

Művészeti iskola – Néptánc

Az iskolában több, mint 20 éve folyik néptánc oktatás.

A ritmikus mozgás, nevezzük táncnak, a gyerekek testi, koordinációs és mentális fejlődését és teljesítő képességét nagy mértékben növeli, melyet kutatások is bizonyítanak. A néptánc azért emelkedik ki számunkra minden más közül, mert ez a sajátunk immár több száz éve. Ez idő alatt olyanná formálódott, ami a magyar ember mindennapi életében is segítségre lehet. Szorosan kapcsolódik hagyományainkhoz és ünnepeinkhez. Ugyanakkor a hosszú éveken át tartó fejlődésnek hála, olyan komplex mozgásformává fejlődött, ami nem csak Európa szinten egyedülálló, de világszinten is. Egy 2-3 perces intenzív néptánc nem csak a test, hanem az agy minden területét is megmozgatja, hiszen figyelünk a zenére, a zene ritmusára, a párunkra, a csoport többi tagjára, tánc közben énekelünk (ami endorfint szabadít fel, s így örömeztet, boldogságot okoz), a koreográfiák megtanulásánál az emlékezet és a számolás is funkcionál, külön-külön mozgatjuk a testünk minden egyes izmát, és még sorolhatnám. Nincs még egy ilyen komplexen fejlesztő tréning a világon, aminek a motivációja a felhőtlen boldogság és öröm volna.

Hát ezt csináljuk mi...

Borkó Bálint