

## **Valențele formative ale dansurilor în dezvoltarea îndemânării la ciclul primar**

**Profesor învățământ primar: Irimie-Matei Camelia**  
**Școala Gimnazială "Alexandru-Ioan Cuza", Târgu-Mureș**

Pornind de la premisa *-dansul este o artă-*, lucrarea de față transmite un mesaj clar: forța instructiv-educativă a dansurilor văzută prin prisma îndemânării.

Jocul/dansul dă sens copilăriei deoarece mișcarea, exercițiul fizic în sine îi fac pe copii fericiți. Printr-o activitate minuțios elaborată, la școlarul mic se pot descoperi talente cu înclinații spre dans, care îndrumate și cultivate atent pot da roade.

Exercițiile fizice realizate prin dans dezvoltă calități și deprinderi motrice și artistice, contribuind cu precădere la educația estetică-motrică a elevilor. Stimularea și formarea calităților psihico-fizice prin învățarea unor pași de dans determină dezvoltarea unor capacități de percepere și înțelegere a frumosului din natură, artă și societate.

Fiind practicate atât în activități școlare cât și extrașcolare, dansurile ajută la dezvoltarea interesului pentru mișcarea expresivă și formarea unui limbaj motric expresiv, plastic și estetic. Prin dans se realizează mișcarea într-un ritm suplu și natural, se sincronizează pașii pe ritmul muzicii. Implicarea afectivă și efectivă a copiilor în acest gen de activitate a dovedit că nu există un mijloc de educație fizică mai complet, pe care copilul să-l facă și cu multă plăcere. Dansul are la modul natural ritm, suplețe, echilibru, ținută adecvată și cultivă în mod plăcut virtuți fizice: îndemânarea, forța, tenacitatea, viteza, simțul orientării în spațiu.

Îndemânarea, văzută prin prisma dansurilor fie ele tematice sau populare este o calitate motrică complexă ce poate fi dezvoltată pe tot parcursul orelor de educație fizică având multiple interferențe cu celelalte calități. Orice mișcare voluntară presupune un anumit indice de îndemânare.

Am ales să tratez îndemânarea deoarece ea poate fi dezvoltată de la vârste mici. Orice act sau acțiune motrică poate contribui direct la educarea și dezvoltarea îndemânării. Structura exercițiilor trebuie să fie cunoscută de către elevi, pe baza exercițiilor însușite anterior. Exercițiile pentru dezvoltarea îndemânării sunt mai spectaculoase și mai atractive pentru copii, având o influență favorabilă și asupra dezvoltării celorlalte calități.

Ca mijloace de dezvoltare a îndemânării pot fi: acțiuni motrice individuale sau în perechi, ștafete, parcursuri aplicative și jocuri dinamice și nu în ultimul rând dansul. Prin figuri de dans executate pe ritmuri muzicale se poate cultiva și dezvolta muzicalitatea motrică, importantă în învățarea și prezentarea dansului. Valențele formative ale dansurilor rezultă din multiplele posibilități pe care le include mesajul artistic, de a descoperi și de a evidenția cele mai intime și mai profunde laturi ale sensibilității umane. Prin elementele lor atletice și estetice, dansurile contribuie la dezvoltarea tuturor proceselor psihice (cognitive, afective, volitive) precum și a componentelor personalității. Însă în planul proceselor psihice, cu siguranță cele mai favorizate rămân stările afective pe care le implică și le provoacă învățarea și prezentarea unui dans.

După tratarea din punct de vedere teoretic a temei acestei lucrări, în partea practică, de cercetare am testat modalitatea în care dansul dezvoltă îndemânarea la elevii clasei a II-a.

Pornind de la ipoteza conform căreia vârsta școlarității mici este cea mai propice pentru dezvoltarea îndemânării, se observă în cele trei teste aplicate la eșantionul experimental și de control că elevii testați au obținut rezultate foarte bune. Dacă la eșantionul experimental în orele de educație fizică s-au învățat și pași de dans în momentul destinat dezvoltării calităților motrice, elevii au fost capabili de performanțe ridicate. La eșantionul de control se observă faptul că rezultatele obținute la cele trei teste nu diferă foarte mult în testarea inițială față de cea finală în comparație cu eșantionul experimental, unde modificările valorice sunt pregnant accentuate în sens pozitiv.

Utilizând și pași de dans în momentul dezvoltării îndemânării în orele de educație fizică, copiii au manifestat o atitudine de interes și plăcere față de activitățile desfășurate, fiind puși în ipostaza de a-și utiliza debordanta energie specifică acestei vârste în scopul îndeplinirii sarcinilor primite. Am testat o presupunere care s-a confirmat și care poate servi și altor cadre didactice ca una dintre modalitățile de creștere a eficienței învățării.

În fiecare oră am destinat 5-7 minute dezvoltării îndemânării după veriga prelucrării selective a aparatului locomotor prin exerciții, jocuri, ștafete, pași de dans păstrați pe parcursul mai multor lecții. Am reușit să perfecționez această calitate motrică, dar și să îi stimulez pe elevi să practice cu plăcere acțiuni motrice specifice.

Între joc și învățare nu există o delimitare precisă, ci mai degrabă o punte de legătură. Prin mișcare bine organizată și structurată, cadrul didactic le poate deschide elevilor calea spre un organism sănătos, capabil să asimileze informații noi din spațiul și universul ce-i înconjoară.

## BIBLOGRAFIE

- **Buruian, L.**, (2004), *Educația fizică în grădiniță- îndrumar metodic-aplicativ*, Casa de Editură Mureș
- **Bocoș, M.**, (2003), *Teoria și practica cercetării pedagogice*, Editura Casa Cărții de Știință, Cluj-Napoca
- **Ionescu, M., Bocoș, M.**, (2001), *Cercetarea pedagogică și inovația în învățământ*, în „Pedagogie. Suporturi pentru formarea profesorilor”, Editura Presa Universitară Clujeană, Cluj-Napoca
- **Dragomir, P., Scarlat, E.**, (2004), *Educația fizică școlară*, Editura Didactică și Pedagogică R.A., București