

Nauka tańca z czapkami Mikołaja – świąteczna lekcja ruchu, kreatywności i dobrej zabawy

Zbliżają się **mikołajki** – wyjątkowy czas obdarowywania, życzliwości i budowania pozytywnej atmosfery w klasie. Z tej okazji zachęcamy do realizacji scenariusza z wychowania fizycznego **„Nauka układu tańca z kapeluszami”**, który łączy muzykę, taniec i aktywność ruchową, przez co zachęca uczniów do współpracy i kreatywnej ekspresji.

Lekcja jest przeznaczona dla uczniów szkoły podstawowej. Została opracowana w sposób nowoczesny i atrakcyjny dla młodych odbiorców. W czasie zajęć uczniowie uczą się elementów choreografii, sami tworzą świąteczne układy taneczne oraz rozwijają kompetencje kluczowe: kreatywność, komunikację, współpracę i korzystanie z narzędzi technologii informacyjno-komunikacyjnych.

Dlaczego warto?

Scenariusz wprowadza uczniów w świat tańca i świątecznej zabawy. Warto go zrealizować, ponieważ:

- łączy ruch, muzykę i świąteczną atmosferę, przez co wspiera dobrostan uczniów;
- rozwija kreatywność i sprawczość, ponieważ umożliwia tworzenie własnych układów tanecznych;
- wzmacnia kompetencje cyfrowe dzięki wykorzystaniu krótkich nagrań, aplikacji i pracy projektowej;
- buduje klasową współpracę i pozytywne relacje, niezbędne w nowoczesnej edukacji.

Struktura lekcji

1. **Faza przygotowawcza** – świąteczna rozgrzewka, wprowadzenie do tematu i praca z rekwizytami (czapki Mikołaja, dzwoneczki, prezenty).
2. **Faza realizacyjna** – nauka elementów tańca, praca w grupach, nagrywanie krótkich filmików, analiza ruchu:
 - a. nauka podstawowych kroków tanecznych z wykorzystaniem elementów układu opisanych w scenariuszu (marsz, obroty, przeskoki, pozycje gimnastyczne), ale dostosowanych do świątecznej stylistyki;
 - b. ćwiczenia w grupach:
 - ✓ grupa „Mikołaje” – opracowuje kroki z czapkami,
 - ✓ grupa „Elfy” – tworzy układ z dzwoneczkami,
 - ✓ grupa „Renifery” – projektuje ruchy z janczarami, inspirowane zaprzęgiem Mikołaja;
 - c. uczniowie nagrywają krótkie fragmenty tańca (telefonami lub tabletem) i analizują je, ćwicząc samoocenę i rozwój własnej sprawczości;
 - d. element krytycznego myślenia: „Co decyduje o tym, że układ taneczny jest czytelny, estetyczny i przyjemny dla odbiorcy?”.
3. **Faza podsumowująca** – prezentacja gotowych układów, stworzenie plakatu w Canvie **„Santa Dance Move – świąteczne kroki Mikołaja”**, wspólna refleksja i zabawa.

Lekcja sprzyja integracji, wzmacnia poczucie własnej wartości i daje przestrzeń do twórczego działania. Świąteczna choreografia może stać się częścią klasowych mikołajek lub szkolnego występu.

