

„TANIEC JAKO ELEMENT RELAKSU W PANDEMII”

MIEJSCE REALIZACJI:

SZKOŁA PODSTAWOWA IM. MARII KONOPNICKIEJ W MROKOWIE



AUTOR I REALIZATOR : **Joanna Bałazy**

Innowacja dotyczyła edukacji tanecznej. Znacząco wpłynęła na rozwój poczucia rytmu, elastycznego poruszania się taneczno-ruchowego, podniosła sprawność ruchową uczestników.

Zajęcia przeznaczone były dla chętnych uczniów z klas 1-6. Odbywały się raz w tygodniu i trwały godzinę lekcyjną.

Termin realizacji: luty- czerwiec w roku szkolnym 2021/2022

Miejsce: Szkoła Podstawowa im. Marii Konopnickiej w Mrokwie

Tanec łączy sztukę, kulturę i sport, dlatego był uniwersalnym środkiem wspierającym proces nauczania dzieci. Ta forma ekspresji rozwijała wielokierunkowo potencjał dzieci oraz ich zainteresowania, co sprzyjało aktywnemu spędzaniu czasu wolnego.

Jestem przekonana, że dzieci podniosły swoje możliwości ruchowe, rytmiczne i muzyczne.

Ważnym elementem było wykorzystanie w pracy z grupą metod zabawowych umożliwiających otwarcie się na innych, uwolnienie siebie samego od lęku i niepewności przed deprymującą oceną.

Konieczność zapamiętania poszczególnych zmian zachodzących w układach tanecznych zmuszała do uwagi, szybkiej orientacji, decyzji, uczyła przestrzegania ładu i porządku, podporządkowywania się umownym przepisom, wyrabiania pozytywnych cech charakteru, kształciła wrażliwość estetyczną.

Celem ogólnym było poznawanie przez dzieci świata, ludzi i siebie poprzez alternatywną formę ruchową jaką jest taniec rozumiany, jako sztuka, kultura i sport.

Celami szczegółowymi były:

- Wychowanie i kształtowanie postaw oraz nawyków ucznia takich jak: odpowiedzialność za siebie i innych, panowanie nad emocjami, przełamywanie własnej nieśmiałości, poczucie własnej wartości bez konieczności rywalizacji.
- Wyzwalanie radości z uczestniczenia w zajęciach tanecznych.
- Nabywanie podstawowych umiejętności ruchowych wpływających na zdolności motoryczne, które były niezbędne do progresywnego rozwoju fizycznego, emocjonalnego i intelektualnego.
- Podnoszenie sprawności poprzez zróżnicowane doświadczenia ruchowe doskonalące zmysły.
- Stwarzanie warunków do kształtowania zachowań sprzyjających zdrowiu przez czynny udział w zajęciach ruchowo-tanecznych w formach pozalekcyjnych.

Efekty innowacji zaobserwowane u uczniów:

- Udział w zajęciach tanecznych przyczyniał się do kształcenia świadomości własnego ciała.
- Wzmocniła się koordynacja wzrokowo-ruchowa.
- Usprawniało się całe ciało, wpływało to na harmonijny rozwój.
- Podniosło się poczucie rytmu i uwrażliwienie na muzykę i ogólne umuzykalnienie.
- Kształtowała się orientacja w przestrzeni.
- Kształtowała się umiejętność dzielenia przestrzeni z innymi ludźmi.
- Uczniowie przeżywali sukces i satysfakcję z własnej pracy.
- Zmienili styl i sposób spędzania czasu wolnego.
- Dzieci poznały różnorodne tańce (salsa, raks sharki, kizomba, afro, samba, styl azjatycki, bollywood i ich ulubiony shuffle dance).

Metody, formy i środki zastosowane w innowacji:

Metody twórcze: kinezylogii edukacyjnej.

Metoda syntetyczna. Polegała na całościowym nauczaniu zestawów mniejszych elementów, motywów i wreszcie większych zestawów muzyczno – ruchowych.

Metoda analityczna. Polegała na dzieleniu złożonych i trudniejszych koordynacyjnie ćwiczeń na fragmenty, które po osobnym opanowaniu scala się w płynny ruch.

Metoda mieszana (syntetyczno – analityczna). Polegała w pierwszej fazie na nauczaniu częściami tańca a następnie w pełnej formie.

Metoda kompleksowa. Polegała na nauczaniu wyodrębnionych przez nauczyciela kompleksów ruchowych danego tańca i jest połączeniem poprzednich metod, stosowanym często w celu korygowaniu błędów w wykonywanym ruchu.

Formy: indywidualne (autoprezentacja), grupowe.

Środki: odtwarzacz multimedialny, nośnik z nagraniami muzycznymi, filmy instruktażowe, welony, wstęgi, wachlarze.

Zakres treści edukacyjnych w trakcie innowacji:

- Relaks – odprężenie psychofizyczne przy muzyce – wprowadzenie w świat muzyki klasycznej (dobór repertuaru).
- Ćwiczenia kształcące świadomy ruch.
- Ćwiczenia uwrażliwiające na kierunek ruchu.
- Elementy klasyki baletowej – pozycje podstawowe rąk i nóg.
- Ćwiczenia z akcesoriami (wachlarze, welony, wstęgi)

- Ćwiczenia do muzyki związane z naprzemiennością – kinezylogia edukacyjna.
- Praca z grupą.
- Doskonalenie techniki ruchu tanecznego.
- Kształcenie umiejętności poruszania się w przestrzeni przez ćwiczenia muzyczno-ruchowe.
- Interpretacja ruchowa utworów muzycznych.
- Nauka elementów różnych stylów tanecznych z całego świata (salsa, samba, raks sharki, afro, swing, kizomba, zumba, bollywood, shuffle dance, azjatycki).
- Wspieranie uzdolnień dzieci i rozbudzanie wrażliwości estetycznej.
- Tworzenie choreografii tanecznych.

Zajęcia realizowałam według harmonogramu:

Luty: styl azjatycki (wachlarze i wstęgi), bollywood

Marzec: swing, zumba

Kwiecień: afro, kizomba

Maj: samba, salsa

Czerwiec: shuffle dance, raks sharki (welony)

Ewaluacja

Efekt realizacji zadań powyższego programu zbadałam za pomocą obserwacji aktywności oraz zaangażowania uczestników w zajęciach, które było bardzo duże. Na koniec roku szkolnego przeprowadziłam anonimową ankietę wśród uczniów. Analiza zebranych w ten sposób informacji dostarczyła rzetelnej wiedzy o przeprowadzonej innowacji. Uczniom bardzo podobały się zajęcia i wyrazili ogromną chęć kontynuowania nauki w przyszłym roku.

Chętne uczennice zaprezentowały swoje umiejętności podczas akademii z okazji 221. rocznicy uchwalenia Konstytucji 3 maja (taniec z biało-czerwonymi skrzydłami) oraz podczas Festiwalu Piosenki Patriotycznej.

Joanna Bałazy, realizator innowacji pedagogicznej

Logopeda szkolny