

Erősítő és fejlesztő gyakorlatok NTP-TEHETSEG-23-0056

A magyar néptánc az egyik legösszetettebb mozgásforma, így elsajátítása nemcsak hosszú időt igényel, hanem egyéb képességek és kompetenciák fejlesztését is megköveteli. A stabil erőnlét egyrészt lehetővé teszi a növendékek számára, hogy hosszabb folyamatokat is képesek legyenek végig táncolni, másrészt védi őket a sérülésektől. A Balla Zoltán Alapfokú Művészeti Iskola Tehetségcsoportjának oktatói Kovács Gábor Norbert és Kovács-Gál Nóra a fentiek értelmében nagy hangsúlyt fektetnek a játékos fizikai felkészítésre, az izomzat és az ízületek megerősítésére, ugyanakkor lazán tartására. Mindemellett olyan gyakorlatokat is végeztenek tehetségeinkkel, amelyek a térérzékelés finomítására irányulnak. Mindezeknek a későbbiekben – a koreográfia kidolgozásának és színpadra állításának időszakában – nagy hasznát veszik majd a csoport tagjai, még akkor is, ha mindez most csak indirekt formában zajlik.



KULTURÁLIS ÉS INNOVÁCIÓS
MINISZTERIUM

 Nemzeti
Tehetség Program