

Kaposvári Egyetem
Pedagógiai Kar

Hosszúhetényi gyermekjátékok a néptáncórán

Szakdolgozat

Kis Jenő Kálmánné Dr. Kenesei Éva
egyetemi docens

Ruzsinszky Emma
tanító szak

Kaposvár
2015

Tartalom

Bevezetés.....	5
Hosszúhetény bemutatása	9
Elhelyezkedése	9
Története	11
A tanmenetről	15
Tanmenet	18
Szeptember	18
1. óra	18
2. óra	20
3. óra	22
4. óra	23
Október	24
5. óra	24
6. óra	26
7. óra	27
8. óra	28
November	29
9. óra	29
10. óra	31
11. óra	32
12. óra	33
December	34
13. óra	34
14. óra	35
15. óra	36
16. óra	38
Január	39

17. óra	39
18. óra	40
19. óra	41
20. óra	43
Február.....	44
21. óra	44
22. óra	45
23. óra	46
24. óra	48
Március.....	48
25. óra	48
26. óra	50
27. óra	51
28. óra	52
Április.....	53
29. óra	53
30. óra	54
31. óra	56
32. óra	56
Május	58
33. óra	58
34. óra	59
35. óra	60
36. óra	61
Június.....	62
37. óra	62
Táblázat	63
Összefoglalás.....	66
Mellékletek.....	68

Irodalomjegyzék	85
Ábrajegyzék	87
Hallgatói nyilatkozat	88
Konzulensi nyilatkozat.....	89

Bevezetés

„A gyermek ösztönszerű, természetes nyelve a dal, s minél fiatalabb, annál inkább kívánja mellé a mozgást. A zene és testmozgás szerves kapcsolata, az énekes játék a szabad ég alatt ősidők óta a gyermek életének legfőbb öröme.” (Kodály Zoltán) ¹

A szakdolgozatom témájának gondolata a kormányzat 2012-ben kiadott 110/2012. (VI. 4.) rendelete, a Nemzeti Alaptanterv I.2.1. fejezetének 3-5. bekezdése alapján fogalmazódott meg bennem, ahol az egész napos iskolával és a mindennapos testneveléssel kapcsolatos információk olvashatók. ² Mivel az életem nagy részét a mozgás, azon belül a néptánc teszi ki, nagyon örültem, hogy e rendelet, melyet a Tanmenet című fejezetemben részletesebben kifejték lehetővé teszi, hogy egy hozzám közel álló szakdolgozati témát válasszak és tervezzem meg tanmenetemet, amit – bízom benne – a jövőben kipróbálhatok majd.

Dolgozatomban egy baranyai falu, Hosszúhetény néptánc hagyományán alapuló tanmenetet készítetek általános iskolás első osztályos tanulók számára. Ehhez a témához személyes érzelmi kötődéseim is vannak, hiszen Hosszúhetényhez közel Komlón születtem és élek születésem óta. A néptánchoz és népzenehez is szorosan kötődöm, mert e két terület már három, négy éves korom óta a mindennapjaim része. Ekkortól kerültem kapcsolatba az óvodán kívül a népi gyerekjátékokkal, néptáncsal, népzenevel. A mai napig táncolok a komlói Pöndöly Táncgyűttesben, de a néptánc mellett a hangszerek is érdekelték, érdekelnek. Kezdetben a klasszikus csellót választottam, később pedig a népi bőgőt (az első zenekar melyben 4. osztályos koromtól zenéltem a Cincogó zenekar nevet viselte). Bőgősként tagja voltam a Hétpendely zenekarnak, mely „Az év embere” díjat kapta Komló városától 2011-ben. 2012-ben pedig a Felszállott a páva tehetségkutató tévéadásában szerepeltem a Dombay zenekar bőgőseként. Versenyeken nemcsak, mint zenész vettem részt, hanem, mint táncos is. Többször indultunk párommal, Jusztin Leventével szólótáncversenyeken. A sok-sok gyakorlás meghozta gyümölcsét, hiszen: az I. és a II. Baranyai Szólótáncfesztiválon Baranya kiváló táncosai lettünk. Legkedvesebb díjunkat pedig Egerben szereztük, 2011-ben a VI. Országos Ifjúsági Szólótáncversenyen, ahol a neves zsűri Különdíjat adományozott nekünk. A felkészülések és a mindennapok által szerzett ismereteimet, tapasztalataimat szívesen és örömmel használom föl a mindennapokban és később a tanításban is szeretném továbbadni. Például a szereplés és az alkotás örömét szívesen „átadnám” egy játékfűzés vagy egy népszokás bemutatásával.

¹Kodály Zoltán: Visszatekintés I., Szerk. Bónis Ferenc. Budapest: Argumentum Kiadó, 2007. p. 62-63.

²Magyar Közlöny: NAT 2012. A Kormány 110/2012. (VI. 4.) Korm. rendelete a Nemzeti alaptanterv kiadásáról, bevezetéséről és alkalmazásáról. In: Oktatókutató és fejlesztő Intézet honlapja [online] 2012. [2015. 02.10] >URL: https://www.ofi.hu/sites/default/files/attachments/mk_nat_20121.pdf

Tantervemben éppen ezért több játékfűzést és szokást is bemutatok. A szereplés és alkotás öröme mellett fontosnak tartom, hogy a gyermekek megismerjék a közvetlen környezetükhöz kapcsolódó hagyományokat, mert a helyi hagyományokat eredeti formájukban a gyerekek tudják tovább vinni, megőrizni. Hiszen a nagyszülőktől, szülőktől kapott információkat, adatokat, szokásokat a helyi gyermekek tudják legnagyobb eredetiséggel átadni az ő gyermekeiknek. Az előzőekben leírtak mellett sajnós azt gondolom és érzem, hogy, a tömegkommunikáció eszközeivel, az internettel teli világunkban egyre kevesebben és egyre kevesebb időt fordítunk arra, hogy megkérdezzük nagyszüleinket, dédszüleinket arról, hogy miként éltek a múlt században, ezredben és, hogy nekik mit meséltek a szüleik, nagyszüleik. Pedig fontos lenne, hogy a különböző folytatásos sorozatok helyett inkább a helyi történelmi, kulturális múltat ismerjük meg és újrateremtsük a hagyományokat, szokásokat.

Mindezek mellett nem elhanyagolható szempontok, hogy magyar hagyományaink viselkedéskultúrát, mozgáskultúrát, közösségbe tartozást is jelentenek. A tánc során bizonyos etikai kérdések is felmerülnek, például az, hogy a táncba híváskor hogyan kéri föl a fiú a lányt vagy, hogy egy táncrend alatt nem váltogatjuk a párunkat. Andrásfalvy Bertalan idézete erősíti meg gondolataimat:

„A táncot - most általános jelentésével értve - az emberi kapcsolatteremtés legfontosabb, legközvetlenebb eszközének tartjuk. Egyáltalán a közösségbe tartozást, a szolidaritást fejezi ki és annak élményét adja, különösen a körtáncokban.”³

Úgy gondolom, hogy az előzőekben felsorolt szempontok és tapasztalatok a helyes útra nevelés, az érző, valahova tartozó, egymást tisztelő, megbecsülő emberré válásnak fontos lépései, melyekre a modern világunkban szükségünk van. Fontosnak tartom, mert fiataalként különböző eseményeken, helyszíneken járva megdöbbenve veszem észre a nemek közötti tiszteletlenséget és az idősebbekkel szembeni tisztelet hiányát. Ezen említetteket nem mondhatom el olyan rendezvényeken, ahol a népi kultúrát tanultak jelennek meg, mert műveltségükhöz, kiállításukhoz etikai szabályok tartoznak. Egy, a népi kultúrához tartozó, azt kedvelő fiatal a gyűjtéseket, filmeket nézve csodálja az ott táncoló és muzsikáló időseket és hasonlítani szeretne rájuk, nem pedig kineveti, kijátssza, visszabeszél nekik.

Célom tehát, hogy az egyetemes kultúra közvetítésén keresztül a gyermekek zenei képességeit és készségeit, testi fejlődését, társas kapcsolatait és nemzeti öntudatát fejlesszem és alakítsam a hosszúhetényi gyermekjátékok, szokások, népdalok, népzene segítségével. A gyermekjátékok

³Andrásfalvy Bertalan: Globalizáció vagy hagyományápolás? Gondolatok a táncról és a tánckedvről. 2009, június: In: Folkrádió honlapja [online] Folkszemle, 2009. június [2015.03.27.] >URL: http://folkradio.hu/folkszemle/varga_globalizaciovagyhagyomanyapolas/index.php

közt található párválasztó játékok a társas kapcsolatokra jó hatással lehetnek, kibontakozhatnak az egyéni tulajdonságok, sajátosságok. Meg kell tanulniuk a gyerekeknek, hogy a fiúk lányokat választanak és fordítva s mindezek mellett arra is figyelniük kell, hogy azokat a társaikat válasszák a játékban, akiket még nem választottak. Így a szociális kapcsolatok is fejlődnek, alakulnak a játék során. Az eszközös játékok közt például a kendős játékok, a kendő használatát is megtanítták, mely a későbbiekben a táncművészet, színpadi megjelenés fontos részét alkotja majd, mert a gyerekek megtanulják, hogyan kell hajtani, fogni, tartani és, hogy mire szolgál. Számos játéktípus pozitív hatását sorolhatnám, de ezek megjelennek a kidolgozott tanmenethez tartozó táblázat megjegyzések oszlopában. A szokásokkal kapcsolatban akár Háromkirály járásról, akár Pünkösdlőről vagy Iványozásról beszélünk a szövegmondás és éneklés is jelen van. Emellett a társas kapcsolatokat, az egyéniségek kibontakozását és a szereplés, alkotás örömét segítik. A szokásokban megjelenik a szövegmondás, a szép, tiszta, érthető magyar beszéd is. Az énekekkel igyekszem az együtt éneklés élményét előhozni a gyerekekből. Ilyen gyermekjátékokat, szokásokat Hosszúhetény és a Kelet-Mecseki magyar falvak viszonylag gazdagon őriznek. Hosszúhetény a Gyöngyösbokréta mozgalom [Részletesen a mozgalomról a mellékletben] alatt nagyon népszerű volt, talán ez lehet az oka annak, hogy számos néprajztudós lejegyezte, felvette és feldolgozta az ott látottakat.⁴

A dolgozatomban felhasználok Berze - Nagy János, Nemes János, Várnai Ferenc, Bánfi Rita által gyűjtött és lejegyzett énekeket, táncszókat, gyermekjátékokat, szokásokat.

A szakdolgozatom témájáról, gondolatáról egy rövid beszélgetésen vettem részt Dr. Andrásfalvy Bertalannal⁵, 84 éves néprajzkutatóval, Hosszúhetény lakosával. Akinek gondolataiból a Bevezetőmben már idéztem. Jelenleg a Pécsi Tudományegyetem Bölcsészettudományi Kar Néprajz – Kulturális Antropológia Tanszék professor emeritusa.

Megkérdeztem tőle, hogy mit gondol az iskolai néptánc oktatás lehetőségéről, a gyermekjátékokról és a saját, közvetlen környezetünk hagyományainak ápolásáról, felelevenítéséről, megtanulásáról.

A beszélgetés Andrásfalvy Bertalan magas fákkal övezett kerti udvarában zajlott. A szakdolgozatom témáját hallva örömet fejezte ki, hogy vannak olyan pedagógusok és pedagógus jelöltek, akik a téma fontosságát hirdetik. A gyermekjátékoknak különösen örült, hiszen elmondása szerint a

⁴ Papp János: „Élő emberi örökség”: Egy falusi hagyományörző együttes története, Hosszúhetény, In: Muharay Elemér Népművészeti szövetség honlapja. [online] Budapest: [é. n.] [2015. 04. 10.] >URL: <http://www.muharay.hu/img/file/hosszuhetenypdf>

⁵ Andrásfalvy Bertalan rövid életrajz. In: Pécsi Tudományegyetem Bölcsészettudományi Kar Interdiszciplináris Doktori iskola honlapja [online] [é. n.] [2015. április 1.] >URL: <http://www.idi.btk.pte.hu/neprajz-es-kulturalis-antropologia-temavezetok-andrasfalvy-bertalan-rovid-eletrajz>

népi játékok a gyerekek személyiségét legjobban fejlesztő játékok, melyekben nem a versengés, a győzelem a fontos, hanem az együtt töltött idő, az önfeledt éneklés és szabadság. Az önfeledt együttlét pedig jó közösségeket alkot, melyek erős visszatartó erők lehetnek a külföldre költözésnél. A beszélgetés kapcsán a helyi hagyományok ápolásának is a közösséggel kapcsolatos oldalára világított rá. Fontos a közösségépítés szempontjából a régi hagyományok felelevenítése, ahol az emberek jól érzik magukat és időt fordítanak egymásra.

Dolgozatommal hozzá szeretnék járulni a mottóban, Kodály Zoltán által megfogalmazottakhoz, hogy a gyermek legfőbb öröme legyen a dal, a játék és a mozgás.

Hosszúhetény bemutatása

Elhelyezkedése

A Bevezetőmben említett falu, mely lakóhelyemhez, Komlóhoz képest néhány kilométerre (12 km) található, Hosszúheténynek nevezik. Földrajzilag pedig a Kelet-Mecsekben található s a hegység legmagasabb csúcsának, a Zengőnek (680m) az aljában terül el. Péctől, Baranya megye megyeszékhelyétől 16 km-re fekszik festői környezetben.



1. ábra. Hosszúhetény a Zengő aljában⁶

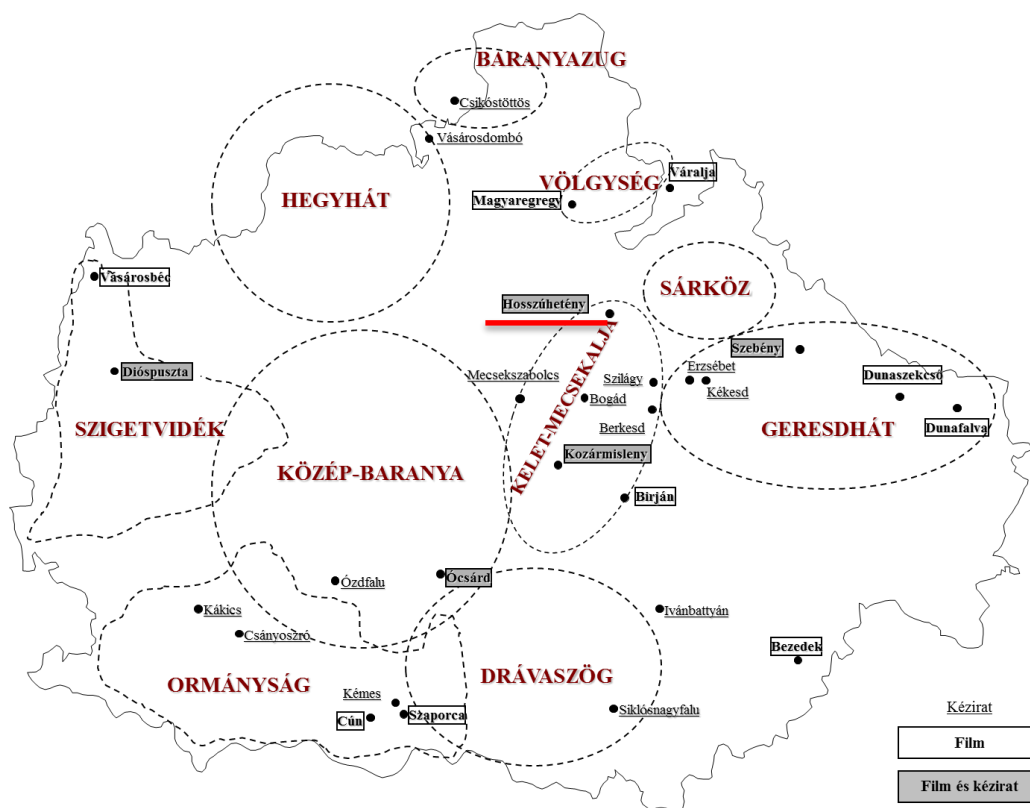
Hosszúhetény néprajzilag a Délkelet-Dunántúlhoz tartozik, de Baranya megyét további tíz csoportra tagolta Zentai János, néprajzkutató. A néprajzi csoportokat viselet, gazdálkodás, szöttek, hímzések, illetve népszokások alapján osztotta a következő részekre:

- Baranyazug,
- Hegyhát,
- Szigetvidék,
- Ormányság,
- Drávaszög,

⁶ 1. ábra. Hosszúhetény a Zengő aljában: In: Csókakő vendégház honlapja: [online] Hosszúhetény: [é. n.] [2015.04.20] >URL: <http://www.csokako-vendeghaz.hu/szallas/foto-galeria/hosszuheteney-galeria?pid=1>

- Geresdhát,
- Völgység,
- Sárköz,
- Közép-Baranya,
- Kelet-Mecsekalja.

A fentiek alapján Hosszúhetényt a Kelet-Mecsekaljához sorolja, Kozármislennel és Püspökbogáddal (Napjainkban Bogád) együtt, melyet a következő ábra jól szemléltet.⁷ Piros vonallal kiemeltem az általam választott települést. Kozármisleny pedig bekeretezve és szürkével kiemelve szerepel a Kelet-Mecsekalji térképrészben, Püspökbogád szintén ott található Hosszúhetény és Kozármisleny között a térképen.



2. ábra. Baranya megye néprajzi csoportjai⁸

A Kozármislennel és Püspökbogáddal való besorolást nem csak szokásaik, hanem viseletük hasonlósága is megalapozta. Egy időből származó képeket a Magyar Néprajzi lexikonban találtam Püspökbogádról és Hosszúhetényről. Napjainkra Kozármislennel is szinte teljesen megegyező a

⁷Zentai János: Baranya megye magyar néprajzi csoportjai. Ethnographia LXXXIX (1978). Budapest: 1978. p. 20-33.

⁸Balogh János: Szakdolgozat. Magyar Táncművészeti Főiskola. Pécs: 2009. p. 15.

gyönyörű Hosszúhetényi viselet, de rendelkezésemre álló archaikus képpel bizonyítani nem tudom. A következő képeken tehát Hosszúhetény és Püspökbogád hasonló viseletét szemléltetem, melyeket megvizsgálva megállapíthatjuk, hogy joggal szerepel a két település egy néprajzi tájba.



3. ábra. Püspökbogádi viselet⁹



4. ábra. Hosszúhetényi viselet¹⁰

Története

Hosszúhetény nagyközség. Nevét már egy 1015-ben keletkezett oklevélben említik, melyben a falu neve még Thetey (Hetény) volt és a pécsváradi apátsághoz tartozott 998 óta. Ezen iratokból is sejthető, hogy az itt élők vallása egészen az előbb említett idők óta katolikus. A következő fontos említés Hosszúhetényről a XVII. században történt a török hódoltság ideje alatt. A közeli települések közül többek lakossága Hosszúhetényben (Hosszúhetényben) talált menedéket a természeti

⁹3. ábra. Püspökbogádi viselet: In: Magyar Néprajzi Lexikon honlapja. [online] Budapest, Akadémiai Kiadó: [é. n.] [2015. 04.20.] >URL: <http://mek.oszk.hu/02100/02115/html/4-807.html>

¹⁰4. ábra. Hosszúhetényi viselet: In: Netfolk: Művészet, hagyományok honlap. [online] [é. n.] [2015.04.20.] >URL: http://netfolk.blog.hu/2013/11/03/a_kulonleges_hosszuhetenyi_viselet

viszonyoknak (erdők és lankás területek) köszönhetően. Egy 1696. évi összeírás alkalmával bebizonyosodott, hogy a falu tovább gyarapodott és az akkori Baranya megye egyik legnépesebb településévé nőtte ki magát.

Helytörténeti adatok, írások véleménye szerint az itt élők megélhetését a mezőgazdaság és az állattenyésztés biztosította. A lakosság nemcsak önellátással foglalkozott, hanem a környékbeli falvaknak is termelt. A következőkkel kereskedtek a helyiek: szarvasmarhával, lóval és borral.¹¹ Ilyen környékbeli település, Pécsvárad is. A két település szoros kapcsolata a mai napig megmaradt, úgy gondolom, hogy jó példa erre a minden december 30-án közösen szervezendő túra a Zengőre. Ezt a túrázást azért szervezték meg a települések a 2000-es évek elején, mert közösen harcoltak a hegyre tervezett lokátor ellen. Pécsvárad szintén a Zengő aljában elterülő település.

Helytörténetileg visszakanyarodnék a XXI. századtól a XVII. századig. Földműveléssel foglalkoztak s mivel a környék telis-tele van kisebb patakokkal több család is malmot épített és molnárságba kezdett. Ezek kis teljesítményű malmok voltak és leginkább esőzéskor, hóolvadáskor használták az őrléshez. Később gátszabályozással korszerűsítették és gyarapították a malmokat. 1842-44. évi malomösszeírás szerint 16 malom volt a faluban, melyeket a Daragó-forrás vízi energiája hajtott.¹²

A XIX. században túlnépesedés miatt a falu lakosságának egy része pásztorkodásra és erdei munkára kényszerült, mert a területeket felosztva nem jutott minden családnak terület, így a környező területeket kihasználva próbálták megélhetést biztosítani maguknak a „kiszorítottak”. Az előbb említett pásztorkodáson és erdei munkán kívül a közeli mecseki szénbányákban és a helyi kőbányában is dolgoztak a XIX. század második felében.¹³ Ezeken kívül a hegyoldalakon népszerű volt a szőlőművelés, borászat is.

Napjainkban a Hosszúhetényi lakosság egy kisebb része a faluban és környékén dolgozik, de nagyobb számban dolgoznak Pécsen és Komlón a helyiek. Sokan költöznek ide az előbb említett városokból. A Központi Statisztikai Hivatal kiadványával erősíti meg a leírtakat. „Bizonyos falvak esetében (pl. Pellérd, Orfű, Hosszúhetény) a természetes fogyás mindkét időszakban fennmaradt

¹¹Fügedi János – Varga Sándor: Régi tánc kultúra egy baranyai faluban. Budapest: L' Harmattan Kiadó, MTA Bölcsészettudományi Kutatóközpont Zenetudományi Intézet, 2014. p. 17.

¹²Hosszúhetény története. In: Püspökszentlászló honlapja [online] [é. n.] [2015.03.30.] > URL: <http://www.puspokszentlaszlo.hu/node/55>

¹³Fügedi János - Varga Sándor: Régi tánc kultúra egy baranyai faluban. Budapest: L' Harmattan Kiadó, MTA Bölcsészettudományi Kutatóközpont Zenetudományi Intézet, 2014. p. 18.

ugyan, ám annak mértéke csökkent,... Feltételezhető, hogy ez a fordulat a migrációs folyamat nyertesének számító helységek esetén azzal függ össze, hogy a beköltözők általában a mobilabb, fiatalabb korosztályok tagjai közül kerültek ki, akiknek gyermekvállalása kedvezőbb, mint idősebb, ezáltal kevésbé mobil társaiké.”¹⁴ Ők gyermekeiknek a falusi élet szépségeit szeretnék megmutatni. Az ottani közösséget, környezetet szeretnék megismertetni velük. A faluban a közelmúltban új falurész épült. Ilyen például a település Pécshez közelebbi vége, melyet a helyiek „faluvégnek” neveznek.



5. ábra. Az új településrész¹⁵

Számomra kedves település, mert már évek óta van szerencsém a helyi óvodában heti egy alkalommal táncos délutáni foglalkozást tartani és a hosszú évek alatt rendkívül barátságos pedagógusokkal, szülőkkel és nem utolsósorban gyerekekkel találkoztam. Bízom benne, hogy a jövőben is lesz alkalmam Hosszúhetényben munkálkodni és kezdő pedagógusként az általam tervezett tanmenetet kipróbálni. Valamint a tanmenethez gyűjtött gyerekjátékokat, szokásokat, énekeket megtanítani az óvodás és iskolás gyerekeknek. Természetesen Hosszúhetényben és a környező településeken is. Például Komlón.

Hosszúhetény bemutatása című fejezetemben földrajzi tekintetben elhelyeztem a térképen Hosszúhetényt, valamint Zentai János néprajzi feloszlását vizsgálva Baranya megye néprajzi csoport-

¹⁴Molnár Györgyné: A növekvő lélekszámú községek helyzete Baranya megyében. Pécs: Központi statisztikai hivatal, 2007. p. 6.

¹⁵5. ábra. Az új településrész: In: Premierhousing honlapja [online] [é. n.] [2015. 04. 18] >URL: [http://www.premierhousing.hu/e_ingatlan.php?next=21]

jaiban is megkerestem a helyét. Ezek alapján a Kelet-Mecsekaljához sorolható. A földrajzi és néprajzi vizsgálatok után rövid áttekintést tettem Hosszúhetény történetében és kiderült számomra, hogy a település földrajzi adottságainak köszönhetően az 1000-res évektől napjainkig nagyon népszerű és jól működő település.

Következő fejezetemben a híres hosszúhetényi hagyományok feldolgozásának menetét, a tanmenetem részleteit mutatom be.

A tanmenetről

A 2012-ben kiadott Nemzeti Alaptanterv (Továbbiakban: NAT) magába foglalja a köznevelési rendszer egyes feladataira vonatkozó szabályokat, a mindennapos testnevelés szabályait és fogalmát is, melyet a következőképpen ír le: „A nemzeti köznevelésről szóló törvényben foglalt kivételkel az iskola a mindennapos testnevelést heti öt testnevelés óra keretében szervezi meg. A heti öt órából legfeljebb heti két óra a NAT, Testnevelés és sport műveltségterületében jelzett sporttevékenységekre (úszás, **néptánc**, közösségi és más sportjátékok, szabadtéri sportok, természetjárás, kirándulás), vagy az iskola lehetőségeinek és felszereltségének megfelelően különféle más sporttevékenységekre fordítható.”¹⁶

A fenti törvényrészlet lehetőséget teremt legfeljebb heti egy, illetve heti két óra néptánc oktatására a mindennapos testnevelés keretein belül. Ezek alapján szakdolgozatom fő témáját heti egy alkalmas vázlatosan leírt néptánc tanmenet képezi. Ez éves tekintetben 37 iskolai tanórát foglal magába. Úgy gondolom, hogy a heti egy alkalmas néptáncos tevékenység is nagy lehetőség olyan iskolákban, ahol az intézmények fő profilja nem, vagy csak részben egyezik meg a néptáncsal. Például a kóruséneklést, a csapatsportokat vagy a természetjárást tartják lényegesnek.

Az előbbiekben idézett törvényrészlet (NAT) a tartalmi-tantervi szabályozás legmagasabb szintű dokumentuma, mely a közoktatás általános céljait tartalmazza, ezzel megadva a közoktatás egységességét. A NAT alapján készülnek el a Kerettantervek, melyek a célokat részletesebben tartalmazzák. Azok órakeretét, tartalmát mutatják be. A következőkben van szerepe az iskoláknak és a pedagógusoknak. Nekik kell megalkotniuk az iskolák Helyi tantervét, ami figyelembe veszi a NAT és a Kerettanterv által megfogalmazottakat. A helyi tanterv tartalmazza az iskola egyéni oktatási-nevelési céljait is, ami intézményenként változó lehet. Mindezeket megvizsgálva a pedagógusok saját tanmenetet készítenek, melyben a NAT-ban, Kerettantervben, Helyi tantervben szereplő tantervi elvárásokat és a tartalmakat éves elosztásban rögzítik.

Az általam tervezett tanmenet tartalmát a kerettantervek Tánc és mozgás szabadon választott tárgyának ismeretanyaga alapozta meg illetve a Testnevelés, mint kötelező tantárgy követelményei. A Tánc és mozgás tárgy követelményeire azért támaszkodtam, mert részletesen leírja az 1-2. osztályosokra vonatkozó tartalmakat.¹⁷

¹⁶U.o., mint a [2] http://net.jogtar.hu/jr/gen/hjegy_doc.cgi?docid=A1200110.KOR

¹⁷51/2012. (XII. 21.) számú EMMI rendelet Kerettanterv az általános iskola 1-4. osztálya számára. In: Oktatáskutató és fejlesztő honlapja [online] 2012. [2015. 04.20.] >URL: http://kerettanterv.ofi.hu/01_melleklet_1-4/index_alt_isk_also.html

Saját tanmenetemet az előbb említett Kerettantervekre alapozva alkottam. Helyi tantervbe illeszteni nem tudom, hiszen nem konkrét iskola számára terveztem, hanem egy elképzelt intézménybe. A tanmenet részletezése során a vázlatok elkészítésekor figyelmemet elsősorban a hosszúhetényi gyermekjátékok, szokások, megtanítására fordítottam, azokat magyaráztam, részleteztem. A hosszúhetényi mondókákat nem emeltem ki, mert kutatásaim szinte eredménytelenek voltak-e tekintetben. Sajnos a játékokkal, énekekkel, táncanyaggal ellentétben nagyon kevés mondókát, kiszámolót találtam. Ezek hiányát a környező települések mondókaival, kiszámolóival pótolom. Például Hidason, Kozármislenyben gyűjtöttékkel. Két okból kifolyólag választottam ezeket a mondókákat, kiszámolókat. Részben, mert az első osztályos gyerekek játékoságához és az óvodás kor nyelvezetéhez, vidámságához a hidasai mondókák és kiszámolók állnak a legközelebb. Részben pedig azért, mert Kozármisleny Zentai János szerint – úgy, mint Hosszúhetény – a Kelet-Mecsekalja baranyai néprajzi tájhoz tartozik.

A Kerettantervi elvárások alapján állítottam össze a tanmenetemet. A táblázat pontjaihoz Neuwirth Annamária Néptáncóra az általános iskola 1. osztályában¹⁸, című könyvének tanmenet-mintáját valamint Karcagi Gyuláné és Salamon Ferencné Tanmenetét¹⁹ vettem figyelembe. Kitértem hónapos osztásban a bemelegítés, ritmika, ének, tánc, mondóka, játék, megjegyzés pontokra.

Minden szempontból az óvodai ismeretekre és a mindennapi mozgásformákra támaszkodtam. Az egyszerűtől az összetettebbig halad a tananyag, vagyis a fokozatosság elvét követem és jutunk el a gyerekekkel az egyszerűbb tánclépésekhez, a különböző ugrások megtanulásához. Az ugrások fajtáit havi bontásban a tanmenet táblázatában részleteztem. A népi gyermekjátékoknál pedig arra figyeltem, hogy a tanév során azok legtöbb fajtája előforduljon, így például szerepel a dolgozatban fogyó-gyarapodó-, vonulós-, párválasztó- és sok mozgásos játék is. Segítséget Lázár Katalin: Népi játékok²⁰ című könyve nyújtott.

A vázlatos kidolgozásban az órák bemelegítő zenéjét csak részben jelöltem, mert véleményem szerint nem tartozik a dolgozat fő tartalmához. Azonban néptáncóráról lévén szó itt kell jeleznem, hogy a bemelegítések mindig vonós zenére zajlanak. A zene kiválasztásakor figyelek arra, hogy főként ugrós, csárdás, friss zenéket használjak, hiszen a táncanyag elsajátításához ezek ritmusa, lüktetése segíti legjobban a gyerekeket. Ugyanakkor zenét nemcsak a bemelegítésnél jelöltem, hanem a tanórák táncos anyagának feldolgozásánál is. Itt is a bemelegítéssel kapcsolatban leírtakat követem a zene kiválasztásakor, de ezeknél a részeknél csak decemberig terveztem vonós zenét,

¹⁸Neuwirth Annamária: Néptáncóra az általános iskola 1. osztályában. Budapest: Hagyományok Háza, 2010. p. 64-65.

¹⁹Karcagi Gyuláné – Salamon Ferencné: Játék és tánc az iskolában I-IV. osztály. Budapest: Hagyományok Háza, 2010.

²⁰Lázár Katalin: Népi játékok. Budapest: Planétás Kiadó, 1997. p. 19-22., 27-31.

a zenehallgatás idejéig. Decembertől kezdve megjelenik a fúvós zene a tánc anyag gyakorlásakor. Azért gondolom így, mert ekkor megbeszéljük, tisztázzuk a fúvós hangszereket és már ismerni fogják a gyerekek a továbbiakban azok hangját, hangerejét.²¹

A tanmenetben felhasznált dalok néhány esetben olyan hangterjedelműek (például: Felülök a sült krumplinak hátára), dallamfordulatúak (például: Martonfai túrós rétes), hangkészletűek (például: Réten, réten, réten terem meg a nád), melyek nem minden csoport számára egyszerűek és könnyen befogadhatóak, ilyenkor a dalokat zenei kísérettel dolgozom fel, vagyis előre felvett dalokat használok.

Az, hogy a szabályozás lehetővé teszi e komplex, személyiségfejlesztő tárgy tanítását, nagy örömmre szolgál. Bízom benne, hogy Magyarországon minél több intézmény csatlakozott és csatlakozik a jövőben ehhez a lehetőséghez. A néptánc ugyanis komplex tárgyként fejleszti a testet, a lelket és a szellemet.

A dolgozatom egyediségét az adja, hogy a tartalmakat hosszúhetényi játékokkal, dalokkal, szokásokkal, táncokkal közvetítem. Ezeket valamint a Kozármislenyi és Hidasi mondókákat dőlt betűvel kiemelve szemléltetem és a Mellékletek című fejezetben részletezem.

²¹Antal László: Néptánc-pedagógia. Budapest: Hagyományok Háza, 2010. p. 130.

Tanmenet

Szeptember

1. óra

Szervezési feladatok/köszönés: szabályok, ruházat, ismerkedés

Az első órán a köszönés és a bemutatkozás után törökülésbe ültetem a gyerekeket és megbeszéljük a szabályokat (általános tanórai szabályok) és a kötelező felszerelést, a táncos ruhát. Fontos a váltócipő fiúknál-lányoknál egyaránt. Nemcsak a terem tisztasága szempontjából, hanem a kényelem miatt is. Fontos továbbá a lányoknál a szoknya, mert a különböző tánclépések, figurák szoknyában más érzetet adnak a nadrághoz képest.

Ritmusgyakorlat:

1. A nevek „eltapsolása”.

A gyerekeket körbe ültetem. És láncszerűen mindenkinek eltapsoljuk szótagolva a nevét. Először mindenki egyedül eltapsolja hangosan, érthetően a nevét, majd a többi gyerekkel az előző nevekhez kötjük és közösen tapsoljuk sorba a már tanult neveket. Hogy ne legyenek hátrányban a sorban az utolsók a névláncot visszafelé is eltapsoljuk. Ez a játék jó ismerkedési lehetőség a gyerekeknek, illetve nekem is segíti a nevek gyors megtanulást.

2. Egy mondóka megtanulása: *Aki miránk báméskodik,
Az mihozzánk kévánkozik!*²²

A mondókát egyszer elejétől a végéig elismétlem (bemutatom), majd két részre bontom. Az első részt/sort bemutatom, majd a gyerekek visszhangozzák. Ezután a második részt/sort mutatom be, ezt is visszhangozzák a gyerekek. A végén a két sort összekötve mondjuk.

Az ismeretlen vagy nyelvjárással kiejtett, leírt szavakat pedig magyarázom. A magyarázat az egész éves munka során elhanyagolhatatlan!

3. A mondóka gyakorlása, melyet negyed értékű tapssal kísérünk.

²² Berze Nagy János: Baranyai Magyar Néphagyományok I. Pécs: 1940. p. 755.

4. További gyakorlás, már járással is kísérjük és tapsal is a mondókát. Járás és tapsolás közben én megyek elől, kígyót alkotunk kézfogás nélkül egymás után haladva. A kígyót úgy alakítom, hogy egy kört alkossunk. Ezt a kört már a játékhoz alakítom.

Játék:

1. Az első játék, melyet eljátszunk: *Lánc, lánc eszterlánc...*²³
Körjáték, körbe járunk és énekeljük a dalt. A dal végén behelyettesítem a gyerekek nevét. Akinek a nevét mondom, az kifordul és a köríven arccal kifelé fordul. Először én „vizsgálók” azért, hogy mihamarabb megtanuljam a neveket mindig én választom a következő gyerek nevét, de a későbbiekben majd másként játsszuk. A dalt külön nem tanítom, hiszen mire az összes gyereket „kifordítom” minden gyerek megtanulja hallás után. (Ha nagyon sok gyerek van a csoportban, akkor az ütem ismétlésével egyszerre több nevet is mondhatok.
Ezt a játékot szintén a nevek megtanulása miatt választottam az első órára valamint azért is, mert nagy a valószínűsége annak, hogy az osztály nagy része az óvodában már tanulta.

Befejező játék/levezetés:

1. Fogójáték: Gólya-béka fogó.
A gólya a fogó, a többiek a békák. A gólya egy lábon ugrálva halad, a békák békaugrással. Akit megfognak az a megadott helyre leül.
Az első fogót a tanórai magatartás és teljesítmény alapján jelölöm ki. (Később figyelek rá, hogy minden gyerek sorra kerüljön.)
Az óra végét minden alkalommal egy fogójátékkal vagy mozgásos játékkal fejezem be. Ezeket nagyon szeretik a gyerekek és zenével kombinálva tartalmazhatják az órán tanult mozgásformákat, lépéseket.
Ezt a fogócskát a gimnasztikai járásoknak gyakorlása választottam, hiszen még csak most érkeztek a gyerekek az óvodából, ahol a különböző állatutánzó mozgásokkal ismerkedtek meg.
Ha nagyon gyorsan befejeződik a játék, akkor a szabályokat nehezítve újra játszhatjuk.
2. A tanult mondóka ismétlése
A kiesett gyerekek egy helyen ülnek, ha van rá idő, akkor átismételjük a tanult mondókát.
3. Elkészítés

²³ Dr. Várnai Ferenc: 77 Hosszúhetényi népdal. Pécs: Hosszúhetényi Ált. Művelődési Központ, 1991. p. 27.

2. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/köszönés
2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben zenére/ráhangolódás: Ettől az órától kezdve a bemelegítés szerves része lesz a néptáncóráknak.

- helyben, egyenletes járás zenére, kézfogással kört alkotva,
- helyben, egyenletes járás zenére, negyed értékű tapssal kísérvé,
- egyenletes járás körben, negyed értékű tapssal kísérvé,
- lábujjhegyen járás magasra emelt karral,
- sarkon járás csípőre tett karral,
- törpejás magasra tartott karral,
- futás körben, zenére: lazán, térdemeléssel, sarokemeléssel,
- futás kígyóban, tekergő mozgással a teremben,
- futás kígyóban, melyet „betekerek”, innen kapuk segítségével kitekerem a kígyót és újra kört alkotok,
- járás, légző gyakorlattal: járás közben 4 lépés közben beszívjuk, 4 lépés alatt kifújuk a levegőt, karemeléssel magas tartásba

Légző gyakorlat közben kisméretű babzsákokat osztok a gyerekeknek.

Bemelegítés sorban: Gimnasztikai gyakorlatok babzsákkal.

- „Tedd a babzságot magad elé a földre!” A babzsák átugrása, majd vissza páros lábú szökdeléssel,
- „Vedd föl a babzságot és tedd a fejedre!”: Kiinduló helyzet (továbbiakban K.h.): terpeszállás, 1-2. ütem mellső középtartás, karhúzás hátra 2x, 3-4. ütem oldalsó középtartás, karhúzás hátra 2x,
- „Magas tartás, fogd meg két kézzel a babzságot!”: K. h.: terpeszállás, 1-2. ütem törzshajlítás előre 2x, 3-4. ütem törzsdöntés előre 2x,
- „Magas tartás, fogd meg két kézzel a babzságot!”: K. h.: terpeszállás, magas tartás, 1-4. ütem karhúzás hátra,
- „Tedd a babzságot a fejedre!”: K.h.: alapállás, 1. ü. vállemelés 2. ü. váll leengedés,
- „Tedd a babzságot a fejedre!”: K.h.: alapállás, vállkörzés előre 4x, vállkörzés hátra 4x,
- „Tedd a babzságot a fejedre!”: K.h.: alapállás, guggolj le úgy, hogy ne essen le a fejedről a babzsák.

Ritmusgyakorlat:

1. Aki miránk báméskodik...: Az előző alkalommal tanult mondóka ismétlése egy babzsákkal úgy, hogy a gyerekeket körbe rendezem. A mondóka szövegére ütemesen mindig a jobbra álló szomszédnak adják a babzsákot a gyerekek. A mondókát körülbelül 3-4x kell ismételnünk, hogy egy kört tegyenek a babzsákok.
2. Az előző feladatot megismételjük a másik irányba is.
A jobb-bal irányokat tisztázzuk közben!

Tánc:

1. Zenére, babzsákkal a fejükön járnak a teremben a gyerekek. Akinek leesik a babzsák a fejéről az szoborrá változik. Ki a legügyesebb?
2. Zenére, babzsákkal a fejükön futnak a teremben a gyerekek. Akinek leesik a babzsák a fejéről az szoborrá változik. Ki a legügyesebb?
3. Végül „játszunk”: Dobd föl a babzsákot és közben tapsolj egyet, majd tapsolj kettőt, tapsolj hármat, fordulj meg!

A feladatok végén összeszedem a babzsákokat!

Ének:

1. *Martonfai túrós rétes...*²⁴ kezdetű dal hallásutáni megtanítása.
Ehhez a gyerekeket törökülésbe ültetem, lehetőleg egy kupacba, hogy szétszórva üljenek a teremben.

Játékok:

1. Lánc, lánc, eszterlánc...
Most már nem én éneklek csak a neveket, hanem mindig az énekli a következő kifordulót, aki utoljára kifordult!

Befejező játék/vezetés:

1. Gólya-béka fogó.
2. Elköszönés

²⁴Berze Nagy János: Baranyai Magyar Néphagyományok I. Pécs: 1940. p. 637.

3. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/köszönés
2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben/ráhangolódás: Az előző (2.) órához hasonlóan. Természetesen mindig változtatva a gyakorlatokat.

Bemelegítés sorban:

- Gimnasztikai gyakorlatok babzsákkal

Ritmusgyakorlat:

1. Új mondóka tanulása: *Sarkon állt egy bolt,
Abban minden volt.
Tű, cérna, papiros,
Ez a kislány ki áll most!*²⁵
2. Az első órai mondókát ismételjük és összekötjük az újonnan tanult mondókával.
3. „Játék” a mondókákkal és a babzsákokkal az előző óraihoz hasonlóan, de már mindenkinek a kezében babzsákkal.

Tánc: babzsák gyakorlatokkal zenére, az előző (2.) órához hasonlóan.

Kiszámoló: Az új mondókával kiszámoljuk az első (új) játékhoz a guggolót.

Játékok:

1. Új játék: *A Martonfai túrók rétes...* kezdetű dalhoz egy játékot játszunk.
Az énekhez egy játékot találtam ki a nevek gyakorlásához. Egy kiválasztott kisgyerek guggol és eltakarja vagy, ha bátrabb, akkor bekötjük a szemét a kör közepén, míg a többiekkel körben haladva énekeljük a dalt és kiválasztunk egy kisgyereket, aki egyedül fogja befejezni az éneket onnan, hogy „A nevem vágja rá, de csinosan!”. Ekkor a középen guggolónak

²⁵Bánfi Rita: Baranyai gyermekjátékok - Néphagyomány a jövő műveltségében. (a szerző magánkiadása) Pécs, 2011. p. 85.

az ének alapján ki kell találnia, hogy ki énekelt. Ha a guggoló kitalálja, akkor helyet cserélnek, de ha nem, akkor középen marad. Nem minden gyerek olyan bátor, hogy mer egyedül énekelni, őket ne erőltessük! Nem is fognak jelentkezni.

2. Lánc, lánc, eszterlánc...

Amennyiben még van rá idő. (véleményem szerint az óra végi mozgásos játék rovására ne válasszuk)

Befejező játék/levezetés:

1. Róka-nyuszi fogó.

Az előző alkalmakhoz hasonló fogójáték. A róka a fogó, aki egy lábon ugrálva akarja megfogni a nyuszikat, akik nyuszi ugrásban menekülnek előle. Azért, hogy változatos legyen az óra végi játék az előzőhöz képest ebben a játékban változtatok a szabályon. Akit megfognak, az rókává válik. A játék végén az nyer, aki utoljára marad nyuszi.

2. Elköszönés

4. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/köszönés
2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben/ráhangolódás: Az előző órákhoz hasonlóan. Természetesen mindig egy kicsit változtatva a gyakorlatokat, hogy a gyerekek számára ne legyen unalmas, folyton ismétlődő.

Bemelegítés sorban:

- Gimnasztikai gyakorlatok babzsákkal.

Ritmusgyakorlat:

1. Tapsfordító játék:

A gyerekek körben állnak negyed értékeket tapsolnak egyesével egymás után, de a haladási irányt meg lehet változtatni két darab nyolcaddal. A kör haladási irányát bárki kedve szerint megváltoztathatja. Aki elrontja az irányt vagy a tapsot, az leguggol.

2. Mondóka: Az eddig tanultak ismétlése babzsákkal a már gyakorolt módon.

Tánc: babzsák gyakorlatokkal zenére, az előző órához hasonlóan.

Játékok:

1. Új játék: *Lapu, lapu, ha lapu...* ²⁶

A gyerekek a dalt énekelve járnak körbe kézfogással. A dal végén gyorsan a kör közepe felé fordulva le kell guggolni. Aki utolsónak guggol le vagy elesik, az kiesett a játékból és bemegy a kör közepébe, ahol guggolva énekli a dalt és figyeli, hogy ki a következő kieső.

Azért a kör közepére ültetem, mert így része marad a játéknak.

Ez a játék könnyűnek tűnik, de az életkori sajátosságok és a tapasztalataim szerint nem az, mert leguggoláskor gyakran eldőlnék a gyerekek, mivel az egyensúlyérzetük még csak részben fejlődött ki.

2. A martonfai túrós rétes...

3. Lánc, lánc, eszterlánc...

Befejező játék/levezetés:

1. Róka-nyuszi fogó

2. Elkészítés

Október

5. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/köszönés

2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben/ráhangolódás:

- helyben, egyenletes járás zenére, kézfogással kört alkotva,
- helyben, egyenletes járás zenére, negyed értékű tapssal kísérvé,
- egyenletes járás körben, negyed értékű tapssal kísérvé,
- egyenletes járás körben, nyolcad értékű tapssal kísérvé,
- lábujjhegyen járás magasra emelt karral,
- sarkon járás csípőre tartott karral,
- futás körben, zenére: lazán, térdemeléssel, sarokemeléssel,

²⁶Bánfi Rita: Baranyai gyermekjátékok - Néphagyomány a jövő műveltségében. (a szerző magánkiadása) Pécs, 2011. p. 99.

- futás kígyóban, tekergő mozgással a teremben,
- futás kézfogással, közben több kapu alatt átbújok, később a lánc vezetését átadom egy ügyesebb gyereknek,
- járás, légző gyakorlattal: járás közben 4 lépés közben beszívjuk, 4 lépés alatt kifújjuk a levegőt, karemeléssel magas tartásba, majd ereszkedés mélytartásba járunk tovább

Bemelegítés sorban:

- gimnasztikai gyakorlatok

Ritmusgyakorlat:

1. Tapsfordító játék gyakorlása, a játéktempó fokozása.
2. Az eddig tanult mondókák ismételése babzsákkal az előző órákon gyakorolt módon.

Tánc: botok segítségével, zenére: A gyerekeket egy sorba rendezem és hozzájuk képest a botokat merőlegesen helyezem el.

- Futással, szlalomban a botok körül, majd a megadott oldalon (jobb vagy bal) futás vissza.
- A botokat átlépve negyed értékű járás. Visszafelé lábujjhegyen járás, magas tartással.
- A botokat közelebb rakom egymáshoz és nyolcad értékű futás a botok felett.

Játékok:

1. Új játék: *Perecem, párom, tu-tú...*²⁷

A gyerekeket megkérem, hogy párosával sorakozzanak a terem megadott pontjában. „Utolsó pár előre fuss”, mozgásos játék, futóverseny. Hátulról előrefelé futásnak indul az utolsó pár két oldalról a „tu-tú” –ra. A cél a sor eleje. Aki elsőként ér célba az játékban marad, a másik gyerek kiesik. Ő a játék végéig a megadott helyre ül és továbbra is figyelemmel követi a versenyt, segít dönteni a nyertesekről-vesztesekről.

Ennél a játéknál is érdemes a játéktérhez közeli helyet megszabni, ahol még nem balesetveszélyes ülni a futók miatt. Így jobban rálátunk a kiesettekre.

A leírások alapján régen több kört is tettek a futók, most az idő rövideje miatt célszerűbb csak egy-egy hosszt futtatni a gyerekekkel.

²⁷Dr. Várnai Ferenc: 77 Hosszúhetényi népdal. Pécs: Hosszúhetényi Ált. Művelődési Központ, 1991. p. 24.

2. Lapu, lapu, ha lapu... játék ismétlése.

Befejező játék/levezetés:

1. Mókusodú

Minden gyerek odúja a babzsákja. Amíg a zene szól, addig a gyerekek futnak kedvük szerint szabadon a tanteremben és ezalatt az odúk száma mindig csökken, mert mindig elvesznek egyet. Az nyer, akinek legtovább marad meg az odúja. Aki kiesett a közelemben megszabott helyre ül és figyeli a következő kiesőket. (Később, ha a gyerekek választják ezt a játékot érdemes az óra anyagához alakítani a lépést, amivel haladhatnak.)

2. Elkészítés

6. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/köszönés
2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben/ráhangolódás: Az 5. órához hasonlóan, mindig változtatva egy kicsit a gyakorlatokat.

Bemelegítés sorban:

1. Gimnasztikai gyakorlatok

Ritmusgyakorlatok: Sarkon áll egy bolt... kezdetű mondóka páros gyakorlása szemben comb-taps-comb-páros taps osztinatóval.

Ének: *Réten, réten, réten terem meg a nád...*²⁸ kezdetű dal hallás utáni megtanítása.

Tánc: A *Réten, réten, réten terem meg a nád...* kezdetű dal éneklése negyedes ritmusú járás közben kézfogással, kapuzással.

Játékok:

1. Perecem, párom, tu-tú...
2. Lapu. Lapu. A lapu...

²⁸Berze Nagy János: Baranyai Magyar Néphagyományok I. Pécs: 1940. p. 94.

3. Martonfai túrós rétes...

Befejező játék/levezetés:

1. Futás zenére

Amikor a zene megáll a megadott helyzetbe kell helyezkedni. Például guggolás, terpeszlás, magas tartás.

2. Elkészítés

7. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/köszönés

2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben/ráhangolódás: Az 5. órához hasonlóan, mindig változtatva egy kicsit a gyakorlatokat.

Bemelegítés sorban:

1. Gimnasztikai gyakorlatok

Ritmusgyakorlat:

1. Ritmusvisszhang: két kétnegyedes ütem visszatapsolása és visszadobogása.
2. Sarkon áll egy bolt... kezdetű mondóka és a hozzá tartozó osztinató gyakorlása.
3. Új mondóka megtanulása: *Egyedem-begyedem, vaskampó,
Volt egyszer egy kis Jankó,
Egyet gondolt magába,
Elszaladt a világba!*²⁹

Tánc: Réten, réten, réten terem meg a nád... kezdetű dal és a hozzá kapcsolódó járás és kapuzás gyakorlása.

Játékok:

²⁹Bánfi Rita: Baranyai gyermekjátékok - Néphagyomány a jövő műveltségében. (a szerző magánkiadása) Pécs, 2011. p. 83.

1. Új játék: *Húzd, húzd magadat...*³⁰

Párosával állítom a gyerekeket. Jobb kézzel megfogják a társuk jobb kezét, majd bal kézzel a bal kezét, így keresztkezfogás lesz. A Játékhoz az irányok tudatosításához azt is megszbom, hogy mely lábuk legyen előrébb a másikinál, haránt terpesz lesz. Kiegyenesedve hol egyik, hol másik gyermek húz nagyobbat. A dal végén leguggolnak, az ügyes az, aki nem esik el a guggolás közben.

2. Perecem párom tu-tú...

3. Lapu, hapu, ha lapu...

Befejező játék/levezetés:

1. Macska-egér fogó: A gyerekek párosával állnak szórtan a teremben. A kiszámolt fogó kergetni kezd valakit, akinek nincsen párja. A menekülő gyermek beállhat egy párhoz, ilyenkor a páros túloldali tagja lesz a következő menekülő.

2. Elkészítés

8. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/köszönés
2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben/ráhangolódás: Az 5. órához hasonlóan, mindig változtatva egy kicsit a gyakorlatokat.

Bemelegítés sorban:

1. Gimnasztikai gyakorlatok

Ritmusgyakorlat:

1. Egyedem-begyedem, vaskampó...: Az előző (7.) órán tanult mondóka gyakorlása negyed értékű tapssal.
2. A mondóka ritmizálása csoportban: Két csoportra osztom az osztályt. A két csoport 4-5 méter távolságban két szembeálló sort alkot. A mondókát soronként négy részre osztotam. Az első felére negyed értékű járással és tapssal közelít az egyik sor a másik felé. A

³⁰Dr. Várnai Ferenc: 77 Hosszúhetényi népdal. Pécs: Hosszúhetényi Ált. Művelődési Központ, 1991. p. 25.

mondóka második felére ugyanazzal a mozdulatsorral szintén szembe halad a másik csoport. Így járnak, tapsolnak felváltva, a négy rész alatt.

Tánc: Réten, réten, réten terem meg a nád... kezdetű dal gyakorlása tempótartással és a terem térbeli kihasználásával. Például: kígyózó sor, spirál (csigavonal), nagy kör.

Játékok:

1. Húzd, húzd magadat...
2. Perecem, párom, tu-tú...
3. Martonfai túrós rétes...

Befejező játék/levezetés:

1. Macska-egér fogó:
A gyerekeket párosával állítom a teremben szabálytalan térformába. Az előbbieken kiszámolt fogó kerget valakit, akinek nincs párja. (Az osztály létszámától függően beállok a játékba) A menekülő gyermek beállhat egy párhoz, ilyenkor a páros túloldali tagja lesz a menekülő.
2. Elkészítés

November

9. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/köszönés
2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben/ráhangolódás:

- helyben, egyenletes járás zenére, kézfogással kört alkotva,
- helyben, egyenletes járás zenére, negyed értékű tapssal kísérvé,
- helyben, egyenletes járás zenére, nyolcad értékű tapssal kísérvé,
- helyben, egyenletes járás zenére, félértékű tapssal kísérvé,
- egyenletes járás körben, félértékű tapssal kísérvé,
- egyenletes járás körben, negyed értékű tapssal kísérvé,
- egyenletes járás körben, nyolcad értékű tapssal kísérvé,
- lábujjhegyen járás magasra emelt karral,

- sarkon járás csípőre tett karral,
- futás körben, zenére: lazán, térdemeléssel, sarokemeléssel,
- futás kigyóban, tekergő mozgással a teremben,
- futás közben „betekerem” a kigyót, mikor betekertem kapukat nyitok és „kitekerem”.
- futás kézfogással, közben több kapu alatt átbújok, később a lánc vezetését átadom egy ügyesebb gyerekeknek,
- járás, légző gyakorlattal: 4 lépés közben beszívjuk, 4 lépés alatt kifújjuk a levegőt, kar-emeléssel magas tartásba járás körbe a teremben

Bemelegítés sorban:

- gimnasztikai gyakorlatok

Ritmusgyakorlat:

1. Egyedem-begyedem, vaskampó...: A 7. órán tanult mondóka gyakorlása a tanult mozdulatokkal.
2. Az mondóka ritmizálása párban: taps-comb-taps-páros taps osztinatóval szemben állva ritmizáljuk a mondókát. (Az első feladat alatt a két sor szembe kerül, a szemben állók alkotják a párokat.)

Ének: Az *El kéne a molnárokhoz menni...*³¹ kezdetű dal hallás utáni megtanítása.

Tánc: El kéne a molnárokhoz menni... kezdetű dal éneklése negyedes értékű járás közben, majd nyolcad értékű futás a „habszerda, hátadra” résztől.

Játékok:

1. Húzd, húzd magadat...
2. Martonfai túrós rétes...
3. Perecem, párom, tu-tú...

Befejező játék/vezetés:

1. Szoborjáték
2. A gyerekek választanak egy játékot az eddig tanultakból.
3. Elkészítés.

³¹Berze Nagy János: Baranyai Magyar Néphagyományok I. Pécs: 1940. p. 95.

10. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/köszönés
2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben/ráhangolódás: A 9. órához hasonlóan, mindig változtatva egy kicsit a gyakorlatokat.

Bemelegítés sorban:

1. Gimnasztikai gyakorlatok

Ritmusgyakorlat:

1. Az 7. órán tanult, Egyedem-begyedem, vaskampó... kezdetű mondóka gyakorlása a tanult mozdulatokkal.
2. A mondóka ritmizálása párban: taps- comb-taps-páros taps osztinatóval szemben állva ritmizáljuk a mondókát..

Tánc:

1. El kéne a molnárokhoz menni... kezdetű dal és a hozzátartozó mozgásforma gyakorlása.
2. Réten, réten, réten terem meg a nád... kezdetű dal és a hozzátartozó mozgásforma gyakorlása.

Kiszámoló: Körbe rendeződünk, a gyerekek jobb kezüket ökölbe szorítva a kör közepe felé néznek. Egy ügyes vállalkozó kiszámolja a következő (új) játék kérőjét és Erzsébet asszonyát a Sarkon áll egy bolt... kezdetű kiszámolóval.

Játékok:

1. Új játék: *Erzsébet asszony...*³²
Fogyó-gyarapodó játék. A gyerekek a dalt énekelve körben járnak. Ezalatt a kérő ellentétes irányban halad a körön kívül, Erzsébet asszony pedig belül. A dal végéhez érve megáll egy társa mögött és prózában zajlik tovább a beszélgetés:
 - Mit kerüli, mit forgati az én házam táját?

³²Dr. Várnai Ferenc: 77 Hosszúhetényi népdal. Pécs: Hosszúhetényi Ált. Művelődési Központ, 1991. p. 30.

- Azt kerülöm, azt forgatom, a kend háza táját, adja nekem feleségül legszebbik lányát. Xy-t! (aki mögé került)
- Neked adom!

Ekkor a kérőhöz csatlakozik a lány és már ketten mennek körbe a dal alatt.

2. Húzd, húzd magadat...
3. A gyerekek választhatnak egy tanult játékot.

Befejező játék/levezetés:

1. Szobor játék
2. Elkészítés.

11. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/köszönés
2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben/ráhangolódás: A 9. órához hasonlóan, mindig változtatva egy kicsit a gyakorlatokat.

Bemelegítés sorban:

- Gimnasztikai gyakorlatok

Ritmusgyakorlat:

1. Egy tanult mondókának a ritmusát tapsolom el. (Egyedem-begyedem, vaskampó) Melyik mondókát tapsoltam?
2. Egy másik tanult mondókát tapsolok. (Sarkon állt egy bolt) Melyik mondókára gondoltam?
3. A mondókák ritmusára járunk.

Kiszámoló: A Sarkon áll egy bolt... kezdetű mondókával kiszámoljuk az első bírót az játékhöz.

Tánc:

1. Az eddig gyakorolt Réten, réten... és az El kéne a molnárokhoz menni... kezdetű dalok mozgásformáinak összefűzése.
2. Az 5. órához hasonlóan járás, futás a botok mellett és felett.

Játékok:

1. Új játék: *Cin-cin dálom...*³³

A gyerekek körben állnak, középen a bíró. Egy gyűrűt rejtnek el a gyerekeknél. Ezt az ékszer fogják a dal alatt tovább adogatni ritmusra. A bírónak ki kell találnia, hogy kinél van a gyűrű, ezért minden gyerek úgy csinál, mintha ő adná át. Ritmikusan váltakozik: kapom (bal kéz)- adom (jobb kéz), átveszem.

2. Erzsébet asszony...

3. A gyerekek választhatnak egy tanult játékot.

Befejező játék/vezetés:

1. Nyulak, ki a bokorból!

2. Elköszönés.

12. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/köszönés

2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben/ráhangolódás: A 9. órához hasonlóan, mindig változtatva egy kicsit a gyakorlatokat.

Bemelegítés sorban:

- Gimnasztikai gyakorlatok

Ritmusgyakorlat:

1. Új mondóka: *Tízet tojott a fürjecske,*

Röndön bokor, ráró, rekettye,

*Ripityom!*³⁴

2. A mondókát ismételve negyedes értékű járással haladnak a gyerekek szabadon választott irányban a teremben. Figyelnük kell arra, hogy úgy járjanak a teremben, hogy az egész

³³Bánfi Rita: Baranyai gyermekjátékok - Néphagyomány a jövő műveltségében. (a szerző magánkiadása) Pécs, 2011. p. 143.

³⁴Bánfi Rita: Baranyai gyermekjátékok - Néphagyomány a jövő műveltségében. (a szerző magánkiadása) Pécs, 2011. p. 139.

teret kihasználják. A mondóka végéhez érve „Ripityom”-ra szembe kell állni a legközelebb állóval és szembetapsolni és dobogni a szöveg ritmusát.

Tánc:

1. A két dallam összefűzésének gyakorlása, térformák hozzárendelés és gyakorlása.
2. Az 5. órához hasonlóan járás, futás a botok mellett, felett.
3. Ugrás a botok felett páros lábon.

Kiszámoló: Az óra elején tanult mondókával kiszámoljuk a bírót.

Játékok: ismétlés

1. Cin-cin dálom...
2. Erzsébet asszony...
3. A gyerekek választhatnak egy tanult játékot.

Befejező játék/levezetés:

1. Nyulak, ki a bokorból!
2. Elköszönés.

December

13. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/köszönés
2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben/ráhangolódás: zenére. Az eddigi gyakorlatok, kiegészítve a következőkkel:

- térdrugózás,
- boka rugózás, (sarokemelés)
- páros lábon szökdelés,
- páros lábon szökdelés terpeszben és zárt lábakkal,
- terpesz – zár váltogatása,
- páros lábon szökdeléssel kifordulás,
- páros lábon szökdelés a teremben, amikor megállítom a zenét egy megadott helyre kell futni,

Bemelegítés sorban:

- Gimnasztikai gyakorlatok

Ritmusgyakorlat:

1. Melyik mondókát tapsolom? (Tízet tojott a fürjecske)
2. Az előző (12.) órán tanult mozdulatokkal ismételjük a Tízet tojott... kezdetű mondókát.

Ének: *Téli körte, nyári alma...*³⁵ kezdetű dal hallás utáni megtanítása.

Tánc: Eszköz (kötél) segítségével ugrás páros lábról páros lábra.

- a kötél felett kis terpeszben ugrálás az elejétől (kötél) a végéig,
- a kötél felett nyit- zárral ugrálás,
- légboka,
- páros lábon ugrálás a kötél felett, egyik oldaláról a másikra,
- az eddigiek hátrafele haladva

Kiszámoló: A Cin-cin, dálom... kezdetű mondókával kiszámoljuk a bírót.

Játékok:

1. Cin-cin dálom...
2. Erzsébet asszony...
3. A gyerekek választanak egy már tanult játékot.

Befejező játék/levezetés:

1. Párválasztó játék, amikor a zene megáll.
Futás zenére, amikor megáll mindenki választ magának egy párt! Az osztály létszámától függően van, hogy valakinek nem jut pár, de semmi baj, hiszen többször állítom meg a zenét és mindig más fog kimaradni.
2. Elkészítés.

14. óra

Szervezési feladat:

³⁵Dr. Várnai Ferenc: 77 Hosszúhetényi népdal. Pécs: Hosszúhetényi Ált. Művelődési Központ, 1991. p. 162.

1. Sorakozó/köszönés
2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben/ráhangolódás: A 13. órához hasonlóan, mindig változtatva egy kicsit a gyakorlatokat.

Bemelegítés sorban:

- Gimnasztikai gyakorlatok

Ritmusgyakorlat:

1. Az előző (13.) órán tanult mozdulatokkal ismétljük a Tízet tojott... kezdetű mondókát.
2. A mondóka osztinatóval. (comb-titi-comb-páros taps)

Ének: A *Ha én aztat tudhatnám...*³⁶ kezdetű dal hallás utáni megtanulása.

Tánc: A *Ha én aztat tudhatnám...* kezdetű dalhoz kapcsolódó mozgásforma, játék megtanulása. Eszközös-mozgásos játék. A dalt énekelve jobb kézről bal kézbe kell átadogatni egy kendőt a lábak között. Subridom!-ra pedig kiegyenesedve a fej fölött meg kell rázni, lebegtetni a kendőt a szöveg ritmusára. A tempót folyamatosan gyorsítjuk. Az nyer, akinek legtovább marad a kendő a kezében. Akinek kiesik a kezéből a kendő az kiáll a játékból és figyeli a többieket.

Játékok:

1. Cin, cin dálom...
2. A gyerekek választhatnak egy tanult játékot!

Befejező játék/levezetés:

1. Párválasztó játék, amikor a zene megáll.
2. Elköszönés

15. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/köszönés
2. A felszerelés ellenőrzése

³⁶Berze Nagy János: Baranyai Magyar Néphagyományok I. Pécs: 1940. p. 623.

Bemelegítés körben/ráhangolódás: A 13. órához hasonlóan, mindig változtatva egy kicsit a gyakorlatokat.

Bemelegítés sorban:

- Gimnasztikai gyakorlatok

Ritmusgyakorlat:

1. Ritmusvisszhang tapssal: tá ti-ti l ti-ti tá ll
2. Futótűz a ritmussal: A gyerekek körbe állnak és a két 2/4-es ütemet ismételtetik úgy, hogy mindenki csak egy ütemet tapsol. Körbe halad a futótűz, és amikor már jól megy a ritmus-sor, akkor fokozzuk a tempót.

Tánc: A Ha én aztat tudhatnám... kezdetű dalhoz kapcsolódó mozgásforma, játék gyakorlása.

Kiszámoló:

1. Új kiszámoló tanulása: *Ice, bice, cibere*
Neked adom,
*Menj ki Te!*³⁷
2. Az új mondóka megtanulása után körben a már leírtak alapján kiszámoljuk a következő játék első „főszereplőjét”.

Játékok:

1. Új játék: *Fürdik a kácsa...*³⁸
A gyerekek körben állnak, egyvalaki középen, ő a fehér liliomszál. A dal első felére a „Lengyelorszáig” szövegig körben járnak, majd a következő szöveget eljátsszák. A „Hej, ugorj egyet” szövegnél pedig a belső gyerek választ maga helyett egy új fehér liliomszálát.
A játékot lehet úgy variálni, hogy a régi és az új fehér liliomszál is benn marad és az ő választottjaik is. Így biztosan mindenki sorra kerül rövidebb idő alatt.
2. A gyerekek választhatnak egy tanult játékot!

Befejező játék/vezetés:

³⁷Wéber Béláné: Lánc, lánc, játéklánc. Pécs, Misina Kulturális és Táncegyesület: 2009. p. 38.

³⁸Bánfi Rita: Baranyai gyermekjátékok - Néphagyomány a jövő műveltségében. (a szerző magánkiadása) Pécs, 2011. p. 119.

1. Mókuskáim ki a házból!

Hullahopp karikákat adok a gyerekeknek vagy a későbbiekben használandó anyag négyzeteket. A gyerekek szabadon ugrálva páros lábról páros lábra haladnak, addig, amíg a zenét meg nem állítom. Ekkor mindenkinek keresnie kell egy karikát és abba beleugrani. De nem jut mindenkinek, mert a zeneszó alatt mindig eggyel csökkentem a karikák számát. Aki egyedül maradt elkiáltja magát: „Mókuskáim ki a házból!”

2. Elkészítés

16. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/köszönés
2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben/ráhangolódás: A 13. órához hasonlóan, mindig változtatva egy kicsit a gyakorlatokat.

Bemelegítés sorban:

- Gimnasztikai gyakorlatok

Ritmusgyakorlat:

1. Futótűz a következő ritmussal: tá tá l ti-ti tá – tapssal
2. Futótűz a következő ritmussal: tá tá l ti-ti tá – dobogással

Zenehallgatás:

A következő alkalommal egy új játékot tanulunk, mely ének nélküli, zeneszóra fogjuk táncolni. A zenehallgatás során megfigyeljük, hogy milyen hangszerek vannak a zenekarban. Hosszúhetényi érdekesség, hogy fúvós zenére táncolnak. Hangszerek: klarinét, trombita (prím és kontra), kürt, bariton, dob.

Fontos megemlíteni, hogy vonós hangszereken is játszottak, de mi a rezes banda muzsikájára fogunk táncolni, mert az adja jobban vissza az ízt a táncnak.

Tánc: Eszköz (kötél) segítségével ugrás páros lábról páros lábra a 13. órai gyakorlatok alapján.

Játékok:

1. Fürdik a kácsa...
2. Ha én aztat tudhatnám...

Befejező játék/levezetés:

1. Kötelezés:

A gyerekeket körbe állítom, körülbelül olyan távolságra egymástól, mintha kézfogással állnának. Menetirányba állnak a köríven. A kör közepén állok és körülbelül 10-20 cm-rel a föld felett forgatom a kötelet, amit a gyerekeknek át kell ugraniuk (páros lábról ugorva), akinél megakad a kötél, az kiesik. Ha már jól megy, akkor irányt lehet változtatni vagy úgy állítani a gyerekeket, hogy hátulról érkezik a kötél és a tempót is lehet fokozni.

2. Elkészítés

Január

17. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/köszönés
2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben/ráhangolódás: Az eddigi gyakorlatok, kiegészítve a következőkkel:

- szökdelés egy lábon,
- szökdelés egy lábon 4x, majd csere...
- szökdelés egy lábon kifordulással,
- egy lábon szökdelés a teremben, amikor megállítom a zenét egy megadott helyre kell futni,

Bemelegítés sorban:

- Gimnasztikai gyakorlatok

Ritmusgyakorlat:

1. Melyik kiszámoló ritmusát tapsolom? (Ice, bice...)
2. Két csoportra osztom a gyerekeket. És a következő ritmussort felírom a táblára: tá tá l ti-ti tá l ti-ti tál tá tá ll Az 1-3. ütemet az egyik csoport tapsolja, a 2-4. ütemet a másik csoport tapsolja.
3. Az előző gyakorlat dobogással.

Ének: Az *Új esztendő...*³⁹ kezdetű dal hallás utáni megtanulása.

Tánc: Eszköz (kötél) segítségével ugrás egyik lábról ugyanarra a lábra.

- egyik lábon ugrálva a kötél mellett az elejétől (kötél) a végéig,
- másik lábon ugrálva,
- egy lábon ugrálva a kötél felett, annak egyik oldaláról a másikra,
- ellenkező lábbal,
- az eddigiek hátrafele haladva,

Játékok: Az eddig tanultak ismételése. A gyerekek választhatnak játékot. A szereplőket kiszámolókkal választjuk ki.

Befejező játék/vezetés:

1. Sánta róka fogó.

A fogóban a menekülő gyerekek páros lábon szökdelve haladnak a fogók pedig egy lábon ugrálva. Előkészítése az egy lábról-egy lábra való ugrálásnak. A sánta róka egy megadott helyről indul. Én egy karikából indítom. Ha megfog valakit a sánta róka, akkor újra indul a játék az új fogóval.

2. Elkészítés

18. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/köszönés
2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben/ráhangolódás: A 17. órához hasonlóan, mindig változtatva egy kicsit a gyakorlatokat.

Bemelegítés sorban:

- Gimnasztikai gyakorlatok

Ritmusgyakorlat:

1. Ritmusvisszhang: ti-ti tá l ti-ti ti-ti l ti-ti tá l tá tá

³⁹Dr. Várnai Ferenc: 77 Hosszúhetényi népdal. Pécs: Hosszúhetényi Ált. Művelődési Központ, 1991. p. 40.

2. Két csoportra osztom a gyerekeket. Az egyik fél tapsolja, a másik dobogja, majd fordítva.
3. A táblára felírom a ritmussort. Az 1-3. sort az egyik csoport tapsolja, a 2-4. sort a másik csoport tapsolja.
4. Az előző gyakorlat dobogással.
5. Kézfogással haladnak utánam a gyerekek és lépjük/dobogjuk a ritmussort.

Tánc: Eszköz (kötél) segítségével ugrás egyik lábról ugyanarra a lábra a 17. órai gyakorlatok alapján.

Mondóka:

1. Egy tanult kiszámolót választanak a gyerekek, amivel kiszámoljuk a játékhoz a kérőt. (Például: Sarkon áll egy bolt...)
2. Egy másik tanult kiszámolóval pedig az Erzsébet asszonyt. (Például: Ice, bice, cibere...)

Játékok:

1. Erzsébet asszony...
2. Fürdika kácsa...
3. Ha én aztat tudhatnám...

Befejező játék/levezetés:

1. Kötelezés:
A már leírtakhoz hasonlóan, de már egy lábról ugorva ugyanarra a lábra érkezéssel.
2. Elkészítés

19. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/köszönés
2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben/ráhangolódás: A 17. órához hasonlóan, mindig változtatva egy kicsit a gyakorlatokat.

Bemelegítés sorban:

- Gimnasztikai gyakorlatok

Ritmusgyakorlat:

1. Új mondóka: *Ögyödöm, bögyödöm, tik vállára,*

Szól a rigó rakoncára

Célára, cönögére, cucc ki madár a mezőre!

Hüsd ki, akaszd ki, hadd száradjon oda ki.

Ha az ördög gyünne, kosarába tenne,

Mennél jobban sírnál-rínál,

Annál jobban vinne.⁴⁰

2. Negyed értékű járással kísérik a mondókát.
3. A gyerekeket szórtan, szabadon elhelyezkedve leültetem a teremben. Egyenletes negyed értékű járással kerülgetem őket, akit megérintek, az csatlakozik hozzám és láncot alkotunk. Eközben mindenki mondja a mondókát.

Tánc: *Kígyó tánc*⁴¹ zenére.

Páros lábon és egy lábon ugrálva az én vezetésemmel.

A gyerekek egymás mögé állva megfogják az előttük álló derekát, amit nem engedhetnek el. Az első gyerek mozdulatait (most az enyémet) kell utánoznia mindenkinek, de közben arra is kell figyelni, hogy a sor vezetője egy anyagból készített korbáccsal próbálja elérni a sor végét. Ezt meg kell akadályozni.

Játékok:

1. Ha én aztat tudhatnám...
2. A gyerekek választanak egy tanult játékot.

Befejező játék/vezetés:

1. Páros fogó.

⁴⁰Bánfi Rita: Baranyai gyermekjátékok - Néphagyomány a jövő műveltségében. (a szerző magánkiadása) Pécs, 2011. p. 83.

⁴¹Néptánc Adatbázis – Filmtár: Hosszúhetény, 1975. november 23. MTA Zenetudományi Intézet honlapja [online] 2008 [2015. 02.15.] >URL: <http://db.zti.hu/neptanc/tanc.asp>

Kezet fogva haladnak a gyerekek párban, szabadon, a tért kihasználva. Amíg szól a zene a megadott lépéssel haladnak, most egy lábon ugrálva és ha elfáradt, akkor lábat cserélnek. A tanult kiszámolóval kiszámoljuk az első fogót.

2. Elkészítés

20. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/köszönés
2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben/ráhangolódás: A 17. órához hasonlóan, mindig változtatva egy kicsit a gyakorlatokat.

Bemelegítés sorban:

- Gimnasztikai gyakorlatok

Ritmusgyakorlat:

1. Mondóka: Az Ögyödöm, bögyödöm... kezdetű mondóka és ritmizálása az előző órához hasonlóan egy kis újtással úgy, hogy mindenkinek a kezében hangszer van és, akit megérintek, az leteszi és csatlakozik a sorba. A mondókát mindenki mondja és az ülők egyenletes negyed értékű lüktetést adnak hozzá.

Tánc: Kígyós tánc. Egy ügyesebb gyerek vezetésével. Gyakorlás.

Kiszámoló: Az Ice, bice... kezdetű Kiszámolóval kiszámoljuk a következő játék (új) kerülőjét.

Játékok:

1. Új játék: „Tüzes kendő”
Ének nélküli mozgásos játék, kendővel. Körbeállunk hátrahúzott kézzel, a kiszámolt kívüljáró (más néven körül járó) pedig kezében a kendővel halad. Mivel nincs ének, ezért megszabom, hogy csak 2 vagy 3 kört tehet kerülni, és ki kell választania valakit, majd annak a hátrahúzott kezébe tenni a kendőt. Ekkor a kendővel együtt kergetnie kell az eddigi kerülőt. Ha a kerülő egy kört futva beér az üres helyre, akkor megint ő a kerülő, ha közben megfogja a kendős, akkor helyet cserélnek.
2. Fürdik a kácsa...
3. A gyerekek választhatnak egy tanult játékot.

Befejező játék/levezetés:

1. Páros fogó/sánta róka
2. Elkészítés.

Február

21. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/köszönés
2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben/ráhangolódás: Az eddigi gyakorlatok, kiegészítve a következőkkel:

- ugrás egyik-egyik-másik-másik lábakra
- szabadon ugrálás egyik-egyik-másik-másik lábakra, majd jelre párt kell keresni és összekarolva szintén ez a lépés a következő jelig.

Bemelegítés sorban:

- Gimnasztikai gyakorlatok

Ritmusgyakorlat:

1. Ritmusvisszhang tapssal: ti-ti tá l tá tá :ll
2. Futótűz ezzel a ritmussorral, valamint eszközökkel, hangszerekkel. Mindenki egy ütemet „zenél”.

Ének: A *Happ, happ farsáng!...* kezdetű dal hallás utáni megtanulása. Az ének megtanulása előtt néhány szót szólnunk a farsangról és az ehhez kapcsolódó szokásról.

*„Farsang utolsó napjaiban 3-4 legény ünneplőbe öltözve, - két méter hosszú, pántlikákkal feldíszített nyársakkal felszerelve, - elindult farsangot köszönteni. Nyárssal a ház ajtaján bekopogtatva kérdezik: „Szabad-e farsangot köszönteni?” A gazda engedélye után kezdik a köszöntőt.”*⁴²

⁴²Berze- Nagy János: Baranyai Magyar Néphagyományok I. Pécs: Baranya Vármegye közönsége, 1940. p. 100-102.

Tánc: Eszköz (30x30-as anyagnégyzetek) segítségével ugrás egyik lábról a másik lábra. A négyzeteket a földre helyezem és megbeszéljük a gyerekekkel, hogy a bal oldaliak a bal lábhoz, a jobb oldaliak a jobb lábhoz tartoznak.

- szembe állnak a gyerekek az anyagnégyzetekkel és az általam elhelyezett négyzetekre úgy ugranak, hogy: négyet egyik lábon, négyet másik lábon,
- kettőt egyik lábon, kettőt másik lábon,
- egyet egyik lábon, egyet másik lábon,

Mondóka:

1. Egy tanult mondókát választanak a gyerekek, amivel kiszámolják az első kendőt.

Játékok:

2. „Tüzes kendő”
3. A gyerekek választanak egy tanult játékot.

Befejező játék/levezetés:

1. Szalag fogó zenére.
A gyerekek csak úgy haladhatnak, hogy kétszer egyik lábon ugranak, kétszer a másik lábbon. A szoknyák, nadrágok gumijába szalagot rakunk. A feladat, hogy ugrálással haladva minél több szalagot gyűjtsenek. Az nyer, akinek a legtöbb szalagja van a végén.
2. Elkészítés.

22. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/köszönés
2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben/ráhangolódás: A 21. órához hasonlóan, mindig változtatva egy kicsit a gyakorlatokat.

Bemelegítés sorban:

- Gimnasztikai gyakorlatok

Ritmusgyakorlat:

1. A táblai ritmussor: ti-ti tá l ti-ti tá l tá ti-ti l tá tá ll Ezt a gyerekek eszközökkel játsszák.

2. A mondókát (Ögyödöm, bögyödöm) ritmizáljuk, eszközökkel kísérik.

Ének: Happ, happ farsang... szokás ismétlése.

Tánc: Kígyó tánc. Én vezetem a kígyót és gyakran variálom: ugrás páros lábról – páros lábra, egy lábról – egy lábra.

Játékok:

1. Új játék: *Bújj, bújj zöld ág...*⁴³

Mozgásos kapuzós játék. Kijelölünk két gyereket, ők tartják a kaput. A többiek kézfogással vonulnak a kapu alatt. A dal végén a két gyerek lecsukja a kaput és, aki alatta maradt kapus lesz.

Az utolsónak engedni szoktam, hogy elengedjék egymás kezét és szabadon futhassanak a kapuk alatt.

2. A gyerekek választanak egy játékot a tanultak közül.

Befejező játék/vezetés:

1. Szalagfogó
2. Elköszönés.

23. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/köszönés
2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben/ráhangolódás: A 21. órához hasonlóan, mindig változtatva egy kicsit a gyakorlatokat.

Bemelegítés sorban:

- Gimnasztikai gyakorlatok

Ritmusgyakorlat:

1. Ritmusvisszhang eszközzel: 4 db 2/4-es ütem: tá tá l ti-ti tá l ti-ti tá l tá tá ll

⁴³Dr. Várnai Ferenc: 77 Hosszúhetényi népdal. Pécs: Hosszúhetényi Ált. Művelődési Központ, 1991. p. 36.

2. A ritmussort felírom a táblára. eszközzel gyakoroljuk a tábláról.
3. Az előző ritmus futótűzzel, dobogva.

Tánc: Kígyó tánc, gyakori váltás gyakorlása...

Játékok:

1. Bújj, bújj zöld ág...
2. Új játék: *Ördög-angyal játék...*⁴⁴

Nevettető játék. A gyerekek körben állnak, arccal a kör közepe felé néznek. Egy gyerek, vagy felnőtt a kör közepén áll és megfordít egy gyereket, miközben ezt mondja: „Fordulj egyet, ne neved!” Ekkor a két oldalról mellette állók megpróbálják nevetetni úgy, hogy nem érnek hozzá. Ha elneveti magát ördög lesz és leguggol.

Mondóka:

1. Új mondóka megtanulása: *Fenjük, fenjük a kaszát!*⁴⁵

Az ördög-angyal játékhoz kapcsolódó rövid mondóka. Akik elnevelték magukat az előző játékban, azokon fenik a kaszát az angyalok. Úgy, hogy párosával állnak az angyalok és szembe fordulnak egymással néhány lépés távolsággal. Az ördögöknek át kell szaladniuk lehajolva az angyalok között. Az angyalok apró és nem durva kézmozdulatokkal ütik az ördögök hátát. A szöveget addig mondják, amíg az ördögök elfogynak.

Figyelmeztetni kell a gyerekeket, hogy ne durván „fenjék a kaszát”.

Befejező játék/vezetés:

1. Szalagfogó
2. Elefántfogó...

Fogójáték. A fogónak elefántorrt kell a kezükkel csinálniuk. Úgy, hogy az egyik kezükkel megfogják az ellenkező oldali fülüket, a másik kezüket pedig átdugják.

3. Elköszönés.

⁴⁴Dr. Komlósi Sándorné Nagy Piroska: Népi gyermekjátékok Baranyában. Pécs: Magyar Úttörők Szövetsége Baranya Megyei Elnöksége, 1958. p. 61.

⁴⁵Dr. Komlósi Sándorné Nagy Piroska: Népi gyermekjátékok Baranyában. Pécs: Magyar Úttörők Szövetsége Baranya Megyei Elnöksége, 1958. p. 61-62.

24. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/köszönés
2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben/ráhangolódás: A 21. órához hasonlóan, mindig változtatva egy kicsit a gyakorlatokat.

Bemelegítés sorban:

- Gimnasztikai gyakorlatok

Ritmusgyakorlat:

1. Ritmussor a táblán: tá tá l ti-ti tá l ti-ti ti-ti l tá tá ll
2. A ritmussor futótúzzal dobogva.
3. A ritmussor futótúzzal eszközökkel.

Tánc: Kígyós tánc, gyakorlása: Sűrítve a lépéseket: ugrás páros lábról – páros lábra, egy lábról – egy lábra (ugyanarra), egy lábról – másik lábra,

Játékok:

1. Bújj, bújj, zöldág... - ördög-angyal... játék
2. A gyerekek választanak egy játékot.

Befejező játék/levezetés:

1. Elefántfogó...
2. Elköszönés

Március

25. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/köszönés
2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben/ráhangolódás: Az eddig tanult ugrás gyakorlatok, kiegészítve a következőkkel:

- ugrás egyik- egyik-páros lábon,
- ugrás másik-másik- páros lábon,
- ugrás egyik-egyik-páros-másik-másik-páros lábbal,
- ugrás egyik-páros- másik-páros lábbal,
- ugrás egyik-másik-páros lábbal,
- az előző ugrások háttal fordulva az eszköznek.

Bemelegítés sorban:

- Gimnasztikai gyakorlatok

Ének: A *Fölülök a sült krumplinak hátára...*⁴⁶ kezdetű dal hallás utáni megtanítása.

Tánc: Eszköz (30x30-as anyagnégyzetek) segítségével ugrás egyik lábról a páros lábra.

- az anyagnégyzeteket úgy helyezem el, hogy páros lábról mindig az egyik lábra ugrás, (páros-egyik-páros-egyik)
- páros lábról mindig a másik lábra ugrás, (páros-másik-páros-másik)
- páros lábról ugorva kétszer az egyik lábra, kétszer a másik lábra ugrás, (páros-egyik-egyik-páros-másik-másik)
- páros lábról ugorva: páros-egyik-páros-másik
- páros lábról ugorva: páros-egyik-másik-(páros)

Kiszámoló:

1. Új kiszámoló: *Egy-begy libabegy, terád jut a huszonegy. Egy, kettő, három... huszonegy.*⁴⁷

Játékok:

1. Bújj, bújj, zöld ág...
2. Ördög-angyal...

⁴⁶Berze Nagy János: Baranyai Magyar Néphagyományok I. Pécs, 1940. p. 621.

⁴⁷Bánfi Rita: Baranyai gyermekjátékok - Néphagyomány a jövő műveltségében. (a szerző magánkiadása) Pécs, 2011. p. 83.

3. Erzsébet asszony...

Befejező játék/levezetés:

1. Nemzetes játék virágnevekkel.

Eszközös mozgásos játék. Eszköz, a labda. Egy kört alakítunk a gyerekekkel és középre a földre helyezzük a labdát. Magában mindenki választ egy virágnevet. Amikor ez megtörtént a játék irányítója (pedagógus) mondja: „Legyen az a híres, gyönyörűséges tulipán!”. Ilyenkor a tulipánon kívül mindenki szétszalad és egy tulipán nemzetiségű a labdáért szalad és „Állj!”-t mond. A menekülők szoborrá válnak és a tulipán megcéloz valakit. Akit ki-dob, az kiáll a játékból.

Nemzetekkel is lehet játszani, de úgy gondolom, hogy a virágnevek tavasszal közelebb állnak a gyerekekhez.

2. Elkészítés

26. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/köszönés
2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben/ráhangolódás: A 25. órához hasonlóan, mindig változtatva egy kicsit a gyakorlatokat.

Bemelegítés sorban:

- Gimnasztikai gyakorlatok

Ének: Fölülök a sült krumplinak hátára... kezdetű dal gyakorlása.

Ritmusgyakorlat: A dal ritmusának ritmizálása különböző eszközök segítségével.

Tánc: Kígyó játék zenére, vezetésemmel. Tartalmazza: ugrás páros lábról – páros lábra, egy lábról – egy lábra (ugyanarra), egy lábról – másik lábra, egy lábról – páros lábra

Kiszámoló: Kiszámoljuk a játékhoz a kezdőt az Egy, begy, libabegy... kezdetű kiszámolóval.

Játékok:

1. Új játék: *Elvesztettem zsebkendőmet...*⁴⁸

Eszközös körjáték. Kézfogással járunk körbe a dalt énekelve. A kiszámolt kisgyerek pedig a kendővel a kör közepén velünk ellentétes irányban jár. A „Szabad péntek, szabad szombat” szövegnél a körből választ egy gyereket és táncoltatja a kör közepén, vagyis improvizálnak. Míg ők táncolnak a kör halad tovább.

2. A gyerekek választanak egy tanult játékot.

Befejező játék/levezetés:

1. Nemzetes játék virágnevekkel.
2. Elkészítés

27. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/köszönés
2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben/ráhangolódás: A 25. órához hasonlóan, mindig változtatva egy kicsit a gyakorlatokat.

Bemelegítés sorban:

- Gimnasztikai gyakorlatok

Ritmusgyakorlat: Felülök a sült krumplinak hátára... kezdetű dal ritmizálása, ritmuszenekarral. Az osztályt három csoportra osztom. Az egyik csoport nyolcadokat, a másik csoport negyedeket, a harmadik csoport félértékeket szólaltat meg az eszközökön. Az értékeket cserélem a csoportok között.

Tánc: Eszköz (30x30-as anyagnégyzetek) segítségével ugrás egyik lábról a másik lábra a 25. órai gyakorlatok alapján.

Mondóka/kiszámoló: A gyerekek választanak egy tanult kiszámolót, amivel kiszámoljuk az *Elvesztettem zsebkendőmet* játék kendősét.

Játékok:

⁴⁸Dr. Várnai Ferenc: 77 Hosszúhetényi népdal. Pécs: Hosszúhetényi Ált. Művelődési Központ, 1991. p. 38.

1. Elvesztettem zsebkendőmet...
2. Ha én aztat tudhatnám...

Befejező játék/vezetés:

1. Érintő fogó
Fogójáték. A szabály az, hogy a fogónak úgy kell megfognia a következő játékost, hogy közben nem engedheti el azt a helyet a testén, ahol őt megfogták.
2. Elkészítés.

28. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/köszönés
2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben/ráhangolódás: A 25. órához hasonlóan, mindig változtatva egy kicsit a gyakorlatokat.

Bemelegítés sorban:

- Gimnasztikai gyakorlatok

Ritmusgyakorlat:

1. Felülök a sült krumplinak hátára... kezdetű dal gyakorlása ritmuszenekarral.

Tánc: Eszköz (30x30-as anyagnégyzetek) segítségével ugrás egyik lábról a másik lábra a 25. órai gyakorlatok alapján.

Mondók/kiszámoló:

1. Új kiszámoló: *Lementem a pincébe vajat csipegetni,*
Utánam jött édesanyám hátba veregetni
Nád közé bújtam, nád sípot fújtam,
Az én sípom így szólott:

*Dí, dá, dú, te vagy az a nagyszájú!*⁴⁹

Ezzel az új kiszámolóval kiszámoljuk a kendős játékost.

Játékok:

1. Elvesztettem zsebkendőmet...
2. Egy játékot választanak a gyerekek.

Befejező játék/levezetés:

1. Érintő fogó
2. Elköszönés

Április

29. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/köszönés
2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben/ráhangolódás: Az eddigi gyakorlatok.

Bemelegítés sorban:

- Gimnasztikai gyakorlatok

Ének: *A Nincs több olyan öregasszony...*⁵⁰ kezdetű dal hallás utáni megtanítása.

Tánc: Eszköz (krétával rajzolt ugróiskola) segítségével ugrás páros lábról egy lábra a 29. órai gyakorlatok alapján. Az előző hónaphoz tartozó feladatok egy lábról indulva.

- páros-egyik-páros-egyik,
- páros-másik-páros-másik

⁴⁹Bánfi Rita: Baranyai gyermekjátékok - Néphagyomány a jövő műveltségében. (a szerző magánkiadása) Pécs, 2011. p. 86.

⁵⁰Berze Nagy János: Baranyai Magyar Néphagyományok I. Pécs, 1940. p. 642.

- az előzőek egy irányba haladva,

Mondóka: Kiszámoljuk a játék első főszereplőjét a Dí, dá, dú... kezdetű kiszámolóval.

Játékok:

1. Új játék: *Hogy a túró?*⁵¹

Mozgásos játék. A játékosok kettesével körbe állnak. Egyik elől (túrók), másik hátul. A bíró a körön kívül jár és egy párosnál megáll. Ezt mondja: „Hogy a túró?” A válasz rá: „Három véka arany.” Ekkor kétfelé futnak a gyerekek, az lesz a túró, aki gyorsabb volt, a másik a bíró.

2. Elvesztettem zsebkendőmet...

Befejező játék/levezetés:

1. Sima fogó karikával.

A karika a ház, de egyszerre csak ketten lehetnek benne. Haladás páros lábról egy lábra ugrással.

2. Elkészítés.

30. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/köszönés
2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben/ráhangolódás: A 29. órához hasonlóan, mindig változtatva egy kicsit a gyakorlatokat.

Bemelegítés sorban:

- Gimnasztikai gyakorlatok

Ritmusgyakorlat:

⁵¹Bánfi Rita: Baranyai gyermekjátékok - Néphagyomány a jövő műveltségében. (a szerző magánkiadása) Pécs, 2011. p. 96.

1. A Nincs több olyan öregasszony... kezdetű dal bújtatása kézzel adott jelre.

Tánc: Eszköz (krétával rajzolt ugróiskola) segítségével ugrás páros lábról egy lábra a 29. órai gyakorlatok alapján.

Kiszámoló:

1. Új kiszámoló tanulása: *Átalugrott a cigány, kitörött a lába,*
Elment a bíróhoz, tegye kalodába.
Bíró tette kalodába, szálka ment a kisujjába,
*Inc, pinc, te vagy kint!*⁵²

Az új mondókával, kiszámolóval kiszámoljuk a vánkostánc kezdőjét.

Játékok:

1. Új játék: *Vánkostánc*⁵³
Párválasztó mozgásos játék. Lakodalmi tánc, eredetileg verbunk zenére táncolják a gyűjtéseken, de a verbunk táncanyaga nehéz, így nem tanítom még a gyerekeknek első osztályban. A tánchoz dallam és szöveg is tartozik, mi erre táncoljuk. Eszköz egy vánk, amivel a kör közepén táncol a választó, míg a többiek körben járva éneklnek a dalt. Ismétléskor választ egy párt, akivel végig táncolja az éneket úgy, hogy karral összekapaszkodva gyorsan forognak, a többiek futnak körbe.
2. Hogy a túró?

Befejező játék/vezetés:

1. Fogó karikával
2. Elköszönés

⁵²Dr. Komlós Sándorné Nagy Piroska: Népi gyermekjátékok Baranyában. Pécs: Magyar Úttörők Szövetsége Baranya Megyei Elnöksége, 1958. p. 17.

⁵³Néptánc Adatbázis – Filmtár: Hosszúhetény, 1975. november 23. MTA Zenetudományi Intézet honlapja [online] 2008 [2015. 02.15.] >URL: <http://db.zti.hu/neptanc/tanc.asp>

31. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/köszönés
2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben/ráhangolódás: A 29. órához hasonlóan, mindig változtatva egy kicsit a gyakorlatokat.

Bemelegítés sorban:

- Gimnasztikai gyakorlatok

Ritmusgyakorlat:

1. A Nincs több olyan... kezdetű dal éneklése és ritmusának tapsolása.
2. Az ének néma éneklése a dal ritmusának tapsolásával.
3. Ritmusbújtatás.

Tánc: Eszköz (krétával rajzolt ugróiskola) segítségével ugrás páros lábról egy lábra a 29. órai gyakorlatok alapján.

Mondóka: Az Átalugrott a cigány... kezdetű mondókával kiszámoljuk az első bírót.

Játékok:

1. Hogy a túró?
2. Vánkostánc
3. A gyerekek választanak egyek a tanult játékok közül.

Befejező játék/vezetés:

1. Halász fogó.
Egy fogóval kezdődik a játék, ha megfog valakit, akkor az hozzá csatlakozik, kezét fognak és egy hosszú láncot alkotnak. Vigyázni kell, hogy ne szakadjon szét a lánc illetve egymásra, mert a sor végén gyakran túl nagy a lendület. Figyelmeztetni kell a gyerekeket, hogy inkább taktikázzanak, mintsem veszélyeztessék társaik épségét.
2. Elköszönés.

32. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/köszönés
2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben/ráhangolódás: A 29. órához hasonlóan, mindig változtatva egy kicsit a gyakorlatokat.

Bemelegítés sorban:

- Gimnasztikai gyakorlatok

Ének: *A pünkösdek jeles napján...* kezdetű dal hallás utáni megtanítása. Valamint néhány szó a Pünkösdről és a hozzá kapcsolódó szokásáról.

„A nagy lányok a pünkösdi ünnepek alatt pünkösdöltek. Ünneplősen felöltözve, fejükre vencsből (vinkából) pántlikával díszített koszorút tesznek. Magukkal visznek egy 6-8 éves kisleányt is, akit „kiskirál”-nak neveznek. Ahol köszönteni akarnak, megkérdezik: Szabad- é pünkösdöt köszönteni? Ha a gazda vagy gazdasszony azt feleli, hogy „nem”, akkor a lányok a „kiskirál”-t guggoló helyzetbe kényszerítik, (lenyomják) és azt kívánják: „Ekkora kendörök lögyön köntöknék!” Azután elszaladnak. Ha a pünkösdölést megengedik, akkor kezdődik a lányok éneklése.”⁵⁴

Tánc: Kígyós játék, most már az ugrások minden mozdulatával: Tartalmazza: ugrás páros lábról – páros lábra, egy lábról – egy lábra (ugyanarra), egy lábról – másik lábra, egy lábról – páros lábra, páros lábról – egy lábra. Én vezetem a sort.

Mondóka: Kiszámoljuk a „főszereplőt” az Átalugrott a cigány... mondókéval.

Játékok:

1. Vánkostánc
2. Hogy a túró...
3. A gyerekek választanak egyet a tanult játékok közül.

Befejező játék/vezetés:

1. Gyerekek által választott, már tanult játék.
2. Sima fogó karikával. A karika a ház, de egyszerre csak ketten lehetnek benne. Haladás páros lábon ugrással. Egy karikába 2 golya állhat...
3. Elköszönés.

⁵⁴Berze- Nagy János: Baranyai Magyar Néphagyományok I. Pécs, 1940. p. 123-125.

Május

33. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/köszönés
2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben/ráhangolódás: Az eddig használt gyakorlatok logikus variálása. A nehezebbek kiemelése és fokozott gyakorlása.

Bemelegítés sorban:

- Gimnasztikai gyakorlatok

Ének:

1. A pünkösdek jeles napján kezdetű dal ismétlése
2. A szokáshoz tartozó Szálljon erre házra... és a Noha kicsi vagyok.... kezdetű dalok megtanulása.
3. A pünkösdlő dalok összekötése, a szokás eljátszása.

Tánc: Kígyós játék, most már az ugrások minden mozdulatával: Tartalmazza: ugrás páros lábról – páros lábra, egy lábról – egy lábra (ugyanarra), egy lábról – másik lábra, egy lábról – páros lábra, páros lábról – egy lábra. Egy ügyes gyerek vezeti a sort. Amikor megállítom a zenét, akkor szoborrá kell változni.

Táncszók: A zenés tánchoz rövid táncszókat is tanulunk:

1. A nagy főben kicsi ész, ha megkottyán oda vész!
2. Kicsi neköm ez a ház, kirúgom az oldalát!
3. Ki-ki járja táncát, ne sajnálja talpát!⁵⁵

Kiszámoló: Az Átalugrott a cigány... kezdetű kiszámolóval kiszámoljuk a bírót, a Hogy a túró... kezdetű játékhoz.

Játékok:

⁵⁵⁵⁵ Berze Nagy János: Baranyai Magyar Néphagyományok. Pécs, 1940. I. kötet p 749-755.

1. Hogy a túró?
2. Új játék: *Patuska*⁵⁶

Fogójáték. Az osztályt két csoportra osztom és a terem két végén állnak. A fogó középén. Jelre a két oldal helyet cserél. Akit megfogtak, az fogó lesz. Eredetileg két-két emberrel játszották.

Befejező játék/vezetés:

1. Választott játék.
2. Elköszönés

34. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/köszönés
2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben/ráhangolódás: Az eddig használt gyakorlatok logikus variálása. A nehezebbek kiemelése és fokozott gyakorlása.

Bemelegítés sorban:

- Gimnasztikai gyakorlatok

Ének: Az *Iványosi, ványosi, nyergelőre...*⁵⁷ kezdetű dal hallás utáni megtanítása. Az év folyamán sok vonulós, kapuzós játékot, éneket tanultak a gyerekek, ezért itt kapcsoljuk hozzá a kapuzást. Néhány mondattal bemutatom ezt a szokást is.

Tánc: A pünkösddőlés „eljátszása”.

Mondóka: Kiszámoljuk a „főszereplőt”.

Játékok:

⁵⁶Bánfi Rita: Baranyai gyermekjátékok - Néphagyomány a jövő műveltségében. (a szerző magánkiadása) Pécs, 2011. p. 90.

⁵⁷Berze Nagy János: Baranyai Magyar Néphagyományok I. Pécs, 1940. p. 93.

1. Új játék: *A pünkösdi rózsza...*⁵⁸

Párválasztó játék. A gyerekek járnak körbe, középen ellentétes irányba pedig egy választó, aki a második versszakra választ egy párt magának és improvizálnak a kör közepén, majd helyet cserélnek.

Amikor nincs elég idő úgy is lehet játszani, hogy nem cserélnek helyet a gyerekek, hanem aki választott és akit választottak együtt maradnak bent a kör közepén és táncolnak újabb emberekkel a következő körben.

2. Egy régen tanult mondóka felelevenítése, mellyel kiszámoljuk a kezdőt.
3. Hogy a túró?
4. Egy régen tanult mondóka felelevenítése, mellyel kiszámoljuk a kezdőt.
5. Patuska

Befejező játék/levezetés:

1. Választott játék
2. Fogójáték.
3. Elköszönés

35. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/köszönés
2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben/ráhangolódás: Az eddig használt gyakorlatok logikus variálása. A nehezebbek kiemelése és fokozott gyakorlása.

Bemelegítés sorban:

- Gimnasztikai gyakorlatok

Ritmusgyakorlat:

1. Egyedem-begyedem, vaskampó... kezdetű mondóka és a hozzá tanult mozgások ismétlése.
2. A Tízet tojott... kezdetű mondóka és a hozzá tanult mozgásforma ismétlése.

⁵⁸Dr. Várnai Ferenc: 77 Hosszúhetényi népdal. Pécs: Hosszúhetényi Ált. Művelődési Központ, 199. p. 29.

Tánc:

3. Az Iványosi, ványosi... kezdetű dal ismétlése és az év elején tanult El kéne a molnárokhoz menni... és Réten, réten... kezdetű dalok felelevenítése valamint a dallamok összefűzése.
4. Pünkösdlés gyakorlása

Játékok:

1. A pünkösdi rózsza...
2. Ha én aztat tudhatnám...
3. Elvesztettem zsebkendőmet...
4. Patuska

Befejező játék/vezetés:

1. Választott játék
2. Elkészítés

36. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/köszönés
2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben/ráhangolódás: Az eddig használt gyakorlatok logikus variálása. A nehezebbek kiemelése és fokozott gyakorlása.

Bemelegítés sorban:

- Gimnasztikai gyakorlatok

Ritmusgyakorlat:

1. Az Ögyödöm, bögyödöm... kezdetű mondóka és a hozzá tanult mozgásformák ismétlése.
2. A Felülök a... kezdetű dal és ritmus ismétlése eszközökkel és/vagy ritmuszenekarral.

Tánc: Játékfűzés gyakorlása

Mondóka: Egy, a gyerekek által választott mondókéval kiszámoljuk a „főszereplőt”.

Játékok:

1. A pünkösdi rózsza...

2. Ha én aztat tudhatnám...
3. Elvesztettem zsebkendőmet...
4. Patuska

Befejező játék/vezetés:

3. Választott játék
4. Elkészítés.

Június

37. óra

Szervezési feladat:

1. Sorakozó/készítés
2. A felszerelés ellenőrzése

Bemelegítés körben/ráhangolódás: Az eddig használt gyakorlatok logikus variálása. A nehezebbek kiemelése és fokozott gyakorlása.

Bemelegítés sorban:

- Gimnasztikai gyakorlatok

Tánc:

1. Kígyótánc
2. Iványozás: A játékfűzés gyakorlása.

Játékok: Lapu, lapu, ha lapu..., Erzsébet asszony..., Cin-cin, dölöm..., Fürdik a kácsa..., Ha én aztat tudhatnám..., Vánkostánc..., Bújj, bújj, zöld ág, Ördög-angyal, Elvesztettem zsebkendőmet..., Hogy a túró?..., Patuska.

Befejező játék/vezetés:

1. Egy választott fogójáték.
2. Elkészítés.

Táblázat

	Bemelegítés	Ritmika	Ének	Tánc	Játék	Mondóka	Megjegyzés
Szeptember	Járás, futás, gimnasztika babzsákkal	Tapsfordító, Egyenletes taps, dobogás, járás	Martonfai túrósrétes...	Gimnasztikai járássok, járás, futás, testtudat erősítése	Lánc, lánc, eszterlánc... Lapu, lapu, a lapu... Gólya, béka fogó; Róka, nyuszi fogó	Aki miránk bá-méskodik... Sarkon áll egy bolt... (Hidas)	Eszköz: hanganyag, babzsák, Fejlesztési területek: egymás megismerése, szabálytudat, társas kapcsolatok alakulása
Október	Járás és futás zenére, gimnasztika	Tapsfordító, Visszhang: 2 db 2/4-es ütem ismétlése; A mondóka ritmizálása tapssal párbán, csoportban	Réten, réten, réten terem meg a nád...	Egyenletes járás és futás zenére, jobb-bal irányok tudatosítása, helyes testtartás	Perecem, párom tu-tú... Húzd, húzd magadat... Babzsák gyűjtő = mókusodú; Macska-egér fogó	Egyedem-begyedem, vas-kampó... (Hidas)	Eszköz: hanganyag, babzsák, bot Fejlesztési területek: ügyesség, gyorsaság, társas kapcsolatok-bizalom, szemkontaktus
November	Ismétlések, gimnasztika	Visszhang: 2 db 2/4-es ütem; Páros gyakorlat; Felismerés; Adott ritmusra járás;	El kéne a molnárokhoz menni...	Az eddig tanultak gyakorlása; Játékfűzés készítése.	Erzsébet asz-szony... Cin-cin dálom... Nyulak, ki a bokorból!... Szoborjáték	Tízet tojott a fű-jecske...	Eszköz: hanganyag, bot Fejlesztési területek: személyi zóna, térér-zék, szemkontaktus, anyanyelvi koncentráció

December	Járás, futás, ugrások páros lábról páros lábra, zenével, gimnasztika	Visszhang, Mondóka osztinátóval; Futótűz; Felismerés	Zenehallgatás/Téli körte, nyári alma...	Ugrások páros lábról páros lábra különböző fordulatokkal; Ha én aztat tudhatnám subridom...	Fürdik a kácsa... Ha én aztat tudhatnám subridom... Párválasztó; Mókuskáim ki a házból!	Ice, bice, cibere...	Eszköz: hanganyag, kendők, kötél Fejlesztési területek: testrészek ismerete, kulturált mozgás Zenehallgatás: rezesbanda, vonós banda
Január	Járás, futás, ugrások egy lábról egy lábra zenével, gimnasztika	Csoportok alakításával ritmusvisszhang tapssal, dobogással, eszközzel: 4x 2/4-es;	Újesztendő, vígság szerző...	Gyakorlása; Ugrás egy lábról egy lábra: ugyanarra a lábra; Kígyó tánc	Kígyó tánc; „Tüzes kendő”; Sánta rókázás; Páros fogó	Ögyödöm, bögyödöm tikválára... (Kozármisleny)	Eszköz: hanganyag, bot Fejlesztési területek: ügyesség, eszközhasználat, szem-kéz koordináció, irányok gyakorlása
Február	Járás, futás, ugrások egy lábról a másik lábra zenére, gimnasztika	futótűz ritmizálása eszközökkel	Hopp, hopp farsang...	Gyakorlás; Ugrás egy lábról a másik lábra; Kígyó tánc; Farsangoló	Bújj, bújj zöld ág... Ördög- angyal játéka; Szalagfogó; Elefántfogó	Fenjük, fenjük a kaszát...	Eszköz: hanganyag, kötél Fejlesztési területek: társas kapcsolatok, kulturált mozgás, viselkedés, téri tájékozódás
Március	Járás, futás, ugrások egy lábról páros lábra zenére, gimnasztika	Felülök a sült krumplinak hátára dal ritmizálása eszközökkel; Ritmuszenekar	Felülök a sült krumplinak hátára...	Gyakorlás; Ugrás egy lábról páros lábra; Kígyó tánc	Ismétlés; Elvesztettem zsebkendőmet... Érintő fogó; Nemzetes játék virágnevekkel	Egy-begy libabegy, te rád jut a huszonegy... Lementem a pincébe vajot csipegetni... (Hidas)	Eszköz: hanganyag, kendő, anyag négyzetek, „hangszerek”-zörgők, lábosok, fedők, fakanalak, kanalak stb. Fejlesztési területek:

							egyéniségek kibontakozása, improvizáció
Április	Járás, futás, ugrások páros lábról egy lábra zenére, gimnasztika	Gyakorlás; Ritmusbújtatás; Dallambújtatás	Nincs több olyan öregasszony... A Pünkösdnek jeles napján...	Gyakorlás, Ugrás páros lábról egy lábra; Vánkostánc; Kígyó tánc, Pünkösddőlő	Vánkostánc: Erre alá... Hogy a túró?...	Átalugrott s cigány... (Komlósiné- Hidas)	Eszköz: hanganyag, anyag négyzetek, Vánkos/kendő Fejlesztési területek: társas kapcsolatok, improvizálás
Május	Járás, futás, ugrások zenére, gyakorlás, gimnasztika	Gyakorlás;	Ványosi, ványosi nyergelőbe...	Gyakorlás; Játékfűzés készítése= Ványozás	A Pünkösdi róza... Patuska...	A nagy főben kicsi ész... Kicsi neköm ez a ház.... Ki-ki járja táncát...	Eszköz: hanganyag, Fejlesztési területek: gyorsaság, társas kapcsolatok, ügyesség
Június	Gyakorlás illetve játék a tanév során tanult játékokból						

Vastag betűkkel azokat az énekeket jelöltem, melyek népszokásokhoz tartozó dalok. A táblázat tánc oszlopában azért szerepelnek ezek a szokások, mert a hozzá tartozó táncos folyamatokat is tanuljuk az év során.

A táblázat megjegyzés pontjához, a fejlesztési területek rögzítéséhez Czinóber Klára – Wirkerné Vasvári Éva: Játék – mozdulat – tánc⁵⁹ című könyvet használtam.

⁵⁹Czinóber Klára – Wirkerné Vasvári Éva: Játék – mozdulat – tánc. Budapest: Hagyományok Háza, 2008. p. 68.

Összefoglalás

Szakdolgozatomban a hosszúhetényi gyermekjátékokat, szokásokat, táncokat felhasználva egy tanmenetet készítettem egy elképzelt Helyi tantervbe beillesztve, a Kerettanterv Tánc és dráma, valamint Testnevelés tárgyak elvárásaira alapozva úgy, hogy a mindennapos testnevelés lehetőségeit kihasználva a 2012-es NAT pontjait vizsgáltam.

Célom volt, olyan tanmenetet elkészíteni, amely a hosszúhetényi játékok felhasználásával a szűkebb környezetünk hagyományait ápolja és megfelel az előírt törvényi elvárásoknak. A hagyományok felelevenítésével hozzájárul a gyermekek szellemi, érzelmi és fizikai képességeinek gazdagításához is, anélkül, hogy számukra ez a folyamat tudatos és észrevehető lenne.⁶⁰ A különböző képességeket fejlesztő játékok alkalmazásával gazdagodik az érzelmi életük, megtanulják kifejezni magukat, elfogadni társaikat, feszültségeiket levezetni. Emellett a táncsal kapcsolatos képességei is fejlődnek, mert megtanulnak egyenletesen járni és mozogni vonós és fúvós zenére, illetve éneke egyaránt. Remélem, hogy tanmenetemet mások is haszonnal forgatják majd. Azért készítettem egy szokásos tanmenetnél részletesebb tervet (vázlatokat), mert a közvetlen gyakorlati alkalmazást szerettem volna lehetővé tenni magam, és mások számára.

A Hosszúhetény bemutatása című fejezetemben a település földrajzi, néprajzi és helytörténeti múltját és jelenét vizsgáltam. Felhasználtam hozzá *Zentai János: Baranya megye néprajzi csoportjai* című írását és összehasonlítottam a hosszúhetényi viseletet a Püspökbogádival, majd bemutattam, hogy a két település méltán tarozik egy néprajzi csoportba. Mindeközben szemléltettem mindkét falu gyönyörű viselt ruházatát az 1900-as évek elején.

A tanmenet, a vázlatok elkészítését hosszú kutatómunka előzte meg. Előkészületeim során számos írott, hallott, látott gyűjtést vizsgáltam meg. Az első osztályos gyerekek elé állított terveim eléréséhez alkalmas játékokat, énekeket, szokásokat, táncokat eredeti formájukban használtam fel vázlaimbam. A felkészülés és a tervezés alatt számos olyan gondolat, ötlet jutott eszembe, melyeket még nem volt alkalmam kipróbálni, de a jövőben szeretném, ha azokra is sor kerülhetne. Az elméleti tudás mellett érzelmi kapcsolataim is megerősödtek a bevezetőmhöz képest. Már sokkal nagyobb vágyam és lendülem van kipróbálni és tanítani a hosszúhetényi hagyományokat. Úgy vélem ezt a mélyebb tudást, az alaposabb rálátás teszi lehetővé. Ebből kifolyólag bíztatnék mindenkit, hogy saját környezetének hagyományait ismerje meg és alkalmazza tanítása során.

⁶⁰ Lázár Katalin: Mit játsztok, mátkák, Kaposvári Egyetem Csokonai Vitéz Mihály Pedagógiai Kar kiadója. 2002. p. 9.

A tanmenet után szerepel a szakdolgozatomban a Táblázat fejezet, mely a felhasznált hosszúhetényi játékok, táncanyag, ének anyag, mondóka és kiszámoló anyag feldolgozásának menetét segíti. Hónapokra elosztva jelöltem a tananyagokat a bemelegítés, a ritmika, az ének, a tánc, a játék, a mondóka szempontjából, teret hagyva a megjegyzésekben az eszközök és a fejlesztési területek megjelenítésének is.

Munkám során igyekeztem bebizonyítani, hogy Hosszúhetény hagyományai méltók arra, hogy felhasználjam tanítói munkámban. Bízom abban, hogy szakdolgozatommal felhívom az olvasók figyelmét arra a fontos gondolatra, hogy szűkebb környezetünk hagyományaira érdemes támaszkodnunk a közösség építésben és a néptánc tanításban.

Andrásfalvy Bertalan gondolataival zárom dolgozatomat.

„Az igazi örökség az, ami az örökösök hasznára van, nemcsak múzeumi emlék.”⁶¹

A professzorral való beszélgetés azt az indíttatást adta, hogy hozzájáruljak ahhoz, hogy a hagyomány élő, közösségformáló örömforrás legyen ott, ahol taníthatok. Gondolatai, tanításai alapértékek lesznek pályám során.

⁶¹ Andrásfalvy Bertalan: A néphagyomány és a gyermek, 2002. [online] [é. n.] [2015. 04. 25] <URL: <http://www.vasiszemle.t-online.hu/2002/05/andrasf.htm>

Mellékletek

Gyöngyösbokréta mozgalom:

„1931–1944 között minden év aug. 20-a táján e néven rendezték meg a parasztcsoportok tánc-, ének- és játékbemutatóit Bp.-en. A bemutatókon részt vevő csoportokból 1935-ben *Bokréta Szövetség*, később *Magyar Bokréta Szövetség* néven társadalmi egyesület alakult. A szövetség összefogta és irányította a „fiókszervezeteket”, és szervezte a bemutatókat. ... A Gyöngyösbokréta megszervezése, elnevezése, a bemutatók rendezése Paulini Béla nevéhez fűződik. Paulini eredetileg újságíró volt, s különböző irodalmi és műkedvelő színpadi munkák után 50 éves korában állt kitűnő szervező készségével és ügyszeretetével a népművészeti mozgalom élére. Neve a kortársak szemében összeforr a Gyöngyösbokrétáéval. ... A társadalom akkori vezető ereje a falvaktól a parlamentig, a tanítóktól a tudósokig figyelemmel kísérte és többségében támogatta a Gyöngyösbokrétát. ... A mozgalom tevékenységéről és feladatairól Paulini folyóirataiban tájékoztatta tagságát és a közvéleményt. Bár a Gyöngyösbokréta előadásai csak az elemi színreviteli követelményeknek tettek eleget, mégis teret kapott a hagyomány többé-kevésbé hiteles formában való bemutatása. A bemutatók hullámzó szintje miatt a Vallás- és Közoktatásügyi Min. a Néprajzi Múz. szakembereit kérte fel a műsorok előzetes ellenőrzésére, de a „hitelesítés” rövidesen abba maradt. – A bemutatók népművészeti anyaga többségében értékes, hiteles hagyományanyagot képviselt, e ezek jó része a Gyöngyösbokréta nélkül feledésbe merült volna. Számon tartunk olyan, a bemutatókra helyileg rekonstruált táncokat és szokásokat, amelyekkel a későbbi kutatók már mint „eredeti” hagyománnyal találkozhattak. A bemutatóknak így a hagyomány megőrzésében, de megmerevítésében is jelentős szerepük volt. A bokrétások a szereplések során mintegy 75–80 fajta tánc több mint 200 változatát, 35–40 játékot, jelenetet és szokást adtak elő.”⁶²

Játék, ének, mondóka, kiszámoló, táncszó gyűjtemény:

Hosszúhetényi

- Dalok

⁶² Pálfi Csaba: A Gyöngyösbokréta története (Táncstudomány Tanulmány, 1969–70, Bp., 1970). <http://mek.oszk.hu/02100/02115/html/2-840.html> [2015.04.20]

Martonfai túrósrétes

Hosszúhetény, 1934
gyűjt.: Nemes János

Györkő Katalin, 20

Mar - ton - fa - i tú - rós - ré - tes,
A he - té - nyi hár - mas - ha - tár,
Ki - vül má - kos, be - lül ü - res.
Ma - gam va - gyok ben - ne be - tyár.
Húzz rá, de ru - gó - san!
Huz - za rá, te - gye - rá,
A ne - vem vág - ja rá, de
Csi - no - san!

Réten, réten...

Hosszúhetény, 1934
gyűjt.: Nemes János

Györkő Katalin, 20

Ré - ten, ré - ten, ré - ten te - rem meg a nád,
El - vág - ták a sár - ga ri - gó bal - szár - nyát.
Sár - ga ri - gó csak azt mond - ja, hogy nem fáj,
Most tud - tam meg, hogy a ba - bám ki - hez jár.

El kéne a mó'nárokhó' menni

Hosszúhetény, 1935

gyűjt.: Nemes János

Pap Jánosné, 59

El ké - ne a mo' - ná - rok - hó' men - ni,

Mó' - ná - rok - tú' lán - cot ké - ne kér - ni,

Az uc - cá - tok bé - lán - có' - tat - ni,

Szép lá - nyo - kat mög - tar - tóz - tat - ni.

Hab szer - da há - tad - ra, Sod - ró - fa nya - kad - ra!

E - le - tu - du, ru - du - du - du - du.

Téli körte, nyári alma

Hosszúhetény, 1991

gyűjt.: Várnai Ferenc

Nagy Sándorné Kelemen Aranka, 61

Té - li kör - te, nyá - ri al - ma,

Gö - rög a pap szá - kács né - ja,

Így tedd rá, úgy tedd rá!

Má - ma tedd rá,

hol - nap tedd rá,

Hol - nap u - tán nem é - rünk rá,

Így tedd rá, úgy tedd rá!

Suba, suba, göndör suba, Ökörér' se adlak oda, Így tedd rá, úgy tedd rá!
Mer' az ökör útra való, A suba meg lánytakaró, Így tedd rá, úgy tedd rá!

Tartozom én a kocsmába Kilenc liter bor árával, Így tedd rá, úgy tedd rá!
Jaj, istenem, hogy adjam meg, Hogy a babám ne tudja meg, Így tedd rá, úgy tedd rá!

Újesztendő, vígságszerző

Hosszúhetény, 1990

gyűjt.: Várnai Ferenc

Szabó Sándor, 69



Dicsértessék a Jézus Krisztus! Boldog új évet kívánok!

Fölülök a sültkrumplinak hátára

Hosszúhetény, 1934

gyűjt.: Nemes János

Tóth János, 16



Happ, happ, fársáng

Hosszúhetény, 1937

gyűjt.: Nemes János

Bencze József, 66



Happ, happ, fár - sánk! Itt ő - ték az ár - tánt.

Nem ad - ják a má - ját, Csak a sza - lon - ná - ját.

Itt is an - nak, a - mott is A jám - bor há - zak - ná'.

Ad - jon az Úr - is - ten En - nek a gaz - dá - nak

Négy szép ök - röcs - két, Két kis bé - rös - két!

A - rany e - két a föld - jé - be, A - rany os - tort a ke - zé - be!
 Bő - ven ter - mést a csű - ré - be, Szép me - nyecs - két az ö - lé - be!
 Te - le bor - rá a pin - cé - jét, Bő - ven mér - je az ic - cé - jét!
 Van - e ház - nak le - gény fi - a? Hij - jon meg la - ko - da - lom - ba!
 Van - e férj - hez me - nő lá - nya? Küld - je ve - lünk el a bál - ba!
 Úgy se so - kat ér az é - let! Leg - jobb a szép me - nyecs - kék - nek!

Happ, happ, fár - sánk! Itt ő - ték az ár - tánt.

Nem ad - ják a má - ját, Csak a sza - lon - ná - ját.

Száj - jon er - re ház - ra Az Is - ten ál - dá - sa.

Hogy nagy da - rab sza - lon - nát, Tűz - ze - nek a nyárs - ra!

A pünkösdneyes napján

Hosszúhetény, 1935

gyűjt.: Nemes János

Papp Jánosné, 69



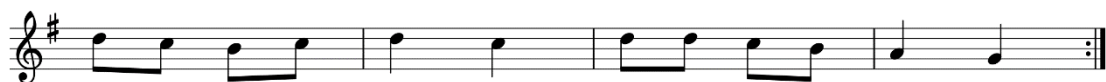
A pün-kös-dek je - les nap - ján Szent - lé - lők Is - ten hir - de - ti,
Me - lyet Krisz-tus i - gért va - la Ak - kor a ta - nit - vá - nyi - nak,
Tü - zes nyel - vek - nek szó - lá - sa, Úgy, mint sze - lek - nek zú - gá - sa,
Meg - tel - lé - nek Szent - lé - lek - kel, Kezd - nek szól - ni mind nyel - vek - kel,
Dí - csér - tes - sék A - tya Is - ten! Vé - led e - gyütt, Fi - ú Is - ten!



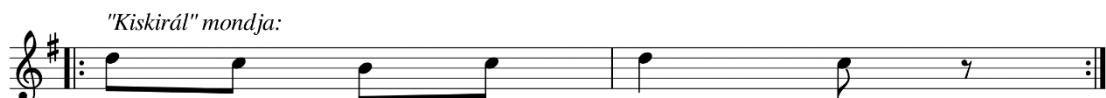
E - ró sí - ti mi szi - vün - ket, az a - pos - to - lo - kat.
Mi - kor me - ne meny - nyor - szág - ba Min - de - nek lát - tá - ra.
Le - szál - la az ő fe - jük - re Nagy hör - te - len - ség - gel.
Mon - dá ne - kik a Szent - lé - lek. Kárt va - la szó - la - ni.
Szent - lé - lek - kel e - gye - tem - ben, Mind - ő - rök - ké am - men!



Száll - jon er - re ház - ra Az Is - ten ál - dá - sa,
Bor, bú - za és gyü - mölcs Le - gyen föl - de - ink - nek,



Mint pün - kös - di har - mat A pi - ros ró - zsá - ra.
Mint fá - radt tes - tünk - nek Meg - vi - gasz - ta - ló - ja.



"Kiskirá! mondja:
No - ha ki - csi va - gyok,
Na - gyot - nem szól - ha - tok,
Mé - gis Is - te - nöm - nek
Szó - gá - ni a - ka - rok.
Szó - gá - lok, még é - lek,
Tes - töm - ben a lé - lők!

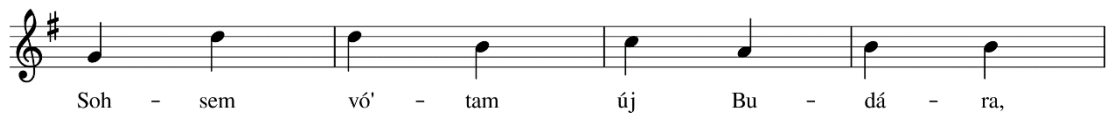
Dicsértessék a Jézus Krisztus!

Iványosi, ványosi...

Hosszúhetény, 1934 (1975, 1991)

gyűjt.: Nemes János (Várnai Ferenc, Andrásfalvy Bertalan)

Györkö Katalin, 20



Felgyorsul



Nincs több ojjan öregsszony

Hosszúhetény, 1937

gyűjt.: Nemes János

Bocz Katica, 16



Megsüti a túroslepényt,
Oda várja, oda várja a sok legényt,
Oda várja, oda várja a sok legényt.

Lepényömet megettétök,
A lányomat, a lányomat evegyétök,
A lányomat, a lányomat evegyétök.

Nem köll nekünk a ké lánya,
Szőlőzsíros, pirosítás a pofája,
Szőlőzsíros, pirosítás a pofája.

➤ Játékok

Lánc, lánc, eszterlánc

Hosszúhetény, 1990

gyűjt.: Várnai Ferenc

Böröcz Jánosné Ropoli Katalin, 80



Lapu, lapu, ha lapu

Hosszúhetény, 2010
gyűjt.: Bánfi Rita

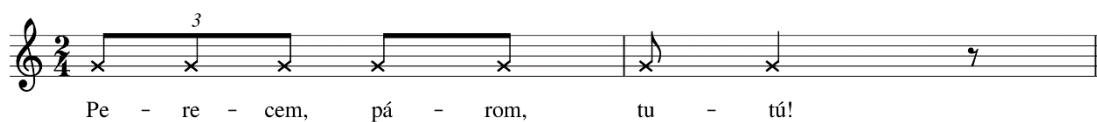
Schneider Mónika, 1970



La - pu, la - pu, ha la - pu, Ke - re - ke - si cér - na.
Fagy - gyú gyer - tya, Fa - ke - men - ce meg - re - ped,
A kő - szik - la lo - bot - vet. Gug - golj le!

Perecem

Böröcz Jánosné Ropoli Katalin, 80

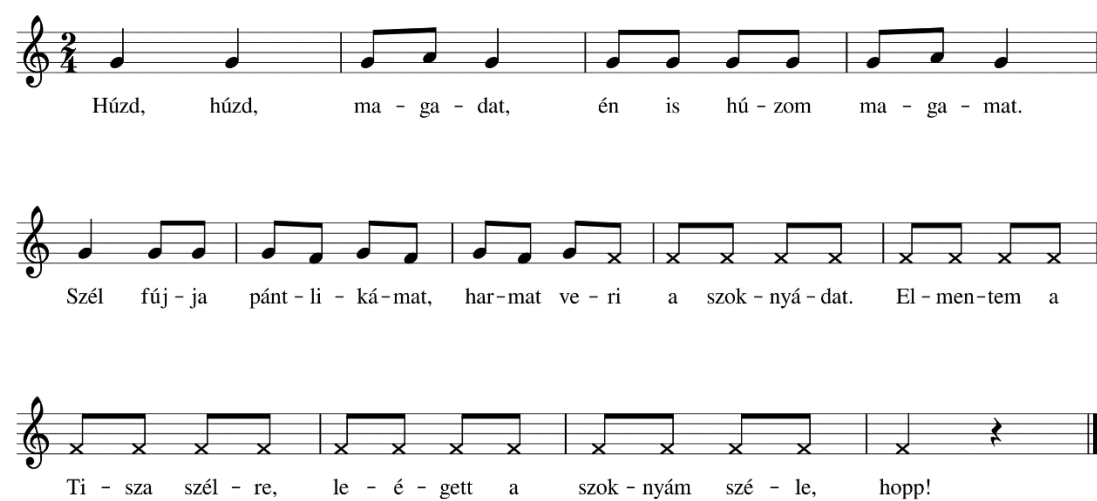


Pe - re - cem, pá - rom, tu - tú!

Húzd, húzd

Hosszúhetény, 1990
gyűjt.: Várnai Ferenc

Szabó Sándorné Dallos Katalin, 70



Húzd, húzd, ma - ga - dat, én is hú - zom ma - ga - mat.
Szél fúj - ja pánt - li - ká - mat, har - mat ve - ri a szok - nyá - dat. El - men - tem a
Ti - sza szél - re, le - é - gett a szok - nyám szé - le, hopp!

Erszébet asszony

Hosszúhetény, 1990

gyűjt.: Várnai Ferenc

Szabó Sándorné Dallos Katalin, 70



Ha én aztat tudhatnám (Subidrom)

Hosszúhetény, 1934
gyűjt.: Nemes János

ifj. Bocz György, 45

Ha én az - tat tud - hat - nám, su - bi - drom!
Itt a Du - na há - zunk - nál, su - bi - drom!

Szöb - bet sze - retsz ná - lam - nál, su - bi - drom!
Min - gyá be - le ug - ra - nám, su - bi - drom!

Ej, haj, zsi - dó Má - ri, Mol - nár Má - ri,
Vi - gan vá - ri, su - bi - drom!

Cin-cin dálom

Hosszúhetény, 2010
gyűjt.: Bánfi Rita

Schneider Mónika, 1970

Cin - cin dá - lom, trom - bo - lá - lom, Trá - la szun - dá - lom,
Cin-cin dá-lom, Trom-bo - lá-lom, Trá - la szun - dá - lom, Med - ve zu - zá - lom,
Á - lom, á - lom, pet - ru - szá - lom, Hopp, süt - ni ka - lá - csot.
Ki - ling gyű - rű, ka - lang gyű - rű, Ki uj - já - ban peng a gyű - rű?
Én ná - lam sincs, pá - rom - nál sincs, Ta - lálld bí - ró, ki - nél a kincs?

Fürdik a kácsa

Hosszúhetény, 2010
gyűjt.: Bánfi Rita

Schneider Mónika, 1970

Für - dik a ká - csa fe - ke - te tó - ba',

Any - já - hoz ké - szül Len - gyel - or - szág - ba,

Len - gyel - or - szág - ba.

Fe - hér li - li - om - szál, Fe - hér li - li - om - szál,

Hej, u - gorj, e - gyet, Hej, u - gorj, e - gyet.

Mo - sa - kod - jál szé - pen, Fé - sül - köd - jél szé - pen,

Hej, u - gorj e - gyet, Hej, u - gorj e - gyet.

Bújj, bújj zöl dág

Hosszúhetény, 1990
gyűjt.: Várnai Ferenc

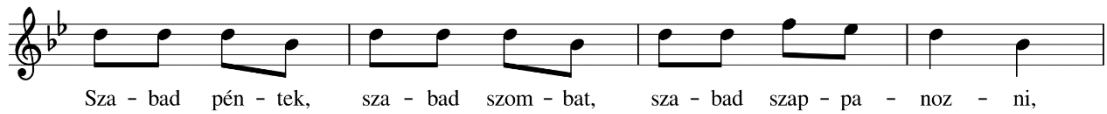
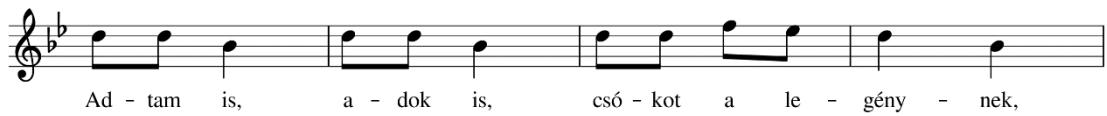
Böröcz Jánosné Ropoli Katalin, 80



Elvesztettem zsebkendőmet II.

Hosszúhetény, 1990
gyűjt.: Várnai Ferenc

Szabó Sándorné Dallos Katalin, 70



Vánkostánc

Hosszúhetény, 1957
gyűjt.: Dallos Nándor

Gergely György, 55



A pünkösdi rózs II.

Hosszúhetény, 1991
gyűjt.: Várnai Ferenc

Nagy Sándorné Kelemen Aranka, 61



Lám én szakítottam,
El is hervasztottam,
A hetényi lányok közül
Egyet választottam.

- **Hogy a túró?...** Hosszúhetény, 1957. Elmondta: Vörös (Bozsó) Istvánné, született: 1882. Gyűjtötte: Éri Istvánné
- **Pataska...** Hosszúhetény, 1957. Elmondta: Vörös (Bozsó) Istvánné, született: 1882. Gyűjtötte: Éri Istvánné
- **Ördög, angyal...** Hosszúhetény, 1954. Gyűjtötte: Komlósi Sándorné
- Mondókák
 - **Fenjük, fenjük a kaszát...** Hosszúhetény, 1954. Gyűjtötte: Komlósi Sándorné
- Kiszámlók
 - **Tízet tojott a fürjecske...** Hosszúhetény, 1977. Elmondta: György Sándor, született: 1909. Gyűjtötte: Vadasi Tibor (ZTI)
- Táncszók

- ***Aki miránk báméskodik, az is közénk kívánczik!...*** Hosszúhetény, 1934. április. Gyűjtötte: Nemes János

➤ **Táncok**

- ***Vánkostánc:*** Hosszúhetény, 1975, MTA FT. 916 ZTI MG 3525 gyűjtő: Pálffy Gyula,
- ***Kígyó tánc:*** Hosszúhetény, 1975, MTA FT. 916 ZTI MG 3525 gyűjtő: Pálffy Gyula,

Hidasi

➤ **Kiszámlók**

- ***Sarkon áll egy bolt...*** Hidas, 1954. Gyűjtötte: Komlósi Sándorné
- ***Átal ugrott a cigány...*** Hidas, 1954. Gyűjtötte: Komlósi Sándorné
- ***Egyedem-begyedem, vaskampó...*** Hidas, 1954. Gyűjtötte: Komlósi Sándorné
- ***Lementem a pincébe...*** Hidas, 1954. Gyűjtötte: Komlósi Sándorné
- ***Egy-begy, libabegy...*** Hidas, 1954. Gyűjtötte: Komlósi Sándorné

Kozármislenyi

➤ **Kiszámlók**

- ***Ögyödöm, bögyödöm...*** Kozármisleny, 2010. Elmondta: Kozmáné Schneider Mónika. Gyűjtötte: Bánfi Rita

Kiszámló:

- ***Ice, bice cibere...*** 1954. Gyűjtötte: Komlósi Sándorné

Táncszók:

- ***A nagy főben kicsi ész, ha megkottyan oda vész!...*** Hosszúhetény, 1934. április. Gyűjtötte: Nemes János
- ***Kicsi neköm ez a ház, kirúgom az oldalát!...*** Hosszúhetény, 1934. április. Gyűjtötte: Nemes János
- ***Ki-ki járja táncát, ne sajnálja talpát!...*** Hosszúhetény, 1934. április. Gyűjtötte: Nemes János

Ice, bice, ciibere... Baranyai gyermekjáték. Nincs adat.

Irodalomjegyzék

Nyomtatásban megjelent irodalmak

Antal László: Néptánc-pedagógia. Budapest: Hagyományok Háza, 2010. p. 63-171.

Bánfi Rita: Baranyai gyermekjátékok - Néphagyomány a jövő műveltségében. (a szerző magánk adása) Pécs, 2011. p. 77- 155.

Berze- Nagy János: Baranyai Magyar Néphagyományok I. Pécs: Baranya Vármegye közönsége, 1940. p. 123-125.

Czinóber Klára – Wirkerné Vasvári Éva: Játék – mozdulat – tánc. Budapest: Hagyományok Háza, 2008. p. 68-82.

Fügedi János – Varga Sándor: Régi tánc kultúra egy baranyai faluban. Budapest: L' Harmattan Kiadó, MTA Bölcsészettudományi Kutatóközpont Zenetudományi Intézet, 2014. p. 17-25., 80-98.

Karcagi Gyuláné – Salamon Ferencné: Játék és tánc az iskolában I- IV. osztály. Budapest: Hagyományok Háza, 2003.

Kodály Zoltán: Visszatekintés I., Szerk. Bónis Ferenc. Budapest: Argumentum Kiadó, 2007. p. 62-63.

Dr. Komlósi Sándorné Nagy Piroska: Népi gyermekjátékok Baranyában. Magyar Úttörők Szövetsége Baranya Megyei Elnöksége, Pécs: 1958.

Lázár Katalin: Mit játsztok, mátkák, Kaposvári Egyetem Csokonai Vitéz Mihály Pedagógiai Kar kiadója. 2002. p. 9-13.

Lázár Katalin: Népi játékok. Budapest: Planétás Kiadó, 1997. p. 19-22., 27-31.

Neuwirth Annamária: Néptáncóra az általános iskola 1. osztályában. Budapest: Hagyományok Háza, 2010.

Wéber Béláné: Lánc, lánc, játéklánc... Pécs: Misina Kulturális és Táncegyesület, 2009. p. 37-41.

Dr. Várnai Ferenc: 77 Hosszúhetényi népdal. Pécs: Hosszúhetényi Ált. Művelődési Központ, 1991.

Zentai János: Baranya megye magyar néprajzi csoportjai. In: Ethnographia / A Magyar Néprajzi Társaság értesítője, 89. évfolyam, Budapest: 1978. p. 519-557.

Interneten található irodalmak

Andrásfalvy Bertalan - Rövid életrajz. In: Pécsi Tudományegyetem Bölcsészettudományi Kar Interdiszciplináris Doktori iskola honlapja [online] Pécs, [é. n.] [2015. április 1.] >URL:

<http://www.idi.btk.pte.hu/neprajz-es-kulturalis-antropologia-temavezetok-andrasfalvy-bertalan-rovid-eletrajz>

Andrásfalvy Bertalan: Globalizáció vagy hagyományápolás? Gondolatok a táncról és a tánckedvről.
In: Folkrádió honlapja [online] Folkszemle. 2009, június [2015.03.27.] >URL:

http://folkradio.hu/folkszemle/varga_globalizaciovagyhagyomanyapolas/index.php

51/2012. (XII. 21.) számú EMMI rendelet Kerettanterv az általános iskola 1-4. osztálya számára.
In: Oktatáskutató és fejlesztő honlapja [online] 2012 [2015. 04.20.] >URL:

http://kerettanterv.ofi.hu/01_melleklet_1-4/index_alt_isk_also.html

Hosszúhetény története. In: Püspökszentlászló honlapja [online] [é. n.] [2015.03.30.] > URL:

<http://www.puspokszentlaszlo.hu/node/55>

Magyar Közlöny: NAT 2012. A Kormány 110/2012. (VI. 4.) Korm. rendelete a Nemzeti alaptanterv kiadásáról, bevezetéséről és alkalmazásáról [online] Budapest, 2012. [2014. 12. 10.] >URL:

https://www.ofi.hu/sites/default/files/attachments/mk_nat_20121.pdf

Molnár Györgyné: A növekvő lélekszámú községek helyzete Baranya megyében: Központi statisztikai hivatal. [online] Pécs, 2007. [2015. 02.03.] >URL:

<http://www.ksh.hu/docs/hun/xftp/idoszaki/regiok/pecsnovekvolelekszam.pdf>

Néptánc Adatbázis – Filmtár: Hosszúhetény, 1975. november 23. MTA Zenetudományi Intézet honlapja [online] 2008 [2015. 02.15.] >URL:

<http://db.zti.hu/neptanc/tanc.asp>

Pálfi Csaba: Magyar Néprajzi Lexikon: A Gyöngyösbokréta története (Táncstudomány Tanulmány, 1969–70, Budapest, 1970). In. Magyar Elektronikus Könyvtár honlapja [online] [é. n.] [2015.04.20] >URL:

<http://mek.oszk.hu/02100/02115/html/2-840.html>

Papp János: „Élő emberi örökség”: Egy falusi hagyományörző együttes története, Hosszúhetény, In: Muharay Elemér Népművészeti szövetség honlapja. [online] Budapest: [é. n.] [2015. 04. 10.] >URL:

<http://www.muharay.hu/img/file/hosszuheten.pdf>

Ábrajegyzék

1. ábra. Hosszúhetény a Zengő aljában: In: Csókakő vendégház honlapja: [online] Hosszúhetény: [é. n.] [2015.04.20] >URL:

<http://www.csokako-vendeghaz.hu/szallas/foto-galeria/hosszuheten-y-galeria?pid=1>

2. ábra. Baranya megyenéprajzi csoportjai (térkép): Balogh János: Szakdolgozat. Magyar Táncművészeti Főiskola. Pécs: 2009. p. 10-15.

3. ábra. Püspökbogádi viselet: In: Magyar Néprajzi Lexikon honlapja. [online] Budapest, Akadémiai Kiadó: [é. n.] [2015. 04.20.] >URL:

<http://mek.oszk.hu/02100/02115/html/4-807.html>

4. ábra. Hosszúhetényi viselet: In: Netfolk: Művészet, hagyományok honlap. [online] [é. n.] [2015.04.20.] >URL:

http://netfolk.blog.hu/2013/11/03/a_kulonleges_hosszuheten-yi_viselet

5. ábra. Az új településrész: In: Premierhousing honlapja [online] [é. n.] [2015. 04. 18] >URL:

[\http://www.premierhousing.hu/e_ingatlan.php?next=21

Hallgatói nyilatkozat

Kaposvári Egyetem Pedagógiai Kar

NYILATKOZAT

Alulírott (név, Neptun-kód)

..... szakos hallgató nyilatkozom, hogy a szakdolgozat saját munkám terméke, a felhasznált irodalmat a tudományterületnek megfelelő módon kezeltem, az erre vonatkozó jogszabályokat betartottam.

A kinyomtatva és bekötötve leadott, valamint az elektronikusan benyújtott szakdolgozat tartalmában és formájában is egyaránt megegyezik.

Kaposvár, 20.....

.....

aláírás

Konzulensi nyilatkozat

Kaposvári Egyetem Pedagógiai Kar

NYILATKOZAT

Alulírott **Kis Jenő Kálmánné dr. Kenesei Éva egyetemi docens** nyilatkozom, hogy a szakdolgozat a Kaposvári Egyetem Pedagógiai Kar Szakdolgozati szabályzata előírásainak tartalmi és formai szempontból egyaránt

megfelel*

nem felel meg*.

A dolgozat végleges változatát áttanulmányoztam, annak benyújtásához

hozzájárulok*

nem járulok hozzá*.

Kaposvár, 2015. április 30.

.....

Konzulens (témavezető) aláírása

* A megfelelő választ keretezze be.