



## **CIRKUSZ ÉS KALAND: KREATIVITÁS ÉS JÁTÉK. INTERAKTÍV, INKLUZÍV CSALÁDI MŰHELYPROGRAM A TÁNC ÉS A CIRKUSZPEDAGÓGIA ESZKÖZEIVEL**

KOVÁCS BEATRIX EDIT

BioRitmus Tehetségsegítő Egyesület, Pécs, Magyarország  
[creadancetrixy@gmail.com](mailto:creadancetrixy@gmail.com)

### **Összefoglaló**

A Cirkusz és Kaland – Kreativitás és Játék: az interaktív, inkluzív családi műhelyprogram általános célja és lényege, hogy bevezesse a családokat a kaland és a cirkusz világába, kreatív előadókká, táncosokká, zsonglőrökké és szórakoztatókká alakítva őket. Mindezt integrált formában valósítjuk meg. A kalandjáték során a résztvevők közvetlen kapcsolatot teremtenek fogyatékkal élőkkel, tanulási nehézségekkel küzdőkkel és tipikus képességekkel rendelkezőkkel. A kapcsolat természetes módon, egymástól önkéntesen tanulva jön létre. A program fontos eleme az élményterápia, amely egy komplex művészeti alapú tevékenység. A résztvevők segítséget kapnak az eszközök használatában, sikerélményt élnek át, csoportos gyakorlatokon keresztül erősítik a családi és közösségi együttműködést, és új ötleteket és terveket generálnak. A konkrét cél a kivételes minőségű játékelmény és vidámság biztosítása, a spontán tanulás és a közösségépítés mellett.

**Kulcsszavak:** inklúzió, táncpedagógia, kreativitás, improvizáció, családi játék

### **0. Bevezető**

Programunkban a személyiségfejlesztést a művészetek, a sport és a szociális cirkusz komplex eszközeivel végezzük. Cirkusz és Kalandban a szülő, a nagyszülő együtt gyakorol, kísérletezik a mozgásművészet különböző formáival, az általunk tervezett cirkuszi eszközeinkkel, így segítve a résztvevőket. Projektjeink így közösségépítő, élményt szerző és egymást elfogadó programként működnek.

### **1. A program konkrét célja:**

A megszerzett tudásuk, kreativitásuk fejlesztése, motiváltságuk és kognitív képességeik fejlesztése a improvizációs mozgásos játékok és összművészeti eszközök segítségével. Továbbá a bemutatott látványelemeknél fontos az érzelmek tudatossága és kezelése (sikerkezelés, kudarcátűrés, kitartás, az önállóság) a pozitív önértékelés. A legfontosabb cél a FELFEDEZÉS és a SIKERÉLMÉNY!

Tevékenységünk célcsoportja egészséges és kettős különlegességgel élő gyerekek, fiatalok, felnőttek és családok.

A kettős különlegességgel élők jellemzői:

- szociokulturális hátrány,
- etnikai-nemzetiségi kisebbségi helyzet,
- neurológiai alapú teljesítményzavarok, leggyakrabban tanulási zavar, diszlexia, diszkalkulia, diszgráfia diagnózissal.
- ADHD - viselkedési és érzelmi zavarok, leggyakrabban figyelem és hiperaktivitás zavar diagnózissal,
- autizmus, Asperger szindróma diagnózissal,

- érzékszervi-mozgásos zavarok, leggyakrabban vak és gyengén látó, siket, mozgáskorlátozottság diagnózissal.

A fenti célcsoport társas kapcsolatokkal nem rendelkező, speciális szükségletű gyermekek, fiatalok, felnőttek. Cirkusz és Kaland programunkkal azért szeretnénk nekik segíteni, mert ők nem képesek szóban megnyilvánulni, érzelmeiket kifejezni.



**1. ábra:** *Kreativitás és Játék – Cirkusz és Kaland a kép baloldalán látható a Down-szindrómával élő tehetségünk. Ő vezette a játékos improvizációkat.*

### 1.1. Kreativitás és Játék

Az interaktív, inkluzív családi műhelyprogramban minden szereplőnek megszerezhető ismeretek:

- Pontos énkép
- Objektivitás
- Megfelelő önkifejezés
- Társas kapcsolatok
- Jó kommunikációs készség
- Problémamegoldó és döntéshozó képesség
- Konfliktuskezelés
- Csapatmunka
- Kezdeményezőkézség

A megvalósítandó program közvetett eredményei a résztvevők és környezetük tekintetében:

- egészséges önbizalom
- reális énkép kialakulásának képessége
- őszinte kommunikáció és kooperatív készség
- alkalmazkodó képesség
- kreatív együttműködésre való készség kialakulása

A játék és a kreativitás rendkívül fontos szerepet játszik a kisgyermekkorban, ezért saját módszerünk egyik kiemelt eleme az improvizációs gyakorlatok cirkuszi eszközökkel. A tánctevékenység első és legfontosabb eleme az improvizáció, a második a koreográfia. Improvizációk sorozatából készülhet koreográfia, egy jól szerkesztett koreográfia tartalmazhat improvizációkat. Továbbá tehetségprogramunk egyik legfontosabb területe A BioRitmus Tehetségpont pedagógusainak meghatározása szerint a tehetség = motiváció, kreativitás, kimagasló képesség. Saját módszerünk szerint mérjük a divergenciát, a fluenciát, a flexibilitást, a pantomim készséget és minden esetben a

motivációt. Az egyéni és csoportos szabad improvizáció a felfedező élményen alapul, lépésről lépésre épül fel, stílus jegyek nélkül. Ez esetben kiemelném a kreatív gondolkodás szerepét.



**2. ábra:** *Csoportos kísérletezés*



**3. ábra:** *Kreativitás és Játék: apuka és gyermeke*

### 1.1.1. A kreatív gondolkodás

- a szokásostól eltérő (divergens) látás-, és gondolkodásmód. A divergencia: rengeteg lehetőség megvalósítása a táncművészetben. Originalitás: milyen eredeti ötlettel rendelkezik a közösség tagja és maga a közösség. Fluencia: a kreatív gondolat, milyen folyamatossággal bír egy színpadi produkció létrehozásában.
- flexibilitás: milyen hajlékonysággal, rugalmassággal rendelkeznek a csoport tagjai egy program kialakításakor.
- innováció és problémamegoldás: A mozgásos kreatív játék ösztönzi a gyermekeket és szüleit arra, hogy új ötleteket generáljanak, felfedezzék a világot és alternatív megoldásokat találjanak. Pl.: gyűrű gyakorlatok.
- önkifejezés: A kreatív tevékenységek, mint a tánc, a cirkusz, a rajzolás, festés vagy zene, lehetőséget adnak a gyermekeknek, hogy kifejezzék érzéseiket és gondolataikat.



**4. ábra:** Gyűrűn szabad improvizációból lesz a kötött koreográfia. Innováció és problémamegoldás, önkifejezés ADHD-val élő tehetségcsírával

#### Fejlődési előnyök

- kognitív fejlődés: Mozgásos játékok során a gyermekek, fiatalok különböző helyzeteket oldanak meg, ami fejleszti a gondolkodási képességeket. A kreatív táncos improvizációk segítik a logikai gondolkodást, a tervezést.
- motorikus készségek: A fizikai fejlesztő játékok, mint például a gyűrűk, létrák, az egyensúlyt fejlesztő hordók, pici labdák, a finom ujj és kézmozdulatok javítják a finommotoros készségeket és a koordinációt.

#### Szociális készségek

- Interakció és együttműködés: A csoportos játék során a gyermekek megtanulják, hogyan dolgozzanak együtt, osztozzanak és kommunikáljanak egymással és a szülőkkel. Ez segíti a szociális kapcsolat kialakítását és a konfliktuskezelés fejlesztését.
- Empátia fejlesztése: A szerepjátékok során a gyermekek mások nézőpontjának megértésére és az érzelmeik kifejezésére is lehetőséget kapnak.

### Kreatív gondolkodás

- Innováció és problémamegoldás: A cirkuszi játékok, eszközök ösztönzik a gyermekeket arra, hogy új ötleteket generáljanak, felfedezzék a világot és alternatív megoldásokat találjanak a felmerülő problémákra.
- Új élmények: A különböző mozgásformák (pl. sportágak, tánc, szabad játék) új élményeket nyújtanak, amelyek inspirálhatják a gyermekeket kreatív gondolkodásuk fejlesztésére.
- Önkifejezés: A kreatív tevékenységek, mint a tánc, a drámajáték, a rajzolás, festés vagy zene, lehetőséget adnak a gyermekeknek, hogy kifejezzék érzéseiket és gondolataikat.

### Emocionális fejlődés előnyei

- önbizalom: sikerélmények, amelyeket a Cirkusz és Kaland improvizációs játékok során szereznek.
- stresszkezelés: a mozgásos-táncos játék lehetőséget ad számukra, hogy szabadon kifejezzék érzelmeiket.

### Tanulás és iskolai teljesítmény

- Alapvető tanulási készségek: A játék elősegíti a tanulási készségeket, mint például a figyelem, az emlékezet és a koncentráció fejlődését, amelyek elengedhetetlenek az iskolai teljesítményhez.
- Motiváció a tanulásra: A játékos tanulás fokozza a gyermekek érdeklődését és motivációját a tanulási folyamat iránt.

## **2. A Cirkusz és Kaland – családi műhelyprogram kreatív képességek alapkonceptiója**

A kreatív képességek alapkonceptióját megalkotó Guilford és Hoepfner rendszerének lényeges elemeit (Mező és Miléné 2003) úgy tekintjük át, hogy megpróbálunk a koncepcióban szereplő részképességek táncos megnyilatkozásaira is példával szolgálni. A Cirkusz és Kaland - Kreativitás és Játék: interaktív, inkluzív családi műhelyprogramban a résztvevőknél is fontosak a következő szempontok:

- Folyékonyság (fluencia): a szabad improvizációs játékokban a táncos - mozgásos elemek és a cirkuszművészeti eszközök mennyiségével mérhető. Milyen és hányféle lehetséges variációt találnak ki a csoport tagjai.
- Rugalmasság (flexibilitás): rugalmas helyzetfelismerés térben, időben. Gyors reakció a játékban.
- Eredetiség (originalitás): szokatlan, új, alternatív megoldások. Például: hordón járás botforgatással, de egy eszköz több funkciót is elláthat a játék során.
- Elaboráció: új ötletek, mozdulatok továbbfejlesztésének a képessége. A játékban szereplők mindig feszítik a megszerzett tudásuk határait. Ilyen a mozdulatok nehézségi fokai. Továbbá az előadásuknak lesz egy íve, eleje, közepe és vége.
- Problémaérzékenység (szenzitívitás): a problémák, hibák gyors észrevétele, azok gyors korrigálása és megoldása a játéktérben. Ilyen lehet egy emelésnél, ha látjuk a bizonytalan tartást, de egy üresen hagyott teret betölthet a saját mozdulatával.
- Vizualizáció: „lelki szemek„, a szereplő a játéktérben belső látással rendelkezik. Belülről vizualizálja a mozgásokat a térben. Ez a képesség rendkívül fontos az önálló tanulási folyamatokban. „Számos kutatás eredményei engednek arra következtetni, hogy az embernél létezik az információfeldolgozásnak egy önálló analóg, vizuális módja. Az információfeldolgozásának ezt a módját nevezik például vizuális képzetnek” (Schuster 2005: 290).
- Regressziós képesség: (a megszokottól eltérő módon gondolkodik). A mi estünkben az érdeklődés folyamatos fenntartását, a folyamatos új megoldások keresését jelenti.
- Metaforikus gondolkodás: képszerű, absztrakt gondolkodás. Például egy mesejelenetben el kell képzelniük, hogy vihar van, fúj a szél és fázunk is. Ezt mozgásban kell megjeleníteniük, mindenki a saját karakterének megfelelően. A képzeletüket hangeffektekkel segíthetjük. Ezek a feladatok több érzékszerv működését stimulálják, miközben a játéktérben a mozgás önfeledté válik.
- Analízis-szintézis: elemzőképesség, összefüggések feltárása egy új játékban.
- Transzformáció: ötletek, megoldások újragondolásának a képessége, például egy jelenetnél.

## 2.1. Az improvizáció

Az *improviso* 'váratlan' kifejezésből ered, az improvizáció rögtönzést jelent. Lehet szabad, lehet kötött, egyéni és csoportos.

Az improvizáció jellemzői az érzékelés, rögtönzés, kreatív gondolkodás, gyors helyzetfelismerés, kombinációs készség, tudatosság, szabad energiaáramlás térben, időben. Egyszeri, megismételhetetlen, egyedi. A mi esetünkben fordítva is működik. Felvesszük a kitalált mozgásformákat, majd visszanezve kielemezzük és memorizáljuk. Így egy kötött – szerkesztett koreográfiát kapunk. Az improvizáció fejlesztő hatása mellett, kitűnő lehetőséget biztosít a tehetségcsírák, tehetségek azonosítására pl.: milyen a karaktere, mennyire rugalmas, térben milyen gyorsan tájékozódik, milyen testtudattal rendelkezik. Pár éve nemzetközileg bevezették az improvizációt, mint versenykategóriát. A Magyar Speciális Sport- és Szabadidős Szakosztály programjain belül a családok is megmutathatják a tudásukat.

A kötött – szerkesztett improvizáció instrukció követő, ilyenkor a koreográfus megadhatja a stílusjegyeket és szabályozza a mozgás folyamatát. Az egyéni és csoportos szabad improvizáció a felfedező élményen alapul, lépésről lépésre épül fel, stílusjegyek nélkül.

Az improvizáció jellemzője:

- a gyorsaság
- a helyzetfelismerés
- a lényeglátás
- a döntés

A Cirkusz és Kaland - Kreativitás és Játék - interaktív, inkluzív családi műhelyprogramban az improvizáció a tánc egyik megnyilvánulási formája, amelyben az alkotás és az előadás egyidejűsége érvényesül. Ehhez párosulnak az egyéb cirkuszművészeti eszközök.

Továbbá fontos a családok komplexitása, a közös idő hasznos eltöltése, a jó időgazdálkodás. A szülők által a gyermekek önállóságra, kitartó munkára való ösztönzése. Bloom megállapította, hogy a *magas szintű kihívások mellé társuló magas szintű támogatás* minden tehetség-típus esetén támogatja a tehetség kibontakozását.

### 2.1.1. Áramlat-élményt elősegítő családi kapcsolatok

Áramlat-élményt vagy flow-t akkor élünk át, amikor egy adott tevékenységbe teljesen belefeledkezünk, mikor teljesen egygyé válunk azzal (Csíkszentmihályi, 1997). Ez a tevékenység lehet művészi alkotás, mint például az improvizáció. Az alkotói folyamatok alatt térben és időben nem létezőnk. A flow fontos az önmegevalósítás alatt és a végén.

Az áramlat-élményt elősegítő családi interakciókról szólva Csíkszentmihályi (1997) a flow-élménnyel kapcsolatosan kiemeli a család fontosságát. Szerinte azonosíthatóak bizonyos családi jellemzők és interakciós mintázatok, melyek elősegítik az áramlat élmény megjelenését. Autotelikus családi kapcsolatnak nevezi az alábbi együttes meglétét:

- Világosság: nyílt családi kommunikáció, megfelelő visszacsatolások, a közléseket annak adják, akinek szól.
- Középpontban lét: a szülőnek a gyermeke érdeklődése és tevékenysége van a középpontban, nem gondol egy távolabbi programjára vagy egy másik személyre. Az aktuális érzésekkel, tapasztalatokkal és eseményekkel foglalkoznak. Például a közös játékra, improvizációra.
- Választási lehetőség léte: a gyermeknek több választási lehetőséget adnak, ebbe belefér a szabályok megszegése, vállalva az ezzel járó következményeket.
- Elkötelezettség (bizalom): lehetővé teszi, hogy a gyermek teljesen belemerüljön az adott sportba, játékba vagy bármilyen más művészeti tevékenységbe.
- Lehetőségek: a gyermek megkapja a szüleitől a fejlődéséhez szükséges egyre bonyolultabb feladatokat, cselekvési módokat, illetve a tevékenységek összhangjára is odafigyelnek.

Az *integrált* és *differenciált* családot komplex családnak nevezi a szakirodalom. Az *integráltságon* a biztonságot és a támogatást értjük, a *differenciálódáson* az új kihívások, megoldások keresését értjük. Amennyiben e két tényező egyensúlyban van, úgy a gyerekek nagyobb energiával tudnak odafigyelni a fejlődésüket támogató tevékenységekre, s ettől mind az iskolában, mind otthon jobban érzik magukat (Csíkszentmihályi, 2010).



**5. ábra:** *Eredetiség (originalitás): szokatlan, új, alternatív megoldások.*



**6. ábra:** *Innováció és problémamegoldás: új ötleteket és alternatív megoldások kis forgókkal*



7. ábra: Transzformáció: ötletek, megoldások újragondolásának a képessége

### 3. Konklúzió

Programunk eredményeként a játék és a kreativitás tehát elengedhetetlen a gyermekek holisztikus fejlődéséhez. Nem csupán a kognitív és motorikus készségek fejlesztését segítik elő, hanem hozzájárulnak a szociális, emocionális és kreatív képességek fejlődéséhez is. Tudományos kutatások alapján egyértelmű, hogy a játék és az improvizáció nem csupán szórakozás, hanem alapvető fontosságú a gyermekek jövőbeli sikeréhez és jólétéhez. A közös élmények hatására barátságok alakulnak ki, amely egészséges társadalmi felfogást eredményez. A közösségi munka rendszert visz a gyermek életébe és ez meghatározó lesz a későbbiekben is. A Cirkusz és Kaland - Kreativitás és Játék - interaktív, inkluzív családi műhelyprogrammal szeretnénk elérni, hogy a társadalom szemléletében pozitív változás álljon be a táncpedagógia és az inkluzív cirkuszpedagógia segítségével.

### IRODALOMJEGYZÉK

- Csíkszentmihályi, Mihály (1997) *Flow – Az áramlat. A tökéletes élmény pszichológiája*. Akadémiai Kiadó, Budapest.
- Csíkszentmihályi Mihály (2010): *Tehetséges gyerekek. Flow az iskolában*: Nyitott Könyvműhely, Budapest.
- Mező Ferenc és Miléné Kisházi Edit (szerk.)(2003): *Művésztehetségek azonosítása és gondozása*. Borsod-Abaúj-Zemplén Megyei Pedagógiai Szakmai és Szakszolgálati Intézet, Miskolc.
- Schuster, Martin (2005): *Művésztelélektan*. Panem, Budapest.

## **CIRCUS AND ADVENTURE – CREATIVE AND PLAY**

### ***Abstract***

Circus and Adventure - Creativity and Play: the general aim and essence of the interactive, inclusive family workshop program is to introduce families to the world of adventure and circus, turning them into creative performers, dancers, jugglers, and entertainers. We achieve all of this in an integrated form. During the adventure game, participants establish direct connections with individuals living with disabilities, those facing learning challenges, and those with typical abilities. The connection is made naturally, learning from each other voluntarily. An important element of the program is experiential therapy, which is a complex art-based activity. Participants receive assistance in using tools, experience a sense of achievement, strengthen family and community cooperation through group exercises, and generate new ideas and plans. The specific goal is to provide an exceptional quality of play experience and cheerfulness, along with spontaneous learning and community building.

***Keywords:*** *inclusion, dance pedagogy, creativity, improvisation, family play*