



Kolejne a zarazem ostatnie warsztaty choreo-rozwojowe za nami. Mali i duzi mieszkańcy gminy Rzgów zostali tanecznym krokiem zaproszeni przez trenera Wojciecha Pytlewskiego do stworzenia ciekawych układów choreograficznych na podstawie tańca w kręgu. Celem zajęć było wyzwolenie wśród uczestników swobodnej ekspresji w tańcu, wyrażanie emocji, uwalnianie ciała i umysłu od napięć. Czyli jednym słowem czerpanie korzyści dla siebie, swojej kondycji psychicznej jak i oczywiście fizycznej. Rozgrzewkę rozpoczęto od pierwotnego tańca. Uczestnicy z ogromnym zaangażowaniem, kreatywnością wzięli udział w zabawie w naśladowanie dźwięków natury, aranżując zjawisko burzy z deszczem czy przywitanie wiosny. Wykorzystując zmysły, umysł i ruch ciała stworzyli niesamowitą choreografię. Następnie grupa podzieliła się na role i przy różnorodnej muzyce tworzyła odpowiednie do jej charakteru kompozycje ruchowe. Dobrej zabawy nie było końca

Uczestnicy przekonali się, że tańczenie w kręgu daje niezapomniane uczucie wspólnoty, radości istnienia... Wykonywanie tych samych kroków do pięknej, niekiedy bardzo pierwotnej muzyki, wywołuje nowe, często głębokie uczucia i doznania. To właśnie taniec pozwala usunąć wiele stereotypów i uprzedzeń w stosunku do innych. Poznawanie poprzez taniec powoduje, że ludzie, stają się nam bliżsi, bardziej interesujący i w gruncie rzeczy - w swoich emocjach wyrażanych w tańcu - tacy sami jak każdy z nas. W kręgu każdy współuczestniczący w tańcu jest ważny i niezbędny w tworzeniu całości. Każdy w kole zachowuje swą odmienność i indywidualność, ponieważ ten sam ruch wykonuje samodzielnie. Przy tym podając sobie ręce i wykonując wspólne kroki, dopasowując się do wspólnego rytmu, buduje poczucie więzi i umiejętność współdziałania z grupą. O niezwykłej atmosferze zajęć

i kreatywności mieszkańców gminy Rzgów świadczy poniższa dokumentacja zdjęciowa i filmowa. Zajęcie choreo-rozwojowe stanowiły niezwykle energetyczną rozgrzewkę na początku przygody z projektem, po której z niecierpliwością wyczekują kolejnych zajęć, tym razem z zakresu tańca towarzyskiego i ludowego.

Projekt dofinansowany jest ze środków Samorządu Województwa Wielkopolskiego.

SAMORZĄD WOJEWÓDZTWA WIELKOPOLSKIEGO

Projekt współfinansowany ze środków Samorządu Województwa Wielkopolskiego







