



29 kwietnia

DZIEŃ TAŃCA

ZABAWA RUCHOWA "DISCO"

"DISCO" to prosta zabawa taneczno-ruchowa, którą możecie wykorzystać w ramach rozgrzewki na lekcji wychowania fizycznego lub w czasie zajęć przedmiotowych, na których potrzebujecie szybkiego przerywnika, aby odzyskać uwagę uczniów. Sprawdzi się z młodszymi i starszymi!

- ➔ Prowadzący (nauczyciel lub wyznaczony uczeń) zaczyna, wywołując kogoś po imieniu, np.:
 - Prowadzący (P): Kasia!
 - Kasia (K): Co?
 - P: Kasia!
 - K: Co?
 - P: Pokaż, jak się tańczy disco!
- ➔ Wywołana osoba wykonuje ruchy i mówi:
 - K: Ręce w górę, ręce nisko, tak się właśnie tańczy disco! (podnosi ręce w górę, opuszcza je w dół i pokazuje wymyślony przez siebie ruch taneczny)
- ➔ Cała grupa powtarza słowa i wykonuje ruchy za wywołaną osobą:
 - Grupa: Ręce w górę, ręce nisko, tak się właśnie tańczy disco! (powtarza ruchy)
- ➔ Osoba, która właśnie pokazywała ruchy, staje się nowym prowadzącym - wybiera kolejną osobę i zabawa toczy się dalej!

