

Aktywne spędzanie czasu z przedszkolakami: Tańczymy na chodniku

Jest piękny dzień i warto zabrać dzieci na zewnątrz. Wykorzystaj okazję, aby pomóc im odkrywać ruchy, przestrzeń oraz inne elementy tańca.



Koordynacja ruchowa jest ważnym elementem nauki tańca

- Pokaż dzieciom kroki tańca ludowego, tańca w jednej linii lub w kole. Wykorzystaj stare, znane melodie, jak Bunny Hop i Hokey Pokey. Zwróć uwagę na to, aby dzieci mogły *prowadzić, być prowadzone, zmieniać pary i łączyć się w pary*. Tańczcie dla zabawy! Uwaga: W trawie mogą być ukryte niebezpieczne przedmioty. Może też być trudno przejechać wózkami inwalidzkim. Wybierz twardą powierzchnię oczyszczoną z przedmiotów, które mogłyby zranić dzieci.
- Poproś, aby dzieci wyobraziły sobie taniec na różnych nawierzchniach. Możesz zapytać dzieci, jak by się czuły, gdyby tańczyły w pudełku z piaskiem. Następnie pozwól im sprawdzić ich przewidywania. Zaproponuj, aby porównały swoje doświadczenia: „Czym różni się maszerowanie po piasku od maszerowania po chodniku, trawniku lub w płytkiej wodzie?”
- Pomóż dzieciom w wymyśleniu nowego tańca i zanotuj wymyślone przez nich ruchy: „Min Yung zaproponował osiem kroków do przodu. Kayla powiedziała, żebyśmy podskoczyli cztery razy, a następnie zamachali wstążkami”.
- Zachęcaj dzieci do tańca z wykorzystaniem różnych części ich ciała. Poproś dzieci, aby usiadły lub przysiadły na kolanach, i tańczyły, używając wyłącznie torsu lub ramion. Pomóż im skoncentrować się na poruszaniu do rytmu określonymi częściami ciała, takimi jak kolana, łokcie lub ramiona.

Zachęć dzieci do badania przestrzeni

- Używając sznurka narysuj na ziemi koło tak duże, żeby wszystkie dzieci mogły się w nim zmieścić. Zaproponuj, aby dzieci zatańczyły w kole, nie dotykając się nawzajem. Powtarzaj tę zabawę wielokrotnie, zmniejszając za każdym razem powierzchnię koła. Zachęć dzieci, żeby podzieliły się swoimi spostrzeżeniami, co musiały robić, żeby udało im się tańczyć w małym kółku. Następnie zwiększ koło tak, aby dzieci mogły swobodnie tańczyć, wykonując obszerne ruchy.
- Używając sznurków, kredy lub śladów na śniegu, zaznacz ścieżki, po których będą mogły chodzić dzieci. Ścieżki nie muszą być proste, mogą skręcać, zawracać albo przechodzić pod drabinkami na placu zabaw. Poproś dzieci, żeby chodziły po ścieżkach, klaszcząc rytm jakiejś melodii albo słuchając nagrania, śpiewając ulubione piosenki i klaszcząc. Pozwól dzieciom spróbować chodzić tyłem.
- Pozwól dzieciom stworzyć ich własne ścieżki, wybrać muzykę i zdecydować, jak poruszać się po ścieżkach „Adam powiedział, żebyśmy machali ramionami, a Lola zaproponowała drobne kroczki. Może moglibyśmy robić to równocześnie?”.
- Włącz do zabawy pomoce takie jak koszyczki, kapelusze i wstążki. Dzieci mogą tańczyć po ścieżce poruszając przedmiotami tak, jak zainspiruje ich do tego muzyka. Dzieci na wózkach inwalidzkich mogą pozostać w jednym miejscu, machając wybranymi pomocami. Upewnij się, że wybrane przez Ciebie ścieżki są wystarczająco szerokie dla wózków inwalidzkich i dostępne dla dzieci korzystających z chodzików.

Niektóre dzieci w Twojej grupie mogą być wychowywane w religii, w której taniec nie jest dozwolony. Poproś taktownie rodziców dziecka, aby wyszczególnili to, co nie jest dozwolone, na przykład czy maluch może bawić się w „Follow the Leader”, gdy muzyka jest wyłączona?

English Title: Out and About with Preschoolers: Dancing on the Sidewalk



Children's Research Center
University of Illinois at Urbana-Champaign
51 Gerty Dr. • Champaign, IL 61820-7469
Telephone: 217-333-1386
Toll-free: 877-275-3227
E-mail: iel@illinois.edu
<https://illinoisearlylearning.org>



Illinois
State Board of
Education