



## Τι είναι Χορός

- Ο **χορός** αποτελεί μέσω κίνησης ένα σημαντικό στοιχείο στη ζωή του ανθρώπου που τον ακολουθεί από την ημέρα της γέννησής του μέχρι και το τέλος της ζωής του.
- Ο άνθρωπος σε κάθε σημαντική στιγμή της ζωής του για να εξωτερικεύσει τα συναισθήματά του, που αποζητούν την έκφρασή τους, καταφεύγει στη μουσική, στο στίχο και στο **χορό** (Λούκα, 1999).

## Τι είναι Χορός (συνέχεια)

- Ως **χορός** μπορεί να οριστεί η διαδογή των κινήσεων, όπως βήματα, αναπηδήσεις και εν γένει δραστηριότητα του σώματος, για σκοπούς αποκλειστικά καλλιτεχνικούς ή τελετουργικούς, ή παιχνιδιού, με προκαθορισμένη τάξη και συμφωνία μ' ένα ρυθμό που δίνεται γενικά μέσω μουσικής (Φαρανάκης, 1987).

## Τι είναι Χορός (συνέχεια)

- Ο **χορός** είναι ρυθμός. Ακόμη και το μικρό παιδί είναι ικανό να χορέψει, όπως είναι ικανό να μάθει γραφή και ανάγνωση.
- Ο **ρυθμός** συναντάται πολύ έντονα στο σώμα και την ψυχή όλων των ανθρώπων, μεγάλων και παιδιών.
- Ο **χορός** με τις σωματικές ρυθμικές κινήσεις και δεξιότητες του, είναι μια καλλιτεχνική αλλά και ερωτική εκδήλωση, κυρίως εκτονωτική (Λουκάτος, 1977).

## Τι είναι Χορός (συνέχεια)

- Ο **χορός** αναπτύσσει και εξελίσσει τον άνθρωπο, τον φέρνει κοντά στον εαυτό του, στη γνώση στην αυτογνωσία, στην εμπειρία τη δική του και των άλλων.
- Ο **χορός** κλείνει σαν μονάδα μέσα του την επιστήμη και την τέχνη. Είναι το τέλει άθλημα με οποιαδήποτε έννοια και αν δοθεί η λέξη (Μαυροβουνιώτης & συν., 2006).
- Ο **χορός** σημαίνει, αισθάνομαι και εκφράζω τη σχέση του ανθρώπου με τη φύση, την κοινωνία, το μέλλον και τους Θεούς (Κράους, 1980).

## Ο Χορός στην Ελλάδα

- Ο **χορός** στην Ελλάδα ήταν αναπόσπαστα συνδεδεμένος με τη ζωή των ανθρώπων. Η αγάπη του Έλληνα για το χορό συνεχίζεται μέχρι σήμερα και οφείλεται κατά ένα μέρος στην ιδιοσυγκρασία των Μεσογειακών λαών, στην ανάγκη τους για έκφραση και για ελευθερία (Μαυροβουνιώτης & συν., 2006).

## Τα μέρη του χορού

Ο χορός αποτελείται από τρία μέρη (Σερμπέζης, 1987):

- Την κίνηση: τα βήματα που γίνονται στο χορό.
- Το μέλος: η μουσική του χορού, η μελωδία.
- Το λόγο: τα λόγια του τραγουδιού.

## Τα μέρη του χορού (συνέχεια)

Ως κίνηση αναφέρεται:

- η γυμναστική κίνηση, με την οποία χαρακτηρίζονται τα βήματα, το κινητικό περιεχόμενο και οι κινήσεις γενικώς, που εκτελούνται κατά την εκτέλεση των χορών,
- η έκφραση, δηλαδή ο τρόπος (στυλ) με τον οποίο εκτελείται το κινητικό περιεχόμενο.

## Τα μέρη του χορού (συνέχεια)

Μέλος είναι η μελωδία (μουσική) και δια κρίνεται σε:

- μέτρο, για να γίνεται κατανοητό πότε ένας χορός είναι αργός και πότε γρήγορος. Το μέτρο του χορού είναι σταθερό και μόνιμο,
- ύφος, είναι ο χαρακτήρας της μουσικής, που χαρακτηρίζει το χορό και μπορεί να είναι χαρούμενο ή πένθιμο. Δηλώνει ακόμη τη καταγωγή του χορού,
- φράση, δείχνει την αρχή και το τέλος του χορού.

## Τα μέρη του χορού (συνέχεια)

Ο λόγος είναι το θέμα του τραγουδιού και διακρίνεται σε:

- επικός λόγος, που εκφράζει ηρωισμούς και κατορθώματα,
- λυρικός λόγος, που εκφράζει συναισθήματα.

## Μορφές χορού

Υπάρχουν διάφορες μορφές χορού, όπου η κάθε μια έχει το δικό της περιεχόμενο. Οι πιο διαδεδομένες μορφές χορού είναι:

- ✓ Κλασσικό Μπαλέτο: είναι μια αυστηρά πειθαρχημένη μορφή εκτέλεσης του χορού που βασίζεται σε μια συγκεκριμένη τεχνική.
- ✓ Σύγχρονος Χορός: (γνωστός και ως μοντέρνος χορός) εδώ παρατηρείται μεγαλύτερη ελευθερία στην κίνηση και την έκφραση του χορευτή σε σχέση με το μπαλέτο.
- ✓ Χορός Τζαζ: μοιάζει περισσότερο στο σύγχρονο χορό, αλλά έχει ακόμη περισσότερη ελευθερία και άνεση στη κίνηση.

## Μορφές χορού (συνέχεια)

- ✓ Κοινωνικός Χορός: περιλαμβάνει ευρωπαϊκούς και λατινο-αμερικάνικους χορούς όπως βάλς, ταγκό, φοξ-τροτ, ρούμπα, σάμπα κ.α. και φτάνει μέχρι τους χορούς ροκ-εντ-ρολ και ντίσκο.
- ✓ Μουσικός Χορός σκηνής: (γνωστός και ως μουζικαλ) συναντάται στη σκηνή, στις ταινίες ή στη τηλεόραση. Συνδυάζει στοιχεία μοντέρνας τζαζ, μπαλέτου, ακόμη και εθνικών χορών.
- ✓ Ψυχαγωγικός Χορός: πολλά άτομα μαζί ή μεμονωμένα που χορεύουν για λόγους διασκέδασης, με σκοπό την ικανοποίηση των ίδιων των συμμετεχόντων.

### Μορφές χορού (συνέχεια)

- ✓ **Παραδοσιακός χορός:** (γνωστός και ως εθνικός χορός) αναφέρεται στο τύπο του χορού που εκτελείται από εθνικές ομάδες – συνήθως με χαρακτήρα υψηλά παραδοσιακό, συχνά συνδεδεμένο με τη θρησκευτική πρακτική και τις κοινωνικές συνήθειες. Είναι ο χαρακτηριστικός χορός κάθε λαού και έχει το δικό του χαρακτήρα, που αντικατοπτρίζει το χαρακτήρα του λαού και της χώρας που χορεύεται.
- ✓ **Φολκλορικός Χορός:** πολλά άτομα μαζί ή μεμονωμένα που χορεύουν παραδοσιακούς χορούς των χωρών τους, με σκοπό τη διασκέδαση ακροατών-θεατών.

### Μορφές χορού (συνέχεια)

#### ✓ Άλλα ήδη χορού:

- λαϊκοί χοροί,
- ιστορικοί χοροί,
- κάρακτερ,
- κλακέτες,
- φλαμέγκο,
- χορός της κουλιάς,
- ινδικοί χοροί,
- hip-hop,
- RNB,
- παιδαγωγικός χορός,
- δημιουργικός χορός.

### Μορφές χορού (συνέχεια)

- ✓ **Αυτοσχεδιασμός (Improvisation):** πάνω σε μια δοσμένη μουσική οι χορευτές μπορούν να αυτοσχεδιάσουν πάνω σ' ένα δοσμένο ή δικό τους θέμα. Καλλιεργείται η φαντασία, εκφραστικότητα, ετοιμότητα και η τόλμη εμφάνισης και έκφρασης. Είναι ένας τρόπος με βάση τις φυσικές ικανότητες του σώματος, ο χορευτής να παράγει εκατομμύρια κινήσεις με διαφορετική ισχύ, ένταση, ύφος και δύναμη. Είναι μια αυθόρμητη κίνηση στιγμιαία και μοναδική, που δεν μπορεί να επαναληφθεί.

### Στόχοι του χορού

Ο χορός είναι μια έννοια πολύπλευρη. Αυτή η πολυπλευρικότητά του τον κάνει να είναι μια έννοια πλούσια σε στόχους, όπως να είναι (Κράους, 1980, Ιωαννίδου, 1985):

- ❖ μέσο θρησκευτικής λατρείας, ως μέσο επικοινωνίας με το Θεό.
- ❖ μέσο έκφρασης της εθνικής ή φυλετικής αφομοίωσης και δύναμης.
- ❖ μορφή τέχνης, μια εκδήλωση της αυτοέκφρασης και της προσωπικής δημιουργίας.
- ❖ μορφή διασκέδασης ικανής να προσελκύσει ένα κοινό μεγαλύτερο από εκείνο που θα έλκυε μια μορφή τέχνης με αισθητική αξία υψηλού επιπέδου.

### Στόχοι του χορού (συνέχεια)

- ❖ μέσο έκφρασης της φυσικής διαχυτικότητας, της δύναμης και της ευκαμψίας.
- ❖ μια σημαντική κοινωνική και ψυχαγωγική διέξοδο, όχι μόνο ως μέσο σωματικής και ψυχικής αναζωογόνησης.
- ❖ μορφή κοινωνικοποίησης και επικοινωνίας μεταξύ των ατόμων.
- ❖ μέσο εκπαίδευσης.
- ❖ επαγγελματική απασχόληση.
- ❖ θεραπεία (ανακούφιση).