

Χορεύουμε;

ΕΧΕΤΕ ΣΚΕΦΤΕΙ ΠΟΤΕ ΓΙΑΤΙ ΟΛΟΙ ΟΙ ΔΑΣΚΑΛΟΙ ΧΟΡΟΥ ΕΠΙΜΕΝΟΥΝ ΟΤΙ ΤΟ ΜΠΑΛΕΤΟ ΕΙΝΑΙ Η ΚΑΛΥΤΕΡΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΠΟΥ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΞΕΚΙΝΗΣΕΙ ΕΝΑ ΠΑΙΔΙ; Η ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ ΧΟΡΟΥ ΚΑΙ ΙΔΙΟΚΤΗΤΡΙΑ ΣΧΟΛΗΣ ΜΠΑΛΕΤΟΥ ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΜΕΝΗΣ ΑΠΟ ΤΟ ΚΡΑΤΟΣ ΣΤΗ ΝΙΚΑΙΑ ΕΛΕΝΗ ΕΜΜΑΝΟΥΗΛΙΔΟΥ ΜΑΣ ΕΞΗΓΕΙ ΓΙΑΤΙ ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ ΘΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΩΘΗΣΟΥΝ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΤΟΥΣ ΝΑ ΑΣΧΟΛΗΘΟΥΝ ΜΕ ΑΥΤΗ ΤΗΝ ΤΕΧΝΗ ΑΠΟ ΜΙΚΡΗ ΗΛΙΚΙΑ.

Πείτε μας ποια είναι τα οφέλη ενός παιδιού που ασχολείται με τον χορό;

Τα οφέλη είναι σωματικά και πνευματικά. Αρχικά ασκούν όλο το σώμα, μαθαίνουν να στέκονται και να περπατούν σωστά. Ελέγχουν το σώμα τους και σταδιακά αποκτούν δυνατό κορμό και άριστη φυσική κατάσταση. Αποκτούν ευλυγισία και μειώνουν τις πιθανότητες τραυματισμών. Ενισχύουν τη μνήμη τους κατά την προσπάθειά τους να μαθαίνουν και να θυμούνται χορευτικούς συνδυασμούς. Δυναμώνει η συγκέντρωση, αναπτύσσεται το αίσθημα πειθαρχίας, η θέληση για επίτευξη στόχων. Επιπλέον, έρχονται σε επαφή με τη μουσική, τον ρυθμό και την κίνηση, διευρύνεται η δημιουργική τους έκφραση και αποκτούν αρμονία στην κίνηση και συντονισμό. Φυσικά τα οφέλη είναι και κοινωνικά καθώς κάνουν δυνατές φίλιες, διασκεδάζουν και αποβάλλουν το καθημερινό στρες, μαθαίνουν να εργάζονται ομαδικά, με σεβασμό προς τους συμμαθητές τους. Συμμετέχοντας σε εκδηλώσεις, παραστάσεις, ανοικτά μαθήματα τόνωνεται η αυτοπεποίθησή τους και αποθηκεύουν όμορφες αναμνήσεις και πολύτιμες εμπειρίες.

Ποια είναι η διαφορά μιας καθαρά αθλητικής δραστηριότητας και μιας δραστη-

ριότητας που είναι και Τέχνη παράλληλα όπως ο χορός;

Ο χορός, εκτός από το σώμα, εξασκεί και το πνεύμα! Όταν χορεύουμε δεν κάνουμε αυτόματες κινήσεις μηχανικά, όπως όταν κάνουμε ποδήλατο ή όταν χρησιμοποιούμε κάποιο όργανο γυμναστικής. Ο χορός και ειδικά η απόδοση μιας δομημένης χορογραφίας απαιτεί σκέψη, ενεργοποίηση πολλών διανοητικών διεργασιών, συντονισμό και μνήμη. Είναι καλλιτεχνική έκφραση, ταξιδεύει, πρεμεί και εξευγενίζει την ψυχή.

Ισχύει ότι το μπαλέτο είναι η βάση για όλους τους χορούς;

Ναι, ισχύει. Στο μάθημα του μπαλέτου γίνεται όλη η δουλειά όσον αφορά την ενδυνάμωση και την ευλυγισία του σώματος. Μόνο με το μπαλέτο ένα σώμα είναι δυνατό, γυμνασμένο ενώ παράλληλα αποκτούν τα παιδιά και μια χάρη. Ο κλασικός χορός έχει εξέλξει όπως η ακαδημαϊκή πορεία ενός μαθητή. Ξεκινάς από το νηπιαγωγείο και φτάνεις μέχρι πανεπιστήμιο. Αν ένα παιδί ακολουθήσει την ίδια πορεία και με το μπαλέτο θα καταφέρει να φτάσει σε υψηλό επίπεδο τεχνικής που σημαίνει τέλεια φυσική κατάσταση και άριστες σωματικές αναλογίες.

Τι θα συμβουλευάτε τους γονείς που φοβούνται ότι μια δραστηριότητα θα επηρεάσει την απόδοση στο σχολείο αρνητικά;

Κάτι τέτοιο δεν ισχύει. Έρευνες έχουν δείξει την ύπαρξη καλά καταγεγραμμένης σχέσης ανάμεσα στη σωματική άσκηση και την ακαδημαϊκή επιτυχία. Όσον αφορά τις σχολικές επιδόσεις, υπάρχουν ισχυρές αποδείξεις ότι η σωματική δραστηριότητα επηρεάζει θετικά τη μνήμη, τη συγκέντρωση και τη συμπεριφορά μέσα στην τάξη. Προσωπικά πιστεύω ότι ένα παιδί όπως πρέπει να πάει σχολείο πρέπει να ασχοληθεί και με την Τέχνη. Όπως δεν διδάσκουμε τα μαθηματικά αποκλειστικά για να δημιουργήσουμε μαθηματικούς ή δεν διδάσκουμε τη γραφή αποκλειστικά για να δημιουργήσουμε συγγραφείς, το ίδιο ισχύει για τις Τέχνες. Τις διδάσκουμε για να δημιουργήσουμε ολοκληρωμένους πολίτες που μπορούν να εφαρμόσουν τις δεξιότητες, τις γνώσεις και την εμπειρία τους από τις τέχνες στην καριέρα και τη ζωή τους.

Τι συμβουλή θα δίνετε στους γονείς πριν ξεκινήσουν τα παιδιά τους μπαλέτο;

Προσοχή στην επιλογή σχολής χορού διότι το μπαλέτο διδάσκεται σωστά και με ασφάλεια μόνο σε σχολές χορού αναγνωρισμένες από το κράτος.

