

# Ο Χορός στα Προγράμματα Σπουδών της Φυσικής Αγωγής

Δρ. Απόστολος Ντάνης  
Σχολικός Σύμβουλος Φυσικής Αγωγής

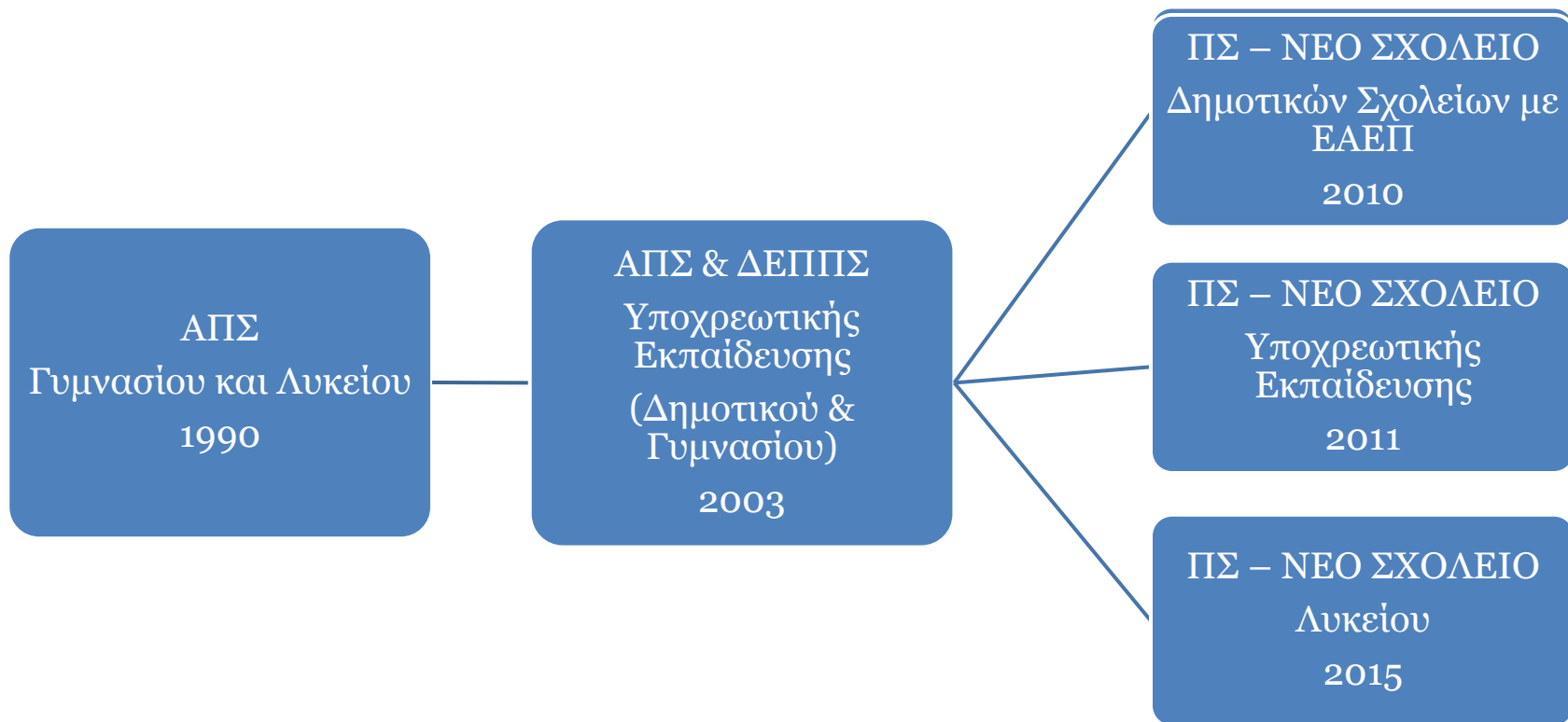


# Ο ρόλος του χορού στην εκπαίδευση

- Ο χορός είναι κίνηση – φυσική δραστηριότητα. Συνεπώς είναι θεματικό πεδίο της Φυσικής Αγωγής
- Ο χορός είναι εκφραστική και δημιουργική κίνηση που συμβάλει στην συναισθηματική και κοινωνική ανάπτυξη των μαθητών
- Ο χορός είναι έκφραση, δημιουργία, έχει αισθητική και αρμονία. Συνεπώς είναι τέχνη
- Βασικά σημεία της χρήσης του χορού στην εκπαίδευση:
  - Το μάθημα χορού δεν απαιτεί από τους μικρούς μαθητές να ακολουθούν τυφλά κανόνες που έχουν θέσει οι μεγαλύτεροί τους
  - Ο χορός μπορεί να απαιτεί πειθαρχία, αλλά ταυτόχρονα ενθαρρύνει τον αυτοσχεδιασμό και την ατομική έκφραση



# ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΣΠΟΥΔΩΝ της Φυσικής Αγωγής



# ΕΠΙΜΕΡΟΥΣ ΣΚΟΠΟΙ ΣΤΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΣΠΟΥΔΩΝ της Φυσικής Αγωγής

**Γενικός σκοπός:** Ισορροπη και αρμονική σωματική, κινητική και ψυχοκοινωνική ανάπτυξη



**Τελικός σκοπός:** Δια βίου άσκηση για την υγεία

# Η ανάπτυξη των κινητικών δεξιοτήτων:

- Μάθηση και καλλιέργεια μιας πληθώρας κινητικών δεξιοτήτων
  - Βασικές, σύνθετες και περίπλοκες κινητικές δεξιότητες
  - Αθλητικές δεξιότητες

## με ταυτόχρονη:

- Καλλιέργεια του ρυθμού
- Ανάπτυξη της δημιουργικής και εκφραστικής κίνησης
- Ανάπτυξη της αρμονικής και αισθητικής κίνησης





# Σχετικές θεματικές ενότητες στα Προγράμματα σπουδών

## **ΑΠΣ 1990:**

Παραδοσιακοί χοροί –  
ρυθμική και αεροβική  
γυμναστική

## **ΑΠΣ 2003:**

Μουσικοκινητική  
Αγωγή – Παραδοσιακοί  
χοροί

## **ΠΣ ΕΑΕΠ 2010:**

Ενοποιημένη θεματική  
ενότητα Χοροί:

Μουσικοκινητική  
αγωγή – Παραδοσιακοί  
χοροί – Σύγχρονες  
μορφές χορού - Λαϊκοί  
χοροί άλλων χωρών

## **ΠΣ Νέου Σχολείου:**

Διευρυμένη ενότητα  
Χορών με κάθε είδους  
χορού

Η καλλιέργεια των στοιχείων ρυθμού, ήχου, μουσικής, λόγου και κίνησης στις θεματικές ενότητες της Φ.Α.

- **Μουσικοκινητική Αγωγή** από το Α.Π.Σ. του 2003 , στις τάξεις Α – Δ του Δημοτικού Σχολείου

- Απλές ρυθμικές κινήσεις με ήχους, μουσική ή τραγούδι
- Παιχνιδοτραγούδα
- Μουσικοκινητικά δράματα/ σενάρια



# Από τη Μουσικοκινητική αγωγή στο Δημιουργικό χορό (creative dance)

- Ανάπτυξη της κινητικής **εκφραστικότητας** και **δημιουργικότητας** στις μικρές τάξεις του Δημοτικού Σχολείου
- Απλές ή γυμναστικές κινήσεις με μουσική
- Στάσεις και κινήσεις σε διάφορα επίπεδα και σχήματα του σώματος
- Μετακινήσεις στον προσωπικό και ομαδικό χώρο, σε διάφορες κατευθύνσεις μόνοι ή με άλλους





Η διδασκαλία των Παραδοσιακών Χορών βασική θεματική ενότητα από τα Α.Π.Σ. του 1990.

Το ΑΠΣ του 2003 προβλέπει στο δημοτικό σχολείο τη διδασκαλία των παρακάτω χορών :

- Α & Β τάξη δημοτικού
  - Συρτός στα τρία
  - Γρήγορο χασάπικο
  - Αι-Γιώργης
  - Τοπικοί χοροί
- Γ & Δ τάξη δημοτικού
  - Καραγκούνα
  - Παλαμάκια
  - Ποδαράκι
  - Συρτός-νησιώτικος
  - Τσακώνικος
  - Τοπικοί χοροί
- Ε & Στ τάξη δημοτικού
  - Καλαματιανός
  - Τικ
  - Τσάμικος
  - Έντεκα
  - Πεντοζάλη
  - Ζωναράδικος
  - Τοπικοί χοροί



Η θεματική ενότητα των Παραδοσιακών Χορών στο Γυμνάσιο ήδη από το Α.Π.Σ. της Φ.Α. του 1990.

Προβλέπεται η διδασκαλία των παρακάτω χορών:

- **Α τάξη γυμνασίου**

- Μακελάρικος (γρήγορος χασάπικος)
- Συρτός-καλαματιανός
- Ένας τοπικός χορός

- **Β τάξη γυμνασίου**

- Επανάληψη χορών Α τάξης
- Σαμαρίνας
- Τσάμικος
- Τοπικοί χοροί

- **Γ τάξη γυμνασίου**

- Πεντοζάλης
- Τικ μονό
- Επανάληψη χορών προηγούμενων τάξεων



# Συνήθης τρόπος διδασκαλίας των Παραδοσιακών Χορών στο μάθημα της Φυσικής Αγωγής

Εκμάθηση των βασικών βημάτων του χορού

Προσαρμογή των βημάτων στο μέτρο του χορού (κινητικό μοτίβο)

Επανάληψη του κινητικού μοτίβου στη μουσική του χορού

Επαναλήψεις του χορού και βελτίωση των υπόλοιπων στοιχείων του



Εφαρμόζονται φυσικά και άλλοι τρόποι διδασκαλίας





Κάποιες φορές απαιτείται η εκμάθηση του βασικού μοτίβου (βασικό βήμα) και μιας ευρύτερης ρουτίνας παραλλαγών ή χορογραφίας





Ενώ άλλοτε ο χορός, πέρα από τα βασικά βήματα, βασιίζεται στον αυτοσχεδιασμό



# Για μια καλύτερη διδασκαλία των παραδοσιακών χορών στο σχολείο

## Απαιτήσεις στη διδασκαλία των παραδοσιακών χορών

- Ο/η εκπαιδευτικός να γνωρίζει τα βασικά βήματα του χορού
- Να έχει στο μάθημα την κατάλληλη μουσική
- Να επιλέγει την κατάλληλη μεθοδολογία
- Να διατηρεί το ενδιαφέρον των μαθητών, κυρίως μέσα από τα εκφραστικά στοιχεία του χορού

## Δημιουργία ελκυστικού/προκλητικού κλίματος παρακίνησης

- Ελευθερία της κινητικής έκφρασης των μαθητών μέσα στο χορό
- Προτίμηση διδασκαλίας των δημοφιλέστερων χορών
- Επιλογή ή συνδυασμός της μουσικής του χορού με σύγχρονα μουσικά ακούσματα
- Προγραμματισμός εκδήλωσης/παράστασης

# Τα παιδιά και οι έφηβοι εκφράζονται σήμερα κυρίως μέσα από τις σύγχρονες μουσικές και μορφές χορού

- Το hip hop είναι η πλέον δημοφιλή μορφή χορού των παιδιών και εφήβων
- Διαδίδεται παγκόσμια με τη μουσική των video clips
- Εμφανίζεται συνεχώς με νέα είδη και στυλ και διάφορους τρόπους διδασκαλίας



## Τι είναι το hip hop



- Το hip hop αποτελείται από συνδυασμούς κινήσεων.
- Κάθε συνδυασμός διαιρείται σε χτύπους, καθένας από τους οποίους αντιστοιχεί σε μία κίνηση.
- Οι συνδυασμοί χορεύονται σε μία σειρά (χορογραφία).

# Ο συνήθης τρόπος διδασκαλίας του hip hop

**Εκμάθηση  
συνδυασμού  
κινήσεων:**

Κινήσεις σε αργό  
χρόνο → σε  
διπλάσιο χρόνο →  
σε μονό χρόνο

**Επαναλήψεις  
του συνδυασμού  
κινήσεων σε  
μονό χρόνο**

**Χορογραφία:**  
ένωση  
συνδυασμών σε  
σειρά & εκμάθησή  
της

**Επαναλήψεις  
μιας ρουτίνας  
συνδυασμών ή  
επέκταση της  
χορογραφίας σε  
ολόκληρη τη  
μουσική**





# Υπάρχουν κοινά σημεία στη διδασκαλία των σύγχρονων μορφών χορευτικής έκφρασης

- Aerobic
- Χορευτικό aerobic
- Zumba



# Εναλλακτικοί τρόποι ένταξης των σύγχρονων μορφών χορευτικής έκφρασης στο μάθημα της Φ.Α.

- Μέθοδοι αμοιβαίας διδασκαλίας και αυτοσχεδιασμού (αυτοδιδασκαλία μαθητών)
- Μέθοδος project (ομαδοσυναργατικό αποτέλεσμα)
- Διοργανώσεις διαγωνισμών και χορευτικών εκδηλώσεων (συντονισμός προετοιμασίας των μαθητών)



# Λαϊκοί χοροί από άλλες χώρες

## Για ποιο λόγο η ένταξή τους στη Φυσική Αγωγή

- Γνωριμία ενός ευρύτερου φάσματος λαϊκών χορών
- Ένταξη των λαϊκών χορών στη Φ.Α. στο πλαίσιο της πολιτισμικής εκπαίδευσης
- Παροχή περισσότερων ευκαιριών κινητικής & χορευτικής έκφρασης στους μαθητές





