). Természetesen nem az a cél, hogy szakértőkké váljanak ezeknek a felvételeknek az elemzésében és használatában, de el lehet kezdeni a munkát, hogy megismerkedjenek az ilyen típusú eredeti anyagokkal.

Egy másik lehetőség, hogy a mozdulatsorokat szavakkal vagy alap táncjelírással, azaz nagyon egyszerű módon írjuk le, hogy a pedagógus segítsége nélkül is vissza tudjanak rá térni, át tudják nézni az anyagot és meg tudják érteni.

Az Uruguayban töltött munka közben felfedeztem valamit, ami hasznos lehet: hogy pontosan egy eredeti felvétel táncfolyamatát "reprodukáljuk". Azzal, hogy egyfajta "koreográfiában" össze tudják rakni ezeket az eredeti táncfolyamatokat az egyszerre vetített eredeti videóval,

autentikussá válik az előadott tánc, és az egész magyar kolónia könnyen el tudja fogadni. Így kezdenek közelebb kerülni ehhez a fajta anyaghoz anélkül, hogy annyira félnének tőle, mert ez egy "fekete-fehér" film, és a táncosok nem a saját korosztályukból valók.

IV.3 A tanárok kérése

A tanárok a következő pontokat vetették fel, amelyeket a program összeállításakor figyelembe kell venni. Ezek releváns kérések az ország valóságának, a közösségnek, a táncosok sajátosságainak, a csoport motivációs igényeinek, az uruguayi társadalomnak bemutatott koreográfiák repertoárjának, valamint a dél-amerikai magyar néptáncfesztiválra vagy magyarországi utazásokra készülő koreográfiáknak megfelelően, tehát ezeket tiszteletben kell tartanunk és be kell illesztenünk a programba.

Ezek a pontok a következők:

- Minden órán legyenek ritmusgyakorlatok.
- Javaslatok a „motiváló” bemelegítéshez.
- A már meglévő koreográfiák új részeinek begyakorlása, átnézése és/vagy megtanulása (ezek közül néhány már évek óta létezik, és "műkoreográfiáknak" hívják őket), amelyeket a Tündéerkert Néptáncgyűttes már minden szintje megtanult, ezért bemutatásukkor nagy örömmel és lendülettel, és mind a magyar közösség, mind az uruguayi társadalom nagy tapsal fogadja őket. Bár ezekből a koreográfiákból hiányozhat a tánctechnika vagy a bemutatott tánc autentikussága, lehetnek bennük koreográfiai problémák, a zenei vagy a viseletet érintő hiányosságok, ennek ellenére ezekben a közösségben tiszteletben kell tartani ezeket, és teret kell hagyni az óratervben arra, hogy ezeket is gyakorolják és táncolják. Úgy gondolom, hogy jó szándékkal és kommunikációval többféle tanácsot is adhatunk: esztétikai, technikai, zenei, népviseletet érintő vagy bármilyen más, amit megfelelőnek tartunk, ha szükség esetén egy ilyen típusú koreográfia "javítására" kerül sor.
- Az új anyagból koreográfiát készíteni az év legfontosabb előadására, a Szent István királyra való megemlékezésre.
- Az eredeti felvételekkel való munka mellett, lehetőséget kell biztosítani arra, hogy ezek a videók könnyebben hozzáférhetőek legyenek, például: "mai" táncosokkal táncolva, hogy jobban megértsék a bennük megjelenő mozdulatokat és motívumokat. Ami ezt a pontot illeti, elköteleztem magam, hogy új felvételeket készítek a 4 eredeti felvételtől, amelyeken dolgozni

fogunk. Ez felelősséggel jár, hiszen ezek a videók azok, amelyeket később használni fognak, ezért fontos, hogy az eredeti videót leutánzó táncosok a tánc-jel-írás szükséges előzetes ismereteit felhasználva, a szükséges előismeretek birtokában táncoljanak, ez nagyobb pontosságot ad az új videónak. (5)

IV.4 Éves tervezés

Az összegyűjtött információk alapján és a tanárok kérését figyelembe véve összeállítjuk a 2022-es évre vonatkozó éves tervet (8.ábra, 1.sz. melléklet). A 2023-as évre a fő cél a két alcsoport, a Kis Szivárvány és a Szivárvány egyesítése. Az éves terv és az óratervek az év végén készülnek majd el, a 2022-es év jegyzeteinek, reflexióinak és következtetéseinek figyelembevételével.

IV.3 Óraterv

Minden tervezésnél (óravázlat) ritmikai gyakorlatokat, ugróiskolákat, táncpályákat, drámapedagógiai játékokat, népi játékokat, térbeli tájékozódási gyakorlatokat fogok használni. Ezek a tevékenységek az alábbiakban vannak felsorolva, és az óratervben csak a tevékenység neve szerepel, a tánctanár szabadon használhatja őket az osztálynak, az igényeknek, a tanulók hangulatának stb. megfelelően.

Szeretném tisztázni, hogy ezeket a gyakorlatokat, játékokat és tevékenységeket a tanároknak bemutattam és elmagyaráztam, hogy teljes mértékben megértsék azokat, és hogy együtt választottuk ki őket a használatukhoz.

IV.3.1 Bemelegítő játékok

1) A Pányvázás - a testmozgáson kívül - jó módszer az ugrás gyakorlására, utasításokat adva, hogy melyik ugrást kell végrehajtani; 1-1 ugrás az egyik lábról ugyanarra a lábra; 1-1 ugrás az egyik lábról a másik lábra; 1-2 ugrás az egyik lábról két lábra; 2-1 ugrás két lábról egy lábra; 2-2 ugrás két lábról két lábra. Zenére, lassabban vagy gyorsabban is végezhető.

Tapasztalatom szerint, mindenki szereti ezt a gyakorlatot, gyerekektől felnőttekig, ez egy remek eszköz bemelegítésre.

2) Moldvai táncok (nem tananyagként). Fontos tudni milyen céllal szeretnénk használni, pl.:

- Bevezető részén: pálmácska, kezes, tűz lángja, hojna.
- Erősítésnek: zdrabuleanka, stica, botosánka, bulgáros
- Speciális: serény magyaros, öves (körtartás és erősítés); bulgáros (sortartás); ördög útja és bármelyik két részből álló: zenei illeszkedés, zenei szerkezet felismerése.

3) A bemelegítés egyik lehetősége a játék. Mit játszhatunk? Az egyik lehetőség a fogócskázás lenne. Miért kellene fogócskázni? Mindenki ismeri, könnyű, mindannyian játszottuk már. Lehetővé teszi a kapcsolatfelvételt, a regisztrációt, az integrációt, oldja a gátlásokat. Bármilyen csoport játszhatja. A tanárok hajlamosak a játékreceptek felhalmozására. Természetesen, ha ismerjük egy játék szerkezetét, rájövünk, hogy kitalálhatjuk a saját változatainkat, amelyek inkább a nekünk szükséges tartalmakat fejlesztik.

A játék felépítését illetően, ha didaktikusan gondolkodunk a fogócskáról, akkor azt látjuk, hogy vannak előre meghatározott szerepek: a fogó és a menekülő. Mi is az a fogócska? Ez egy üldözési játék, amelyben valaki üldözi a többieket, hogy elérje a célját, azaz a szerepcserét. Ha ez utóbbi a helyzet, akkor végtelen számú változatot alkalmazhatunk, amelyek függenek a tanfolyami környezettől, a folyamat pillanatától, a csoport jellemzőitől (életkor, létszám, oldottság mértéke stb.), a térbeli viszonyoktól, és így végtelen számú fogócska verziónk lesz.

Néhány példa a fogócska verzióira:

- „Méregző fogócska”: a kontaktzónákon alapul. Amikor a test egy bizonyos részét megérinti a fogó, az lefagy, és az új fogónak úgy kell elkapnia valakit, hogy üldözés közben folyamatosan érinti az adott testrészét.
- „Láncfogócska”: ha az együttműködésre helyezzük a hangsúlyt, akkor elérhetjük, hogy ne szerepcsere, hanem szerepek kiegészítése történjen. A fogó összegyűjti a többi fogót, akiknek össze kell fogniuk, hogy egy láncot alkossanak, amely kimegy megfogni a többieket. A rendelkezésre álló helynek megfelelően az új fogók az alábbi módokon kapaszkodhatnak össze az egyik jobb keze - a másik bal keze; ugyanígy a fentebbi alcsoportokban; fordított kézzel jobbról jobbra, balról balra; könyöknél, vállnál, fejnél összeérve stb. (a kisebb helyigényű változat).
- „Bogárfogócska”: ha megnézzük a formákat, láthatjuk, hogy végtelen számú variáció és kombináció létezik, hogy ösztönözze a mindennapi formák megtörését, az azonnali alkalmazkodás kialakulását. Ebben a példában: az elfogott személynek hanyatt kell feküdnie a

padlón, és integetnie kell azokkal a végtagokkal, amelyekkel meg akarja fogni a többieket. Ily módon a fogó szövetségese lesz, és ő is el fog fogni másokat.

- „WC-fogócska”: a formákkal való munka másik verziója. Itt az elfogónak erőlködő arcot kell vágnia, és úgy kell tennie, mintha egy vécén ülne, jobb karját felfelé nyújtva. Akkor engedheti le, amikor valaki lehúzza a karját, mintha lehúzná a vécét.

- „Szoborfogócska”: szintén alakzatokon dolgozik, amikor a tanulónak egy szobrot szimuláló pózban kell megdermednie. A póz lehet szabadon választott vagy meghatározott, például: állatokról; hősokról; háborús hősokról; görögökről. A dinamikát illetően felvethető, hogy egyénileg, duóban, trióban stb. komponálják őket. Egy másik lehetőség a kompozíciós jellemzők megkövetelése: legalább egynek fekve, kettőnek állva kell lennie; egyensúlyban; összegömbölyödve stb. Egy másik lehetőség az lenne, ha megdermednének, és így utat nyitnának az improvizációknak.

- „Dalfogócska”: ha a hangsúlyt a gátlások oldására helyezzük, akkor játszhatjuk ezt a fogócskát, ami abból áll, hogy egy saját készségünket helyezzük játékba. Az elfogott személynek addig kell énekelnie egy dalt, amíg egy társa meg nem menti.

Változatok: különböző zenei műfajokat kérnek, pl.: népdalok, uruguayi folklór, tangó stb.; megkérlik őket, hogy változtassák meg a nyelvet (ismert vagy kitalált); a fogó javasolja a műfajt; az elfogás elkerülése érdekében össze kell fogniuk egy másik személlyel, és együtt kell énekelniük stb.

- „Karakterfogócska”: ez a fogócska egy kicsit összetettebb, mint az előzőek. Amikor megfogják őket, ki kell alakítaniuk egy karaktert; ennek a karakternek minden alkalommal változnia kell. Ebben a változatban magát az utánzást ösztönzik, mivel a művészeti területről származó vagy a helyhez kötődő karaktereket utánozhatnak.

- „Lovacskafogócska”: ebben az esetben ajánlott a testbizalmon dolgozni. Ez abból áll, hogy a tanulók úgy építenek menedéket, hogy felmásznak egy társuk hátára, mint a lovas a lovára.

- „Híd fogócska”: ha elfogják őket, a helyükön, terpeszben kell mozdulatlaná válniuk. Azoknak a társaknak, akik megpróbálják megmenteni őket, át kell jutniuk a lábaik között. A fogócska alapvetően a nagy pszichomotoros fejlődést segíti. Ez a variáció egy klasszikus ebben a témában, mivel kúszásra, lábnyitásra, egyensúlyozásra készíti. Ahogy az előző példákban láttuk, ha egy fogócskára és az azt alkotó elemekre gondolunk, akkor a feldolgozni kívánt tartalomhoz megfelelő fogócskát találhatunk ki, és így függetleníthetjük magunkat a

receptfelhalmozás szükségességétől. Néhány szabály, amit szem előtt kell tartani a fogócska során:

- őrzőkutya: a gyerekek által használt kifejezés. Mint minden szabályt, ezt is a játék elején kell megadni ahhoz, hogy tudjuk, a játékváltozat lehetővé tegye vagy sem. Egy bizonyos elfogott csapdába ejtéséről szól, és a fogó használja arra, hogy ne lehessen felszabadítani a már elfogottakat.

- A ház vagy csűr: egy előre meghatározott hely, ahová a fogó nem léphet be. Része lehet a játéknak, de az is lehet, hogy nincs benne. Változat: egynél több ház is lehet. Egy másik lehetőség, hogy feladatot adunk azoknak, akik a csűrben vannak (építsenek valamit, szállítsanak át tárgyakat egyik csűrből a másikba a másikkra, korlátozzák a házon belül tartózkodók számát stb.). Egy másik lehetőség, hogy megadjuk a menhelyen belül eltölthető maximális időt.

- A társak megmentése: minden játékban előre világossá kell tenni, hogyan mentik meg a társaikat, ha a helyszín ezt megköveteli. (Holowatuck – Astrosky 2009)

4) Adjunk feladatot a tanulóknak, hogy a bemelegítéshez hozzanak egy testmozgásos játékot, így megújul a játékrepertoár, és a tanulók is motiváltak a részvételükkel és együttműködésükkel a táncórának ebben a részében.

IV.3.2 Ugróiskolák és táncpályák

ügyességi → gyermekjáték. Főleg tavasszal játsszák; igen kedvelt és elterjedt falun és városban egyaránt. Rekeszes formákat karcolnak a földbe vagy rajzolnak krétával az aszfaltra. Ezeken a gyermekek sántikáló mozdulattal, füllábon keresztülugrálnak. A játéknak több változata van, a csiga alakú és körös formáktól, a templomalaprajzú forma változataig. A játékot háromféleképpen játsszák. – 1. A földre rajzolt rekeszekbe sorba dobják a dobót, ickakövet, majd füllábon végigugrálnak, visszafordulnak, s útközben felveszik. Ha így „kijárták”, tenyerükre, fejükre, térdközibe, lábfejre stb. illesztik a dobót, s így sántikálnak oda-vissza, ügyelve, hogy el ne ejtsék. Ezután házalnak, házat vagy várat dobnak csukott szemmel vagy az ábrának háttal állva. A házba csak a tulajdonos léphet be, ill. pihenhet ott meg. – 2. Rugós változat: a dobót szintén sorra, kockáról kockára dobják, de úgy haladnak előre, hogy minden ugrással átpöckölik cipőjük orrával a követ. Játékszabályok: Sem vonalra lépni, sem vonalra dobni nem szabad, aki téveszt, az le van, iszik, megbukott stb. Ez azt jelenti, hogy megvárja,

míg rákerül a sor, előlről kezdi, ill. folytatja onnan, ahol elvétette a játékot. Az nyer, akinek a legtöbb háza van. – 3. Játsszák dobókő nélkül is. (6). (9.ábra, 2.sz. melléklet).

Az ugróiskolában a legfontosabb, hogy a táncosok tisztán tudjanak váltogatni a támasztólábat, a jobb lábról a bal lábra és vissza. Az alábbiakban néhány modellt, hogyan kell rajzolni őket, de a tanárok egy kis képzelőerővel új ugróiskolákat is létrehozhatnak. A lényeg, hogy egyértelmű legyen mikor melyik támaszték a következő. (Lévai 2010: 60) (2.sz. melléklet: Ugróiskolák és táncpályák)

IV.3.3 Gyakorlatok a kognitív fejlődéshez, különös tekintettel az alapmozdulatok és az alapmotívumok fejlesztésére.

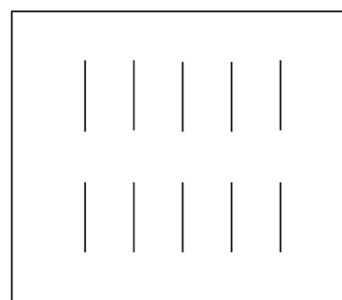
Az ilyen jellegű gyakorlatoknak számos haszna van, és tisztában vagyok azzal, hogy milyen fejlődési képességeket generálnak a táncosokban a különböző területeken: kognitív, fizikai-motoros és affektív. Ennek ellenére van egy probléma: a csoport jellemzőit tekintve (többek között más tanulási tapasztalattal rendelkező fiatalokról van szó, akik könnyen elunják magukat) pedagógiai ismereteket igényel, hogy ezeket a tevékenységeket a táncosoknak bemutassák. Mint már említettem, nem én leszek az, aki minden táncórát vezet, és a tanároknak nehéz olyasmit tanítani, amit nem ismernek, és nem szabad elfelejteni, hogy a magyar kultúra iránti elkötelezettségből vezetik a csoportot, nem pedig munkaként tekintenek rá. Ezért úgy gondolom, hogy célszerű elmagyarázni a fiataloknak, hogy milyen gyakorlatokat fognak végezni, és miért. Bemutatom őket fejlesztő gyakorlatként is, ami fontos a tánctanulás minőségének javításához, és hogy minden táncpróba elején foglalkozunk ezekkel a gyakorlatokkal.

A következőkben néhány példát mutatok be az elvégzendő tevékenységekre és gyakorlatokra:

1) Rajzolunk egy táncpályát a padlóra ragasztó csíkokkal (10. ábra)

A következő utasításokat adjuk:

- a csíkok között előre kell lépni, terpeszben, figyeljük, hogy milyen irányba mutat a lábfej
- ugyanaz a feladat, de most hátrafelé
- ugyanaz a feladat, de most oldalra



(10.ábra: Táncpálya, „Saját szerkesztés, 2022)

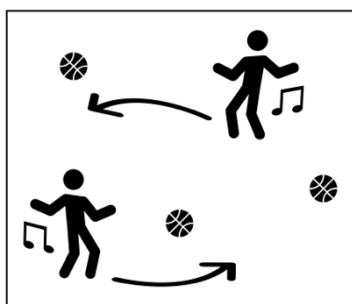
- előrelépés bal lábbal, és a jobb lábbal érinteni kell a bal bokát, utána ugyanez a másik lábbal.
- ezeket kell összerakniuk, improvizálniuk

A játék lényege, hogy előjönnek az érzékek, több feladatra kell koncentrálni, és az impulzusokat kontrollálni. Utána még lehet variálni és fejleszteni ezt a gyakorlatot; megadhatunk több szabályt (pl.: milyen lábbal kezdjen, közben mondókáznak, vagy zenével végzik a gyakorlatot, hogyan legyenek az érintések, esetleg tapsolni is lehet). (7)

2) Babzsákok a földön szétszórva (11.ábra)

feladatok:

- körbe sétálunk, közben mondókázunk, a mondóka végén rá kell ugrani a babzsákokra
- a tanár elkezd kivenni a babzsákokat, egyre kevesebb marad a földön
- marad a feladat, de most az ugrással együtt tapsolnak is, mivel kevesebb babzsák van, a táncosok találkoznak a babzsákoknál



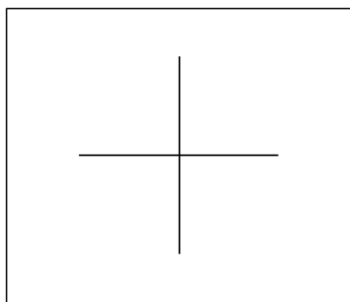
- társakkal lehet tapsolni, ha a másik fő ugyan ott áll.
- zenével (olyan minőségű és időtartamú népzene kell használni, amely a táncosok életkori sajátosságaihoz képest könnyen követhető tempót ad)

(11.ábra: Babzsákok a földön, „Saját szerkesztés, 2022)

Utána még lehet variálni és fejleszti ezt a gyakorlatot több szabály és feladat megadásával. (7)

3) Mindenki ragasszon magának egy keresztet a földre, ez lesz a táncpálya (12.ábra)

feladatok:



- mondókával párhuzamosan össze-vissza lépni, de csak a szabad helyen, a vonalakra nem lehet rálépni
- marad a feladat, de most a zene lüktetésére kell lépni (olyan minőségű és időtartamú népzene kell használni, amely a táncosok életkori sajátosságaihoz képest könnyen követhető tempót ad)

(12.ábra: Kereszt 1, „Saját szerkesztés, 2022)

- a zene végére, számolunk 7-ig, és 8-ra ugrani kell páros lábon

- marad a feladat, az ugrásra még egyet tapsolunk

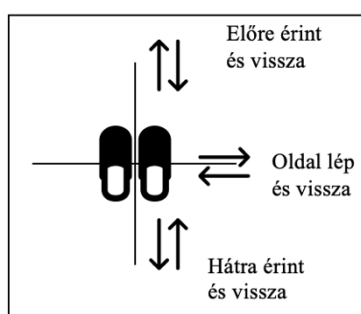
- ugyan az a feladat, de csak ugrásokkal, és a végén léppel kell zárni.

Tovább lehet variálni; azonos lábon ugrálás, a végére két ugrás tapssal. A feladat lényege: a támaszték váltása. Úgy tudjuk még tovább fejleszteni ezt a gyakorlatot, ha instrukciót is adunk, hogy melyik frontirányba kell lépni, és a zárás egy másik frontirányba történik, pl.: zenére lépünk (számolunk 7-ig) de csak az 1-es front lehet a törzsünk, a 8-ra ugrunk 3-as frontra. (7)

4) Az előző feladatról beszélünk, hogy végtelen lehetőségünk van egy sorozat összeállítására. E terület továbbfejlesztése érdekében a lábakat a keresztre helyezzük, ahogy a 13. ábrán látható, és elmagyarázzuk a feladatot:

- a térd marad, csak az alsó lábszárat mozgatjuk

- először jobb lábbal kell jól mutatni az irányokat (előre, oldal, hátra), utána bal lábbal ugyanezt



elvégezni

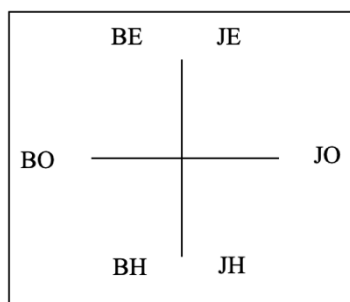
- jobb láb előre érint és vissza a kereszt közepére, így teszünk a többi iránnyal is, utána bal lábbal megismételjük

- zenére, azonos vagy váltó lábbal

- minden irányba el lehet végezni (7)

(13.ábra: Kereszt 2, „Saját szerkesztés, 2022)

5) Az ilyen típusú gyakorlatok további fejlesztése érdekében a következő lépés az, hogy mindenki összeállítja a saját koreográfiáját. A munka egyénileg történik, a feladat alapja ugyanaz, mint korábban (4.gyakoralt).



A fenti keresztmodellel a koordinátákat kardinális pontokként rajzoljuk meg, például: JE (jobb elől); JO (jobb oldal); JM (jobb mögött); BM (bal mögött); BO (bal oldal); BE (bal elől).

(14.ábra)

(14.ábra: Kereszt 3, „Saját szerkesztés, 2022)

Rajzolni kell egy táblázatot (15.ábra) is, amely 6 elég nagy négyzetből áll, hogy írni lehessen rá, tisztán lehessen látni, melyik négyzetben mi van.

(15.ábra: Táblázat, „Saját szerkesztés, 2022)

Minden táncos a saját táblájára rajzolja fel a mozdulatsort, amelyet úgy kell végrehajtani, ahogyan ő akarja. Fontos, hogy a sorrendet a leírtak szerint tartsuk be, majd visszafelé is elolvashatjuk. (7)

Példa (16.ábra):

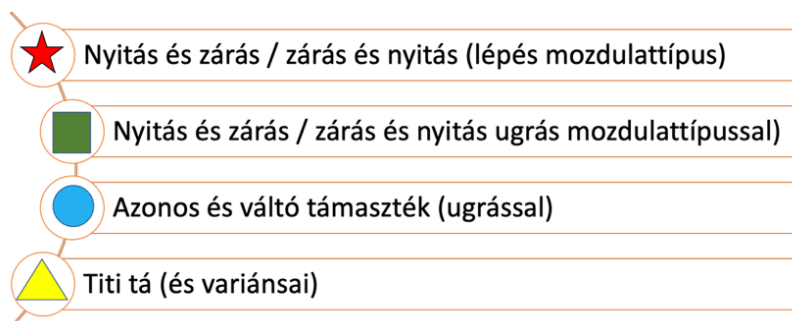
JH	BH	BE
JE	JO	BO

(16.ábra: Példa, „Saját szerkesztés, 2022)

Először lépésekkel, aztán lehet ugrásokkal végezzük el a feladatot, és a frontirányok megváltoztatásával, egyéb mozdulatok hozzáadásával tovább nehezíthetjük, pl. taps, érintés stb. A gyakorlatot gazdagíthatjuk népzenevel, majd bármilyen más, a csoportnak tetsző zenével is. A következő lépés a táblák cseréje a társakkal, hogy a többiek koreográfiáját táncolják.

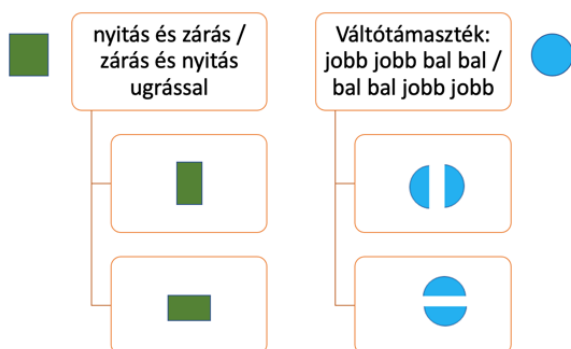
Az ilyen típusú gyakorlatok továbbfejlesztéséhez mutatom be és magyarázom el a tanároknak a következőket:

1) alapmotívumok (bázisszerkezetek) (17.ábra).



(17.ábra: Alapmotívumok bázisszerkezetek 1, „Saját szerkesztés, 2022)

2) alapmotívumok (bázisszerkezetek) – mozdulatsor bontása (18.ábra)



(18.ábra: Alapmotívumok bázisszerkezetek 2, „Saját szerkesztés, 2022)

Mindezt nagyon egyszerű módon tesszük, hogy megértsék a gyakorlatok végrehajtásának fontosságát, és hogy mire jók:

- Mozgáskoordináció
- A ritmus és a metrum érzékelése és felismerése
- Tanulás a gyakorlattal
- Nem csak a mozgás utánzásáról van szó, hanem a mozgás és a tánc megértéséről és tudatos tanulásáról is.
- Pedagógia, amely a tanulóknak hagyott benyomáson és pozitív hatáson alapul.
- Kreatív képességek, kognitív fejlődés (emlékezet, figyelem, észlelés, tervezés stb.).
- A gondolkodás fejlődése.
- Jó közérzet
- eredményesség - elért cél - mentális egészség - jobb mozgásminőség. (7)

Gyakorlatok:

1) Miután a szimbólumokat a táncosok jól beazonosították, olyan gyakorlatokat végezhetünk, ahol először a tanár megmutatja a csoport előtt a szimbólumokat, és a csoportnak a mutatott szimbólumnak megfelelő mozdulatot kell reprodukálnia, majd az egyikükre hárul az irányítás feladata. A nehézséget növeli, ha szimbólum sorozatokat mutatnak nekik, és a zenének megfelelően pontos utasításokat kapnak, hogy mikor kell a következő szimbólumra váltani, 4/4-es zenére. Ezután növeljük a ritmust, majd a frontirányokat, és hozzáadhatjuk a gesztusokat is, így növelve a nehézséget.

2) A szimbólumokat a különböző frontirányokban (1, 3, 5, 7) helyezzük el a táncteremben vagy a tanár által előre meghatározott térben, megadjuk a sorrendet, hogy melyik irányba kell fordulni, és a táncosok reprodukálják az ott lévő szimbólum mozgását. Két csoportot lehet létrehozni, és ők lesznek azok, akik majd megváltoztatják a szimbólumokat. Először az egyik csoport végzi a tevékenységet, a másik csoport pedig sorrendben megváltoztatja a szimbólumokat, majd szerepcsere következik.

3) Minden táncos felépíti a saját mozdulatsorát az alapmotívumok (szimbólumok) segítségével, majd megmutatja azt a többieknek (5. gyakorlat korábban bemutatott, ahol mindenki felépíti a koreográfiáját).

4) Adjuk hozzá ezeket a szimbólumokat az ugróiskolához.

Ezekon a pontokon a tanároknak szabad kreativitásuk van az ilyen típusú gyakorlatok további bővítésére és fejlesztésére, mivel ők azok, akik látják a csoport fejlődését.

IV.3.4 Ritmikai gyakorlatok

1) Ritmusfelelés

a) A függőleges–vízszintes párostaps gyakorlat.

Párban dolgozunk. Kiinduló póz: a lány függőlegesen tartja karjait, a fiú pedig vízszintesen. A párok olyan közel álljanak egymáshoz, hogy a tapsokhoz szükséges karmozdulatok egymásba érjenek. Zenei főhangsúlyra a lány függőlegesen nagy karmozdulattal tapsol, a fiú vízszintesen megtartja a kiinduló pózt, majd a következő negyedre tapsol a lány kiinduló helyzetbe nyújtott kezei közé.

A két táncos karmozdulatai ritmusuk (19.ábra).

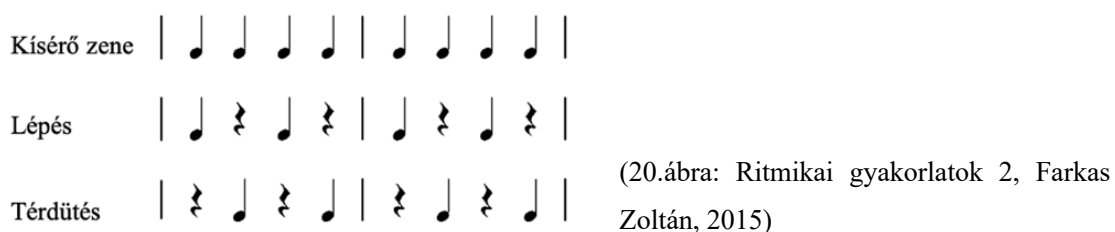


(19.ábra: Ritmikai gyakorlatok 1, Farkas Zoltán, 2015)

A lány a négy bevezető taps után, a fiú a lány által adott ritmusok közé tapsol. Utána szerepcsere, párcsere következik. A tanár által megállapított tempó felvétele után a fiú nyolcszor tapsoljon zenei fő- és mellékhangsúlyra, a lány pedig ennek megfelelően nyolcszor a hangsúlyok közé. (Farkas 2015: 17-18)

b) A taps által keltett hang ritmikailag pontos, ritmusfeleléses elhelyezését a következő mozdulatsorokban gyakoroltathatjuk; comb– tenyér találkozása által:

1. Sima helyben járás, 2. mérőre végzett helyben járás dobogva, 3. a nem lépő láb combját vízszintesig emeljük, 4. amikor a comb elérte a vízszintet, ugyanazon az oldalon lévő karral üssünk a térdünkre. A lépés és a combütés ritmusa (20.ábra). A gyakorlatot célszerű nagy körben végeznünk, jobbra, balra haladva majd zenére is csináljuk. Fontos a zenekíséret, és az, hogy az alaplüktetés a gyakorlat egésze alatt folyamatosan hallható legyen. (Farkas 2015: 18)



c) A következő gyakorlat mozdulat-technikailag megegyezik az előző gyakorlattal, de most mozdulatainkba hangsúlyváltást is helyezünk. Táncoljuk az előző gyakorlat 1., 2., 3. és 4. pontjában leírtakat hangsúlyváltással úgy, ahogy a 21.ábra ritmusa mutatja!



(21.ábra: Ritmikai gyakorlatok 3, Farkas Zoltán, 2015)

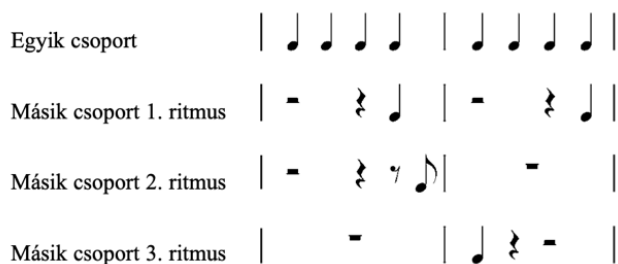
A gyakorlás pontos elsajátítását követően a combütést felválthatja a taps is. (Farkas 2015: 19).

d) Tempóváltással végzett ritmusfelelés. Az egyik személy kezdetben mindenképpen a tanár legyen, aki a tempóváltást irányítja. A következő gyakorlatok lényege, hogy folyamatos, lassú, de követhető tempóemelést, majd tempócsökkentést végezzünk el. A táncosokat állítsuk két csoportba. Az első csoport egyenletes, folyamatos 4/4-et tapsol, ♩ = 60 tempóban. A másik csoport felezi az ütemegységeket, kontrát tapsol az első csoport tapsába. Ezután szerepcsere következik. Utána lehet ezt a gyakorlatot párban is gyakorolni, szerepcserével. Majd folyamatos tempóemeléssel, illetve tempólassítással. (Farkas 2015: 19)

e) Alakítsunk két csoportot. Az első csoport egyenletes, folyamatos 4/4-t tapsol négy ütemen keresztül, ♩ = 100 tempóban. Másik csoport a 22.ábra bemutatott szerint:

1. csak az első ütem utolsó negyedére tapsol;

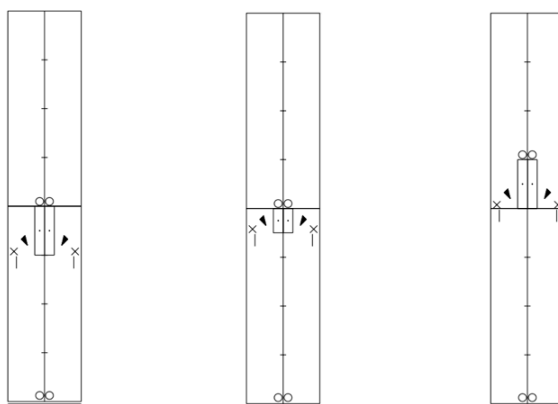
2. csak az első ütem utolsó nyolcadára (kontrájára) tapsol;
3. csak a második ütem első negyedére tapsol.



(22.ábra: Ritmikai gyakorlatok 4, Farkas Zoltán, 2015)

A háromfajta ritmustapsolás között tartunk szünetet, és először különítsük el a háromféle ritmustapsolást egymástól. Mikor az egyik csoport külön-külön kezdve a három ritmust letapsolta, szerepcserével ugyanezt ismételjük meg a másik csoporttal is. (Farkas 2015: 20)

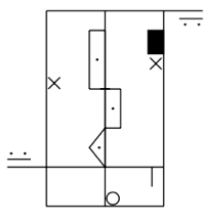
f) A következő gyakorlat ritmikailag és tempóban megegyezik az előző gyakorlattal, azzal a különbséggel, hogy a második csoport tapsolás helyett páros lábbal ugorva helyben dobbantson. (Farkas 2015: 20). Dobbantásos gyakorlatok 23.ábra.



(23.ábra: Ritmikai gyakorlatok 5, Farkas Zoltán, 2015)

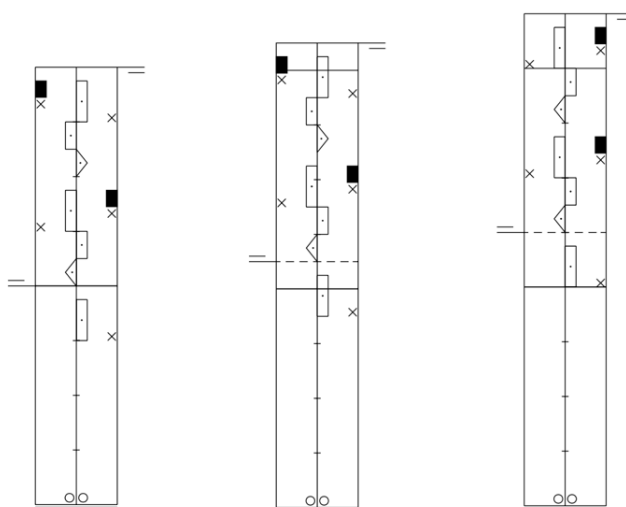
g) A gyakorlat formailag továbbfejlesztett változata lehet a következő: alakítsunk 4 csoportot, és csoportonként álljunk körbe. A gyakorlat alatt (marad a struktúra, mint az „e” gyakorlat során): az I. csoport tapsolja az egyenletes negyedeket négyütemnyi terjedelemben, a II. csoport csak az első ütem utolsó negyedére, a III. csoport csak az első ütem utolsó nyolcadára, kontrájára, a IV. csoport pedig csak a második ütem első negyedére végzi a páros lábú ugró dobbantást. Négyyszer ismételjük folyamatosan a gyakorlatot. A négy ismétlés után tetszés szerint váltsuk a csoportok feladatait. (Farkas 2015: 21).

2) Maga a cifra a 24.ábra szerint legyen a következő



(24.ábra: Cifra, Farkas Zoltán, 2015)

a) A gyakorlat során a fenti ugró bedobbantást „e” gyakorlat szerinti ritmikai helyeken helyettesítsük egy jobb lábbal, kis térdhajlítással helyben végzett, negyed hangjegyértékű lépéssel, majd folyamatosan táncoljuk a cifrát a 25. ábra szerint. (Farkas. 2015 21)



(25.ábra: Ritmikai gyakorlatok 6, Farkas Zoltán, 2015)

Különösen nehéz ezt a gyakorlatot helyesen elvégezni a 25. középső ábra szerinti mozdulatsor esetében, amikor a negyedes „előző” lépést kontrára adjuk elő, így a cifra is folyamatosan kontrára kezdődik. (Farkas 2015: 22).

b) A kar és a láb mozdulatainak függetlenítése: egy sétatgyakorlattal gyakoroljuk, ahol taktusra végzett egyenletes tapsolás közben háromféle ritmusú lépést végzünk (Farkas 2015: 23)

(26.ábra) – lépés taktusra



(26.ábra: Ritmikai gyakorlatok 7, Farkas Zoltán, 2015)

(27.ábra) – lépés kontrára



(27.ábra: Ritmikai gyakorlatok 8, Farkas Zoltán, 2015)

(28.ábra) – félértékű (nyolcados) lépéspár.



(28.ábra: Ritmikai gyakorlatok 9, Farkas Zoltán, 2015)

Gyakoroljuk külön-külön mindegyik taps–lépés kombinációt egyenletesen, folyamatosan. A 28. ábra szerinti ritmust negyed szünet közbeiktatásával végezzük. A közös gyakorlás után lehet nyolc, négy, majd két táncossal gyakoroltatni a ritmusokat. Mindezek után kezdjük hozzá egy valós ritmus felépítéséhez. Először végeztessük el nyolc ütem idő alatt a 5. ábra ritmusát, majd folyamatosan utána nyolc ütem idő alatt a 4. ábra ritmusát, végül nyolc ütem idő alatt a 6. ábra ritmusát. Mennyiségi játék keretében csökkentjük a gyakorlás idejét négy ütemre, két ütemre. A motívum végső formában együtemnyi idő alatt zajlik. (Farkas 2015: 23)

3) ♪ ♪ ♪ ritmusú cifralépéshez képest fordított ritmusú, ♪ ♪ ♪ taps hozzáadása

a) A két ritmust először egyidejűleg két csoportban, tapsolással gyakoroljuk. A csoportok között gyakran váltsuk a feladatot, hogy a főhangsúlyok érzékeltetése mellett a két eltérő ritmusból adódó zenei összhangzásokat a táncosok érzékeljék. (Farkas 2015: 24)

Ezek után a 29.ábra szerinti ♪ ♪ ♪ ritmusú cifra alaplépéshez adjunk fordított, ♪ ♪ ♪ ritmusú tapsot, így közelítve lassan a kar–láb mozgatainak játékos függetlenítése felé. A tanár általi, ♪ = 60 tempó megadása után kezdjük el a cifrát. Elsőként csak egy ♪ értékű tapsot helyezzünk el az ütemek főhangsúlyán. (Farkas 2015: 24)



(29.ábra: Ritmikai gyakorlatok 10, Farkas Zoltán, 2015)

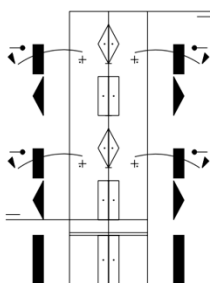
b) Ezután a tanult cifralépésbe tapsoljuk bele a fordított ritmust, a ♩ -t, ha kell, a tempót is lassítsuk le, és csak egyik oldalra táncoljuk a cifrát, majd utána álljunk le. Kis szünet kihagyásával ismétéljük meg ellenkező oldalra, majd szünet kihagyása nélkül, folyamatosan ismétéljük a gyakorlatot. A láb és a taps ritmusának szinkronját a 30. ábra mutatja. (Farkas 2015: 24)



(30.ábra: Ritmikai gyakorlatok 11, Farkas Zoltán, 2015)

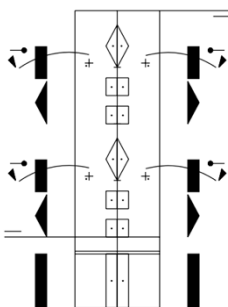
4) A kar és a láb egyidejű mozgatainak összefüggése

a) Gyakorlatainkban arra törekszünk, hogy a kar és a láb mozgatait egymástól előbb irány, majd ritmikai szempontból is függetlenítsük. A karok mozgatai legyenek erőteljeseek. (31.ábra). (Farkas 2015:25)



(31.ábra: Ritmikai gyakorlatok 12, Farkas Zoltán, 2015)

b) A következő gyakorlat formailag megegyezik az előzővel, de ritmikailag a kar és a láb szólama szétválík. 32. ábra. (Farkas 2015: 26)



(32.ábra: Ritmikai gyakorlatok 13, Farkas Zoltán, 2015)

c) Fejlesszük tovább az előző gyakorlatot úgy, hogy a láb szólamát helyettesítsük be a cifra lépéssel. A kar mozgása maradjon változatlan. (Farkas 2015: 26)

Megjegyzés: A fenti gyakorlatokat videofelvételen magyaráztam el a tanároknak. Lásd: IV.2, Javaslatok a tanárok általi hatékony információörögzítéshez.

IV.3.5 Drámapedagógia foglalkozás

Az ilyen típusú tevékenységeknél fontos figyelembe venni, hogy mikor akarjuk végezni, mit akarunk hangsúlyozni a táncosok számára, és mindenekelőtt milyen kompetenciát akarunk fejleszteni. A gyakorlatok három csoportra vannak osztva, a táncórák szakaszától függően:

RÁHANGOLÓDÁS: pl.: bemelegítő, légző-, memóriagyakorlatok és testnyelv használata, koncentráció- és ritmus, illetve kontakt-típusú feladatok használata. (8)

FELADATOK A KÉPESSÉG- ÉS KÉSZSÉGFEJLESZTÉSHEZ: pl. ritmikát, kombinációkat, koordinációt, kreativitás, improvizációt, csoportdinamikai mozgást, érzékszervi finomítást, ritmust, ügyességet, térhasználatot és irányfejlesztést segítő gyakorlatok. (8)

ÓRAZÁRÁS: pl.: társ- és önismeret, együttműködés és kooperáció, pihenés, gyakorlatok, bizalomerősítő, önismereti, társismereti légző-, progresszív izomrelaxáció- és jóga alapú. (8)

Úgy gondolom, hogy egy ilyen néptáncegyüttes esetében az is hasznos, ha elmagyarázzuk a táncosoknak, hogy miért végzik ezeket a gyakorlatokat, és mi a cél, miről szól a drámapedagógia.

A következőben bemutatok néhány feladatot, amelyet a tanárokkal közösen dolgoztunk ki, és miután több feladatot is láttak, a következőket választották:

RÁHANGOLÓDÁS

- **Masszírozó kör:** Körben állunk és bal oldalra fordulunk, úgy hogy a bal oldali szomszéd hátát látom. Elhelyezkedünk. Becsukjuk a szemünket, és próbáljunk a szomszédunk vállát, nyakát ellazítani, masszírozni. Utána a másik irányba tesszük ugyanezt. (Mizerák 2014: 20)

- **Lépésről lépésre:** A vezető irányítja a csapatot, hogy az körbejárja a teret, közben különböző feladatokat kell végezni, pl. járni, futni, ugrálni, stb. Amikor az alapok megvannak, akkor utasítjuk őket más feladatokra, pl. rövid lépésekkel menni, utána hosszabbakkal, irányváltásokkal, sebességváltásokkal. Majd tánclépésekkel gazdagíthatjuk a foglalkozást. (Holowatuck – Astrosky 2009)

- **Névlánc:** Körben állunk. A vezetőtől jobbra álló gyerek bemutatkozik (elég a keresztnévvel). A szomszédja megismétli a nevét, majd hozzáteszi a sajátját. A következő ugyanígy. A játék során az ismétlésnél egy mozdulattal ismétlik meg a másik nevét, hogy egy mozdulathoz

kötődjön a memorizálandó név. Ha a táncosok már jól ismerik egymás nevét, akkor a vezetékevekkel lehet variálni. (Mizerák 2014:14)

- Titkos karmester: Alakítsunk egy kört. Egy megfigyelőt választunk magunk közül. A megfigyelő kimegy a szobából és a többiek rövid idő alatt megegyeznek abban, hogy ki lesz a „titkos karmester”. A megfigyelő visszatérése után a karmester elindít egy mozgássort, amit mindenki átvesz, vagyis megismétli a mozdulatsort. A játék célja, hogy a csoport tagjai ne nézzenek feltűnően a „titkos karmesterre”. A szemük sarkából inkább a többi résztvevőt figyeljék. A megfigyelőnek ki kell találnia, hogy ki a karmester. Ha ez sikerül, akkor a karmester lesz az új megfigyelő. (Mizerák 2014: 74)

- Egy körben a résztvevőknek 1-től 15-ig kell számolniuk, de azzal a feltétellel, hogy csak egyikük mondhatja el az adott számot, azaz nem mondhatják egyszerre ugyanazt a számot. Ha ez megtörténik, és egyszerre mondják, akkor a számolást előlről kell kezdeni. Ha a 15-ös számot eléri, a csoport elérte a csoportdinamikai koncentrációnak azt a szintjét, hogy a következő feladattal folytassa. (8)

FELADATOK A KÉPESSÉG- ÉS KÉSZSÉGFEJLESZTÉSHEZ

- Mozgáslánc: Körben állunk. A vezető bemutat egy mozdulatot. A jobb oldali szomszédja megismétli azt, majd egy új mozdulatot tesz hozzá. A következő jobb oldali szomszédja 3 mozdulatot mutat, és így megy tovább. Először használjuk egyszerű mozgáselemeket, utána nehezítjük, és kérhetünk pl. egy konkrét tánc típusból lépéseket. Ha már végigment a kör, lehet ismételni ugyanezt, vagy még hozzátehetünk új mozdulatokat. (Mizerák 2014:18)

- Szoborgyakorlat: Párokban állunk. A párok elhelyezkednek a terem különböző részén. A vezető ad egy jelet, és ki kell alakítani egy pózt, szobrot (úgy, hogy a pár tagjai kapcsolatban legyenek egymással). A lényeg az, hogy nem beszélhetnek. Egymásra kell figyelni, spontán improvizáció történik. Egy változat lehetne, hogy olyan pózt kell alakítani, mint egy adott táncmotívum. Pl. a vezető mondja, hogy Küküllő-menti csárdás vagy Dél-alföldi csárdás, vagy a páros forgás az érintkezés módja. Az adott instrukcióhoz kell alkalmazkodni, és ezen belül szabadon alkotni. Nem csak párokban lehet dolgozni, hanem nagyobb csoportokban is. Ezt a játék elején a vezetőnek kell elmondania. (Gabnai 1987: 109)

- Képkompozíció: Először 5 darab feladatkártyát kell készíteni, melyekre a népi kultúrából vett különböző képek, jelenetek kerülnek. Pl. egy népszokás, egy fajta tánc, vagy csak egy póz. Elindítjuk a zenét, és a csapat elkezd szabadon járni, közben lehet énekelni, táncolgatni. Amikor

megállítjuk a zenét, összegyűlnek 5 fős csoportokban és a vezető felolvassa az egyik kártyát. A feladat az, hogy össze kell állítani ezt a képet. Ha újraindul a zene, akkor mennek tovább. Emlékeztetjük őket, hogy a következő körben más társakkal kell csoportot kialakítaniuk. (Holowatuck – Astrosky 2009)

- Karácsonyfa díszítő verseny: Mindenki párt választ magának. A párok legalább 1 méter távolságban állnak a többi pártól. A párok egymással szemben állnak. Az egyik játékos kezébe 10 db ruhacsipeszt tesz a játékvezető. A feladat az, hogy a pár egyik tagja minél gyorsabban ráerősítse a másikra a 10 csipeszt. Ha végeztek, azonnal le kell szedni a másik ruhájára felerősített 10 csipeszt. A pároknak egyszerre kell elkezdeniük a díszítést. A csipesz ruhára akasztásában és leszedésében leggyorsabb pár nyeri meg a versenyt. (Mizerák 2016: 45).

- Egy körben a résztvevők egyenként kezdik mondani a számokat, 1-től 4-ig, amíg minden résztvevő nem mondott egy számot. Ezután folytatják a számok közös mondását egy fejmozgással a jobb oldalra (a társuk szemébe kell nézniük), majd ugyanezzel a feladattal folytatják, de irányt váltanak (a másik, bal oldalra néznek). A tevékenység következő lépése, hogy a számokhoz egy-egy cselekvést is hozzáadunk; amikor az 1-es számot mondjuk együtt, akkor tapsolunk is; a 2-es számmal dobantás; a 3-as számmal csapás, a 4-es számmal pedig forgás (más típusú cselekvések is kialakíthatók, variálhatók). Többször gyakorolják, és ha a mozdulatokat elsajátították, akkor lehet versenyszerűen játszani, és az a résztvevő, aki nem hajtja végre helyesen a feladatot, elveszíti a fordulót, és kiesik a körből, amíg 3 fő nem marad. (8)

- Egy körben egy labdával játszunk. Minden résztvevőnek ki kell választania egy viseletet, és el kell mondania a csoport többi tagjának. Az a résztvevő, aki kezdi a játékot, kimondja a viselet nevét, és eldobja a labdát egy másik résztvevőnek, akinek el kell kapnia a labdát anélkül, hogy elesne, és ki kell mondania a viselet nevét, így dobálják egymásnak a labdát, előre meghatározott sorrend nélkül, véletlenszerűen. A végén mindenkinek el kell jutnia a labdának, és mondania kell egy viseletet. Ezt bármely más témával is megtehetjük. (8)

- Vezetésgyakorlás: párban dolgozunk, a partneredet kell vezetni-irányítani, de úgy, hogy megadott pontokon érintkezzünk, például: kéz a tarkón; 2 pont a tenyéren; 2 pont a fejen. Ezek kevésbé megszokott pontok, amelyek nem fordulnak elő a páros táncokban. Ezután lehet csukott szemmel gyakorolni, a pár tagjai egymással szemben állnak. Párcserével történik. A tevékenység végén beszélgetünk arról, hogyan érezzük magunkat, amikor vezetünk, vagy amikor minket vezetnek. (8)

- Egy körben az összes résztvevő fogja meg egymás kezét, és ugyanazzal a kézzel kezdjen el előre és hátrafelé erőt kifejtteni, anélkül, hogy a lábát mozgatná. A cél az, hogy a többiek kikerüljenek a körből. Aki mozog és mozgatja a lábát, az kiesik, a kör egyre kisebb lesz. (8)

ÓRAZÁRÁS

- Abban vagyok a legjobb, hogy...: Körben állunk, és kérjük, hogy mindenki gondolkozzon azon, hogy miben a legjobb. Bárki kezdheti. A feladat az, hogy kimondja azt, hogy „Abban vagyok a legjobb, hogy...” és közben lépjen a kör közepére. A többiek, akik úgy érzik, hogy ők is olyan jók abban a dologban, szintén a körbe lépnek. Pár másodpercig ott maradnak, aztán visszalépnek a helyükre. Így folytatjuk tovább. (Mizerák 2014: 24)

- Gombolyag: Körben állunk. A vezető indítja a gyakorlatot. Felemeli a fonállal körültekert ujját. Kimondja egy személy nevét. Elmesél pár mondatban egy közösen átélt, kedves történet. Majd átdobja neki a gombolyagot. És így tovább. A gombolyag szálát minden gyereknek körül kell tekerni a jobb keze mutatóujja körül, és ezután kell továbbadni. (Mizerák 2014: 28)

- Azt szeretem benned a legjobban, hogy...: Álljunk körbe. Kérjük meg az egyik játékost, hogy a bal szomszédjáról említsen 1 vagy 2 kedves, rá jellemző tulajdonságot. Ez mindig így kezdődjön: „Azt szeretem benned a legjobban, hogy...”: A szabály az, hogy mindenki pozitív visszajelzést adjon a másiktól. Majd a jellemzett társnak kell a bal oldali szomszédját hasonlóképpen bemutatnia az óramutató járásával megegyező irányban. Amikor mindenkire sor került, váltsunk irányt. Kérjük meg a játékosokat, hogy ellenkező irányba haladva ők is mondjanak néhány pozitív mondatot az előzőleg őket minősítő társukról. (Mizerák 2014: 30).

- Képzeld el az ízt: Minden játékosnak le kell írnia valami ételt, valami finomságot. Törekedjünk arra, hogy részletesen, aprólékosan leírjuk az illatokat, az ízeket és a textúrákat az ételből. Utána beszéljük meg közösen, hogy miként esszük meg ezt az ételt. Pl.: amikor fagyalt eszünk, hogy olvad el a nyelvünkön, vagy a mogyorókrém hogyan mállik szét a szájpaddlásodon. Variáció: leírni egy étel jellemző vonását. (Shelby 2011).

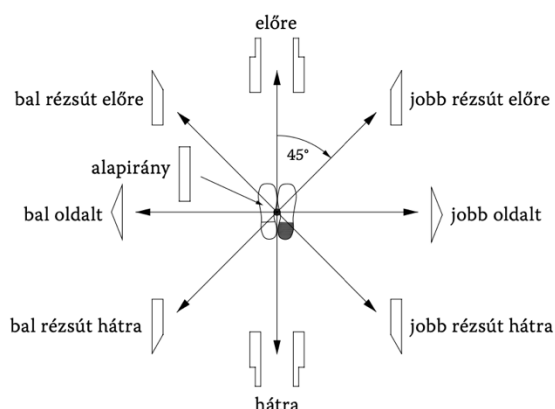
- Egy körben ülve az egyik résztvevő elkezd beszélni egy mesehősről, megnevezve annak jó és kevésbé jó tulajdonságait, a mellette ülő partnerére utalva. A feladat az, hogy a partner jellemzőit egy másik, hasonló karakterről beszélve írja le. A tevékenységet más típusú tárgyakkal vagy cselekvésekkel is lehet folytatni a partner leírására. (8)

IV.3.6 Térbeli tájékozódás

Ezekkel a gyakorlatokkal a cél a térben való tájékozódás képességének fejlesztése, ugyanakkor a saját tér és az állandó tér közötti cselekvési és kölcsönhatási lehetőségek megtapasztalása. (Pignitzkyné – Lévai 2014: 22)

Elsősorban meg kell mutatni és el kell magyarázni a csoportnak, hogy mik az irányok (33.ábra), és milyen terek vannak (34.ábra).

Az irányok: „Az egész test és a testrészek térbeli elmozdulásának vagy helyzetének jelölésére a Lábán- kinetográfia [...] szerint nyolc irányt használ. Az irányokat egyelőre képzeljük el

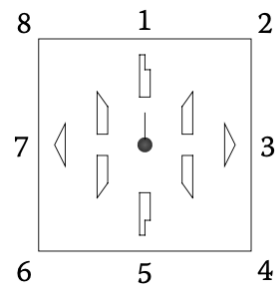


úgy, mintha vonalukat a talajra rajzolnánk, és e vonalak találkozási pontjában állnánk. Az irányokat képviselő nyilak mellett feltüntettük az irányok jeleit, valamint szöveggel az irányok elnevezéseit is. A szomszédos irányok egymástól 45o-ra helyezkednek el”. (Fügedi 2011: 35)

(33.ábra: Az irányok, Fügedi János, 2011)

Terek:

„a táncos az „1”-es térben áll. Ennek megfelelően, ha előre lép, az „1”-es tér felé halad, ha jobb részsút előre, akkor a „2”-es tér felé, ha jobb oldalt, akkor „3”-as tér felé, és így tovább” (Fügedi 2011: 334).



(34.ábra: Terek, Fügedi János, 2011)

Gyakorlatok:

- Térirányok: a táncosok két sorokban állnak, a tanár előttük áll, mindenki az 1-es térbe fordulva. A tanár mutatja az irányokat, a táncosok mondják melyik az, utána krétával le rajzolja a földön az irányokat (1-8). Valamelyik irányt jelzi és a táncosok arra fordulnak. Ezt sokszor megismétlik.

- Főirányok + térirányok: a tanár instrukcióra a táncosok fordulnak; pl.: jobbra 2, balra 6 stb.

A tanárok szabadon bővíteni, fejleszteni tudják ezeket a gyakorlatokat.

IV.3.7 Népi játékok és Folklórismeretek

Az ilyen típusú játékok választéka valóban hatalmas, hiszen szerencsére elég bőséges szakirodalom áll rendelkezésre. Lehetetlen lenne leírni azokat a játékokat, amelyeket egy bizonyos tánc tanításának kiegészítéseként lehet használni, ezért azokat a játékokat, amelyek szerintem szükségesek egy bizonyos tevékenységhez, közvetlenül az óratervben fogom leírni.

Célszerűnek tartom, hogy a táncosok több általánosabb néprajzi ismeretekkel rendelkezzenek a tájegységről, amely táncait tanulják. Nem az a cél, hogy egy komplett néprajzi vagy földrajzi órát leadjunk nekik, hanem egyszerűen csak térképpel, képekkel, videókkal, zenével a tanár az adott régióról beszéljen, néprajzi-földrajzi alapismereteket adjon át, bemutatva a helyi szokásokat, viseletet, életmódot és így képesek lesznek kapcsolódni és jobban megismerkedni az új tánc típussal, amit tanulni fognak.

Az ilyen jellegű anyagok beszerzése érdekében digitális formában elküldöm a tanároknak, hogy minden táncpróbán felhasználhassák, amikor szükséges.

V. MUNKATERV MEGVALÓSÍTÁSA

V.1 A program összeállítása érdekében

A táncpróba három részre oszlik, amelyeket meg kell különböztetni egymástól; ezek a következők:

I. Bevezetés - kezdő rész

II. Tárgyalás - a fő rész.

III. Befejezés - záró rész.

A bevezetőben olyan tevékenységek lesznek, mint: bemelegítő játékok, térbeli tájékozódási gyakorlatok, drámapedagógiai játékok, ritmikai gyakorlatok, kognitív fejlesztési gyakorlatok - alapmozdulatok és alapotívumok, ugróiskolák és táncpályák, népi játékok.

Fő rész 1.: Itt szerepel minden, ami az adott tánc tényleges tanításával kapcsolatos, amit tanulnak (a leadott táncanyag).

Fő rész 2.: Ez olyan tevékenységeket is tartalmaz, mint például: énektanítás, néprajzi ismeretek, topográfia, zenehallgatás, és a tanulandó anyag eredeti videóinak megtekintése.

A fő rész elemeinek sorrendje a tanár megítélése alapján, a csoport igényeit figyelembe véve felcserélhető.

A záró részben olyan tevékenységek vannak, mint a relaxációs játékok, drámapedagógiai játékok, beszélgetések, és nagyon fontos az értékelés és a reflexió, mind a tanárok, mind maguk a diákok által, önmagukról, a próbatevékenységekről és a tanárokról. Jó, ha elkezdünk dolgozni a diákok memóriáján, megkérdezzük őket arról is, hogy mi tetszett nekik a legjobban az órán, ez elgondolkodtatja őket a próbán történekről, és képesek lesznek érvelni, összeállítani egy kijelentést és elmondani azt. Továbbá a korábbi koreográfiák áttekintése, amelyeket gyakorolni kell.

Az óraterv végén a tanárok egy üres papírlapra írják fel a próba eredményeit, hogy mit tudtak a terveknek megfelelően megcsinálni, mit nem, és ha vannak új ötleteik az adott tevékenység javítására. Ez az anyag rendkívül fontos, elsősorban, hogy a tanárok értékeljék saját teljesítményüket és ahhoz, hogy egyre jobban megismerkedjenek a „tanítással”, másodsorban pedig a következő, 2023-as időszakra vonatkozó munkaterv elkészítéséhez is elengedhetetlen. (Lévai 2010: 20)

Fontos, hogy figyelembe vegyük a különböző próbatípusokat, így a tanárok tudják magukat tartani az adott óratervhez úgy, hogy szabadon választják ki az elvégzendő feladatokat, ahogy korábban is említettem.

Próbatípusok:

- Új tananyagot feldolgozó próba: a célja az ismeretnyújtás, új fogalmak megismertetése, új mozgásokkal való találkozása, szabályok megtanítása.
- Gyakorló próba: az ismeretek elmélyítése
- Rendező próba: az ismeretek összefoglalása, rendszerezése, szintetizálása.
- Ellenőrző próba: az elsajátított tudást ellenőrizzük, értékeljük.
- Vegyes próba: az elsődleges tananyagot gyakoroljunk és az új tananyagot is feldolgozunk.
- Koreográfiakészítő próba: összerakjuk a koreográfiát.
- Főpróba: az előadás előtti utolsó próba.
- Színpadbejárás: a színpadbejáráson csak a kritikus térformákat nézzük (9)

V.2 Óratervek 1 – 38

1. Összefoglaló: 23 hét, március 16-tól, augusztus 17-ig (1. táblázat, 3. sz. melléklet)
2. Összefoglaló: 16 hét, augusztus 24-től, december 7-ig (2. táblázat, 4. sz. melléklet)
- 37 darab óraterv: 2022-es éves terv márciustól decemberig (3. – 39. táblázat, 5. sz. melléklet)

VI. ÖSSZEGZÉS

A MAGYAR NÉPTÁNC JÖVŐKÉPE A DIASZPÓRÁBAN

Dolgozatomban arra igyekeztem rámutatni, hogy a diaszpórában élő magyar közösségek hosszútávú megmaradásának lehetősége a magyar kultúrához való kötődésükben rejlik. Ezen belül a magyar néptánckultúra és a magyarországi Táncházmozgalom kisugárzása különösen erős megtartó erő lehet akár a 4., 5. nemzedék számára is. Fontos jellemzője a néptánc közösségi megjelenésének az is, hogy a magyar nyelvet kevésbé vagy egyáltalán nem beszélők számára is vonzó tud lenni és az erős közösségi jellegénél fogva akár a többségi nemzet tagjai is részesei lehetnek a magyar népi kultúra ilyen megnyilvánulásának. Az énekelt népdalok, csujogatások révén ugyanakkor magával a nyelvvel is szorosabb kapcsolatba kerül a közösség és előfordul az is, hogy valaki a néptánc révén sajátítja el a magyar nyelvet egy idő múlva.

Ahhoz, hogy a néptánc mindezt a szerepet betöltse egy anyaországtól nagyon távol élő magyar közösség számára, napjaink gyorsan változó világában nagyon fontos az, hogy a néptánc oktatása jól szervezett keretek között zajljon. Ha korosztályos lépcsőzetességben, összehangoltan és szakmai szempontok figyelembevételével folyik az oktatói munka, úgy a felnőtt korosztályok számára is biztosított a továbbélés, a szakmai fejlődés. A tánctanárok részére kiemelkedő jelentőségű a kapcsolattartás a magyarországi szakintézményekkel és szakemberekkel. A folyamatos koordináció, a végzett munka dokumentálása, jógyakorlatok leírása, alkalmazása a tánctanárok részére kulcsfontosságú, főleg a kezdeti időszakban. Módszertani segédletem ezeknek a kezdeteknek szeretne támpontokat adni, melyet azonban tovább fejleszteni az elkövetkezendő időszak feladata lesz. Egy komoly előkészítő, szervező munkára lesz szükség abban a tekintetben, hogy a közösség aktív tagjai közül minél többen részesüljenek különböző képzésekben, továbbképzésekben. A magyarországi intézményekkel való élő kapcsolat ebben is lényeges szerepet tölthet be.

Valójában, amikor az uruguayi magyar közösségről beszélek, az mindössze néhány ezer magyart jelent, de fontos látni, hogy a Dél-amerikai magyar diaszpórák hasonlóképpen működnek, vagyis ami Uruguayban működik, az Argentína, Brazília, Venezuela, Chile esetében is járható út lehet. Különös jelentősége van annak, hogy ezek az egymástól elég távoli magyar közösségek élő kapcsolatban vannak egymással. Ennek a fő mozgatórugója a Dél-amerikai magyar táncháztalálkozó, melyet két évente ezen országok valamelyikében rendeznek. Már eddig is tartozott a táncos-zenes fesztivál jellegű nagyrendezvényhez egy un. szimpózium, amely egy hetes időtartamában a táncudás és utóbbiakban a zenei készségek

fejlesztésére irányult, még hozzá magyarországi szakemberek vezetésével. Talán itt lehetne elkezdni a szakmai továbbképzéseket is. Természetesen a fejlődés lépcsőről lépcsőre, megfontoltan, megtervezetten lehetséges, de az ésszerű tervezésben praktikus szempont lehet a felsorolt diaszpórák munkájának összehangolása.

Ahogy már többször említettem, a magyar nyelvismeret elég változó szintű, országonként és nemzedékek viszonylatában is más és más. Ha azt szeretnénk, hogy az elméleti-szakmai tudás minél szélesebb körben hozzáférhető legyen azok számára, akik eziránt érdeklődnek, elengedhetetlen a magyar nyelvű szakirodalom fontosabb kiadványainak a spanyol nyelvre történő lefordítása.

VII. MELLÉKLETEK

1. sz. melléklet: 8.ábra, 2022 éves terv, „Saját szerkesztés”, 2022
2. sz. melléklet: 9 ábra, Ugróiskolák és táncpályák. Forrás.
3. sz. melléklet: 1. táblázat, 1. Összefoglaló: 23 hét, március 16-tól, augusztus 17-ig, „Saját szerkesztés”, 2022.
4. sz. melléklet: 2. táblázat, 2. Összefoglaló: 16 hét, augusztus 24-től, december 7-ig, „Saját szerkesztés”, 2022.
5. sz. melléklet: 37 darab óraterv; 2022-es éves terv márciustól decemberig, „Saját szerkesztés”, 2022.
6. sz. melléklet: Ft. 459.6-es film; Ft. 459.7-es film; Ft. 459.11-es film; Ft. 459.12-es film. Forrás.
7. sz. melléklet: „Hátulsó pár előre fuss”. Forrás.
8. sz. melléklet: „Pecsenyeforgatás”. Forrás.
9. sz. melléklet: „Húzd, húzd magadat”. Forrás.
10. sz. melléklet: „Szédibabázás”. Forrás.
11. sz. melléklet: „Kendős játék”. Forrás.
12. sz. melléklet: Ft. 203.1.a-c film. Forrás.
13. sz. melléklet: Ft. 1112.51 film. Forrás.
14. sz. melléklet: Üsd a harmadikat. Forrás.

1. sz. melléklet: 8.ábra, 2022 éves terv, „Saját szerkesztés”, 2022

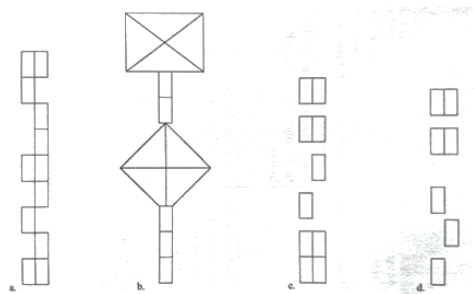
Tanítási hét sorszáma	Tanóra sorszáma	Tananyag	Megjegyzés
23 hét (március 16-tól 2022. augusztus 17-ig)	17 lecke (25 óra)	Marosszéki forgató (új anyag)	Az eredeti videó alapján megtanulják az alapvető mozdulatokat, hogy képesek legyenek improvizálni. Koreográfia a Szent István-napi megemlékezésre.
		Gömöri lassú és friss csárdás (előző koreográfia)	A Szent István-napi megemlékezés előadásának koreográfiájának átnézése és új részek megtanulása.
16 hét (augusztus 24-től 2022. december 7-ig)	14 lecke (17 óra)	Somogy (Berzence) páros ugós	Az eredeti videó alapján megtanulják az alapvető mozdulatokat, hogy tudjanak improvizálni
		Gömöri verbunk (előző koreográfia)	A koreográfia átnézése

Megjegyzések:

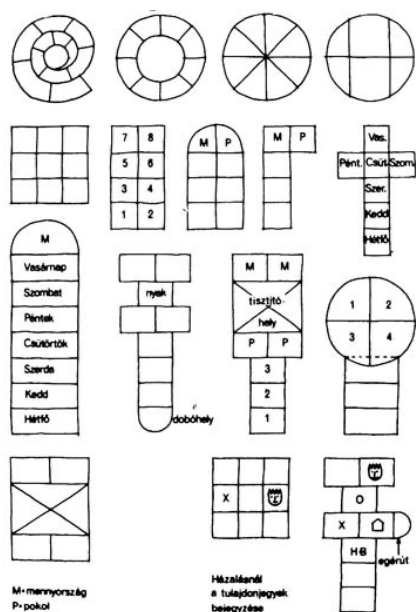
2022. március 16-tól augusztus 10-ig 2 próbanapot kizárólag a gyakorlásra, viseletpróbára, a megfelelő előadás részleteire fordítunk: április 20-án az április 24-i előadásra, augusztus 10-én pedig az augusztus 20-i előadásra készülünk. Március 16-án, az első próbán a diákok tájékoztatást kapnak az új kurzusról, valamint köszöntőt kapnak, szabadidős tevékenységeket végezhetnek, beszélgethetnek, újra találkozhatnak és táncolhatnak, amit szeretnének.

2022. augusztus 24. és december 7. között 1 próbanapot kizárólag a gyakorlásra, viseletpróbára, a megfelelő előadás részleteire fordítunk: november 23-án a november 27-i előadásra. December 7-én, az utolsó próbanapon tanórán kívüli foglalkozásra, séára és közös ebédre kerül sor. Ez a nap a csoportos kötődésre és csapatépítő tevékenységekre, pihenésre, szórakozásra szolgál, ahol közös csoportos játékokat játszhatnak, és kedvetekre táncolhatnak.

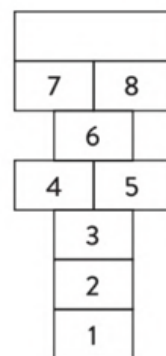
2. sz. melléklet: 9 ábra, Ugróiskolák és táncpályák.



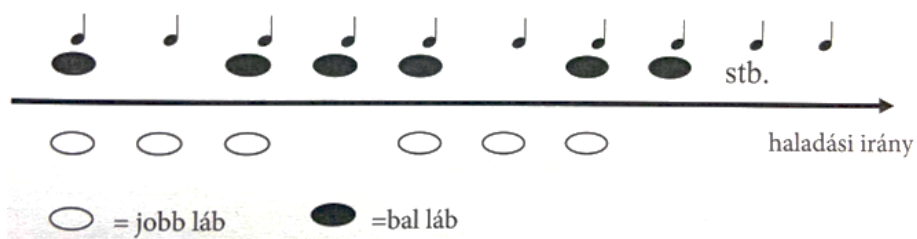
(Lévai 2010: 60)



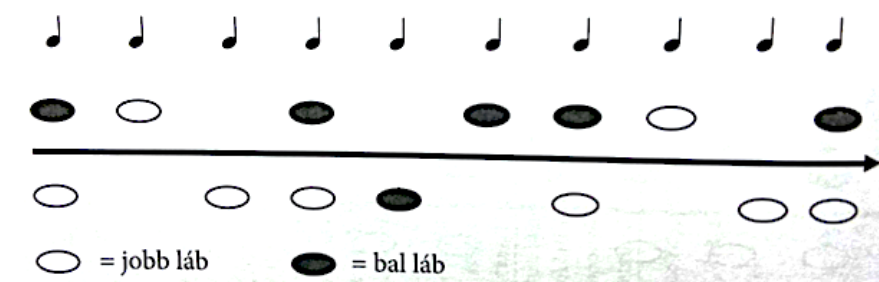
(6)



(10)



(Lévai 2010: 29)



(Lévai 2010: 30)

3. sz. melléklet: 1. táblázat, 1. Összefoglaló: 23 hét, március 16-tól, augusztus 17-ig, „Saját szerkesztés”, 2022.

Táblázat	Óraterv	Dátum	Foglalkozás típusa
3.	1.	március 16-án	első próba, az évek való releváns információk ismertetése
4.	2.	23-án	új tananyagot feldolgozó próba
5.	3.	30-án	új tananyagot feldolgozó próba – Marosszék
6.	4.	április 6-án	gyakorló próba – Marosszék
7.	5.	13-án	vegyes próba
8.	6.	20-án	főpróba
9.	7.	27-én	gyakorló próba, ellenőrző próba – Marosszék
10.	8.	május 4-én	új tananyagot feldolgozó próba – Marosszék
11.	9.	11-én	gyakorló próba – Marosszék
12.	10.	18-án	gyakorló próba, ellenőrző próba – Marosszék
13.	11.	25-én	új tananyagot feldolgozó próba – Marosszék
14.	12.	június 1-én	gyakorló próba – Marosszék
15.	13.	8-án	gyakorló próba, ellenőrző próba – Marosszék
16.	14.	15-én	új tananyagot feldolgozó próba – Marosszék
17.	15.	22-én	gyakorló próba – Marosszék
18.	16.	29-én	gyakorló próba, ellenőrző próba – Marosszék
19.	17.	július 6-án	gyakorló próba, koreográfiakészítő próba
20.	18.	13-án	gyakorló próba, koreográfiakészítő próba
21.	19.	20-án	gyakorló próba, koreográfiakészítő próba
22.	20.	27-én	gyakorló próba, koreográfiakészítő próba
23.	21.	augusztus 3-án	ellenőrző próba
24.	22.	10-én	ellenőrző próba
25.	23.	17-én	főpróba

4. sz. melléklet: 2. táblázat, 2. Összefoglaló: 16 hét, augusztus 24-től, december 7-ig, „Saját szerkesztés”, 2022.

Táblázat	Óraterv	Dátum	Foglalkozás típusa
26.	24.	24-én	új tananyagot feldolgozó próba - Somogy (Berzence) páros ugrós
27.	25.	31-én	gyakorló próba - Somogy (Berzence) páros ugrós
28.	26.	szeptember 7-én	vegyes próba - Somogy, Marosszék
29.	27.	14-én	vegyes próba - Somogy, Marosszék
30.	28.	21-én	új tananyagot feldolgozó próba - Somogy (Berzence) páros kanásztánc, eszközös
31.	29.	28-én	gyakorló próba - Somogy (Berzence) páros kanásztánc, eszközös
32.	30.	október 5-én	vegyes próba - Somogy, Marosszék
33.	31.	12-én	vegyes próba - Somogy, Marosszék
34.	32.	19-én	rendező próba - Somogy (Berzence) páros ugrós
35.	33.	26-án	rendező próba - Somogy (Berzence) páros kanásztánc, eszközös
36.	34.	november 2-án	koreográfia gyakorlás próba
37.	35.	9-én	koreográfia gyakorlás próba
38.	36.	16-án	koreográfia gyakorlás próba
39.	37.	23-án	főpróba
	38.	30-án	utolsó próba, az évről való releváns információkat átbeszélése. Táncház
	39.	december 7-én	utolsó próba - kirándulás

5. sz. melléklet: 37 darab óraterv; 2022-es éves terv márciustól decemberig, „Saját szerkesztés”, 2022.

3. Táblázat, 1. Óraterv

Tündérkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoport, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.
Foglalkozás típusa: első próba, az évnek való releváns információk ismertetése
Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza
Dátum /idő: 2022.03.16 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
15	I. Bevezetés 1. Táncosok közöntése, névsor, az évnek való releváns információk ismertetése	Irányított megbeszélés	Frontális		
20	2. Tréning - Bemelegítő játékok - Drámapedagógiai játék (ráhangolódás) - Kognitív fejlesztési gyakorlatok	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos	Zene	Szabályismerete és alkalmazása. Mozgáskoordináció képesség kialakítása, egyensúlyérzéke fejlesztése.
30	II. Tárgyalás 1. Korábbi koreográfia átnézése: Gömöri - A koreográfia felvétel megnézése - Gyakorlás - Szabad tánc – improvizáció	Munkáltató	Csoportos, páros	Zene	
15	III. Befejezés 1. Drámapedagógiai játék (órazárás gyakorlatok)	Magyarázat, munkáltató	Csoportos		
10	2. Értékelés - A tanulók értékelik az órát és a tanárokat - A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

4. Táblázat, 2. Óraterv

Tündérkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoport, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.

Foglalkozás típusa: új tananyagot feldolgozó próba – Marosszék

Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza

Dátum /idő: 2022.03.23 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok közöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
25	2. Tréning - Bemelegítő játékok - Drámapedagógiai játék (feladatok a képesség- és készségfejlesztéshez) - Kognitív fejlesztési gyakorlatok	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos		Szabályismerete és alkalmazása. Ritmika, kreativitás, improvizáció, csoportdinamikai mozgás, érzékszervi finomítás, ritmus, térhasználat fejlesztése. Mozgáskoordináció képesség kialakítása, egyensúlyérzéke fejlesztése.
25	II. Tárgyalás 1. Folklór - Felismerés a térképen, alapvető információk a régióról 4 (*) darab eredeti felvétel megnézése, megfigyelése. - Zenehallgatás, megfigyelés.	Magyarázat, szemléltetés,	Frontális, csoportos,	Zene Video Térkép	Megfigyelés és megértés, vizuális és auditív észlelés fejlesztése. Zenei ismertetés.
20	2. Marosszék - Alapmozdulatok: lépések - Alapmotívumok: csárdás	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Csoportos		Mozgáskoordináció képesség kialakítása
10	III. Befejezés 1. Koreográfia átnézése: Gömöri 2. Drámapedagógiai játék (órázárás gyakorlatok)	Magyarázat, munkáltató	Csoportos	Zene	Társ- és önismeret, együttműködés és kooperáció, pihenés, bizalomerősítő, önismeret fejlesztése.
5	2. Értékelés - A tanulók értékelik az órát és a tanárokat - A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

(*) 6. sz. melléklet Ft. 459.6-es film; Ft. 459.7-es film; Ft. 459.11-es film; Ft. 459.12-es film.

5. Táblázat, 3. Óraterv

Tündérkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoport, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.
Foglalkozás típusa: új tananyagot feldolgozó próba – Marosszék
Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza
Dátum /idő: 2022.03.30 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok közöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
25	2. Tréning - Bemelegítő játékok - Kognitív fejlesztési gyakorlatok - Ritmikai gyakorlatok	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos		Szabályismerete és alkalmazása. Mozgáskoordináció és ritmikai képesség kialakítása, fejlesztése
25	II. Tárgyalás 1. Folklór (*) Első felvétel megnézése, megfigyelése. Megtekintés közben az alapvető mozdulatokat a megjelenésükkor elmagyarázzuk. - Zenehallgatás, megfigyelés.	Magyarázat, szemléltetés,	Frontális, csoportos,	Zene Video	Megfigyelés és megértés, vizuális és auditív észlelés fejlesztése. Zenei ismertetés.
20	2. Marosszék - Alapmozdulatok: lépések - Alapmotívumok: csárdás - A tanárok bemutatják a mozdulatsort, együtt eltáncolják a tanulókkal, kiemelve odafigyelve az új tanult mozdulatokra, motívumokra.	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Csoportos, páros		Mozgáskoordináció képesség kialakítása. Mozdulatsor gyakorlása.
10	III. Befejezés 1. Koreográfia átnézése: Gömöri 2. Népi játék: Hátulsó pár előre fuss (**)	Magyarázat, munkáltató	Csoportos	Zene	Koncentráció, figyelem és gyorsaság fejlesztése
5	2. Értékelés - A tanulók értékelik az órát és a tanárokat - A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

(*) 6. sz. melléklet: Ft. 459.6

(**) 7. sz. melléklet: Hátulsó pár előre fuss.

6. Táblázat, 4. Óraterv

Tündérkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoport, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.
Foglalkozás típusa: gyakorló próba
Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza
Dátum /idő: 2022.04.06 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok közöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
30	2. Tréning - Bemelegítő játékok - Térbeli tájékozódási gyakorlatok - Ritmikai gyakorlatok - Kognitív fejlesztési gyakorlatok	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos		Szabályismerete és alkalmazása. Tájékozódás képességének fejlesztése. Mozgáskoordináció és ritmikai képesség fejlesztése.
40	II. Tárgyalás 1. Marosszék - Alapmozdulatok: lépések - Alapmotívumok: csárdás - A tanárok bemutatják a mozdulatsort, együtt eltáncolják a tanulókkal, kiemelve odafigyelve az új tanult mozdulatokra, motívumokra.	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Csoportos	Zene Tükör	Mozgáskoordináció képesség kialakítása. Mozdulatsor-koordináció képesség kialakítása
10	III. Befejezés 1. Koreográfia átnézése: Gömöri 2. Drámapedagógiai játék (órazárás gyakorlatok)	Magyarázat, munkáltató	Csoportos	Zene	Társ- és önismeret, együttműködés és kooperáció, pihenés, bizalomerősítő, önismeret fejlesztése
5	2. Értékelés - A tanulók értékelik az órát és a tanárokat - A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

7. Táblázat, 5. Óraterv

Tündérkert Néptáncegyüttes – Kis szivárvány alcsoport, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.
Foglalkozás típusa: vegyes próba
Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza
Dátum /idő: 2022.04.13 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok közöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
20	2. Tréning - Bemelegítő játékok - Térbeli tájékozódási gyakorlatok - Drámapedagógiai játék (feladatok a képesség- és készségfejlesztéshez)	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos		Szabályismerete és alkalmazása. Tájékozódás képességének fejlesztése. Ritmika, koordináció, kreativitás, improvizáció, csoportdinamikai mozgás, érzékszervi finomítás, ritmus, térhasználat fejlesztése.
50	II. Tárgyalás 1. Marosszék - Alapmozdulatok: forgás 2. Koreográfia átnézése: Gömöri - A koreográfia felvétel megnézése - Gyakorlás	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Csoportos	Zene Tükör	Mozgáskoordináció képesség kialakítása
10	III. Befejezés 1. Népi játék: Pecsenyeforgatás (*)	Magyarázat, munkáltató	Csoportos		Taktikai gondolkodás, forgás-téri fejlesztés. Összeakaszkodás, ellentartás fejlesztő játék.
5	2. Értékelés - A tanulók értékelik az órát és a tanárokat - A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

(*) 8. sz. melléklet: Pecsenyeforgatás

8. Táblázat, 6. Óraterv

Tündérkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoport, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.
Foglalkozás típusa: főpróba
Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza
Dátum /idő: 2022.04.20 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok közöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
20	2. Tréning - Bemelegítő játékok - Drámapedagógiai játék (ráhangolódás, feladatok a képesség- és készségfejlesztéshez)	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos		Szabályismerete és alkalmazása. Memória, koncentráció és ritmus, illetve kontakt-típusú képesség kialakítása.
50	II. Tárgyalás Koreográfia átnézése: Gömöri	Munkáltató	Csoportos	Zene	
10	III. Befejezés 1. Drámapedagógiai játék (órazárás gyakorlatok)	Magyarázat, munkáltató	Csoportos		Társ- és önismeret, együttműködés és kooperáció, pihenés, bizalomerősítő, önismeret fejlesztése
5	2. Értékelés - A tanulók értékelik az órát és a tanárokat - A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

9. Táblázat, 7. Óraterv

Tündérkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoport, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.
Foglalkozás típusa: gyakorló próba, ellenőrző próba – Marosszék
Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza
Dátum /idő: 2022.04.27 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok közöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
20	2. Tréning - Bemelegítő játékok - Térbeli tájékozódási gyakorlatok - Ritmikai gyakorlatok	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos		Szabályismerete és alkalmazása. Mozgáskoordináció és ritmikai képesség kialakítása, tájékozódás képességének fejlesztése.
35	II. Tárgyalás 1. Marosszék - Alapmozdulatok: forgás - Alapmotívumok: csárdás - A tanárok bemutatják a mozdulatsort, együtt eltáncolják a tanulókkal, kiemelve odafigyelve az új tanult mozdulatokra, motívumokra. - Szabad tánc – improvizáció	Magyarázat, szemléltetés,	Frontális, csoportos,	Zene	Mozgáskoordináció képesség kialakítása. Mozdulatsor-koordináció képesség rögzítése.
10	2. Folklór Zene hallgatás, megfigyelés.	Szemléltetés, magyarázat.	Frontális, csoportos,		Megfigyelés és megértés, auditív észlelés fejlesztése.
5	III. Befejezés 1. Drámapedagógiai játék (órazárás gyakorlatok)	Magyarázat, munkáltató	Csoportos		Társ- és önismeret, együttműködés és kooperáció, pihenés, bizalomerősítő, önismeret fejlesztése
15	2. Értékelés A tanulók és tanárok értékelik az előadást.	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

10. Táblázat, 8. Óraterv

Tündérkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoport, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.

Foglalkozás típusa: új tananyagot feldolgozó próba – Marosszék

Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza

Dátum /idő: 2022.05.04 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok közöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
20	2. Tréning - Bemelegítő játékok - Ugróiskolák és táncpályák - Térbeli tájékozódási gyakorlatok	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos		Szabályismerete és alkalmazása. Mozgáskoordináció, egyensúlyérzék képesség kialakítása, fejlesztése, tájékozódás képességének fejlesztése.
40	II. Tárgyalás 1. Marosszék - Alapmozdulatok: forgás - Alapmotívumok: csárdás - A tanárok bemutatják a mozdulatsort, együtt eltáncolják a tanulókkal, kiemelve odafigyelve az új tanult mozdulatokra, motívumokra.	Magyarázat, szemléltetés,	Frontális, csoportos,	Zene	Mozgáskoordináció képesség kialakítása. Mozdulatsor gyakorlása.
10	2. Folklór (*) Második felvétel megnézése, megfigyelése. Megtekintés közben az alapvető mozdulatokat a megjelenésükkor elmagyarázzuk. - Zene hallgatás, megfigyelés.	Szemléltetés, magyarázat.	Frontális, csoportos,		Megfigyelés és megértés, vizuális észlelés fejlesztése. Zenei ismertetés.
10	III. Befejezés 1. Népi játék: Pecsenyeforgatás (**)	Magyarázat, munkáltató	Csoportos		Taktikai gondolkodás, forgás-téri fejlesztése. Összeakaszkodás, tartás-ellentartás fejlesztés.
5	2. Értékelés - A tanulók értékelik az órát és a tanárokat - A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

(*) 6. sz. melléklet: Ft. 459.7

(**) 8. sz. melléklet: Pecsenyeforgatás

11. Táblázat, 9. Óraterv

Tündérkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoport, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.

Foglalkozás típusa: gyakorló próba – Marosszék

Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza

Dátum /idő: 2022.05.11 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok közöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
20	2. Tréning - Bemelegítő játékok - Térbeli tájékozódási gyakorlatok - Párosviszony gyakorlatok: vakvezetés - kézzel (vezető: jobb kézzel, követő: bal kézzel és csukott szemmel)	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos, páros		Szabályismerete és alkalmazása. Tájékozódás képességének fejlesztése. Mozgáskoordináció, és figyelem fejlesztése. Páros viszony, alkalmazkodás
35	II. Tárgyalás 1. Marosszék - Alapmozdulatok: forgás - Motívumok: Férfi kifordulása, nő kiforgatása (*) - A tanárok bemutatják a mozdulatsort, együtt eltáncolják a tanulókkal, kiemelve odafigyelve az új tanult mozdulatokra, motívumokra.	Magyarázat, szemléltetés,	Frontális, csoportos, páros	Zene	Mozgáskoordináció képesség kialakítása Mozdulatsor-koordináció képesség kialakítása
5	III. Befejezés 1. Drámapedagógiai játék (órazárás gyakorlatok)	Magyarázat, munkáltató	Csoportos		Társ- és önismeret, együttműködés és kooperáció, pihenés, bizalomerősítő, önismeret fejlesztése
5	2. Értékelés - A tanulók értékelik az órát és a tanárokat - A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

(*) Férfi kifordulása: két negyed értékű lépéssel történik először bal, majd jobb lábbal, közben a nő bal karja alatt kifordul bal váll felé.

Nő kiforgatása: férfi: Jobb kezével a nő bal kezét fogja, kétszer forgatja ki, közben negyed értékű lépéseket táncol. Egy forgatás alatt egyet lép / nő: Nyolcad értékben bal lábbal kilép, majd jobb lábbal mellélép és egyben ezen a lábon fordul.

12. Táblázat, 10. Óraterv

Tündérkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoport, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.

Foglalkozás típusa: gyakorló próba, ellenőrző próba – Marosszék

Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza

Dátum /idő: 2022.05.18 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok közöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
20	2. Tréning - Bemelegítő játékok - Térbeli tájékozódási gyakorlatok - Párosviszony gyakorlatok: vakvezetés - kézzel (vezető: jobb kézzel, követő: bal kézzel és csukott szemmel)	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos		Szabályismerete és alkalmazása. Tájékozódás képességének fejlesztése. Mozgáskoordináció, és figyelem fejlesztése. Páros viszony, alkalmazkodás
40	II. Tárgyalás 1. Marosszék - Alapmozdulatok: forgás - Motívumok: Férfi kifordulása, nő kiforgatása (*) - A tanárok bemutatják a mozdulatsort, együtt eltáncolják a tanulókkal, kiemelve odafigyelve az új tanult mozdulatokra, motívumokra. - Szabad tánc.	Magyarázat, szemléltetés,	Frontális, csoportos, páros	Zene	Mozgáskoordináció képesség kialakítása Mozdulatsor-koordináció képesség kialakítása. Improvizációs készség fejlesztése.
10	2. Folklór Zene hallgatás, megfigyelés.	Szemléltetés, magyarázat.	Frontális, csoportos,		Megfigyelés és megértés, auditív észlelés fejlesztése.
10	III. Befejezés 1. Népi játék: Húzd húzd magadat (**)	Magyarázat, munkáltató	Páros		Tartás-ellentartást készség fejlesztése.
5	2. Értékelés - A tanulók értékelik az órát és a tanárokat - A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

(*) Férfi kifordulása: két negyed értékű lépéssel történik először bal, majd jobb lábbal, közben a nő bal karja alatt kifordul bal váll felé.

Nő kiforgatása: férfi: Jobb kezével a nő bal kezét fogja, kétszer forgatja ki, közben negyed értékű lépéseket táncol. Egy forgatás alatt egyet lép / nő: Nyolcad értékben bal lábbal kilép, majd jobb lábbal mellélép és egyben ezen a lábon fordul.

(**) 9. sz. melléklet: Húzd húzd magadat.

13. Táblázat, 11. Óraterv

Tündérkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoport, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.

Foglalkozás típusa: új tananyagot feldolgozó próba – Marosszék

Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza

Dátum /idő: 2022.05.25 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok közöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
20	2. Tréning - Bemelegítő játékok - Ugróiskolák és táncpályák - Drámapedagógiai játék (ráhangolódás, feladatok a képesség- és készségfejlesztéshez)	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos		Szabályismerete és alkalmazása. Mozgáskoordináció képesség kialakítása, fejlesztése. Memória, koncentráció és ritmus, illetve kontakt-típusú képesség kialakítása.
40	II. Tárgyalás 1. Marosszék - Alapmozdulatok: ugrás, gesztus - A tanárok bemutatják a mozdulatsort, együtt eltáncolják a tanulókkal, kiemelve odafigyelve az új tanult mozdulatokra, motívumokra.	Magyarázat, szemléltetés,	Frontális, csoportos,	Zene	Mozgáskoordináció képesség kialakítása Mozdulatsor gyakorlása
10	2. Folklór (*) Harmadik felvétel megnézése, megfigyelése. Megtekintés közben az alapvető mozdulatokat a megjelenésükkor elmagyarázzuk. - Zenehallgatás, megfigyelés.	Szemléltetés, magyarázat.	Frontális, csoportos,	Zene	Megfigyelés és megértés, vizuális és auditív észlelés fejlesztése. Zenei ismertetés.
10	III. Befejezés 1. Drámapedagógiai játék (órázárás gyakorlatok)	Magyarázat, munkáltató	Csoportos		Társ- és önismeret, együttműködés és kooperáció, pihenés, bizalomerősítő, önismeret fejlesztése
5	2. Értékelés - A tanulók értékelik az órát és a tanárokat - A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

(*) 6. sz. melléklet: Ft. 459.11

14. Táblázat, 12. Óraterv

Tündérkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoporthoz, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.
Foglalkozás típusa: gyakorló próba – Marosszék
Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza
Dátum /idő: 2022.06.01 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok közöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
30	2. Tréning - Bemelegítő játékok - Ugróiskolák és táncpályák - Népi játék: Szédibabázás (forgás egyedül) (*)	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos, egyéni		Szabályismerete és alkalmazása. Mozgáskoordináció, egyensúlyérzéke képesség kialakítása, fejlesztése.
40	II. Tárgyalás 1. Marosszék - Alapmozdulatok: ugrás, gesztus, forgás - A tanárok bemutatják a mozdulatsort, együtt eltáncolják a tanulókkal, kiemelve odafigyelve az új tanult mozdulatokra, motívumokra.	Magyarázat, szemléltetés,	Frontális, csoportos,	Zene	Mozgáskoordináció képesség kialakítása. Forgáskészség fejlesztése. Mozdulatsor-koordináció képesség kialakítása
10	III. Befejezés 1. Drámapedagógiai játék (feladatok a képesség- és készségfejlesztéshez)	Magyarázat, munkáltató	Csoportos		Memória, koncentráció és ritmus, illetve kontakt-típusú képesség kialakítása
5	2. Értékelés - A tanulók értékelik az órát és a tanárokat - A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

(*) 10. sz. melléklet: Szédibabázás

15. Táblázat, 13. Óraterv

Tündéerkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoport, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.

Foglalkozás típusa: gyakorló próba, ellenőrző próba – Marosszék

Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza

Dátum /idő: 2022.06.08 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok közöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
25	2. Tréning - Bemelegítő játékok - Ugróiskolák és táncpályák - Kognitív fejlesztési gyakorlatok	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos		Szabályismerete és alkalmazása. Mozgáskoordináció, egyensúlyérzéke képesség kialakítása, fejlesztése.
40	II. Tárgyalás 1. Marosszék - Alapmozdulatok: gesztus, forgás egyedül - Alapmotívumok: bokázó - A tanárok bemutatják a mozdulatsort, együtt eltáncolják a tanulókkal, kiemelve odafigyelve az új tanult mozdulatokra, motívumokra. - Szabad tánc – improvizáció	Magyarázat, szemléltetés,	Frontális, csoportos, páros	Zene	Mozgáskoordináció képesség kialakítása. Forgáskészség fejlesztése. Mozdulatsor-koordináció képesség rögzítése. Improvizációs készség fejlesztése.
10	2. Folklór Zene hallgatás, megfigyelés.	Szemléltetés, Magyarázat.	Frontális, csoportos,		Megfigyelés és megértés, auditív észlelés fejlesztése.
5	III. Befejezés 1. Drámapedagógiai játék (órázárás gyakorlatok)	Magyarázat, munkáltató	Csoportos		Társ- és önismeret, együttműködés és kooperáció, pihenés, bizalomerősítő, önismeret fejlesztése
5	2. Értékelés - A tanulók értékelik az órát és a tanárokat - A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

16. Táblázat, 14. Óraterv

Tündéerkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoport, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.
Foglalkozás típusa: új tananyagot feldolgozó próba – Marosszék
Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza
Dátum /idő: 2022.06.15 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok közöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
20	2. Tréning - Bemelegítő játékok - Kognitív fejlesztési gyakorlatok - Ritmikai gyakorlatok	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos		Szabályismerete és alkalmazása. Mozgáskoordináció és ritmikai képesség kialakítása, fejlesztése.
40	II. Tárgyalás 1. Marosszék - Alapmozdulatok: ugrás, páros forgás - Alapmotívumok: cifra - A tanárok bemutatják a mozdulatsort, együtt eltáncolják a tanulókkal, kiemelve odafigyelve az új tanult mozdulatokra, motívumokra.	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos, páros	Zene	Mozgáskoordináció képesség kialakítása Mozdulatsor gyakorlása
15	2. Folklór (*) Negyedik felvétel megnézése, megfigyelése. Megtekintés közben az alapvető mozdulatokat a megjelenésükkor elmagyarázzuk. - Zene hallgatás, megfigyelés.	Szemléltetés, magyarázat.	Frontális, csoportos,		Megfigyelés és megértés, vizuális és auditív észlelés fejlesztése. Zenei ismertetés.
5	III. Befejezés 1. Népi játék: Hátulsó pár előre fuss (**)	Magyarázat, munkáltató	Csoportos		Koncentráció, figyelem és gyorsaság fejlesztése
5	2. Értékelés - A tanulók értékelik az órát és a tanárokat - A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

(*) 6. sz. melléklet: Ft. 459.12

(**) 7. sz. melléklet: Hátulsó pár előre fuss

17. Táblázat, 15. Óraterv

Tündéerkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoport, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.

Foglalkozás típusa: gyakorló próba – Marosszék

Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza

Dátum /idő: 2022.06.22 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok közöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
30	2. Tréning - Bemelegítő játékok - Kognitív fejlesztési gyakorlatok - Ritmikai gyakorlatok	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos		Szabályismerete és alkalmazása. Mozgáskoordináció és ritmikai képesség kialakítása, fejlesztése.
40	II. Tárgyalás 1. Marosszék - Alapmozdulatok: páros forgás - Alapmotívumok: cifra - A tanárok bemutatják a mozdulatsort, együtt eltáncolják a tanulókkal, kiemelve odafigyelve az új tanult mozdulatokra, motívumokra.	Magyarázat, szemléltetés,	Frontális, csoportos,	Zene	Mozgáskoordináció képesség kialakítása Mozdulatsor-koordináció képesség kialakítása
10	III. Befejezés 1. Népi játék: Kendős játék (*)	Magyarázat, munkáltató	Csoportos		Koncentráció, figyelem és gyorsaság fejlesztése
5	2. Értékelés - A tanulók értékelik az órát és a tanárokat - A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

(*) 11. sz. melléklet: Kendős játék.

18. Táblázat, 16. Óraterv

Tündérkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoporthoz, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.

Foglalkozás típusa: gyakorló próba, ellenőrző próba – Marosszék

Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza

Dátum /idő: 2022.06.29 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok köszöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
20	2. Tréning - Bemelegítő játékok - Kognitív fejlesztési gyakorlatok - Ritmikai gyakorlatok	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos		Szabályismerete és alkalmazása. Mozgáskoordináció és ritmikai képesség kialakítása, fejlesztése.
40	II. Tárgyalás 1. Marosszék - Alapmozdulatok: páros forgás - Alapmotívumok: cifra - A tanárok bemutatják a mozdulatsort, együtt eltáncolják a tanulókkal, kiemelve odafigyelve az új tanult mozdulatokra, motívumokra. - Szabad tánc – improvizáció	Magyarázat, szemléltetés,	Frontális, csoportos, páros	Zene	Mozgáskoordináció képesség kialakítása Mozdulatsor-koordináció képesség rögzítése. Improvizációs készség fejlesztése.
10	2. Folklór Zene hallgatás, megfigyelés.	Szemléltetés, magyarázat.	Frontális, csoportos,		Megfigyelés és megértés, vizuális és auditív észlelés fejlesztése
10	III. Befejezés 1. Drámapedagógiai játék (órázárás gyakorlatok)	Magyarázat, munkáltató	Csoportos		Társ- és önismeret, együttműködés és kooperáció, pihenés, bizalomerősítő, önismeret fejlesztése
5	2. Értékelés - A tanulók értékelik az órát és a tanárokat - A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

19. Táblázat, 17. Óraterv

Tündérkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoport, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.

Foglalkozás típusa: gyakorló próba, koreográfiakészítő próba

Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza

Dátum /idő: 2022.07.06 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok közöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
20	2. Tréning - Bemelegítő játékok - Drámapedagógiai játék (feladatok a képesség- és készségfejlesztéshez)	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos		Szabályismerete és alkalmazása. Ritmika, koordináció, kreativitás, improvizáció, csoportdinamikai mozgás, érzékszervi finomítás, ritmus, térhasználat fejlesztése.
55	II. Tárgyalás 1. Koreográfia készítés 459.6, 459.7	Magyarázat, munkáltató	Frontális, csoportos,	Zene, video	
5	III. Befejezés 1. Drámapedagógiai játék (órazárás gyakorlatok)	Magyarázat, munkáltató	Csoportos		Társ- és önismeret, együttműködés és kooperáció, pihenés, bizalomerősítő, önismeret fejlesztése
5	2. Értékelés - A tanulók értékelik az órát és a tanárokat - A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

20. Táblázat, 18. Óraterv

Tündérkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoport, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.
Foglalkozás típusa: gyakorló próba, koreográfiakészítő próba
Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza
Dátum /idő: 2022.07.13 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés / 1. Táncosok közöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
20	2. Tréning - Bemelegítő játékok - Drámapedagógiai játék (feladatok a képesség- és készségfejlesztéshez)	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos		Szabályismerete és alkalmazása. Ritmika, koordináció, kreativitás, improvizáció, csoportdinamikai mozgás, érzékszervi finomítás, ritmus, térhasználat fejlesztése.
55	II. Tárgyalás 1. Koreográfia készítés 459.11, 459.12	Magyarázat, munkáltató	Frontális, csoportos,	Zene, video	
5	III. Befejezés 1. Drámapedagógiai játék (órázárás gyakorlatok)	Magyarázat, munkáltató	Csoportos		Társ- és önismeret, együttműködés és kooperáció, pihenés, bizalomerősítő, önismeret fejlesztése
5	2. Értékelés - A tanulók értékelik az órát és a tanárokat - A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

21. Táblázat, 19. Óraterv

Tündérkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoport, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.
Foglalkozás típusa: gyakorló próba, koreográfiakészítő próba
Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza
Dátum /idő: 2022.07.20 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok közöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
20	2. Tréning - Bemelegítő játékok - Drámapedagógiai játék (feladatok a képesség- és készségfejlesztéshez)	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos		Szabályismerete és alkalmazása. Ritmika, koordináció, kreativitás, improvizáció, csoportdinamikai mozgás, érzékszervi finomítás, ritmus, térhasználat fejlesztése.
50	II. Tárgyalás 1. Koreográfia készítés 459.6, 459.7, 459.11, 459.12	Magyarázat, munkáltató	Frontális, csoportos,	Zene, video	
10	III. Befejezés 1. Drámapedagógiai játék (órazárás gyakorlatok)	Magyarázat, munkáltató	Csoportos		Társ- és önismeret, együttműködés és kooperáció, pihenés, bizalomerősítő, önismeret fejlesztése
5	2. Értékelés - A tanulók értékelik az órát és a tanárokat - A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

22. Táblázat, 20. Óraterv

Tündérkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoport, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.

Foglalkozás típusa: gyakorló próba, koreográfiakészítő próba

Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza

Dátum /idő: 2022.07.27 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok közöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
20	2. Tréning - Bemelegítő játékok - Drámapedagógiai játék (feladatok a képesség- és készségfejlesztéshez)	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos		Szabályismerete és alkalmazása. Ritmika, koordináció, kreativitás, improvizáció, csoportdinamikai mozgás, érzékszervi finomítás, ritmus, térhasználat fejlesztése.
50	II. Tárgyalás 1. Koreográfia készítés 459.6, 459.7, 459.11, 459.12	Magyarázat, munkáltató	Frontális, csoportos,	Zene, video	
10	III. Befejezés 1. Drámapedagógiai játék (órazárás gyakorlatok)	Magyarázat, munkáltató	Csoportos		Társ- és önismeret, együttműködés és kooperáció, pihenés, bizalomerősítő, önismeret fejlesztése
5	2. Értékelés - A tanulók értékelik az órát és a tanárokat - A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

23. Táblázat, 21. Óraterv

Tündérkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoport, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.
Foglalkozás típusa: ellenőrző próba
Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza
Dátum /idő: 2022.08.03 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok köszöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
10	2. Tréning • Bemelegítő játékok	Magyarázat, munkáltató	Frontális, csoportos		Szabályismerete és alkalmazása.
60	II. Tárgyalás 1. Koreográfia átnézése • Gyakorlás • Javítás • Koreográfia felvétel	Magyarázat, munkáltató	Frontális, csoportos,	Zene, video	
10	III. Befejezés 1. Levezetés gyakorlat – relaxáció	Szemléltetés	Egyéni		Pihenés, bizalomerősítő, önismeret fejlesztése
5	2. Értékelés • A tanulók értékelik az órát és a tanárokat • A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

24. Táblázat, 22. Óraterv

Tündérkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoport, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.
Foglalkozás típusa: ellenőrző próba
Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza
Dátum /idő: 2022.08.10 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok köszöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
10	2. Tréning • Bemelegítő játékok	Magyarázat, munkáltató	Frontális, csoportos		Szabályismerete és alkalmazása.
60	II. Tárgyalás 1. Koreográfia átnézése • Gyakorlás • Javítás • Koreográfia felvétel megnézése	Magyarázat, munkáltató	Frontális, csoportos,	Zene, video	
10	III. Befejezés 1. Levezetés gyakorlat – relaxáció	Szemléltetés	Egyéni		Pihenés, bizalomerősítő, önismeret fejlesztése
5	2. Értékelés • A tanulók értékelik az órát és a tanárokat • A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

25. Táblázat, 23. Óraterv

Tündérkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoport, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.
Foglalkozás típusa: főpróba
Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza
Dátum /idő: 2022.08.17 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok közöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
10	2. Tréning - Bemelegítő játékok - Drámapedagógiai játék (ráhangolódás)	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos		Szabályismerete és alkalmazása. Memória, koncentráció és ritmus, illetve kontakt-típusú képesség kialakítása.
60	II. Tárgyalás Koreográfia átnézése: Gömöri	Munkáltató	Csoportos	Zene	
10	III. Befejezés 1. Levezetés gyakorlat – relaxáció	Szemléltetés	Egyéni		Pihenés, bizalomerősítő, önismeret fejlesztése
5	2. Értékelés - A tanulók értékelik az órát és a tanárokat - A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

26. Táblázat, 24. Óraterv

Tündérkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoport, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.

Foglalkozás típusa: új tananyagot feldolgozó próba - Somogy (Berzence) páros ugrós

Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza

Dátum /idő: 2022.08.24 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok köszöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
20	2. Tréning - Bemelegítő játékok - Kognitív fejlesztési gyakorlatok - Ugróiskolák és táncpályák	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos		Szabályismerete és alkalmazása. Mozgáskoordináció egyensúlyérzéke képesség kialakítása, fejlesztése.
20	II. Tárgyalás 1. Folklor - Felismerés a térképen, alapvető információk a régióról (*) Első felvétel megnézése, megfigyelése. Megtekintés közben az alapvető mozdulatokat a megjelenésükkor elmagyarázzuk. - Zenehallgatás, megfigyelés.	Szemléltetés, magyarázat.	Frontális, csoportos,	Zene, video, térkép, képek	Megfigyelés és megértés, vizuális és auditív észlelés fejlesztése. Zenei ismertetés.
30	2. Somogy (Berzence) páros ugrós - Alapmozdulatok: lépés, ugrás, gesztus - Alapmotívumok: cifra	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos, páros	Zene	Mozgáskoordináció képesség kialakítása.
15	1. Értékelés A tanulók és tanárok értékelik az előadást.	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

(*) 12. sz. melléklet: Ft. 203.1.a-c

27. Táblázat, 25. Óraterv

Tündérkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoport, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.
Foglalkozás típusa: gyakorló próba - Somogy (Berzence) páros ugrós
Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza
Dátum /idő: 2022.08.31 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok köszöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
20	2. Tréning - Bemelegítő játékok - Kognitív fejlesztési gyakorlatok - Ugróiskolák és táncpályák	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos		Szabályismerete és alkalmazása. Mozgáskoordínáció egyensúlyérzéke képesség kialakítása, fejlesztése.
20	II. Tárgyalás 1. Folklór Zenehallgatás, megfigyelés.	Szemléltetés, magyarázat.	Frontális, csoportos,	Zene	Megfigyelés és megértés, auditív észlelés fejlesztése.
30	2. Somogy (Berzence) páros ugrós - Alapmozdulatok: lépés, ugrás, gesztus - Alapmotívumok: cifra	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos, páros	Zene	Mozgáskoordínáció képesség kialakítása
10	III. Befejezés 1. Népi játék: Kendős játék (*)	Magyarázat, munkáltató	Csoportos		Koncentráció, figyelem és gyorsaság fejlesztése
5	2. Értékelés - A tanulók értékelik az órát és a tanárokat - A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

(*) 11. sz. melléklet: Kendős játék

28. Táblázat, 26. Óraterv

Tündérkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoport, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.
Foglalkozás típusa: vegyes próba - Marosszék, Somogy
Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza
Dátum /idő: 2022.09.07 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok közöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
20	2. Tréning - Bemelegítő játékok - Drámapedagógiai játék (feladatok a képesség- és készségfejlesztéshez) - Ritmikai gyakorlatok	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos		Szabályismerete és alkalmazása. Ritmika, koordináció, kreativitás, improvizáció, csoportdinamikai mozgás, érzékszervi finomítás, ritmus, térhasználat fejlesztése.
20	II. Tárgyalás 1. Somogy (Berzence) páros ugrós - Alapmozdulatok: lépés, ugrás, gesztus - Alapmotívumok: cifra	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos,	Zene	Mozgáskoordináció képesség rögzítése
30	2. Marosszék - Alapmozdulatok: forgás - A tanárok bemutatják a mozdulatsort, együtt eltáncolják a tanulókkal, kiemelve odafigyelve a már tanult mozdulatokra, motívumokra. - Szabad tánc	Magyarázat, szemléltetés,	Frontális, páros	Zene	Mozdulatsor-koordináció képesség kialakítása. Improvizációs készség fejlesztése.
10	III. Befejezés 1. Drámapedagógiai játék (órazárás gyakorlatok)	Magyarázat, munkáltató	Csoportos		Társ- és önismeret, együttműködés és kooperáció, pihenés, bizalomerősítő, önismeret fejlesztése
5	2. Értékelés - A tanulók értékelik az órát és a tanárokat - A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

29. Táblázat, 27. Óraterv

Tündéerkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoporthoz, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.
Foglalkozás típusa:
Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza
Dátum /idő: 2022.09.14 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok köszöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
20	2. Tréning - Bemelegítő játékok - Drámapedagógiai játék (feladatok a képesség- és készségfejlesztéshez) - Ritmikai gyakorlatok	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos		Szabályismerete és alkalmazása. Ritmika, koordináció, kreativitás, improvizáció, csoportdinamikai mozgás, érzékszervi finomítás, ritmus, térhasználat fejlesztése.
20	II. Tárgyalás 1. Somogy (Berzence) páros ugrós - Alapmozdulatok: lépés, ugrás, gesztus - Alapmotívumok: cifra	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos,	Zene	Mozgáskoordináció képesség rögzítése
30	2. Marosszék - Alapmozdulatok: forgás - A tanárok bemutatják a mozdulatsort, együtt eltáncolják a tanulókkal, kiemelve odafigyelve a már tanult mozdulatokra, motívumokra. - Szabad tánc	Magyarázat, szemléltetés,	Frontális, páros	Zene	Mozdulatsor-koordináció képesség kialakítása. Improvizációs készség fejlesztése.
10	III. Befejezés 1. Drámapedagógiai játék (órázárás gyakorlatok)	Magyarázat, munkáltató	Csoportos		Társ- és önismeret, együttműködés és kooperáció, pihenés, bizalomerősítő, önismeret fejlesztése
5	2. Értékelés - A tanulók értékelik az órát és a tanárokat - A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

30. Táblázat, 28. Óraterv

Tündérkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoport, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.
Foglalkozás típusa: új tananyagot feldolgozó próba - Somogy (Berzence) páros kanásztánc, eszközös
Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza
Dátum /idő: 2022.09.21 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok köszöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
40	2. Tréning - Bemelegítő játékok - Kognitív fejlesztési gyakorlatok - Ugróiskolák és táncpályák	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos		Szabályismerete és alkalmazása. Mozgáskoordináció egyensúlyérzéke képesség kialakítása, fejlesztése.
15	II. Tárgyalás 1. Folklór (*) Második felvétel megnézése, megfigyelése. Megtekintés közben az alapvető mozdulatokat a megjelenésükkor elmagyarázzuk. - Zenehallgatás, megfigyelés.	Szemléltetés, magyarázat.	Frontális, csoportos,	Zene, video,	Megfigyelés és megértés, auditív és vizuális észlelés fejlesztése.
30	2. Somogy (Berzence) páros kanásztánc, eszközös - Alapmozdulatok: ugrás - Alapmotívumok: cifra	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos, páros	Zene, botok	Mozgáskoordináció képesség kialakítása
10	III. Befejezés 1. Népi játék: Üsd a harmadikat (**)	Magyarázat, munkáltató	Csoportos		Térhasználata, dinamika, gyorsaság képesség fejlesztése.
5	2. Értékelés - A tanulók értékelik az órát és a tanárokat - A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

(*) 13. sz. melléklet: Ft. 1112.51 Somogy (Berzence) páros kanásztánc, eszközös

(**) 14. sz. melléklet: Üsd a harmadikat

31. Táblázat, 29. Óraterv

Tündérkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoport, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.
Foglalkozás típusa: gyakorló próba - Somogy (Berzence) páros kanásztánc, eszközös
Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza
Dátum /idő: 2022.09.28 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok közöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
30	2. Tréning - Bemelegítő játékok - Kognitív fejlesztési gyakorlatok - Ugróiskolák és táncpályák	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos		Szabályismerete és alkalmazása. Mozgáskoordináció egyensúlyérzéke képesség kialakítása, fejlesztése.
10	II. Tárgyalás 1. Folklór Zenehallgatás, megfigyelés.	Szemléltetés, magyarázat.	Frontális, csoportos,	Zene	Megfigyelés és megértés, auditív észlelés fejlesztése.
30	2. Somogy (Berzence) páros kanásztánc, eszközös - Alapmozdulatok: ugrás - Alapmotívumok: cifra	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos, páros	Zene, botok	Mozgáskoordináció képesség kialakítása
10	III. Befejezés 1. Népi játék: Üsd a harmadikat (*)	Magyarázat, munkáltató	Csoportos		Térhasználata, dinamika, gyorsaság képesség fejlesztése.
5	2. Értékelés - A tanulók értékelik az órát és a tanárokat - A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

(*) 14. sz. melléklet: Üsd a harmadikat

32. Táblázat, 30. Óraterv

Tündéerkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoport, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.
Foglalkozás típusa: vegyes próba - Somogy, Marosszék
Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza
Dátum /idő: 2022.10.5 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok közöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
20	2. Tréning - Bemelegítő játékok - Drámapedagógiai játék (feladatok a képesség- és készségfejlesztéshez) - Ritmikai gyakorlatok	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos		Szabályismerete és alkalmazása. Ritmika, koordináció, kreativitás, improvizáció, csoportdinamikai mozgás, érzékszervi finomítás, ritmus, térhasználat fejlesztése.
20	II. Tárgyalás 1. Somogy (Berzence) páros kanásztánc, eszközös - Alapmozdulatok: lépés, ugrás, gesztus - Alapmotívumok: cifra	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos,	Zene, botok	Mozgáskoordináció képesség rögzítése
30	2. Marosszék - Alapmozdulatok: forgás - A tanárok bemutatják a mozdulatsort, együtt eltáncolják a tanulókkal, kiemelve odafigyelve a már tanult mozdulatokra, motívumokra. - Szabad tánc	Magyarázat, szemléltetés,	Frontális, páros	Zene	Mozdulatsor-koordináció képesség kialakítása. Improvizációs készség fejlesztése.
10	III. Befejezés 1. Koreográfia átnézése: Gömöri verbunk	Munkáltató	Csoportos		
5	2. Értékelés - A tanulók értékelik az órát és a tanárokat - A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

33. Táblázat, 31. Óraterv

Tündérkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoport, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.

Foglalkozás típusa: vegyes próba - Somogy, Marosszék

Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza

Dátum /idő: 2022.10.12 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok közöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
20	2. Tréning - Bemelegítő játékok - Drámapedagógiai játék (feladatok a képesség- és készségfejlesztéshez) - Ritmikai gyakorlatok	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos		Szabályismerete és alkalmazása. Ritmika, koordináció, kreativitás, improvizáció, csoportdinamikai mozgás, érzékszervi finomítás, ritmus, térhasználat fejlesztése.
20	II. Tárgyalás 1. Somogy (Berzence) páros kanásztánc, eszközös - Alapmozdulatok: lépés, ugrás, gesztus - Alapmotívumok: cifra	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos,	Zene, botok	Mozgáskoordináció képesség rögzítése
30	2. Marosszék - Alapmozdulatok: forgás - A tanárok bemutatják a mozdulatsort, együtt eltáncolják a tanulókkal, kiemelve odafigyelve a már tanult mozdulatokra, motívumokra. - Szabad tánc	Magyarázat, szemléltetés,	Frontális, páros	Zene	Mozdulatsor-koordináció képesség rögzítése. Improvizációs készség fejlesztése.
10	III. Befejezés 1. Koreográfia átnézése: Gömöri verbunk	Munkáltató	Csoportos		
5	2. Értékelés - A tanulók értékelik az órát és a tanárokat - A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

34. Táblázat, 32. Óraterv

Tündérkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoport, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.
Foglalkozás típusa: rendező próba - Somogy (Berzence) páros ugrós
Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza
Dátum /idő: 2022.10.19 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok közöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
20	2. Tréning - Bemelegítő játékok - Kognitív fejlesztési gyakorlatok - Ugróiskolák és táncpályák	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos		Szabályismerete és alkalmazása. Mozgáskoordináció egyensúlyérzéke képesség kialakítása, fejlesztése.
55	II. Tárgyalás 1. Somogy (Berzence) páros ugrós A táncosok létre hoznak egy mozdulatsort, amelyet utána be kell mutatni a csoportnak.	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Páros	Zene	Mozdulatsort létre hozása képessége kialakítása.
5	III. Befejezés 1. Drámapedagógiai játék (órazárás gyakorlatok)	Magyarázat, munkáltató	Csoportos		Társ- és önismeret, együttműködés és kooperáció, pihenés, bizalomerősítő, önismeret fejlesztése
5	2. Értékelés - A tanulók értékelik az órát és a tanárokat - A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

35. Táblázat, 33. Óraterv

Tündérkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoport, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.
Foglalkozás típusa: rendező próba - Somogy (Berzence) páros kanásztánc, eszközös
Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza
Dátum /idő: 2022.10.26 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok közöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
20	2. Tréning - Bemelegítő játékok - Kognitív fejlesztési gyakorlatok - Ugróiskolák és táncpályák	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos		Szabályismerete és alkalmazása. Mozgáskoordináció egyensúlyérzéke képesség kialakítása, fejlesztése.
55	II. Tárgyalás 1. Somogy (Berzence) páros kanásztánc, eszközös A táncosok létre hoznak egy mozdulatsort, amelyet utána be kell mutatni a csoportnak.	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Páros	Zene, botok	Mozdulatsort létre hozása képessége kialakítása.
5	III. Befejezés 1. Drámapedagógiai játék (órazárás gyakorlatok)	Magyarázat, munkáltató	Csoportos		Társ- és önismeret, együttműködés és kooperáció, pihenés, bizalomerősítő, önismeret fejlesztése
5	2. Értékelés - A tanulók értékelik az órát és a tanárokat - A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

36. Táblázat, 34. Óraterv

Tündérkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoport, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.
Foglalkozás típusa: koreográfia gyakorlás próba
Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza
Dátum /idő: 2022.11.02 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok köszöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
20	2. Tréning - Bemelegítő játékok - Térbeli tájékozódási gyakorlatok - Drámapedagógiai játék (feladatok a képesség- és készségfejlesztéshez)	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos		Szabályismerete és alkalmazása. Tájékozódás képességének fejlesztése. Ritmika, koordináció, kreativitás, improvizáció, csoportdinamikai mozgás, érzékszervi finomítás, ritmus, térhasználat fejlesztése.
55	II. Tárgyalás 1. Koreográfia átnézése: Marosszék 2. Koreográfia átnézése: Gömöri	Munkáltató	Csoportos	Zene Tükör	
5	III. Befejezés 1. Levezetés gyakorlat – relaxáció	Szemléltetés	Egyéni		Pihenés, bizalomerősítő, önismeret fejlesztése
5	2. Értékelés - A tanulók értékelik az órát és a tanárokat - A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

37. Táblázat, 35. Óraterv

Tündérkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoport, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.
Foglalkozás típusa: koreográfia gyakorlás próba
Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza
Dátum /idő: 2022.11.9 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok közöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
20	2. Tréning - Bemelegítő játékok - Térbeli tájékozódási gyakorlatok - Drámapedagógiai játék (feladatok a képesség- és készségfejlesztéshez)	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos		Szabályismerete és alkalmazása. Tájékozódás képességének fejlesztése. Ritmika, koordináció, kreativitás, improvizáció, csoportdinamikai mozgás, érzékszervi finomítás, ritmus, térhasználat fejlesztése.
55	II. Tárgyalás 1. Koreográfia átnézése: Marosszék 2. Koreográfia átnézése: Gömöri	Munkáltató	Csoportos	Zene Tükör	
5	III. Befejezés 1. Levezetés gyakorlat – relaxáció	Szemléltetés	Egyéni		Pihenés, bizalomerősítő, önismeret fejlesztése
5	2. Értékelés - A tanulók értékelik az órát és a tanárokat - A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

38. Táblázat, 36. Óraterv

Tündérkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoport, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.
Foglalkozás típusa: koreográfia gyakorlás próba
Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza
Dátum /idő: 2022.11.16 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok köszöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
20	2. Tréning - Bemelegítő játékok - Térbeli tájékozódási gyakorlatok - Drámapedagógiai játék (feladatok a képesség- és készségfejlesztéshez)	Magyarázat, szemléltetés, munkáltató	Frontális, csoportos		Szabályismerete és alkalmazása. Tájékozódás képességének fejlesztése. Ritmika, koordináció, kreativitás, improvizáció, csoportdinamikai mozgás, érzékszervi finomítás, ritmus, térhasználat fejlesztése.
55	II. Tárgyalás 1. Koreográfia átnézése: Marosszék 2. Koreográfia átnézése: Gömöri	Munkáltató	Csoportos	Zene Tükör	
5	III. Befejezés 1. Levezetés gyakorlat – relaxáció	Szemléltetés	Egyéni		Pihenés, bizalomerősítő, önismeret fejlesztése
5	2. Értékelés - A tanulók értékelik az órát és a tanárokat - A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

39. Táblázat, 37. Óraterv

Tündérkert Néptáncgyűttes – Kis szivárvány alcsoport, 8 fő (4 lány és 4 fiú), 14 és 16 éves között.
Foglalkozás típusa: főpróba
Tanárok: Oscar Kagyerják, Eugenia Souza
Dátum /idő: 2022.11.23 /19:00-20:30 óra között

Időkeret (percek)	Az óra menete (tanári és tanulói tevékenységek)	Nevelési-oktatási stratégia			Kiemelt készségek, képességek
		Módszerek	Munkaforma	Eszközök	
5	I. Bevezetés 1. Táncosok közöntése, névsor, a releváns információk átadása	Irányított megbeszélés	Frontális		
10	2. Tréning Bemelegítő játékok	Magyarázat, munkáltató	Frontális, csoportos		Szabályismerete és alkalmazása.
60	II. Tárgyalás 1. Koreográfia átnézése: Marosszék 2. Koreográfia átnézése: Gömöri	Munkáltató	Csoportos	Zene Tükör	
10	III. Befejezés 1. Levezetés gyakorlat – relaxáció	Szemléltetés	Egyéni		Pihenés, bizalomerősítő, önismeret fejlesztése
5	2. Értékelés - A tanulók értékelik az órát és a tanárokat - A tanárok értékelik saját magukat	Csoportos megbeszélés	Csoportos		

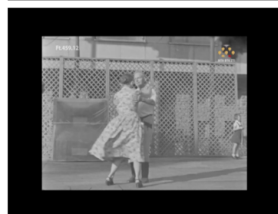
6. sz. melléklet: Ft. 459.6-es film; Ft. 459.7-es film; Ft. 459.11-es film; Ft. 459.12-es film. (Fügedi János 2022)



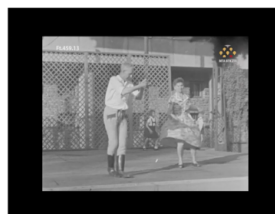
Lassú csárdás
Ft. 459.6
Farkaslaka; Korond [Corund; Lupeni]
(Udvarhely)
Adatközlő: Lőrinc Sándor, Tótfalvi Erzsébet
Gyűjtés ideje: 1960-06-12
Gyűjtő: Borbély Jolán; Erőss László; Falvai Károly; Martin György
Táncdialektus: székelyföldi
Tánc típus / Alttípus: csárdás / páros csárdás
Film: Ft. 459



Marosszéki forgató
Ft. 459.7
Farkaslaka; Korond [Corund; Lupeni]
(Udvarhely)
Adatközlő: Lőrinc Sándor, Tótfalvi Erzsébet
Gyűjtés ideje: 1960-06-12
Gyűjtő: Borbély Jolán; Erőss László; Falvai Károly; Martin György
Táncdialektus: székelyföldi
Tánc típus / Alttípus: régi stílusú páros / gyors forgó
Film: Ft. 459



Lassú; szökő
Ft. 459.12
Farkaslaka; Makfalva [Ghindari; Lupeni]
(Maros-Torda; Udvarhely)
Adatközlő: Csombor Endre, Tótfalvi Erzsébet
Gyűjtés ideje: 1960-06-12
Gyűjtő: Borbély Jolán; Erőss László; Falvai Károly; Martin György
Tánc típus / Alttípus: csárdás / páros csárdás
Film: Ft. 459



Lassú; szökő
Ft. 459.13
Farkaslaka; Makfalva [Ghindari; Lupeni]
(Maros-Torda; Udvarhely)
Adatközlő: Csombor Endre, Tótfalvi Erzsébet
Gyűjtés ideje: 1960-06-12
Gyűjtő: Borbély Jolán; Erőss László; Falvai Károly; Martin György
Tánc típus / Alttípus: csárdás / páros csárdás
Film: Ft. 459

7. sz. melléklet: „Hátulsó pár előre fuss”.

A gyerekek párosával állnak egymást mögött kétsoros oszlopban. Előttük áll egy gyerek, aki el kiáltja magát: -Hátulsó pár előre fuss! Az utolsó két gyerek az oszlop két oldalán előre szalad. Ha eléri egymást, akkor az oszlop elejére állnak. Az elől álló gyerek megpróbálja valamelyikőjüket elfogni. Ha nem sikerül, akkor megint ő kiált. Ha sikerül akkor párjával ő áll az oszlop elejére, és a pár nélküli gyere mondja a szöveget. (Foltin – Tarján 2004: 42)

8. sz. melléklet: „Pecsenyeforgatás”.

Körbeállunk, egyikünk a kör közepén, ő a szakács. A körön kívül áll egy másik játészó. A körben állók mondogatják: sülök, sülök, megsülök! Erre a szakács odaszalad valakihez, és hármát fordul vele, azaz megforgatja a pecsenyét. Aki a körön kívül van, annak oda kell szaladni, és megérinteni vagy a szakácsot, vagy a pecsenyét, mielőtt azok befejeznék a három fordulást. Ha nem sikerül, ő marad kint, ha pedig igen, akkor szerepet cserél azzal, akit megérintett. (Lázár 1997: 136)

9. sz. melléklet: „Húzd, húzd magadat”

Ketten keresztbe összefogjuk a kezünket, és felsőtestünket hátrafeszítve, egymást kiegyensúlyozva forgunk körbe. Közben énekeljük:

s

Húz-zad, húz-zad ma-ga-dat, Szél fúj-ja pánt-li - ká-mat,
Én is hú-zom ma-ga-mat,
Kapt meg, szel-lő, a szok-nyá-mat!

(Lázár Gyertek 2002: 183)

10. sz. melléklet: Szédibabázás

Ezt egyenként játsszuk: kitárt karokkal addig forgunk, míg el nem szédülünk. Persze a mezőn, ahol a puha fűre esünk, nem pedig kemény betonon vagy salakon! Forgás közben énekeljük:

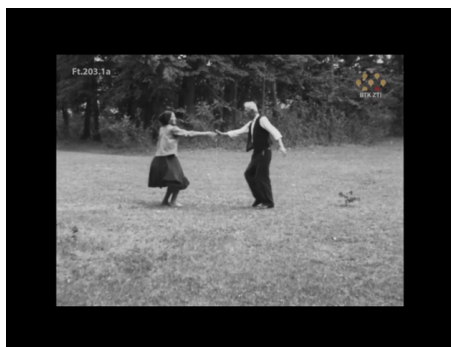


(Lázár Népi játékok: 115)

11. sz. melléklet: Kendős játék

A kiszámolt gyerek a körön kívül jár, kezében a kendővel. A többiek állnak a körben és együtt mondják a mondókát. A mondóka végén a kendőhordozó valakinek a vállára teszi és elkezd futni. A másik meg fogja a kendőt és megpróbálja elkapni. Ha sikerül beállni az új kendőhordozó helyére a körben, akkor a másik lesz az új fogó. (Kiss Áron 2000: 195. o./9)

12. sz. melléklet: Ft. 203.1.a-c (Fügedi 2022)



Páros kanásztánc

Ft.203.1a-c
Berzence (Somogy)
Adatközlő: Banics János id., Hódís Gáborné
Gyűjtés ideje: 1953-05-25
Gyűjtő: K. Kovács László; Pesovár Ernő;
Szóts István; Vargyas Lajos
Táncdialektus: somogyi
Tánc típus / Alttípus: ugrós / dél-dunántúli
ugrós
Film: [Ft.203](#)
Táncírás: [Tit.341](#)

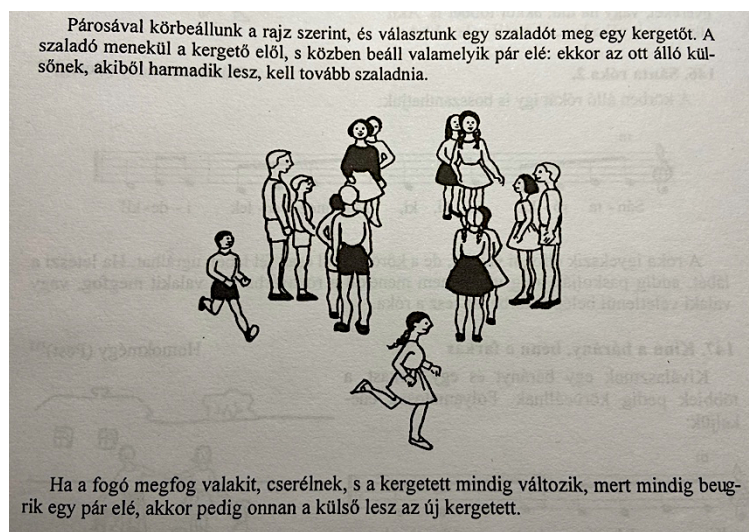
13. sz. melléklet: Ft. 1112.51 (Fügedi 2022)



Páros kanásztánc

Ft.1112.51
Berzence (Somogy)
Adatközlő: Gécz Istvánné, Krénusza István
Gyűjtés ideje: 1981-11-21
Gyűjtő: Csapó Károly; Kovalcsik Katalin;
Németh István; Pálffy Gyula; Pesovár Ernő
Táncdialektus: dél-dunántúli
Tánc típus / Alttípus: eszközos / kanásztánc
Film: [Ft.1112](#)
Táncírás: [Tit.1196](#)

14. sz. melléklet: Űsd a harmadikat



(Lázár Népi játékok: 136)

VIII. IRODALOMJEGYZÉK

Brum Alejandra. 2019. *Magyar néptáncmozgalom szerepe a Dél-amerikai magyar közösségek életében*. Magyar Táncművészeti Egyetem. BA szakdolgozat.

Dr. Mizerák Katalin (szerkesztő) 2014. *Mozgásra és táncra nevelés játékos módszerekkel. Kétnyelvű tanjegyzet tánc, dráma-, és mozgáspedagógiai alapú módszertani gyakorlatok alapján, I. rész*. Regionálne osvetové stredisko v Leviciach.

Dr. Mizerák Katalin (szerkesztő) 2017. *Mozgásra és táncra nevelés játékos módszerekkel. Kétnyelvű tanjegyzet tánc, dráma-, és mozgáspedagógiai alapú módszertani gyakorlatok alapján, III. rész*. Regionálne osvetové stredisko v Leviciach.

Farkas Zoltán 2015. *Néptánc-alaptechnikák módszertana. Ugrós – Lakócsa táncai – Kalotaszegi csárdás*. Felelős Kiadó. Budapest.

Foltin Jolán – Tarján T. Katalin 2004. *Játék és tánc az óvodában*. Hagyományok Háza Népművészeti Műhelye.

Fügedi János 2011. *TÁNC–JEL–ÍRÁS*. L'Harmattan Kiadó - MTA Zenetudományi Intézet.

Fügedi János 2022. „*A Néptánc Tudástár adatbázisainak rendszere.*” BTK Zenetudomány Intézet <https://neptanctudastar.abtk.hu/hu/dances?Localities=%5B%22Farkaslaka%22%5D> (2022.02.05)

Fügedi János 2022. „*A Néptánc Tudástár adatbázisainak rendszere.*” BTK Zenetudomány Intézet <https://neptanctudastar.abtk.hu/hu/dances?Localities=%5B%22Berzence%22%5D&ItemId=%22Ft.1112.51%22> (2022.02.06)

Fügedi János 2022. „*A Néptánc Tudástár adatbázisainak rendszere.*” BTK Zenetudomány Intézet <https://neptanctudastar.abtk.hu/hu/dances?Localities=%5B%22Berzence%22%5D> (2022.02.07)

Gabnai Katalin 1987. *Drámajátékok.* Tankönyvkiadó. Budapest.

Holowatuck, Jorge – Astrosky, Débora 2009. „*MANUAL DE JUEGOS Y EJERCICIOS TEATRALES*” <https://escueladeteatroytiteres.com.ar/wp-content/uploads/Manual-de-Juegos-y-ejercicios-teatrales-ul.pdf> (2022.03.10)

Kiss Áron 2000. *Magyar gyermekjáték gyűjtemény.* Holnap Kiadó. Budapest.

Lázár Katalin 1997. *Népi Játékok.* Planétás Kiadó. Budapest.

Lázár Katalin 2002. *Gyertek, gyertek játszani! I.* Eötvös József Könyvkiadó. Budapest

Lévai Péter 2010. „*Szökkenjünk, ugráljunk...*” *A sárközi ugrós táncok tanítási módszertana.* Magyar Kultúra Kiadó Kft.

Pignitzkyné Lugos Ilona – Lévai Péter 2014. „*A tánc és a kreatív mozgás alapjai*”. Magyar Diáksport Szövetség.

(1) Brum Alejandra 2021a. Interjú a vezetőkkel: Susana Rettich, Oscar Kagyerják, Federico Baltar, Veronica Szabó, Ivette Stadler, Juan Fabricio Ladanyi. 2021., a felvételkészítő tulajdonában. Hangfelvétel.

2) Brum Alejandra 2022a. Interjú Eugenia Souza-val. 2022., a felvételkészítő tulajdonában. Hangfelvétel.

(3) Papp-Danka Adrien 2020-2021. „Táncoktatás didaktikájának elmélete”. Magyar Táncművészeti Egyetem, tánctanárképzés néptáncszakirány, 2020-2021 tanév, 1. félév. Tantervi előadás-sorozat.

- (4) Brum Alejandra 2021b Interjú Oscar Kagyerjákkal. 2021.okt.14., a felvételtkészítő tulajdonában. Kézirat.
- (5) Brum Alejandra 2022b. Interjú Oscar Kagyerjákkal. 2022., a felvételtkészítő tulajdonában. Hangfelvétel.
- (6) Magyar Néprajzi Lexikon.
<https://mek.oszk.hu/02100/02115/html/2-1484.html> (2022.04.01)
- (7) Lévai Péter 2020-2021. „Néptánc módszertan 1.” Magyar Táncművészeti Egyetem, tánctanárképzés, néptáncszakirány, 2020-2021 tanév, 1. félév. Tantervi előadás-sorozat.
- (8) Mizerák Katalin 2017-2018. „Drámapedagógia 1. 2.” Magyar Táncművészeti Egyetem, táncos és próbavezető néptáncszakirány, 2017-2018 tanév, 1. 2. félév. Tantervi előadás-sorozat.
- (9) Kovács Henrik 2017-2018. „Próbavezetési és koreográfiai ismeretek”. Magyar Táncművészeti Egyetem, táncos és próbavezető néptáncszakirány, 2017-2018 tanév, 1. félév. Tantervi előadás-sorozat.
- (10) Juegos y rondas tradicionales del Uruguay
https://agu.udelar.edu.uy/wp-content/uploads/sites/31/2020/04/Juegos-y-rondas-tradicionales-del-Uruguay_AGU_CDM.pdf (2022.02.14)