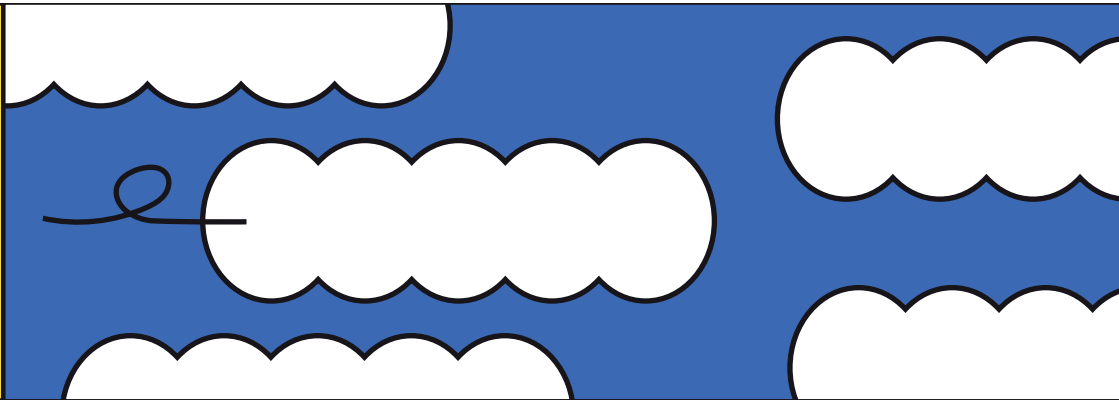
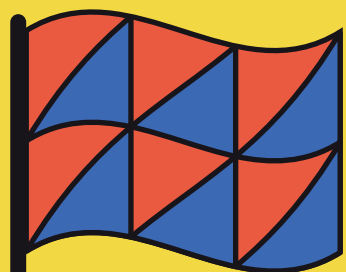


LATO
NA PODWÓRKU



2025

RUSZAMY W LATO!

TEMAT:

Rozszyfrujcie rebus, żeby dowiedzieć się, jaki będzie temat zajęć:



~~PIR~~

+

~~TAK~~

+



~~YTRYNA~~

#1

Użyjcie aparatu fotograficznego z drukarką do zrobienia zdjęć różnych części Waszych ciał. Sфотографуйте dłonie, stopy, uda, brzuch, głowę i tak dalej – każda część ciała powinna należeć do innej osoby. Następnie wytnijcie elementy ze zdjęć i złożcie z nich taneczną figurę.

#2

Takiej planszy do tańca jeszcze nie było! Odrysujcie na materiale kształty Waszych stóp w różnych układach. Pokolorujcie pola, a następnie poruszajcie się wyznaczonymi ścieżkami kolorów i kroków. Użyjcie do tego nóg... i rąk!

WPROWADZENIE

Tanec jest aktywnością fizyczną znaną ludziom od wieków. Może być on związany z obrzędami, rytuałami lub być formą zabawy, rozrywki. W tańcu istotne są ruchy ciała wykonywane najczęściej do jakiegoś rytmu, dźwięku, muzyki. Zestaw ruchów tanecznych zależy od kultury, miejsca na świecie, gdzie jest wykonywany. Są też tańce znane na całym świecie (np. tango).

Tanec można traktować jako język komunikacji, wyrażania siebie – nie poprzez słowa, ale przez ruch i gesty. Tańczyć można samodzielnie, w parze lub zespole. Można to robić profesjonalnie – precyzyjnie powtarzając układy i kroki (choreografia), biorąc udział w konkursach itd., lub wyłącznie dla przyjemności – intuicyjnie, swobodnie, improwizując.

PRZEBIEG

ROZGRZEWKĄ (ok. 10-15 min.):

przygotuj różne przedmioty (np. piórko, kartka papieru, kamień), które będziesz delikatnie, pojedynczo zrzucić z wysokości ok. 2 m; zadaniem dzieci będzie obserwowanie ruchu spadających przedmiotów, a następnie odtworzenie go własnym ciałem.

ZADANIE 1 (ok. 20 min.):

dzieci fotografują sobie nawzajem różne części ciała – nogi, ręce, głowę, szyję, brzuch, dłonie, oko itd.; mogą być nieco odsłonięte, mogą być w ubraniach – dowolnie, komfortowo; można po kilka razy jedną część ciała; następnie z zebranych fotografii wycinają fragmenty ciał i układają z nich figurę taneczną, ciekawą kompozycję, postać w fantazyjnej pozycji; najpierw układają elementy na papierze, potem przyklejają.

ZADANIE 2 (ok. 40 min.):

wykonajcie wspólnie planszę do tańca; dzieci stają na bosaka na prześcieradle i odrysowują czarnym markerem kontur swoich stóp ułożonych w różnych układach (na planszy powinny się znaleźć przynajmniej 24 odciski stóp); później za pomocą kolorowych markerów dzieci wypełniają kształty stóp tak, by powstały ścieżki tanecznych kroków; następnie bawcie się przygotowaną planszą – możesz puścić muzykę lub twórzcie ją razem (klaskając, tupiąc); możecie losować kolory ścieżek lub improwizować.

CELE

- Pobudzenie świadomości dotyczącej ciała, rozumianego jako anatomicznego układu (m.in. kości, mięśnie, ścięgna) pozwalającego ruszać się w rozmaity sposób.
- Dowartościowanie tańca jako praktyki dostępnej dla wszystkich osób i poziomów ich sprawności fizycznej.
- Uświadomienie, że tanec jest przestrzenią wolności i nie musi wymagać specjalistycznych lekcji, strojów i choreografii.

NOTATKI