



ZESPÓŁ PIEŚNI I TAŃCA



Śląsk  
im. Stanisława Hadyny

## ZAPROSZENIE DLA NAUCZYCIELI

**Zespół Pieśni i Tańca „Śląsk” im. Stanisława Hadyny**

**oraz**

**Stowarzyszenie Polska Sekcja Międzynarodowej Rady Stowarzyszeń  
Folklorystycznych i Sztuki Ludowej CIOFF®**

zapraszają do udziału w

### **PROJEKCIE EDUKACYJNYM – CYKLU WARSZTATÓW „EDUKACJA TANECZNA JAKO PODSTAWA AKTYWNOŚCI ARTYSTYCZNEJ DZIECI”.**

opartym na podstawach programowych edukacji dzieci i młodzieży opracowanych przez Ministerstwo Edukacji Narodowej zgodny z deklaracją UNESCO przyjętą przez Światową Konferencję Ministrów Kultury.

Program kierowany jest do wszystkich nauczycieli w szczególności nauczycieli szkół muzycznych, nauczania początkowego, nauczycieli rytmiki i wychowania fizycznego chcących przygotować się do prowadzenia zajęć lub rozwijać swe dotychczasowe umiejętności w dziedzinie tańca.

#### **ZAŁOŻENIA:**

Taniec jest nie tylko przyjemnością, ale także doskonałym sposobem na rozciągnięcie mięśni, optymalnym ćwiczeniem modelującym ciało, wyzwalamym pozytywne emocje, ułatwiającym pokonanie własnej nieśmiałości, dodającym wiary w siebie. Taniec umożliwia osiągnięcie psycho-fizycznej harmonii.

Istotnym elementem treningu jest muzyka, której działanie powszechnie wykorzystywane jest w zajęciach terapeutycznych. Taniec i muzyka łagodzi obyczaje uczy savoir vivre'u, wzajemnego szacunku i współpracy.

Tańczący młodzi ludzie często podkreślają rolę, jaką taniec wypełnia w sztuce zawierania wzajemnych kontaktów oraz umiejętności prezentowania własnej asertywnej postawy.

Systematyczny trening wypracowuje wytrwałość, konsekwencję, upór. Przymioty te z pewnością przydadzą się w nauce i przyszłym życiu zawodowym. Ćwiczenie nowych nieznanych elementów ruchowych znacznie poprawia u uczniów procesy pamięci, koncentrację uwagi i wewnętrzną dyscyplinę.

Rodzice borykają się z zagrożeniami, które niosą dzisiejsze czasy. Narkomania, alkoholizm, przemoc, sekty są wszechobecne. Taniec wypełnia wolny czas, ukierunkowuje nadmiar energii, umożliwia też dzieciom przynależność do bezpiecznej grupy, w której buduje się prawidłowy system wartości.

**Zespół Pieśni i Tańca „Śląsk” im. Stanisława Hadyny**

ul. Zamkowa 3, 42-286 Koszęcin

tel.: +48 34 31 06 415, fax: +48 34 31 06 416

email: [info@zespolslask.pl](mailto:info@zespolslask.pl)

[www.zespolslask.pl](http://www.zespolslask.pl)

ZESPÓŁ PIEŚNI I TAŃCA „ŚLĄSK” IM. STANISŁAWA HADYNY JEST INSTYTUCJĄ KULTURY SAMORZĄDU WOJEWÓDZTWA ŚLĄSKIEGO WSPÓŁPROWADZONĄ PRZEZ MINISTERSTWO KULTURY I DZIEDZICTWA NARODOWEGO



**Komisja ds. Edukacji  
PS CIOFF®**

Powtarzając za profesorem Marianem Wieczystym, prekursorem tańca towarzyskiego w Polsce „...tańczyć może każdy ...” ewentualna nieumiejętność jest konsekwencją braku prób.

### **CELE PROJEKTU:**

- Wyposażenie uczestników – nauczycieli w podstawowy zasób wiadomości teoretycznych i praktycznych niezbędnych do prawidłowego nauczania tańców i ćwiczeń muzyczno-ruchowych w ramach lekcji i rekreacyjnych zajęć tanecznych.
- Podniesienie poziomu osobistej sprawności rytmiczno-ruchowej.
- Zaznajomienie z polskimi tańcami narodowymi, przykładami tańców regionalnych
- Pokazanie ogromnej roli ćwiczeń muzyczno-ruchowych i tańców w procesie edukacji dzieci i młodzieży.
- Uwrażliwienie na taniec i przygotowanie do odbioru sztuki tanecznej.
- Pogłębianie wrażliwości estetycznej.
- Wzbogacenie wiedzy o tańcu – jego historii formach i stylach

### **PROGRAM ZAJĘĆ:**

Forma oraz treść zajęć wprowadza elementy edukacji kulturalnej oraz rozszerza zakres programu wychowania fizycznego. Jego podstawą są ćwiczenia z zakresu techniki wolnej, wybrane tańce regionalne, polskie tańce narodowe, polskie tańce narodowe w formie towarzyskiej, tańce integracyjne oraz gry i zabawy przy muzyce.

#### **Technika wolna – podstawy:**

- nauka marszu i biegu w różnych kierunkach, przygotowania do rozpoczęcia ruchu, zatrzymania, zmiana kierunku ruchu, utrzymanie prawidłowej (wyprostowanej) sylwetki, świadome przenoszenie ciężaru ciała, pozycje stóp, pozycje rąk, pozycje i praca nóg w oparciu o technikę tańca klasycznego, izolacje w ruchu, ćwiczenia koordynacji ruchowej.

#### **Tańce narodowe oraz polka w formie towarzyskiej – podstawy:**

- różne rodzaje kroków polki,
- kroki oraz figury krakowiaka, ujęcia i objęcia w parze.
- polonez – kroki, figury w obrębie jednej pary, figury parowo-zespołowe, proste układy poloneza z nauką wodzirejowania.
- kroki oraz figury kujawiaka, ujęcia i objęcia w parze.
- kroki oraz figury oberka, ujęcia i objęcia w parze.
- kroki oraz figury mazura, ujęcia i objęcia w parze.

#### **Tańce integracyjne:**

- oparte na kroku polki,
- oparte na kroku walca,
- korowodowe.

**Wybrane tańce regionalne:**

- tańce śląskie
- tańce cieszyńskie
- tańce lubelskie
- tańce kaszubskie
- tańce łowickie

**Gry i zabawy ze śpiewem i muzyką:**

- propozycje zabaw z wykorzystaniem muzyki wyrabiające orientację, pamięć, poczucie przestrzeni, rytmu oraz umiejętność pracy w grupie.

**Stretching**

- ćwiczenia rozciągające i uelastyczniające mięśnie.

**Ćwiczenia relaksacyjne****WARUNKI UCZESTNICTWA:****Organizatorzy:**

Zespół Pieśni i Tańca „Śląsk” im. Stanisława Hadyny

Stowarzyszenie Polska Sekcja Międzynarodowej Rady Stowarzyszeń Folklorystycznych i Sztuki Ludowej CIOFF®

**Terminy warsztatów:**

- **10-12 maja 2019r.**

Tematyką warsztatów będą: krakowiak, tańce śląskie, techniki taneczne, techniki wspomagające – stretching, ćwiczenia relaksacyjne

Kartę zgłoszenia należy przesłać do: 30.04.2019r,  
na adres Zespołu Pieśni i Tańca „Śląsk” im. Stanisława Hadyny, ul. Zamkowa 3,  
42-286 Koszęcin, e-mail: [centrum.edukacji@zespolslask.pl](mailto:centrum.edukacji@zespolslask.pl)

- **04-06. października 2019r.**

Tematyką warsztatów będą: polonez, tańce cieszyńskie, techniki taneczne, zajęcia uzupełniające – ruch sceniczny, ćwiczenia relaksacyjne

Kartę zgłoszenia należy przesłać do: 20.09.2019r.  
na adres Zespołu Pieśni i Tańca „Śląsk” im. Stanisława Hadyny, ul. Zamkowa 3,  
42-286 Koszęcin, e-mail: [centrum.edukacji@zespolslask.pl](mailto:centrum.edukacji@zespolslask.pl)

Warsztaty odbywać się będą w cyklach weekendowych od piątku (po południu ) do niedzieli i obejmować będą 20 godzin dydaktycznych.

Zajęcia prowadzone będą przez pedagogów tańca Zespołu Pieśni i Tańca „Śląsk” im. Stanisława Hadyny oraz rekomendowanych przez Polską Sekcję CIOFF®.

Wszystkie zajęcia oraz zakwaterowanie i wyżywienie mają miejsce na terenie Kompleksu Pałacowo-Parkowego w Koszęcinie siedzibie Zespołu Pieśni i Tańca „Śląsk” im. Stanisława Hadyny.

Adres:

Zespołu Pieśni i Tańca „Śląsk” im. Stanisława Hadyny.

ul. Zamkowa 3

42-286 Koszęcin

Tel. +48 34 310 64 03

Fax: +48 34 310 64 16

e-mail: [centrum.edukacji@zespolslask.pl](mailto:centrum.edukacji@zespolslask.pl)

[www.zespolslask.pl](http://www.zespolslask.pl)

#### **Koszt warsztatów:**

Opłata akredytacyjna za udział w jednych warsztatach wynosi 350,- PLN i obejmuje zakwaterowanie i wyżywienie (od piątku od obiadu - do niedzieli z obiadem), koszty dydaktyczne, koszty przygotowania materiałów metodycznych.

**Ilość miejsc na każdej sesji warsztatowej jest ograniczona. O przyjęciu na warsztaty decydować będzie kolejność nadsyłania zgłoszeń.**

**Po każdej sesji wszyscy uczestnicy otrzymają zaświadczenie o uczestnictwie w warsztatach jako części Projektu: „EDUKACJA TANECZNA JAKO PODSTAWA AKTYWNOŚCI ARTYSTYCZNEJ DZIECI”.**

#### **KOORDYNACJA WARSZTATÓW:**

##### **Koordynacja merytoryczna i organizacyjna warsztatów:**

- Anna Lewandowska – Przewodnicząca Komisji Edukacji PS CIOFF®  
tel. 601 455 912; e-mail: [a.lewandowska@uw.edu.pl](mailto:a.lewandowska@uw.edu.pl)
- Aleksandra Żaczkova – Pedagog Zespołu Pieśni i Tańca „Śląsk” im. Stanisława Hadyny  
tel. 34 310 64 03; e-mail: [aleksandra.zaczkova@zespolslask.pl](mailto:aleksandra.zaczkova@zespolslask.pl)

##### **Więcej informacji na:**

[www.zespolslask.pl](http://www.zespolslask.pl),

[www.cioff.pl](http://www.cioff.pl)