

**A MAGYAR TÁNCMŰVÉSZETI EGYETEM AZ EFOP-3.2.6-
16-2016-00001 PÁLYÁZAT KERETÉN BELÜL
MEGVALÓSÍTOTT PRODUKTUMAI**

ÖSSZEFOGLALÓ

Összeállította:

Fodorné Molnár Márta PhD projektvezető
egyetemi tanár, intézetigazgató, rektorhelyettes

Tartalomjegyzék

1. Bevezető.....	3
2. Tananyagfejlesztések, módszertani segédletek, tematikus tervek, NOP.....	3
3. Akkreditált képzések, továbbképzések valamint az abban résztvevő pedagógusok...6	
4. Tanórai és tanórán kívüli foglalkozásokat segítő módszerek, programok.....8	
4.1 Tanulást, koncentrációt és más készségeket fejlesztő könyvek.....8	
4.2 Tehetséggondozás, pályaorientációt és a művészetek iránti érzékenyítés.....8	
5. Művészetpedagógiai munkát támogató programok.....9	
6. A köznevelési intézmények eszköztárfelmérése és javaslattétel annak fejlesztésére.12	
7. További célok, feladatok és fejlesztendő területek.....13	
7.1 A tanári továbbképzés kibővítése.....13	
7.2 Az óvodás korú gyereke bevonása a táncoktatásba.....13	
7.3 A művészeti szakgimnáziumok oktatási programjának megújítása.....14	
7.4 A művészetpedagógiai munkát támogató programok folytatása.....14	
8. Mozgóképi anyagok linkjei.....14	

1. Bevezető

A Magyar Táncművészeti Egyetem az EFOP-3.2.6-16-2016-00001 azonosítószámú pályázat keretén belül arra keresett megoldásokat, hogy miként lehet minél hatékonyabban segíteni a táncoktatással mentálisan és fizikálisan a köznevelésben lévő gyermekek komplex személyiségfejlődését, hiszen ennek kiemelkedően pozitív hatása a nemzetközi oktatásban már bizonyított és a hazai tapasztalatok is ezt mutatták.

Minden művész és minden művészetet oktató nagyon jól tudja, hogy valamilyen formában a művészet mindenkit megérint (legyen az érintett befogadó, vagy a művészet aktív résztvevője), amelynek következtében kicsit más emberré válik: talán érzékenyebbé, empátikusabbá, befogadóbbá vagy épp beilleszkedőbbé, felszabadultabbá, esetleg felelősségteljesebbé, de mindenféleképp „elvarázsolódik” a hétköznapi monotonitásától, bajaitól. A művészetek közül is kiemelkedik a táncművészet, a tánc, amelynek pozitív hatásai nem csak a szociális és kognitív, de a fizikális képességek fejlesztésében is rendkívüliek.

A jelen projektbe bevont intézmények körének kiválasztási szempontjai közül nagyon fontos volt, hogy a program megfelelő létszámú tanulóhoz és pedagógushoz jusson el, de fontos volt a regionális kritérium is, hiszen a keretprogram célja az volt, hogy Magyarország kevésbé fejlett térségeiben a szocioökonómiai háttér különbségeiből adódó tanulói teljesítménykülönbség a művészeti- és művészzel való nevelés segítségével kompenzálva legyen. Az MTE részéről bevont intézmények 81%-a az úgynevezett leszakadó régiók közül is a legnehezebb helyzetben lévő területen helyezkedett el és e mellett a (halmozottan) hátrányos helyzetű tanulók száma is igen magas volt. Ezek pontos adatai – a program eredményeinek bemutatása mellett - a projekt zárásaként elkészített bevételek vizsgálatban láthatóak.

2. Tananyagfejlesztések, módszertani segédletek, tematikus tervek, NOP

Újító és hiánypótló anyagként a Magyar Táncművészeti Egyetem kidolgozott a projekt keretében az alapfokú művészeti iskolák számára a tánc minden formanyelvére új módszertani ismertetéseket, tematikus tervekkel (nyomtatott formában is megjelent az öt könyv), mozgóképi mellékletekkel, valamint szabadon felhasználható koreográfiai ötleteket tett közzé elektronikus formában – megközelítőleg 20 óra mozgóképi anyag készült el -, amelyek elérhetőek az egyetem honlapján keresztül.

A táncoktatási programok korszakosan készültek, a gyermekek mentális és fizikális fejlődését figyelembe véve és ugyan elsősorban az alapfokú művészetoktatási intézmények tantervi programjába illeszthetőek be, de felhasználhatóak és megvalósíthatóak különböző projektnapok, projekthetek, illetve tanórán kívüli (pl. szakköri) foglalkozások keretei között is.

Az elkészült anyagok kiemelkedő erénye, hogy alapként szolgálhatnak az iskolákban folyó innovatív fejlesztésekhez, amik változó korunkhoz, a folyamatosan változó igényeihez igazodnak. Ezt ékesen bizonyítja a divattáncokhoz készült anyag is, mely eddig „nem létezett”,

holott ma a legnépszerűbb táncformanyelvek (pl. hip-hop, akrobatikus rock and roll) közé tartozik.

A munkacsoportok szakemberei, olyan táncpedagógiai anyagot állítottak össze, amely szellemében, tartalmában és formájában is a legkorszerűbb táncpedagógiai munkák közé tartozik. A folyamat- és tevékenységközpontú, spirális-teraszos tananyag elrendezésű, tematikus tervekből összeálló ismertetés, a cél-feladat-eszköz pedagógiai kulcsfogalmak összefüggéseit következetesen megtartva, jól értelmezhetően mutatja be a tanulók komplex, a táncal történő személyiségfejlesztési lehetőségét. Az évfolyamokhoz és a tematikus tervekhez kapcsolódó módszertani példatár pedig bőséges metodikai segítséget kínál.

Barna – Bombicz – Szitt
Klasszikus balett
módszertani ismertetés
tematikus tervekkel az alapfokú
művészeti iskolák számára



Magyar
Táncművészeti
Egyetem

Barbarics – Szabó – Szent-Ivány – Szigeti
Moderntánc
módszertani ismertetés
tematikus tervekkel az alapfokú
művészeti iskolák számára



Magyar
Táncművészeti
Egyetem

Kárpáti – Kézér – Virághné Vajda
Divattánc
módszertani ismertetés
tematikus tervekkel az alapfokú
művészeti iskolák számára



Magyar
Táncművészeti
Egyetem

Demarcsek – Kovács – Lévai – Szilágyi
Néptánc
módszertani ismertetés
tematikus tervekkel az alapfokú
művészeti iskolák számára



Magyar
Táncművészeti
Egyetem

Hájas Katalin – Czene-Bánhidi Petra
Társastánc
módszertani ismertetés
tematikus tervekkel az alapfokú
művészeti iskolák számára



Magyar
Táncművészeti
Egyetem

Visszajelzések alapján mindezek óriási segítséget nyújtottak már tavasszal is az iskolák, illetve a táncpedagógusok számára, mikor is át kellett térjenek a járványhelyzet miatt az online oktatásra.

A fent említett – könyv formátumban is megjelent - anyagok a következők:

(a hozzájuk tartozó kb. 20 órányi mozgóképi anyagok – melyet a mai napig 26.638 ember tekintett meg - részletes linkjei a mellékletben vannak feltüntetve)

Klasszikus balett módszertani ismertetés tematikus tervekkel az alapfokú művészeti iskolák számára

Szerzők: Barna Mónika - Bombicz Barbara - Szitt Melinda

MTE, Budapest, 2020

<http://mte.eu/wp-content/uploads/2020/12/kl-balett.pdf>

Moderntánc

módszertani ismertetés tematikus tervekkel az alapfokú művészeti iskolák számára

Szerzők: Barbarics Zsófia - Szabó Eszter - Szent-Ivány Kinga - Szigeti Oktávia

MTE, Budapest, 2020

<http://mte.eu/wp-content/uploads/2020/12/moderntanc.pdf>

Divattánc

módszertani ismertetés tematikus tervekkel az alapfokú művészeti iskolák számára

Szerzők: Kárpáti Bernadett - Kézér Gabriella - Virághné Vajda Gyöngyvér

MTE, Budapest, 2020

<http://mte.eu/wp-content/uploads/2020/12/divattanc.pdf>

Néptánc

módszertani ismertetés tematikus tervekkel az alapfokú művészeti iskolák számára

Szerzők: Demarcsek Zsuzsa - Dr. Kovács Henrik - Lévai Péter - Szilágyi Zsolt

MTE, Budapest, 2020

<http://mte.eu/wp-content/uploads/2020/12/neptan-modszertan.pdf>

Társastánc

módszertani ismertetés tematikus tervekkel az alapfokú művészeti iskolák számára

Szerzők: Czene-Bánhidi Petra - Hájas Katalin

MTE, Budapest, 2020

<http://mte.eu/wp-content/uploads/2020/12/tarsastanc.pdf>

A NOP anyagába a néptánc anyag lett beépítve, mivel jelenleg iskolai keretek között a néptánc alapjaival ismerkednek legtöbben. Szintén megtalálható az egyetem honlapján:

<http://mte.eu/wp-content/uploads/2020/12/N-O-P-kotet-VEGSO.pdf>

3. Akkreditált képzések, továbbképzések valamint az abban résztvevő pedagógusok

A Magyar Táncművészeti Egyetemnek az EFOP projektben résztvevői oktatói fontosnak tartották és tartják, hogy ne „csak” egy hároméves program keretén belül javítsák a művészeti- és művészettel való nevelés által a gyerekek mentális és fizikális állapotát, hanem hosszú távon is érvényesüljenek a legkorszerűbb szakmódszertani és komplex

személyiségfejlesztő tendenciák, ezért akkreditáltatott 5 pedagógus továbbképzést, hiszen a jólképzett táncpedagógusok a jövő meghatározói.

Mindez azért is volt kiemelkedő jelentőségű, mert eddig nem készült professzionális továbbképzés táncpedagógusok számára, csupán amatőr, félamatőr kurzusokon vehettek részt a tanárok.

Ezeket a 30-30 órás (4 napos) szakmai továbbképzéseken 126 táncpedagógus kapott tanúsítványt:

- 39 fő néptánc,
- 10 fő klasszikus balett,
- 24 fő moderntánc,
- 10 fő divattánc
- 43 fő társastánc szakirányon.

A bevételek vizsgálata egyértelműen alátámasztotta, hogy a táncpedagógusok kiemelkedően hasznosnak ítélték a továbbképzést, szakmailag megújultak általa, jól be tudták építeni a saját- és intézményük pedagógiai programjába valamint sokuk számára segítséget jelentett a pedagógus életpályamodellben való előrelépésnél.

A továbbképzési programokra vonatkozó adatok, melyeket az EMMI nyilvántartásba vett:

- „Pedagógus kompetencia fejlesztés, szak módszertani és pedagógiai továbbképzés az alapfokú művészetoktatás **néptánc** pedagógusai számára”
Alapítási engedély nyilvántartási száma: 575-199/2017.
- „Pedagógus kompetencia fejlesztés, szak módszertani és pedagógiai továbbképzés az alapfokú művészetoktatás **moderntánc** pedagógusai számára”
Alapítási engedély nyilvántartási száma: 575-200/2017.
- „Pedagógus kompetencia fejlesztés, szak módszertani és pedagógiai továbbképzés az alapfokú művészetoktatás **klasszikus balett** pedagógusai számára”
Alapítási engedély nyilvántartási száma: 575-201/2017.
- „Pedagógus kompetencia fejlesztés, szak módszertani és pedagógiai továbbképzés az alapfokú művészetoktatás **divattánc** pedagógusai számára”
Alapítási engedély nyilvántartási száma: 575-202/2017.
- „Pedagógus kompetencia fejlesztés, szak módszertani és pedagógiai továbbképzés az alapfokú művészetoktatás **társastánc** pedagógusai számára”
Alapítási engedély nyilvántartási száma: 575-203/2017.

4. Tanórai és tanórán kívüli foglalkozásokat segítő módszerek, programok

4.1 Tanulást, koncentrációt és más készségeket fejlesztő könyvek

A gyerekek nagyon különböző háttérrel, fejlettséggel, képességekkel és egyre több problémával kerülnek be a köznevelésbe. A művészeti nevelés lehetőséget teremt a

hátrányokkal küzdők számára a felzárkózásra, a kiemelkedők pedig tehetséggondozásban részesülhetnek. Ehhez tud segítséget nyújtani a táncpedagógusoknak az alábbi három könyv, mely a projekt keretén belül valósult meg (a nyomtatott verzió kivül digitális formában az egyetem honlapján is megtalálhatóak):



Bettenbuk Krisztina: Játék és néptánc tanulási zavarokkal küzdő tanulóknak

<http://mte.eu/wp-content/uploads/2020/12/bettenbuk.pdf>

Szitt Melinda: Képességfejlesztő eszközök használata a különböző tánc technikák tanításában

<http://mte.eu/wp-content/uploads/2020/12/szitt-melinda.pdf>

F. Molnár Márta: Koncentrációs készség fejlesztése és az egészséggel összefüggő életminőség javítása a táncoktatás által

<http://mte.eu/wp-content/uploads/2020/12/molnar-m.pdf>

4.2 Tehetséggondozás, pályaorientációt és a művészetek iránti érzékenyítés

A tehetséggondozást, a pályaorientációt és a művészetek iránti érzékenyítést szolgálja a tánc különböző formanyelveiről készített 5 pályaorientációs film, melyek akár tanórán, akár tanórán kívüli keretek között is megnézhetőek, s melyet a többi anyaggal együtt szintén megkaptak a projektbe bevont intézmények (de az egyetem honlapjáról is elérhetőek a youtube linkeken keresztül):

Szenvedély - balett c. 36 perces film, amely a klasszikus balett szakirány munkájába enged betekintést,

https://www.youtube.com/watch?v=uuagf1_3KLM&t=4s

Lábjegyzetek c. 40 perces film a modern tánc képzést mutatja be:

<https://www.youtube.com/watch?v=ygnzQuLoBLs&t=3s>

Operatőr: Delbó Balázs
Rendező: Delbó Balázs
Készítette: DelbeauFilm

Táncvarázs címmel három 35 perces alkotás készült a
néptánc,

https://www.youtube.com/watch?v=wx_bS9xeK9M&t=1s

társastánc,

<https://www.youtube.com/watch?v=Ry3Gik-XWe4>

színházitánc/divattánc szakirányok bemutatására.

https://www.youtube.com/watch?v=Ii_H4w2ltgo

Operatőr: Szalay András

Rendező: Fodor Antal

Készítette: Talentum Kft.

5. Művészetpedagógiai munkát támogató programok

A Magyar Táncművészeti Egyetem oktatói 127 művészetpedagógiai munkát támogató programot hoztak létre, amelyek az alábbiakból tevődtek össze:

- az egyetem színháztermében megtartott 23 színházi előadás – Diótörő c. balett, melyet kb. 4.600 gyerek látott – részletek az egyetem honlapján keresztül elérhetőek:

https://www.youtube.com/watch?v=tbovB_uyYxc

<https://www.youtube.com/watch?v=-NEqfd3OyqA>

<https://www.youtube.com/watch?v=lbFUasvRPQM>

<https://www.youtube.com/watch?v=2BJyrmoiJaA>

- hallgatók (interaktív) előadásai a projektbe bevont intézményekben
 - „Bevatlak a balett világába” 10 előadás, kb. 540 gyerek látta
 - „Táncoló Kárpát-medence” 11 előadás, kb. 1.025 gyerek látta
 - „Divattánc road show” 7 előadás, kb. 705 gyerek látta
 - „Izeg-mozog” 18 előadás, kb. 840 gyerek látta
 - „Bevatlak a moderntánc világába” 23 előadás, kb. 920 gyerek látta
 - vegyes műsor 20 előadás, kb. 2.980 gyerek látta
- tánctáborok – 8 db, melyen kb. 395 gyerek vett részt
- nagy „táncválasztó” és egyéb programok, ahol a gyerekek, kb. 500 fő, bepillantást nyerhettek és kipróbálhatták a tánc különböző formanyelveit.

Ezekon a programokon olyan gyerekek – megközelítőleg 13.000 gyerek -találkozhattak a színház és a táncművészet csodájával, akik szociális, társadalmi helyzetüknél fogva eddig ezt nem élhették meg.

És valóban csodának élték meg a visszajelzéseik alapján.

Lehet, hogy egyszeri varázslat volt az életükben, de lehet – és ebben bízunk, ebben van a művészet ereje -, hogy vágyani fognak utána. Elkezdenek táncórára járni, ami egyrészt

felszabadultságot hoz számukra, másrészt játszva tanulnak fegyelmet, kitartást, felelősségvállalást, megtanulják legyőzni szorongásaikat, a kudarcot a többiek segítségével, és együtt tudnak örülni társaikkal a sikereken. És ha itt sikeret, eredményt tudnak elérni, akkor szeretnék azt másban, az élet más területén is újraélni. És ebben az esetben a projekt elérte célját.

6. A köznevelési intézmények eszköztárfelmérése és javaslatétel annak fejlesztésére

A projekt keretén belül elkészült a programba bevont köznevelési intézmények eszköztárának felmérése és javaslatétel az iskolák, illetve a fenntartó felé annak megújítására, korszerűsítésére az adott anyagi lehetőségeik függvényében. A javaslatételen túl a bevont iskolák természetesen nagy örömmel fogadták azokat az eszközöket, szakfelszereléseket, melyeket a Magyar Táncművészeti Egyetem biztosított számukra, mivel végszükség esetén minden segédeszköz nélkül is működhet egy szintig a táncoktatás, de egy célszerű és korszerű eszköztár azt jóval hatásosabbá, eredményesebbé és örömtelibbé tudja tenni.

http://mte.eu/wp-content/uploads/2020/12/Eszkozar-javaslat_NEPT.pdf

http://mte.eu/wp-content/uploads/2020/12/Eszkozatar-javaslat_KLB_TARS_MOD.pdf

7. További célok, feladatok és fejlesztendő területek

Az EFOP-3.2.6-16-2016-00001 pályázat lehetőséget teremtett a konzorcium és így a Magyar Táncművészeti Egyetem számára, hogy feltárja a köznevelésben meglévő olyan problémákat és hiányosságokat, melyek orvosalhatóak és javíthatóak lehetnek legkorszerűbb tendenciákat, valamint a már bevált „jógyakorlatokat” magába foglaló művészeti- és művészettel való neveléssel. Nem csak a feltárt adatok és a korábbi tapasztalatok igazolták az ilyen irányú nevelés pozitív hatásait a köznevelésben lévő gyermekek komplex személyiségfejlődésére, de ez a projekt is - úgy a bevéltvizsgálat, mint az egyéni visszajelzések - maximálisan ezt mutatták.

7.1 A tanári továbbképzés kibővítése

A jelen projektben kizárólag okleveles táncpedagógusok, valamint Táncos és próbavezető szakon végzettek számára lett akkreditálva továbbképzés.

Felméréseink alapján óriási igény mutatkozott a köznevelésben dolgozó óvodapedagógusok, tanítók és tanárok részéről – akiknek van affinitásuk a tánc felé és megközelítőleg középszintű táncformanyelvi ismerettel rendelkeznek – továbbképezni magukat ilyen irányba. Mivel ők már megtapasztalták a tánc erejét és hisznek benne, élni szeretnék ezzel a tudással és használnák a rájuk bízott gyerekek élményalapú nevelésében, fejlesztésében.

Az ő számukra lenne nagyon hasznos – a nevelendő gyerekek életkori sajátosságait figyelembe véve – kidolgozni és akkreditáltatni továbbképzéseket. Tudásukat alkalmazhatnák a teljes köznevelés időszakában az óvodás kortól az érettségig, akár tanórai, akár szakköri, akár különböző hosszúságú projektek keretei között.

7.2 Az óvodás korú gyereke bevonása a táncoktatásba

A projektben közreműködő táncoktatással foglalkozó szakemberek számára már az első pillanattól nyilvánvaló volt, hogy úgy a mozgás megszerettetésében, az önfelelt boldogság megtapasztalásában, valamint a gyerekek mentális és fizikális fejlesztésében óriási lehetősége van a táncnak már az óvodás kortól. El is kezdődött annak a „tananyagának” a kidolgozása mely a legeredményesebb tudna lenni ebben az életkorban és elő tudná segíteni a gyerekekben a későbbiekben is a mozgás és a művészetek iránti igényt. Ezt a programot kellene kidolgozni, kiegészítve ugyanolyan átfogó mozgóképi anyagokkal, melyek e projekt keretén belül is készültek.

7.3 A művészeti szakgimnáziumok oktatási programjának megújítása

Az művészeti szakgimnáziumok táncoktatási palettájának megújítása, korszerűsítése és kibővítése elengedhetetlen feladat az iskolákban folyó innovatív fejlesztésekhez. A hagyományok megtartása mellett nem lehet figyelmen kívül hagyni a legkorszerűbb táncoktatási tendenciákat és módszereket és nem lehet figyelmen kívül hagyni a jelenkor igényeit. Sőt, mindezeket felhasználva élni kell ezek lehetőségeivel, beépítve a köznevelésbe. Nem csak a tartalom (új szakok, tantárgyak bevezetése) megújítása illetve létrehozása és kialakítása fontos, de a képzési struktúra egyes szakirányokon nem szakadhat meg. Nem fordulhat elő, hogy valaki egy táncformanyelvet alapfokon és később felsőfokon a Magyar Táncművészeti Egyetemen tanulhat, de közben kimarad a közép fok.

A művészeti szakgimnáziumok számára is olyan táncpedagógiai anyagot kell összeállítani, mely szellemében, tartalmában és formájában is a legkorszerűbb táncpedagógiai munkák közé tartozik, segíti a táncjal történő személyiségfejlesztést és örömet okoz a tanulóknak. Ezekhez a programokhoz a jelenlegihez hasonlóan módszertani ismertetéseket tematikus tervekkel, mozgóképi mellékletekkel kell összeállítani, valamint szabadon felhasználható inspirációkat, koreográfiai ötleteket megmutatni.

7.4 A művészetpedagógiai munkát támogató programok folytatása

A projekt keretében megvalósuló programok hihetetlen népszerűek voltak a gyerekek körében. Előfordult, hogy egy-egy köznevelési intézményben tartott előadást - pl. divattánc road showt – követően közel 200 gyerek kezdett el táncolni a tornateremben a táncpedagógus vezetésével, amit abba sem akartak hagyni. De az egyetemi előadásokat és tánc táborokat követően is megható köszönőlevelek érkeztek a gyerekektől: milyen felemelő, milyen boldogságot jelentett számukra akár a tánc csodálata, akár a résztvevés a táncoktatásban, amelyhez csak ilyen projekt keretei között juthatnak, hiszen az ország legelmaradottban régióiból, a legrosszabb szociális körülmények közül érkeztek. A projekt nélkül esélyük sem lenne ilyen csodát megélni, amely aztán kihathat a fent leírt módon a mindennapjaikra: lehet, hogy egyszeri varázslat volt az életükben, de lehet – és ebben bízunk, ebben van a művészet ereje -, hogy vágyani fognak utána. Elkezdenek táncórára járni, ami egyrészt felszabadultságot, önkifejezést jelent számukra, másrészt játszva tanulnak fegyelmet, kitartást, felelősségvállalást, megtanulják legyőzni szorongásaikat, megismerik kultúrált

kapcsolatt teremtés módját és együtt tudnak örülni társaikkal a sikereken. És ha itt sikeret, eredményt tudnak elérni, akkor szeretnék azt másban, az élet más területén is újraélni.

8. Mozgóképi anyagok linkjei

A módszertani ismertetésekhez, tematikus tervekhez valamint szabadon felhasználható koreográfiai ötletként az alábbi, youtube csatornán megtalálható mozgóképi anyagok érhetőek el az MTE honlapján keresztül (<http://mte.eu/szervezet/dokumentumok/efop-szakmai-beszamolok/>) vagy közvetlenül és részletezve az alábbi linkeken:

Klasszikus balett

- előképző 1: <https://www.youtube.com/watch?v=UrQoMZvbWfk&t=1s>
- előképző 2: <https://www.youtube.com/watch?v=m7w0XICNfTA&t=28s>
- alapfok 1-2: <https://www.youtube.com/watch?v=t6xURxrGPWM>
- alapfok 3-4: https://www.youtube.com/watch?v=l3RwXlos_JQ&t=1s
- alapfok 5-6: <https://www.youtube.com/watch?v=UInzcq-pLCU>
- inspirációk
- alapfok 1-2: https://www.youtube.com/watch?v=_dE0ELI3tLc
- alapfok 3-4: <https://www.youtube.com/watch?v=wFegwdQb6U0>
- alapfok 5-6: <https://www.youtube.com/watch?v=OO1G1GmzkIY>
- pályaorientációs film: https://www.youtube.com/watch?v=uuagf1_3KLM&t=4s

Moderntánc

- alapfok 1-2: <https://www.youtube.com/watch?v=4MiExpwZz2U>
- alapfok 3-4: <https://www.youtube.com/watch?v=69FOIXr24Ig&t=1s>
- alapfok 5-6: <https://www.youtube.com/watch?v=GDbZVYP4ieI&t=1s>
- inspirációk
- előképző 1-2: <https://www.youtube.com/watch?v=fjbZfB3iFYA&t=6s>
- alapfok 1-2: <https://www.youtube.com/watch?v=qNtQIyl3RtY>
- alapfok 1-2: <https://www.youtube.com/watch?v=29dBoYzEVaE>
- alapfok 3-4: <https://www.youtube.com/watch?v=1W0ljC6QdZQ>
- alapfok 3-4: <https://www.youtube.com/watch?v=wj7hCMwcrz8&t=2s>
- alapfok 5-6: <https://www.youtube.com/watch?v=ZUIKA8pHSr8&t=1s>
- alapfok 5-6: <https://www.youtube.com/watch?v=7iOaIdpt9LM&t=1s>
- pályaorientációs film: <https://www.youtube.com/watch?v=ygnzQuLoBLs&t=3s>

Divattánc

- előképző 1-2: <https://www.youtube.com/watch?v=qaN-CsXCu9U&t=1s>
- alapfok 1-2: <https://www.youtube.com/watch?v=Dxrz-peaTpU&t=2s>
- alapfok 1-2: <https://www.youtube.com/watch?v=FvQa48R-kes&t=1s>
- alapfok 3-4: <https://www.youtube.com/watch?v=67gck40aF84>
- alapfok 5-6: <https://www.youtube.com/watch?v=7U2wxRwtC2s&t=2s>
- továbbképző 1-2: <https://www.youtube.com/watch?v=vuJsdGki3fQ>
- inspirációk
- előképző 1-2: <https://www.youtube.com/watch?v=AMcy6jcDlx0&t=1s>
- alapfok 1-2: <https://www.youtube.com/watch?v=a5F1r7WivYU&t=1s>
- alapfok 1-2: <https://www.youtube.com/watch?v=4rC2rsbAzqg>
- alapfok 3-4: <https://www.youtube.com/watch?v=hyA5pnhdcc4>
- alapfok 3-4: <https://www.youtube.com/watch?v=W-mE0AO6MR0&t=1s>

- alapfok 5-6: <https://www.youtube.com/watch?v=LjPVBibDYwI&t=1s>
- alapfok 5-6: https://www.youtube.com/watch?v=Suu0T_E6p1g&t=1s
- pályaorientációs film: https://www.youtube.com/watch?v=Ii_H4w2ltgo

Néptánc

- előképző 1-2: <https://www.youtube.com/watch?v=iyP95KXnkv4&t=1s>
- alapfok 1: <https://www.youtube.com/watch?v=62s8QbKldVo>
- alapfok 2: <https://www.youtube.com/watch?v=zAY1RQE7HR8&t=1s>
- alapfok 3: <https://www.youtube.com/watch?v=9fzISOvDGQM&t=2s>
- alapfok 4: <https://www.youtube.com/watch?v=0zd7hp57WrA&t=1s>
- alapfok 5-6: <https://www.youtube.com/watch?v=wAwmNErPnzE>
inspirációk
- előképző 1-2: <https://www.youtube.com/watch?v=Nd93fPIQdS8>
- alapfok 1-2: <https://www.youtube.com/watch?v=6oPDNOKln8k&t=2s>
- alapfok 3-4: <https://www.youtube.com/watch?v=9nKrbDmhnqA>
- alapfok 5: <https://www.youtube.com/watch?v=Q9L9LfMKkk4>
- alapfok 6: https://www.youtube.com/watch?v=pxZ_VJ-HpCA&t=3s
- pályaorientációs film: https://www.youtube.com/watch?v=wx_bs9xeK9M&t=1s

Társastánc

- előképző 1-2: https://www.youtube.com/watch?v=IGbK7iSwk_I
- alapfok 1: <https://www.youtube.com/watch?v=bhmQUgEgfvA>
- alapfok 2: <https://www.youtube.com/watch?v=dqB5vckI1tU>
- alapfok 2: https://www.youtube.com/watch?v=hoqCzj9_XPU
- alapfok 3: <https://www.youtube.com/watch?v=cGB1Q9pmFys>
- alapfok 4: <https://www.youtube.com/watch?v=R38OyL2NmKY>
- alapfok 4: <https://www.youtube.com/watch?v=zmABp1liWbI>
- alapfok 5: <https://www.youtube.com/watch?v=D1Uh2OIEGOQ&t=2s>
- alapfok 5: <https://www.youtube.com/watch?v=Gza20f2PcbQ>
- alapfok 6: <https://www.youtube.com/watch?v=XDAjNsPYKFM>
inspirációk
- előképző 1-2: <https://www.youtube.com/watch?v=9f7-wEeY4dQ&t=3s>
- alapfok 1-2: <https://www.youtube.com/watch?v=Ros3IBf3Bxk&t=8s>
- alapfok 3-4: <https://www.youtube.com/watch?v=UCbyZNEsYOs&t=1s>
- alapfok 5-6: <https://www.youtube.com/watch?v=bj6OQYuDAbQ&t=1s>
- pályaorientációs film: <https://www.youtube.com/watch?v=Ry3Gik-XWe4>

Diótörő

- https://www.youtube.com/watch?v=tbovB_uyYxc
- <https://www.youtube.com/watch?v=-NEqfd3OyqA>
- <https://www.youtube.com/watch?v=lbFUasvRPQM>
- <https://www.youtube.com/watch?v=2BJyrmoiJaA>