

„Nauka podstaw capoeira”

autor innowacji: Mateusz Cybulski, nauczyciel wychowania fizycznego

nauczyciel wdrażający innowację: Mateusz Cybulski, nauczyciel wychowania fizycznego

grupa objęta działaniami innowacyjnymi: uczniowie oddziałów I-II

typ innowacji: programowa, metodyczna i organizacyjna

W związku ze stale utrzymującym się trendem obniżania się sprawności fizycznej wśród dzieci i wychodząc naprzeciw podstawowym kierunkom realizacji polityki oświatowej państwa w roku szkolnym 2024/25, nauczyciel - realizując dodatkowe zajęcia sportowe z capoeiry - będzie kształtował zachowania służące zdrowiu, rozwijał sprawność fizyczną i nawyk aktywności ruchowej.

Capoeira to bezkontaktowa brazylijska sztuka walki, która łączy w sobie elementy samoobrony, muzyki, tańca i tradycji. Została stworzona w Brazylii w XVI wieku jako sposób na walkę o wolność. Capoeira to gra, w której dwóch capoeiristas wchodzi do kręgu i wymienia między sobą „ciosy”, do rytmu nadawanego przez brazylijskie instrumenty. Zajęcia sportowe prowadzone są przy muzyce, dzięki czemu znacząco poprawia się koordynacja ruchowa. Mimo iż jest to sztuka walki, między grającymi ("walczącymi") nie dochodzi do kontaktu, co przekłada się na bezpieczeństwo. Podczas zajęć uczniowie uczą się również grać na tradycyjnych brazylijskich instrumentach, co stanowi o interdyscyplinarności innowacji.