

ROLA TAŃCA W ŻYCIU DZIECKA

Taniec jako zabawa w życiu dziecka

W życiu człowieka dominują trzy formy aktywności – zabawa, nauka i praca. Każda z tych form występuje na każdym jego etapie w zróżnicowanym nasileniu, zależnym również od indywidualnego rozwoju. Rozważając interesującą nas kwestię zabawy warto przedstawić dwie definicje wyjaśniające to pojęcie:

„Zabawa jest działaniem wykonywanym dla przyjemności, a opartym na udziale wyobraźni, tworzącej nową rzeczywistość, ma charakter twórczy i prowadzi do samodzielnego poznawania i przekształcania rzeczywistości. Jest to działalność wykonywana dla przyjemności, którą sama sprawia...”¹

„Zabawa jest dobrowolną czynnością lub zajęciem...jest celem sama w sobie, towarzyszy jej uczucie radości i napięcia oraz świadomości odzwyczajonego życia.”²

Będąca podstawową formą aktywności dziecka do momentu podjęcia nauki szkolnej, oraz w pierwszych jej latach, wraz ze stopniowym dorastaniem zabawa przechodzi w większości w sferę działalności pozalekcyjnej, uprawianej w czasie wolnym od nauki i innych obowiązków, zawsze jednak jest chętnie i z radością podejmowana. Warto nie tylko stwarzać warunki organizacyjne do aktywności zabawowej, ale również wychodzić z różnymi inicjatywami i propozycjami wykorzystywania dominującej u dzieci potrzeby ekspresji ruchowej w celu jej rozwijania, ubogacania i zwiększania związanych z nią pozytywnych doznań poznawczych, emocjonalnych i estetycznych. Tu na szczególną uwagę zasługuje taniec:

„(...) kwestia wzajemnego związku tańca i zabawy nie jest problemem. Jest to sprawa tak oczywista, tak wewnętrznie zasadna i umocniona, że nie ma potrzeby rozwodzić się szerzej, aby włączyć pojęcie tańca do pojęcia zabawy. Stosunek tańca do zabawy nie polega na tym, że ma on w sobie coś z zabawy, lecz na tym, że stanowi jej część: jest to stosunek oparty na tożsamości istoty. Taniec jako taki jest szczególną i szczególnie doskonałą formą samej zabawy”

W tańcu dziecięcym dominuje swobodna ekspresja ruchowa jako spontaniczna reakcja na usłyszaną muzykę. Ze względu na słabo rozwiniętą koordynację nie można od dzieci

¹ W. Okoń, „Zabawa a rzeczywistość”, Warszawa, WSiP, 1987, w: E. Mendyk, „Zabawa dziecka przejawem jego własnej aktywności”, „Wychowanie w przedszkolu” 2/1999, s. 185.

² J. Huizinga, „Homo Ludens. Zabawa jako źródło kultury”, Warszawa, 1967, „Czytelnik”, w: E. Mendyk, „Zabawa dziecka przejawem jego własnej aktywności”, „Wychowanie w przedszkolu” 2/1999, s. 185.

wymagać perfekcji ruchu, a wybraną formę taneczną dostosować do ich poziomu rozwoju i umiejętności, a także zainteresowań. Niezależnie od tego, czy będzie to zabawa z piosenką, taniec ludowy, towarzyski, współczesny czy integracyjny, ważne jest by jego celem była radość ruchu, tworzenia, i czerpania przyjemności z respektowania reguł obowiązujących w grupie rówieśniczej.

Szczególną radość przynosi dzieciom towarzysząca tańcu możliwość charakteryzacji, założenie kostiumów, w przygotowaniu których często sami lub z pomocą dorosłych uczestniczą. Zabawę taką uatrakcyjnią również możliwość zaprezentowania swoich osiągnięć rodzicom, dziadkom czy też kolegom podczas szkolnych czy środowiskowych uroczystości.

Warto zatem wykorzystać różne możliwości: zarówno podczas lekcji jak i zajęć pozalekcyjnych a także szkolnych imprez i uroczystości, by podtrzymywać i rozwijać umiejętności zabawy dzieci poprzez taniec. Oprócz niewątpliwego wpływu na harmonijny rozwój wszystkich sfer osobowości dziecka zostanie ona przeniesiona w dorosłe życie i wykorzystana zarówno w dobrych jak i trudnych jego chwilach.

Tanec jako sposób na stymulowanie rozwoju dziecka.

Powszechna dominacja konsumpcyjnego stylu współczesnego życia, ma odzwierciedlenie w narastających problemach dotyczących zdrowia fizycznego, rozwoju intelektualnego i emocjonalnego, wynikających z małej aktywności ruchowej dzieci. Jedną z propozycji na ich łagodzenie i niwelowanie może być taniec, który spełniając zarówno funkcję stymulującą jak i terapeutyczną wychodzi naprzeciw różnorodnym potrzebom rozwojowym dzieci.

„Przygotowanie, wykonanie i kontrolę ruchów, przy których współdziałają odczucia zmysłowe, centralny układ nerwowy i mięśnie określamy mianem psychomotoryki”

Tanec służy doskonale jej rozwojowi kształtując u dziecka nie tylko cechy motoryczne takie jak siłę wytrzymałość i koordynację ruchową ale również sferę psychiczną, moralną i estetyczną. Dzięki tańcu i ćwiczeniom muzyczno – ruchowym dzieci ćwiczą umiejętność koncentracji, spostrzegawczość pamięć, szybką reakcję, koordynację wzrokowo – ruchową, mają okazję do przedstawiania twórczych pomysłów na realizację postawionych zadań, uczą się wewnętrznej dyscypliny i współdziałania w grupie Olbrzymie korzyści płynące z tańca to oprócz kształcenia poczucia rytmu i uwrażliwiania na muzykę oraz wpływu na ogólne umuzykalnienie także kształcenie świadomości własnego ciała, jego usprawnianie i

harmonijny rozwój, możliwość uświadamiania sobie przestrzeni i dzielenia jej z innymi ludźmi a przez to wyrabianie orientacji ruchowej, przeżywanie empatii.

Taniec może pomóc również dzieciom, które cierpią na różnorodne zaburzenia i deficyty rozwojowe. Połączony z ćwiczeniami twórczymi, stanowi ważny element popularnej metody Weroniki Sherborne, wspomagającej rozwój dzieci z zaburzeniami psychoruchowymi przede wszystkim w przypadkach upośledzeń umysłowych, ale także pomagającej dzieciom prezentującym normę intelektualną, a przejawiającym zaburzenia w sferze emocjonalnej i społecznej.

Swą wielowymiarową terapeutyczną funkcję spełnia taniec w przebiegu treningu twórczej wizualizacji, czyli wykorzystaniu wyobraźni do radzenia sobie z różnymi problemami. Jako twórczy ruch jest jednym z czynników sterujących przepływem energii w ciele dziecka, a pojawiając się w końcowej fazie treningu, stanowi jedną z form różnorodnych twórczych działań podejmowanych przez dzieci dla w celu powrotu do otaczającej ich rzeczywistości.

Dziedzina, wykorzystująca taniec jako element terapeutyczny to choreoterapia, nazwa pochodzi z połączenia greckich słów: *choreia* – taniec i *therapeia* – leczenie, terapia.

Choreoterapia wychodzi naprzeciw różnorodnym potrzebom, może być pomocna zarówno w leczeniu zaburzeń ośrodkowego układu nerwowego, nerwic, ograniczeń narządów wzroku, słuchu i ruchu. Doświadczając swojego ciała i uzewnętrzniając uczucia w trakcie tańca, pacjent pozwala poznać się terapeutycie, wyrażając to, czego nie może wyrazić słowami.

Terapeutyczna funkcja tańca opiera się między innymi na zasadzie, w myśl której porównuje się uzyskiwane podczas jego trwania efekty fizjologiczne z tymi uzyskiwanymi w stanie przyjemności. Jest to stan sprzyjający łatwiejszemu nawiązywaniu kontaktów z otoczeniem, ekspresja ruchowa pozwala na pozbycie się lęków i problemów.

Wyjątkowo trafne wydają się być w tym kontekście słowa Marii Przychodzińskiej – Kaciczak: *„Określone zdolności (...) są wynikiem nie tylko tego, co dziecko przyniosło ze sobą na świat, lecz także rozwoju i kształtowania.”*

ŹRÓDŁA:

1. Day J., *Twórcza wizualizacja dla dzieci*, Wydawnictwo Zysk i S – ka, Poznań 1997.
2. Dymara B., *Dziecko w świecie muzyki*, Oficyna wydawnicza Impuls, Kraków 2000.
3. Gęca L., *Tańce integracyjne w pracy z grupą*, Wydawnictwo KLANZA, Lublin, 2002.
4. Huizinga J., *Homo Ludens. Zabawa jako źródło kultury*, Warszawa, 1985, „Czytelnik” w: Tomaszewski W., *Człowiek tańczący*, WSiP, Warszawa 1991.
5. J. Huizinga, „*Homo Ludens. Zabawa jako źródło kultury*”, Warszawa, 1967, „Czytelnik”, w: E. Mendyk, „*Zabawa dziecka przejawem jego własnej aktywności*”, „Wychowanie w przedszkolu” 2/1999.
6. Okoń W., *Zabawa a rzeczywistość*, Warszawa, WSiP, 1987, w: E. Mendyk, „*Zabawa dziecka przejawem jego własnej aktywności*”, „Wychowanie w przedszkolu” 2/1999.
7. Koziełło D., *Taniec i psychoterapia*, KMK Promotions, Poznań 2002, w: J. Jakubik – Hajdukiewicz, *Twórcze działania dla dzieci z wykorzystaniem terapii tańcem, jogi i kreatywnego pisania*, Garmond, Poznań 2005.
8. Kronenberger M., *Muzykoterapia*, Mediarour, Szczecin.
9. Kuźmińska O., *Taniec w teorii i praktyce*, Akademia Wychowania Fizycznego im. Eugeniusza Piaseckiego, Poznań 2002.
10. Marszałek C., *Rola tańca w rozwoju dziecka* Wychowanie w przedszkolu,
11. Regner H., *Nasze dzieci i muzyka*, WSiP, Warszawa, 1995.