

## **Από τη Λογοτεχνία στη Φυσική Αγωγή ένας χορός δρόμος**

**Τσαγκάρη Ελένη**  
**Τσαντίδου Ναταλία**  
Υπεύθυνη Εκπαιδευτικός  
Σταθοπούλου Γεωργία, MSc, ΠΕ11

Β' Λυκείου  
6° ΓΕΛ Αχαρνών

### **Περίληψη**

Αναπόσπαστο κομμάτι της Φυσικής Αγωγής αποτελεί ο χορός, ο οποίος σε συνδυασμό με το παιχνίδι, το άθλημα και τη γυμναστική αποτελούν τις τέσσερις μορφές οργάνωσης της κίνησης. Στο εκπαιδευτικό πρόγραμμα σπουδών της Φυσικής Αγωγής ο χορός κατέχει ισάξια θέση με τα αθλήματα. Σε αλληλεπίδραση δε με τη μουσική και τον λόγο αποτελούν το λεγόμενο τριφυές δρώμενο, που διαμορφώνει την πολιτισμική και χορευτική ταυτότητα και εθνική ιδεολογία. Ως βασική συνιστώσα του τριφυούς δρωμένου, ο χορός αποτελεί τη σωματική έκφραση και εντάσσεται στις πολιτισμικές εκείνες πρακτικές που διαμορφώνουν την ταυτότητα. Ο λόγος εξετάζεται μέσα από το δημοτικό τραγούδι, το οποίο κατά την περίοδο της ελληνικής επανάστασης γνώρισε ιδιαίτερη άνθιση, εκφράζοντας το πνεύμα «κλεφτών» και «αρματολών». Μέσω των κλέφτικων τραγουδιών γίνεται αναφορά σε γεγονότα, ανδραγαθήματα, στη δράση και στον θάνατο, ενώ μέσα από τον έμμετρο και ποιητικό λόγο φανερώνεται η πίστη στη θρησκεία και στο έθνος. Η παρούσα εργασία μελετά τα δημοτικά τραγούδια από το βιβλίο «Κείμενα Νεοελληνικής Λογοτεχνίας» της Α' Λυκείου σε συνδυασμό με το Πρόγραμμα Σπουδών Φυσικής Αγωγής στην Εκπαίδευση. Για την επίτευξη του ανωτέρω σκοπού μελετάται το κλέφτικο τραγούδι «Των Κολοκοτρωναίων», έτσι όπως αυτό αποδίδεται στο σχολικό εγχειρίδιο. Το συγκεκριμένο τραγούδι αποκτά χορευτική και κινητική υπόσταση στον χορό «Τσάμικο», που αποτελεί τον έναν από τους «πανελλήνιους χορούς». Εν κατακλείδι, μέσα από το μάθημα της Λογοτεχνίας και της Φυσικής Αγωγής οι μαθητές έχουν τη δυνατότητα να μαθαίνουν για πρόσωπα, γεγονότα και καταστάσεις σχετικά με την ελληνική επανάσταση, να γνωρίζουν την ιστορική ταυτότητα μιας περιοχής και να αποκτούν εθνική συνείδηση.

### **Λέξεις ή φράσεις κλειδιά**

Ελληνικός παραδοσιακός χορός, Τσάμικος, εθνική συνείδηση, δημοτικό τραγούδι

## 1. Εισαγωγή

Αναπόσπαστο κομμάτι της Φυσικής Αγωγής αποτελεί ο χορός, ο οποίος σε συνδυασμό με το παιχνίδι, το άθλημα και τη γυμναστική αποτελούν τις τέσσερις μορφές οργάνωσης της κίνησης (Χατζηχαριστός, 2003). Ξεφυλλίζοντας το μαθητικό εγχειρίδιο Φυσικής Αγωγής για το Γυμνάσιο καθώς και τον Οδηγό Εκπαιδευτικού για τη Φυσική Αγωγή στο Λύκειο (ΦΕΚ 197/Β'/23-1-2015; ΦΕΚ Β' 3791/13-08-2021) διαπιστώνεται η ισάξια θέση που κατέχει ο χορός σε σύγκριση με τα διάφορα αθλήματα. Η διδασκαλία του χορού αποσκοπεί στο να διατηρούν οι μαθητές τις κινητικές δεξιότητες που έχουν ήδη διδαχθεί και να τις αναπτύσσουν περαιτέρω προκειμένου να εκτελούν πιο σύνθετες ή πολύπλοκες δεξιότητες, να αναπτύσσουν νέες δεξιότητες σε καινούργιες φυσικές δραστηριότητες και να γνωρίσουν αθλητικές και φυσικές δραστηριότητες που τους ταιριάζουν καλύτερα προκειμένου να επιτευχθεί ο στόχος της δια βίου άσκησης για την υγεία και την ποιότητα ζωής (ΦΕΚ 197/Β'/23-1-2015). Επιπλέον, μέσω του χορού καλλιεργείται ο ρυθμός, η πνευματική και κοινωνική ανάπτυξη, η προσαρμοστική δεξιότητα, η αντιληπτική ικανότητα (κινησθητική, οπτική, ακουστική, ικανότητα συντονισμού), η αισθητική ικανότητα και προάγεται η αυτοαντίληψη (σωματικός-ψυχοκινητικός τομέας) (Δήμας, 2010; Βιβλίο Εκπαιδευτικού Φυσικής Αγωγής Α', Β', Γ' Γυμνασίου, 2008). Επιπρόσθετα, μέσω του χορού οι μαθητές κατανοούν τη σημασία της συνεργασίας, της επικοινωνίας και της αυτοπειθαρχίας (συναισθηματικός-κοινωνικός τομέας) (Βιβλίο Εκπαιδευτικού Φυσικής Αγωγής Α', Β', Γ' Γυμνασίου, 2008). Τέλος, μέσω του χορού επιτυγχάνεται η διάσωση, η διατήρηση και διάδοση της ελληνικής μουσικοχορευτικής παράδοσης (γνωστικός τομέας) (Δήμας, 2010; Βιβλίο Εκπαιδευτικού Φυσικής Αγωγής Α', Β', Γ' Γυμνασίου, 2008).

## 2. Κυρίως Μέρος

Ο χορός και το τραγούδι είναι στενά συνδεδεμένα με κάθε έκφραση της ζωής των ανθρώπων, που σε συνδυασμό με τη μουσική συνθέτουν ένα τελετουργικό πρωτογενές δρώμενο (Λέκκας 2003, Μαστοράκη 2003-2004, Σιούλη-Κατάκη 2013, Φιλιππίδου 2014). Ο Λιάβας (2004 σ. 310) τονίζει πως «...λόγος, μέλος, κίνηση αποτελούν την αγία, ομοούσιο και αδιαίρετη τριάδα του λαϊκού μας πολιτισμού, που εξελίσσονται παράλληλα μέσα από αμοιβαία αλληλεπίδραση...». Αυτό το τριφυές δρώμενο ενσωματωμένο σε συγκεκριμένο πλαίσιο (κοινωνικό, οικονομικό, πολιτικό, ιδεολογικό) συνιστά σημαντικό μηχανισμό μέσω του οποίου διαμορφώνεται η πολιτισμική και χορευτική ταυτότητα (Φιλιππίδου 2011, 2014), καθώς και η εθνική ιδεολογία (Τζώγας 2019, Χείλαρη 2012), αφού ως εθνικό σύμβολο φέρει μεγάλο συναισθηματικό φορτίο (Reed 1998).

Ο χορός, ως βασική συνιστώσα του τριφυούς δρώμενου (λόγος, μέλος, κίνηση) αποτελεί τη σωματική έκφραση και την οπτικοποίηση των άλλων δύο στοιχείων (Γκαρτζονίκα 2016, Μαστοράκη 2003-2004, Σιούλη-Κατάκη 2013, Φιλιππίδου 2014) και εντάσσεται στις πολιτισμικές εκείνες πρακτικές που «...όχι μόνο αναπαριστούν αλλά και διαμορφώνουν την ταυτότητα...» (Κουτσούμπα 2002, σ. 19). Τα κριτήρια που συγκροτούν την εθνική ταυτότητα είναι η κοινή καταγωγή, η γλώσσα, η θρησκεία και οι κοινές παραδόσεις (Ρογδάκης 1994). Ο χορός, ως ένας μη λεκτικός τρόπος επικοινωνίας, μεταφέρει ένα σύνολο σημασιών και νοημάτων, τρόπους σκέψης, δομές και συνήθειες, που κάθε πολιτισμική παράδοση αντιλαμβάνεται με τον δικό της τρόπο (Γκαρτζονίκα 2016, σ. 43). Στα τέλη του 19<sup>ου</sup> αιώνα, όταν η εθνική συνείδηση έγινε

κεντρικό πολιτικό ζήτημα και στις δύο πλευρές του Ατλαντικού, οι πολιτισμικές δημιουργίες του παρελθόντος, μεταξύ των οποίων και ο λαϊκός χορός, αναδείχθηκαν σε συνεκτικά σύμβολα των λαών και σταδιακά άρχισαν σκόπιμα να εντάσσονται στη δημόσια εκπαίδευση, μέσω του μαθήματος της Φυσικής Αγωγής, προκειμένου να επιτευχθεί η πολιτισμική ομοιογένεια και να δημιουργηθεί το «εθνικό αφήγημα» (Αυδίκος 2009, 2012, Γκαρτζονίκα 2016, Τζώγας 2019). Ο χορός που εντάσσεται στην κατηγορία του συμβόλου της ταυτότητας εκτελείται σε όλες τις επίσημες εορτές μιας ομάδας και ιδιαίτερα σε γιορτές που σχετίζονται με σημαντικά γεγονότα της ιστορίας ενός τόπου (Γκαρτζονίκα 2016, Foley 2001, Τζώγας 2019). Ο Σκληρός (196-) αναφέρει πως «οι εθνικοί μας χοροί κρατούν ψηλά τό εθνικόν φρόνημα τής φυλής μας καί αντικατοπτρίζουν τόν πολιτισμόν μας» (σ. 22).

Από την άλλη, ο λόγος-ποιητικό κείμενο, η άλλη συνιστώσα του τριφυούς δρωμένου εξετάζεται μέσα από το δημοτικό τραγούδι. Το δημοτικό τραγούδι απαντάται να αναπτύσσεται στο Βυζάντιο από τον 9<sup>ο</sup> αιώνα με τα ακριτικά τραγούδια (Κουκουλές 1948, Πολίτης 2001). Τα δημοτικά τραγούδια διακρίνονται σε κατηγορίες ανάλογα το περιεχόμενό τους. Είτε είναι ιστορικά, είτε κλέφτικα, είτε ακριτικά, είτε της αγάπης, είτε του γάμου, είτε της ξενιτιάς, είτε μοιρολόγια. Εξετάζοντας την περίπτωση των κλέφτικων τραγουδιών διαπιστώνεται πως το δημοτικό τραγούδι κατά τον 18<sup>ο</sup> αιώνα, γνωρίζει την τελευταία δημιουργική του άνθηση, εκφράζοντας το πολεμικό πνεύμα και την «ευψυχία» των «κλεφτών» ή «αρματολών». Το κοινό πεδίο μεταξύ της πατριωτικής ποίησης και των κλέφτικων δημοτικών τραγουδιών συνίσταται στην ιδεολογική προετοιμασία της ελληνικής επανάστασης (Πολίτης 2017). Μέσω των τραγουδιών εκφράζονται οι δυσκολίες και οι κίνδυνοι που αντιμετώπιζαν, οι αγώνες και οι αγωνίες του σκλαβωμένου ελληνισμού, η πικρία και η θλίψη των σκλαβωμένων, η περήφανη στάση που κρατούν καθώς και η αντίστασή τους (Σπυριδάκης [1962] 2000). Τα κλέφτικα τραγούδια είτε παρουσιάζουν κάποιο κατόρθωμα του ήρωα, είτε υμνούν το ηρωικό του τέλος, είτε γνωστοποιούν κάποια εμπειρία του έχοντας ως σκοπό να προκαλέσουν τη συγκίνηση και αποτελούν πηγή πληροφόρησης για τον τόπο, τον χρόνο, τα δρώντα πρόσωπα και το ύφος τους είναι ανάλογο με το θέμα και την παράδοση της κάθε περιοχής (Καψωμένος 1990, Σπυριδάκης [1962] 2000). Μέσω του έμμετρου και ποιητικού λόγου φανερώνεται η βαθιά πίστη στη θρησκεία και στο έθνος (Σπυριδάκης [1962] 2000). Και μέσα σε όλη τη λαίλαπα της κλεφτουριάς φαίνεται να υπάρχει ο ανθρωπομορφισμός των φυσικών στοιχείων με το φυσικό περιβάλλον να συμμετέχει ενεργά και να συμπάσχει ολόκληρο, έμψυχο και άψυχο (πουλιά, ήλιος, φεγγάρι, βουνά, κάμποι, ουρανός) (Σπυριδάκης [1962] 2000).

Το ερευνητικό πεδίο αυτής της εργασίας αποτελεί η μελέτη των δημοτικών τραγουδιών από το βιβλίο «Κείμενα Νεοελληνικής Λογοτεχνίας» της Α' Λυκείου σε συνδυασμό με το Πρόγραμμα Σπουδών για τη Φυσική Αγωγή στη Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση. Για την επίτευξη του ανωτέρω σκοπού μελετάται το κλέφτικο τραγούδι «Των Κολοκοτρωναίων», έτσι όπως αυτό αποδίδεται στο σχολικό εγχειρίδιο:

### ***Των Κολοκοτρωναίων***

*Οι Κολοκοτρωναίοι ήταν από τις πιο παλιές οικογένειες κλεφτών του Μοριά και τη δράση τους εξυμνούν πολλά κλέφτικα τραγούδια. Το παρακάτω τραγούδι αναφέρεται ειδικότερα στα γεγονότα του 1806, όταν ο σουλτάνος εξέδωσε φερμάνι για την εξόντωση των κλεφτών της Πελοποννήσου και της Στερεάς. Υστερα από συνεχείς αγώνες τριών μηνών και αφού πολλοί σύντροφοί του σκοτώθηκαν και οι υπόλοιποι διασκορπίστηκαν, κατόρθωσε ο Θεόδωρος Κολοκοτρώνης να διαφύγει στη Ζάκυνθο (Μάιος του 1806), όπου και κατατάχθηκε στον αγγλικό στρατό.*

*Λάμπουν τα χιόνια στα βουνά κι ο ήλιος στα λαγκάδια,  
λάμπουν και τ' αλαφρά σπαθιά των Κολοκοτρωναίων,  
πόχουν τ' ασήμια τα πολλά, τις ασημένιες πάλες,  
τις πέντε αράδες τα κουμπιά, τις έξι τα τσαπράζια.  
οπού δεν καταδέχονται της γης να την πατήσουν.*

*Καβάλα τρώνε το ψωμί, καβάλα πολεμάνε,  
καβάλα πάν' στην εκκλησιά, καβάλα προσκυνάνε,  
καβάλα παίρν' αντίδερο απ' του παπά το χέρι.  
Φλωριά ρίχνουν στην Παναγιά, φλωριά ρίχνουν στους άγιους  
και στον αφέντη το Χριστό τις ασημένιες πάλες.*

*«Χριστέ μας, βλόγα τα σπαθιά, βλόγα μας και τα χέρια».  
Κι ο Θεοδωράκης μίλησε, κι ο Θεοδωράκης λέει:  
Απόψ' είδα στον ύπνο μου, στην υπνοφαντασιά μου,  
θολό ποτάμι πέρναγα και πέρα δεν εβγήκα.  
Ελάτε να σκορπίσουμε, μπουλούκια να γενούμε.*

*Σύρε, Γιώργο μ', στον τόπο σου, Νικήτα στο Λοντάρι-  
εγώ πάου στην Καρύταινα, πάου στους εδικούς μου,  
ν' αφήκω τη διαθήκη μου και τες παραγγολές μου,  
τι θα περάσω θάλασσα, στη Ζάκυνθο θα πάω».*

Το παραπάνω τραγούδι χρονολογείται το 1779 (Ρωμαίος 1957, σ. 399, 402), παρουσιάζεται με διάφορες παραλλαγές, εντός και εκτός Πελοποννήσου και μοιάζει από τα πιο ωραία της λαϊκής ποίησης (Βλαχογιάννης 1935). Το τραγούδι αυτό «είναι το σπουδαιότερο από τα Κλέφτικα ολόκληρης της Πελοποννήσου. Ακόμη έως σήμερα...το τραγουδούν με πάθος, έκσταση και περηφάνεια...Αλλά και γενικότερα σ' ολόκληρο το Μοριά...το νοιώθουν σαν επίσημο ύμνο στον ηρωισμό των Κλεφτών της Πελοποννήσου» (Ρωμαίος 1957, σ. 379). Μέσω του τραγουδιού γίνεται αναφορά στην αίγλη των Κολοκοτρωναίων. Εξυμνείται η λαμπρή εμφάνιση, το πολυτελές ντύσιμο, ο εντυπωσιακός οπλισμός και προπαντός η υπερηφάνεια των Κολοκοτρωναίων.

«Ο πρώτος όρος του αληθινού τραγουδιού είναι να κρύβη μέσα του τα στοιχεία τα ιστορικά και τα ηθικά που να μας μπάζουνε στο πνέμα της εποχής που το 'βγαλε στο φως» (Βλαχογιάννης 1935, σ. 249).

Κύριο θέμα του τραγουδιού είναι η μεγαλοπρεπής μετάβαση των Κολοκοτρωναίων στην εκκλησία (Ρωμαίος 1957, σ. 399). Το επιβλητικό προοίμιο του τραγουδιού θεμελιώνεται πάνω στην έννοια του ρήματος λάμπω. Όλα γύρω, άψυχα και έμψυχα, σκορπούν μια λάμψη. Τα χιόνια, τα λαγκάδια και τα σπαθιά λαμποκοπούν. Από τον ήλιο, τον μεγάλο πρωταγωνιστή, τα χιόνια λάμπουν στις κορυφές, οι κάμποι αστράφτουν από καθαρό ουρανό και το ασήμι από τα σπαθιά σκορπά επιβλητική και μεγαλοπρεπή λάμψη. Η επανάληψη της λέξης σπαθιά με τη λέξη πάλες, γίνεται τέσσερις φορές σκοπίμως σε όλο το κείμενο, μιας και «ο Κωνσταντής Κολοκοτρώνης ήταν φοβερός ιδίως στον τρόπο της μάχης με το σπαθί» (Ρωμαίος 1957, σ. 379).

Η πρώτη στροφή του τραγουδιού αναφέρεται στο τραγούδι του 1779 και στα ιστορικά γεγονότα του έτους εκείνου. Ο Κωνσταντής Κολοκοτρώνης έπιασε το πέρασμα στα Τρίκορφα.

«Και αληθινά, τρεις φορές οι Αρβανίτες της Τριπολιτσάς έκαμαν γερή επίθεση στα Τρίκορφα, να σπάσουνε τον κλοιό των Κολοκοτρωναίων και ν' ανοίξουνε δρόμο. Δεν ήταν λίγοι οι επιτιθέμενοι, και το πολεμικό τούτο κατόρθωμα του Κωνσταντή ήταν λόγος, που αρκούσε μόνος του να δημιουργήση τις προϋποθέσεις για να φτιαχτεί το τραγούδι...» (Ρωμαίος 1957, σ. 392).

Αυτή η νίκη των Κολοκοτρωναίων στα Τρίκορφα ανέβασε κατά πολύ τη δόξα τους και αποτελεί απόδειξη για το που βρήκαν τα ασημένια όπλα, μιας και οι Τουρκαλβανοί λεηλατούσαν Ρωμιούς και Τούρκους στο Μοριά και μάζευαν χρυσάφι (Ρωμαίος 1957, σ. 395). Αυτοί, λοιπόν, οι περήφανοι καπεταναίοι πως να καταδέχονται τη γη να την πατήσουν; Πώς να κατέβουν από το 'άλογο' που τους ανέβασε η ψυχολογία του νικητή και η ποιητική σύνθεση του λαού; Πώς να μην καμαρώνουν;

Από τους στίχους της πρώτης στροφής «μαθαίνουμε πώς ο λαός έβλεπε τον Κωνσταντή Κολοκοτρώνη» (Ρωμαίος 1957, σ. 403). Ωστόσο, με το πέρασμα του χρόνου δεν ήταν δύσκολο να προστεθούν και άλλοι στίχοι, με περισσότερες λεπτομέρειες ή πιο υπερβολικές, πράγμα διόλου απίθανο για την προφορική παράδοση των τραγουδιών (Ρωμαίος 1957, σ. 403). Σύμφωνα με τον Ρωμαίο (1957) υστερογενή στοιχεία, που προστέθηκαν στο αρχικό τραγούδι του 1779, αποτελούν οι στίχοι 4-8 και 12-20 (Ρωμαίος 1957, σ. 404).

Ο στίχος 4 ίσως να υπήρχε στο αρχικό τραγούδι, επειδή αναφέρεται στην πολυτέλεια του ντυσίματος (Ρωμαίος 1957, σ. 404).

Ο στίχος 5 αποτελεί αποκλειστικό δημιούργημα του Πελοποννησιακού λαού και επαναλαμβάνεται και σε άλλα ιστορικά Μοραϊτικά τραγούδια (Ρωμαίος 1957, σ. 405). Επίσης, το μοτίβο των καβαλάρηδων ανασύρει μνήμες από βυζαντινά έθιμα, που ήθελαν τους άρχοντες να κυκλοφορούν έφιπποι και τις αρχόντισσες να τις πηγαίνουν στην εκκλησία πάνω σε φορεία (Ρωμαίος 1957, σ. 405).

Ο Ρωμαίος (1957) υποστηρίζει πως οι στίχοι 6-8 προστέθηκαν αργότερα, όταν γεννήθηκε η ανάγκη της έφιππης μορφής ζωής (Ρωμαίος 1957, σ. 406). Όπως συμβαίνει σε πολλά δημοτικά τραγούδια ο 'στιχουργός' επηρεασμένος από τα γεγονότα και από την ψυχολογική κατάσταση της στιγμής αρχίζει να φλυαρεί και στη συγκεκριμένη περίπτωση φτάνει μέχρι την ύβρη του στίχου 8 (καβάλα παίρν' αντίδερο απ' του παπά το χέρι) (Ρωμαίος 1957, σ. 406-409).

Οι στίχοι 9-11 αποτελούν το τελετουργικό εισόδου των πιστών στην εκκλησία. Όταν πρωτοπαίνουν ασημώνουν, προσκυνάνε τις εικόνες και εναποθέτουν τα σπαθιά του κάτω από την εικόνα του Χριστού για να ευλογηθούν. Ερμηνεύοντας το περιεχόμενο των στίχων 6-11 διαπιστώνεται πως ο στίχος 8 προηγείται των 9-11, πράγμα το οποίο 'ρίχνει' τον 'δημιουργό' σε «τελετουργικό σφάλμα», καθώς όποιος μπαίνει στην εκκλησία πρώτα ασημώνει, ύστερα προσκυνά, ύστερα προσεύχεται και στο τέλος παίρνει αντίδερο.

Στους στίχους 12-20 γίνεται ονομαστική αναφορά στον Θεόδωρο Κολοκοτρώνη, τον ξάδερφό του, Θεοδώρακη Γιώργα, που σκοτώθηκε το 1806 στη Μονή Αιμιαλούς και τον Νικήτα Νικηταρά. Το τραγούδι δίνει πληροφορίες για τον διωγμό του 1806, το σκόρπισμα των Κολοκοτρωναίων σε μπουλούκια και τη φυγή του Θεοδώρακη στη Ζάκυνθο (Ρωμαίος 1957, σ. 409). Συνεπώς, αυτοί οι στίχοι αποτελούν νεότερη προσθήκη, ύστερα από τα γεγονότα του 1806 (Ρωμαίος 1957, σ. 409).

Τα κλέφτικα τραγούδια τα χαρακτηρίζει λεβεντιά, φιλελευθερισμός, φιλοπατρία, ανδρεία και ηρωισμός. Συνεπώς, το τραγούδι που εξετάζεται στην παρούσα εργασία αποκτά χορευτική και κινητική υπόσταση στον χορό «Τσάμικο». Ο Τσάμικος είναι ο χορός του «Τσάμη», του σκληρού χωρικού και εμπεριέχει δυο βασικά στοιχεία: το ηρωικό και το αγωνιστικό (Σκληρός 196-, σ. 13). Επίσης ονομάζεται και κλέφτικος επειδή προφανώς χορευόταν από τους αρματολούς και τους κλέφτες (Δήμας 1989). Άλλη άποψη υποστηρίζει ότι η ονομασία «τσάμικο» προέρχεται από την περιοχή Τσαμουριά στη Θεσπρωτία (Καρφής & Ζιάκα 2009). Στον Τσάμικο οι χορευτές συναγωνίζονται στην επίδειξη της λεβεντιάς και της χορευτικής τους ικανότητας (Δήμας 1989, Σκληρός 196-, σ. 16). Εκτός από την Ήπειρο και την Πελοπόννησο χορεύεται επίσης στη Στερεά (Ρούμελη), στη Θεσσαλία και στη Δυτική Μακεδονία με διαφορές στις κινήσεις, τον τρόπο εκτέλεσης και τον αριθμό των βημάτων (Δήμας 1989, Καρφής & Ζιάκα 2009). Η συνηθέστερη μορφή του χορού είναι αυτή που αποτελείται από 10 χορευτικές κινήσεις και εμφανίζεται στη Ρούμελη, την Ήπειρο και τη Θεσσαλία (Καρφής & Ζιάκα, 2009). Στην Πελοπόννησο συνυπάρχουν η χορευτική μορφή των 10 χορευτικών κινήσεων με αυτή των 12 χορευτικών κινήσεων. Πρόκειται για χορό, ο οποίος παλαιά χορευόταν μόνο από άνδρες, οι οποίοι πρόβαλλαν τη λεβεντιά, τα χορευτικά τους προσόντα και την προσωπικότητα τους με τον αυτοσχεδιασμό του πρωτοχορευτή, τα καθίσματα, τα γονατίσματα, τα πηδήματα, τα ψαλίδια και τα χτυπήματα (Δήμας 1989, Καρφής & Ζιάκα 2009). Στις αρχές του 19<sup>ου</sup> αιώνα παρουσιάζεται να χορεύεται και από γυναίκες, αλλά με πιο στρωτά βήματα και συγκρατημένες κινήσεις (Δήμας 1989, Καρφής & Ζιάκα 2009). Η διάταξη των χορευτών ήθελε τις γυναίκες να βρίσκονται στη συνέχεια των αντρών ή στην περίπτωση διπλοκάγκελου/τριπλοκάγκελου να βρίσκονται στον εσωτερικό κύκλο ή πιο σπάνια σε ανάκατη σχέση (Δήμας 1989, Καρφής & Ζιάκα 2009).

Ο Τσάμικος αποτελεί έναν από τους «πανελληνίους χορούς» (ΦΕΚ 270/20.09.1977, Σταθοπούλου & Φιλιππίδου 2023; Χείλαρη 2012) και δεν είναι καθόλου τυχαίο που ο Εθνικός Ύμνος της Ελλάδας είναι γραμμένος σε ρυθμό Τσάμικο. Το Τσάμικο διδάσκεται στις τελευταίες τάξεις του Δημοτικού, στη Β' Γυμνασίου καθώς και στο Λύκειο και εμφανίζεται με μουσικό μέτρο  $\frac{3}{4}$  και εντάσσεται στην κατηγορία των κυκλικών χορών σε ανοιχτό κύκλο. Στον ελληνικό παραδοσιακό χορό το πιο συχνό χορευτικό σχήμα που συναντάται είναι το κυκλικό, είτε με τη μορφή ανοιχτού είτε με τη μορφή κλειστού κύκλου (Τυροβολά 2017, σ. 493).

### 3. Συμπεράσματα/Επίλογος

Εν κατακλείδι, ο ελληνικός παραδοσιακός χορός αποτελεί το κατ'εξοχήν εργαλείο ενίσχυσης της ελληνικότητας στον χώρο και στον χρόνο. Στην παρούσα περίπτωση, σύμφωνα με τους στίχους του τραγουδιού και τον συγκεκριμένο χορό διαπιστώνεται πως μέσα από το τριφυές δρώμενο γίνονται γνωστά πρόσωπα, γεγονότα και καταστάσεις σχετικά με την ελληνική επανάσταση (Σταθοπούλου, 2023). Σε ένα γενικότερο πλαίσιο, μέσα από το μάθημα της Λογοτεχνίας και της Φυσικής Αγωγής οι μαθητές έχουν τη δυνατότητα να μαθαίνουν για την ελληνική επανάσταση, να γνωρίζουν την ιστορική ταυτότητα μιας περιοχής και να αποκτούν εθνική συνείδηση. Ειδικότερα, το μάθημα της Φυσικής Αγωγής και πιο συγκεκριμένα ο Ελληνικός Παραδοσιακός Χορός μεταφέρει και μεταδίδει «στοιχεία πολιτισμικής παράδοσης και κληρονομιάς, γνώσεις ιστορίας, λαογραφίας και γεωγραφίας, ... συνδράμει στην πολιτιστική ταυτότητα και ... επιδρά καθοριστικά στο "πολιτισμικό γίγνεσθαι" της κοινωνίας» (Λυκεσάς & Τυροβολά, 2007, σ. 112). Ο χορός ως ενσώματη πρακτική των

τραγουδιών λειτουργεί ενισχυτικά και δεν είναι διόλου τυχαίο που στις σχολικές εορτές κάθε βαθμίδας προς τιμήν της 25<sup>ης</sup> Μαρτίου οι μαθητές χορεύουν τον Τσάμικο.

#### 4. Βιβλιογραφία

Αυδίκος, Ε. Γ. (2012). Λαογραφικές σπουδές και εθνική ταυτότητα στην Ελλάδα και την Τουρκία. Στο Ε. Γ. Αυδίκος (επιμ.), *Λαογραφικές αναγνώσεις στην Ελλάδα και την Τουρκία*. Πεδίο, σσ. 13-41.

Αυδίκος, Ε. Γ. (2009). *Εισαγωγή στις σπουδές του λαϊκού πολιτισμού. Λαογραφίες, λαϊκοί πολιτισμοί, ταυτότητες*. Κριτική.

Βλαχογιάννης, Γ. (1935). *Κλέφτες του Μοριά. Μελέτη ιστορική από νέες πηγές βγαλμένη. 1715-1820*. Αθήνα.

Γκαρτζονίκα-Κώτσικα, Ε. (2016). *Ο παραδοσιακός χορός στην εκπαίδευση. Ιστορική αναδρομή και σύγχρονες διδακτικές προσεγγίσεις*. Πεδίο.

Δήμας, Η. Σ. (2010). Κοινωνία και ελληνικός παραδοσιακός χορός. Στο Η. Δήμας, Β. Τυροβολά & Μ. Κουτσούμπα, *Ελληνικός παραδοσιακός χορός. Θεωρήσεις για το λόγο, τη γραφή και τη διδασκαλία του* (σελ. 17-41). Αυτό-έκδοση.

Δήμας, Η. (1989). *Ο παραδοσιακός χορός στο Συρράκο. Λαογραφική και Ανθρωπολογική προσέγγιση*. [Διδακτορική διατριβή. Τμήμα Ιστορίας και Αρχαιολογίας, Φιλοσοφική Σχολή, Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων].

Καρφής, Β., & Ζιάκα, Μ. (2009). *Ο ελληνικός παραδοσιακός χορός στην εκπαίδευση*. Βιβλιοδιάπλους.

Καψωμένος Ε. (1990). *Δημοτικό τραγούδι. Μια διαφορετική προσέγγιση*. Αρσενίδης.

Κουκουλές, Φ. (1948). *Βυζαντινός βίος και πολιτισμός. Μνημεία λόγου, σχήματα, προλήψεις*. Τομ. Α' ΙΙ, Παπαζήσης.

Κουτσούμπα, Ι.Μ. (2002). Πολιτισμική ταυτότητα και χορός: Μια πρώτη προσέγγιση. Στο *Η Τέχνη του Χορού Σήμερα: Εκπαίδευση, Παραγωγή, Παράσταση*, Πρακτικά Συνεδρίου Έντεχνου Χορού (σσ. 17-24), Σύνδεσμος Υποτρόφων Κοινοφελούς Ιδρύματος Αλέξανδρος Σ. Ωνάσης, Αθήνα.

Λιάβας, Λ. (2004). Το τοπικό μουσικό ρεπερτόριο: Από τη διάσωση στη διάδοση. Στο Ε. Γ. Αυδίκος, Ρ. Λουτζάκη & Χ. Παπακώστας (επιμ.), *Χορευτικά ετερόκλητα*, Ελληνικά Γράμματα, σσ. 307-313.

Λυκεσάς, Γ., & Τυροβολά, Β. (2007). Η θέση του παραδοσιακού χορού στα αναλυτικά προγράμματα της δημοτικής εκπαίδευσης και η εφαρμογή του στην πράξη, . *Μουσικοπαιδαγωγικά*, 5, (σ.σ. 102-123).

Μαστοράκη, Α. (2003-2004). *Τριφνές τελετουργικό δρώμενο και σύγχρονη ελληνική πολιτιστική πραγματικότητα*.

Πολίτης, Α. (2001). *Το Δημοτικό Τραγούδι. Κλέφτικα, Εστία*.

Πολίτης, Λ. (2017). *Ιστορία της Νεοελληνικής Λογοτεχνίας*. ΜΙΕΤ

- Ρογδάκης, Π. (1994). *Η διαμόρφωση του ελληνικού έθνους*. Γόρδιος.
- Ρωμαίος, Κ. (1957). *Τα τραγούδια των Κολοκοτρωναίων*. Τυπογραφείον Μυρτίδη.
- Σιούλη-Κατάκη, Ζ. (2013). Το πρωτογενές τελετουργικό δρώμενο της μουσικής, του χορού και του λόγου. *Archive*, 9, (σσ. 30-37).
- Σπυριδάκης, Γ. ([1962] 2000). Εισαγωγή. Στο *Ελληνικά δημοτικά τραγούδια (εκλογή)*. Τόμ. Α., Ακαδημία Αθηνών.
- Σταθοπούλου, Γ., & Φιλιππίδου, Ε. (2023). Ο Συρτός ως ο κατεξοχήν εθνικός χορός. Μία πρώτη προσέγγιση. Στο *Πρακτικά 31<sup>ου</sup> Διεθνούς Συνεδρίου Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού*, (σσ. 241), ΤΕΦΑΑ Κομοτηνής.
- Σταθοπούλου, Γ. (2023). Επαναστατικό τραγούδι και χορός. Η περίπτωση του χορού «Τρίο» στον Πραστό. Στο *Πρακτικά 9<sup>ου</sup> Τσακωνικού Συνεδρίου*, Λεωνίδιο.
- Τζώγας, Σ. (2019). *Η διδασκαλία των παραδοσιακών χορών ως μέσο καλλιέργειας της εθνικής ταυτότητας στην ελληνική εκπαίδευση*. Μεταπτυχιακή διατριβή. ΤΕΦΑΑ, Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης.
- Τυροβολά, Β. (2017). *Χορολογικά θέματα Α' περί χορού... Επτά υποθέσεις εργασίας για την επιστήμη, την τέχνη και τη μορφή του χορού*. Εκδόσεις Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών.
- ΦΕΚ Β' 3791/13-08-2021
- ΦΕΚ 197/Β'/23-1-2015
- ΦΕΚ 270/20.09.1977
- Φιλιππίδου, Ε. (2014). Συνθέσεις και ανασυνθέσεις του τρισυπόστατου του χορού «Μπουνάρτζια» ή «Παϊτούσκα» των Γκαγκαβούζηδων της Οινόης Έβρου. *Ethnologia online*, Vol.: 5, (σσ. 1-29).
- Φιλιππίδου, Φ.Ε. (2011). *Χορός και ταυτοτική αναζήτηση: Τακτικές επιπολιτισμού και επαναφλετισμού των Γκαγκαβούζηδων στην Οινόη Έβρου*. Μεταπτυχιακή διατριβή, Πανεπιστήμιο Αθηνών-Τ.Ε.Φ.Α.Α., Αθήνα.
- Χατζηχαριστός, Δ. (2003). *Σύγχρονο σύστημα Φυσικής Αγωγής. Από τη θεωρία στην πράξη*. Χατζηχαριστός.
- Χείλαρη Α. (2012). «Χορός και εθνική ταυτότητα: Το παράδειγμα της ένταξης του "Τσακωνικού" χορού στα σχολικά αναλυτικά προγράμματα». *Πρακτικά 4<sup>ου</sup> Πανελληνίου Συνεδρίου «Λαϊκός πολιτισμός και εκπαίδευση»*, Καρδίτσα: Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας- Τμήμα Ιστορίας, Αρχαιολογίας και Κοινωνικής Ανθρωπολογίας και Κέντρο Ιστορικής και Λαογραφικής Έρευνας «Ο Απόλλων Καρδίτσας», (σσ. 263-276).
- Reed, S. A. (1998). The politics and poetics of dance. *Annual review of anthropology*, 27(1), 503-532.
- Foley, C. (2001). Perceptions of Irish Step Dance: National, Global and Local. In *Dance Research Journal: Congress on Research*. *Dance*, 33(1), 34-45.