

# ZABAWY Z TAŃCEM

zajęcia Agnieszki Sienkiewicz

## 1. Powitalny kanon 3-głosowy (ar. E. K. Sienkiewicz) (1)

### KANON POWITALNY

śl. A. Sienkiewicz

muz. F. Lombard

1  
Dzień do - bry, wi - tam was po - baw - my się.

2  
Dzień do - bry wi - tam was, dzień do - bry wi - tam was,

3  
dzień do - bry wi - tam was, po - baw - my się.

Dzień dobry witam was – *kołysanie się*  
pobawmy się- *obrót wokół siebie*  
Dzień dobry witam was- *swobodny bieg w kole wiązonym*  
Dzień dobry witam was  
Dzień dobry witam was  
pobawmy się – *klaskanie*

- a) śpiew w jednym kole
- b) śpiew w trzech kołach w kanonie

## 2. Zabawa brazylijska „Pociąg” (2) (aranżacja oraz polska wersja tekstowa E. K. Sienkiewicz)

Na pociąg spieszę się  
Ze sobą wezmę cię  
Biletów nie mamy jeszcze  
Pociągiem starym jechać chcę  
I STOP! (I stop!)  
Ręce w przód (ręce w przód)  
Bardziej w przód (bardziej w przód)  
I czu czu cza cza czu czu cza cza czu cza czaaa czaaaa (x2)  
Ręce w przód (ręce w przód)  
Bardziej w przód (bardziej w przód)  
Łokcie w tył, bardziej w tył  
Biodra w dół, bardziej w dół  
Pięty w bok, bardziej w bok  
Pupa w górę, bardziej w górę  
Głowa w lewo, bardziej w lewo  
Język flak, straszny flak

# POCIĄG

Sł. polskie: Ernest Kamil Sienkiewicz

(O TREM)

melodia brazylijska

(autor nieznany)

Na po - ciągszespieszę się ze so - bą wezmę cię bi - le - tów niemamy  
je - szcze po - cią - giem sta - rym je - chać chcę!

## a) nauka piosenki z rytmizacją słów „Piotr”, „Basia”

Nauczyciel przedstawia dzieciom kartki z zapisem ósemek i ćwierćnuty. Mówi, że pociągiem pojedzie „Basia” (pokazuje kartkę z ósemkami) i „Piotr” (pokazuje kartkę z ćwierćnutą), następnie układa obok siebie 8 kartek z w/w wartościami rytmicznymi (tworząc pociąg). Dzieci śpiewają piosenkę, po słowach „stop” mówią, kto jedzie pociągiem.

## b) zabawa ruchowa z piosenką

Dzieci jadą pociągiem. Na „stop” zatrzymują się. Powtarzają po prowadzącym polecenia i ruchy. Przy każdym powtórzeniu zabawy są o dwa ruchy więcej.

### 3. Zabawa „Dołącz do nas” (3)

Dzieci ustawione są w kole. Nauczyciel chodzi po kole i mówi:

- Pani poprowadzi, pani poprowadzi, pani poprowadzi i zatrzyma się (zatrzymuje się przed dowolną osobą).

- hop, hop (dwa podskoki)
- klap, klap (2 klaśnięcia)
- hop, hop (dwa podskoki)
- obracamy się (osoba prowadząca obraca się, dziecko, przed którym nauczyciel zatrzymał się dołącza do węża. Zabawa rozpoczyna się od początku. Przy następnym powtórzeniu osoba pierwsza staje się ostatnią). Zabawa powinna trwać do tej pory, aż wszystkie dzieci będą prowadzącymi węża.

Zabawa daje dzieciom ogromną satysfakcję, ponieważ każde dziecko jest osobą prowadzącą.

### 4. Zabawy w lustro

#### a) Piosenka „Jesteś moim lustrem” (ar. E. K. Sienkiewicz) (4)

Jesteś moim lustrem  
i robisz to, co chcę  
ja teraz tańczyć mogę  
a ty nie.  
lecz, gdy się zatrzymam  
uważnie na mnie patrz  
lustro, lustro, pokaż mi,  
co robi moja twarz

# LUSTRO



- **zabawa w parach**

Jedno dziecko w parze jest lustrem. Lustro stoi, druga osoba chodzi wokół lustra. Na słowa „lecz, gdy się zatrzymam....”- dziecko zatrzymuje się przed lustrem i pokazuje dowolny ruch. Lustro naśladuje

- b) Zabawa „Naśladuj mnie” (5)**

- **Ustawienie w kole.**

- Nauczyciel pokazuje dowolne ruchy licząc do 4.
- Dzieci naśladują pokazane ruchy.
- raz dwa, hop – 2x (cwał boczny w kole, hop – skok obunóż)
- dookoła, dookoła, tup, tup, tup (obroty wokół własnej osi, 3 tupnięcia)

- **Ustawienie w parach po kole**

Dzieci stoją po kole- jedno dziecko stoi tyłem do środka koła a drugie przodem. Osoby stojące tyłem do środka koła pokazują ruchy, pozostałe naśladują.

- raz dwa, hop – (cwał boczny w kole, hop – skok obunóż – w prawą stronę)
- raz dwa, hop – (cwał boczny w kole, hop – skok obunóż – w lewą stronę)
- dookoła, dookoła, tup, tup, tup (dzieci maszerują i zamieniają się miejscami w parach, 3 tupnięcia)

- **zabawa z instrumentami w kole**

- Nauczyciel gra na instrumencie licząc do 4.
- Dzieci naśladują sposób gry.
- raz dwa, hop – gra nauczyciel
- raz dwa, hop – grają dzieci
- dookoła, dookoła, tup, tup, tup – grają wszyscy razem

- **zabawa z instrumentami w parach**

Dzieci siedzą w kole w parach. Każde dziecko z pary otrzymuje inny instrument – osoba wewnątrz – klawesy, osoba na zewnątrz – bębenek.

- osoba wewnątrz gra na instrumencie licząc do 4-ch.
- druga osoba naśladują sposób gry.

- raz dwa, hop – gra dziecko wewnętrzne
- raz dwa, hop – grają dzieci zewnętrzne
- dookoła, dookoła, tup, tup, tup – grają wszyscy razem

## 5. Anderson – Forgotten – dreams (6)

### Wstęp:

Dzieci przykucają trzymając chusteczki za rogi. Dzieci numerujemy od 1-16. Na każde liczenie wstają z chusteczką kolejne dzieci.

#### część A

- w prawo, w lewo, obracamy się (dzieci kołyszą się, trzymając przed sobą chusteczkę)
- w lewo, w prawo, obracamy się
- w prawo, w lewo, robimy koło (dzieci rysują chusteczką w powietrzu duże koło)
- w lewo, w prawo, obracamy się

#### Część B (dzieci trzymają chusteczkę za jeden róg)

- wymachy chustką w prawo, w lewo, „zyg, zyg, zyg, zyg, zyg” (rysowanie chustką zygzaka z góry na dół)
- kręcenie chustką koła
- wymachy chustką w prawo, w lewo, „zyg, zyg, zyg, zyg, zyg” (rysowanie chustką zygzaka z góry na dół)
- kręcenie chustką koła

#### część A

- w prawo, w lewo, obracamy się (dzieci kołyszą się, trzymając przed sobą chusteczkę)
- w lewo, w prawo, obracamy się
- w prawo, w lewo, robimy koło (dzieci rysują chusteczką w powietrzu duże koło)
- w lewo, w prawo

### Zakończenie

Dzieci trzymają chusteczki za rogi. Na każde liczenie (1-16) przykucają z chusteczką kolejne dzieci.

## 6. F. Lombard – Kołysanka (ar. E. K.Sienkiewicz) (7)

a) śpiew mormorando cz. A, na samogłosce „a” cz. B

b) taniec z chusteczkami w parach

Cz. A (ustawienie - pary zwrócone do siebie twarzami)

- 4 takty - spokojne wymachy chustką na zmianę do przodu i do tyłu
- 2 takty - spokojne wymachy chustką do boku
- 2 takty – obrót w kółeczku dwuosobowym

Część B

- swobodne poruszanie się po sali z delikatnym machaniem chustką, na koniec powrót do swojej pary.

Cz. A (ustawienie - pary zwrócone do siebie twarzami)

- 4 takty - spokojne wymachy chustką na zmianę do przodu i do tyłu
- 2 takty - spokojne wymachy chustką do boku
- 2 takty – obrót w kółeczku dwuosobowym

## **7. Taniec „Szot” (8)**

### **a) Taniec**

Ustawienie – pary po obwodzie koła

cz. A - dzieci trzymają się w parach za ręce.

- 8 liczeń – grzebanie prawą nogą
- 8 liczeń – grzebanie lewą nogą
- 16 liczeń - cwał boczny w parach po obwodzie koła
- 3 klaśnięcia w prawo,
- 3 klaśnięcia w lewo
- obrót wokół własnej osi
- 3 tupnięcia

Łącznik – dzieci stojące na zewnątrz koła przechodzą w prawą stronę do następnego kolegi.

### **b) instrumentacja**

grzebanie nogą – klawesy

cwał boczny – tamburyna

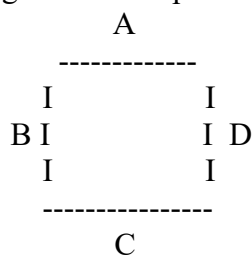
klaskanie i tupanie – bębny

### **c) instrumentacja ze zmianą instrumentu**

Instrumenty leżą na podłodze pomieszane. Dzieci biorą dowolny instrument. Grają wg wcześniejszego opisu. Na łącznik odkładają swój instrument i szybko biorą nowy.

## **8. Taniec „Kaczok” (9)**

Ustawienie – cztery szeregi ustawione po kwadracie



- zamiana miejscami rzędów A i C
- zamiana miejscami rzędów B i D
- taniec w kółeczkach 2-osobowych (dzieci łączą się w pary w swoich drużynach)
- dzieci ustawiają się w rzędach i drobnymi kroczkami przebiegają w ruchu przeciwnym do ruchu wskazówek zegara na te miejsca, w których rozpoczęły taniec.

Instrumentacja:

- bębny – muzyka do zamiany miejsc rzędów A i C, B i D
- tamburyna – taniec w parach
- klawesy – muzyka do przebieganie rzędów

## **9. Taniec ludowy „Miotlarz” (10)**

Wersja A:

Ustawienie: Koło wiązane

Ilość osób: nieparzysta

Część I;

Podskoki w kole wiązonym, na środku koła tańczy „miotlarz” z miotłą.

Część II:

Miotlarz rzuca miotłą i szybko szuka sobie nowego partnera, pozostali dobierają się w pary i podskakują. Komu zabraknie partnera ten zostaje nowym „Miotlarzem”

Wersja B:

Ustawienie: dwa szeregi

Część I:

Szeregi ustawione są twarzami do siebie. Każdy z nich porusza się 4 krokami dostawnymi w prawą stronę, następnie 4 krokami w lewą stronę.

Część II:

Dzieci z szeregów szukają partnera do tańca z innego szeregu. W tym czasie Miotlarz rzuca miotłą i tak j.w. szuka sobie partnera z dowolnego szeregu.

### **10. Zimowa zabawa (J. Williams - „Hotel Plaza” z filmu Kevin w Nowym Jorku – fragm.) (11)**

a) ćwiczenia wstępne

- wyklaskiwanie powtarzającego się schematu rytmicznego

b) opracowanie ruchowe utworu

Dzieci ustawione są na 3 – osobowe grupki

Część A

- 1 osoba biegnie w rytmie, zatrzymuje się
- 2 osoba biegnie w rytmie, zatrzymuje się za 1
- 3 osoba biegnie w rytmie, zatrzymuje się 2
- dzieci tworzą sanki i biegają w rytmie

Część B

Wersja dla dzieci starszych

- kolana, ręce, prawa, lewa – 2x (raz 1 z 2 a drugi raz 1 z 3)
- kolana, ręce, dwie – 2x (raz 1 z 2 a drugi raz 1 z 3)

Wersja dla dzieci młodszych

- kolana, kolana, ręce, ręce – 2x (raz 1 z 2 a drugi raz 1 z 3)
- kolana, kolana, dwie – 2x (raz 1 z 2 a drugi raz 1 z 3)

Część A1

- dzieci tworzą sanki i biegają w rytmie
- zakończenie – sanki stoją i grzebią kopytami

c) instrumentacja

Dzieci siedzą w swoich trzyosobowych drużynach.

### **Część A**

- 1-ki grają na klawesach utrwalony wcześniej rytm
- 2-ki grają na talerzykach lub trójkątach za drugim razem
- 3-ki grają na janczarach za trzecim razem
- wszyscy grają rytm

### **Część B**

- klawesy – na słowa kolana, ręce
- talerzyki/trójkąty, janczary – prawa, lewa, dwie

### **Część A1**

- wszyscy grają rytm

## **11. P. Czajkowski – Choroba lalki z „Albumu dla młodzieży” (Gwiazdziste niebo) (12)**

Podział na 2 grupy

1 grupa – dźwięki wysokie

2 grupa – dźwięki niskie

a) Ćwiczenie wstępne:

Dzieci z grupy 1 stoją w rozsypance, dzieci z grupy 2 siedzą. Numerujemy dzieci od 1-8.

Grupa 1

- Dzieci kolejno podnoszą jedną rękę( gwiazdę) w górę

Grupa 2

- Dzieci kolejno podnoszą jedną rękę( gwiazdę) w górę

Grupa 1

- Dzieci kolejno podnoszą jedną rękę( gwiazdę) w górę

Grupa 2

- Dzieci kolejno podnoszą jedną rękę( gwiazdę) w górę

Grupa 1 i 2 razem

- Dzieci kolejno podnoszą jedną rękę( gwiazdę) w górę
- Gwiazdy mrugają (lekkie poruszanie dłońmi)

b) zabawa właściwa – „**GWIAZDZISTE NIEBO**” – **zabawa z latarkami**

Dzieci otrzymują zapalone latarki. Podnoszą je do góry zgodnie z zabawą wstępną, kierując źródło światła w stronę widowni. Kiedy dana drużyna nie słyszy swoich dźwięków opuszcza latarkę i zakrywa ją dłonią. Na koniec na niebie pojawiają się wszystkie gwiazdy, lekko migocząc.