



Szkolenie Laboratorium Ruchu Kreatywnego - jak wprowadzać ruch kreatywny do pracy z dziećmi. Taniec Kreatywny dla Dzieci - szkolenie.

Numer usługi 2026/01/27/207105/3287206

1 950,00 PLN brutto
1 950,00 PLN netto
139,29 PLN brutto/h
139,29 PLN netto/h

YOGA STUDIO
NIRMALA MARTA
MIGUŁA

★★★★★ 5,0 / 5

3 oceny

📍 Warszawa

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 14:00 h

📅 23.05.2026 do 24.05.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Inne / Edukacja

Grupa docelowa usługi

Szkolenie jest skierowane do osób, które pracują lub chcą pracować z dziećmi w obszarze ruchu, edukacji i rozwoju psychosomatycznego, w szczególności do:

- nauczycieli edukacji przedszkolnej i wczesnoszkolnej,
- pedagogów, pedagogów specjalnych i terapeutów,
- animatorów kultury, edukatorów i trenerów pracy z dziećmi,
- instruktorów zajęć ruchowych, tanecznych i rozwojowych,
- rodziców oraz opiekunów zainteresowanych świadomą, kreatywną pracą z ciałem dziecka.

Szkolenie jest odpowiednie zarówno dla osób początkujących, jak i dla tych, które mają już doświadczenie w pracy z dziećmi i chcą poszerzyć swój warsztat o elementy tańca, ruchu kreatywnego, pracy z wyobraźnią, uważnością, ruchem ekspresyjnym oraz zabawą.

Nie jest wymagane wcześniejsze doświadczenie taneczne – ważną jest otwartość na pracę z ciałem, ruchem i relacją z dzieckiem.

Minimalna liczba uczestników

10

Maksymalna liczba uczestników

24

Data zakończenia rekrutacji

13-05-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

14

Cel

Cel edukacyjny

Usługa szkoleniowa przygotowuje uczestników do samodzielnego planowania i prowadzenia zajęć ruchu kreatywnego i tańca dla dzieci. Przygotowuje również do korzystania z otrzymanych na szkoleniu scenariuszy zajęć.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Realizuje zajęcia ruchu kreatywnego dla dzieci na podstawie otrzymanego scenariusza zajęć.	<p>omawia strukturę otrzymanego scenariusza zajęć</p> <p>przygotowuje przestrzeń i pomoce do realizacji zajęć</p> <p>prowadzi ćwiczenia ruchowe zgodnie z kolejnymi etapami scenariusza</p> <p>moderuje aktywność uczestników podczas zajęć</p>	Obserwacja w warunkach symulowanych
Organizuje zajęcia ruchowe z uwzględnieniem bezpieczeństwa i potrzeb uczestników.	<p>omawia zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych</p> <p>przygotowuje przestrzeń do prowadzenia zajęć</p> <p>reaguje na potrzeby i możliwości ruchowe dzieci</p> <p>modyfikuje ćwiczenia w zależności od sytuacji w grupie</p>	Wywiad swobodny
Analizuje reakcje dzieci podczas zajęć ruchowych i dostosowuje przebieg aktywności do ich możliwości i potrzeb.	<p>identyfikuje sygnały świadczące o zaangażowaniu lub zmęczeniu dzieci podczas aktywności ruchowej</p> <p>analizuje poziom trudności proponowanych ćwiczeń ruchowych</p> <p>modyfikuje ćwiczenia w zależności od reakcji i możliwości dzieci</p> <p>dostosowuje tempo oraz formę aktywności do dynamiki grupy</p>	Obserwacja w warunkach symulowanych

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Szkolenie jest adresowane do:

-pedagogów, nauczycieli przedszkolnych i wczesnoszkolnych, terapeutów, psychologów, osób pracujących z dziećmi, którzy chcą poszerzyć swój warsztat pracy o nowe kreatywne narzędzia pracy z ciałem, również do rodziców, którzy szukają inspiracji do zabaw z dziećmi.

Łączny czas szkolenia: 14 godzin zegarowych (w tym zawarte przerwy)

- **Teoria: 3 godziny**
- **Praktyka (w tym walidacja): 11 godzin**

Zajęcia realizowane są z wykorzystaniem zróżnicowanych form organizacji pracy, adekwatnych do charakteru treści szkoleniowych oraz zakładanych efektów uczenia się. W trakcie szkolenia stosowana jest praca:

- **w całej grupie** – podczas wprowadzeń teoretycznych, demonstracji ćwiczeń ruchowych, wspólnych doświadczeń ruchowych, omówień zagadnień oraz podsumowań poszczególnych bloków szkoleniowych;
- **w małych grupach 3–4 osobowych** – w celu realizacji zadań ruchowych, eksploracji kreatywnej, analizy zaproponowanych struktur pracy oraz wymiany doświadczeń i refleksji między uczestnikami;
- **indywidualnie** – w trakcie własnej eksploracji ruchowej, pracy z odczuciami z ciała, realizacji zadań refleksyjnych oraz autoewaluacji w ramach procesu walidacji efektów uczenia się.

Dzień I – sobota (10:00–18:00)

10:00–11:30 (1 h 30 min) – PRAKTYKA

Kierunki w przestrzeni i świadomość ciała

- eksploracja ruchu w różnych kierunkach z wykorzystaniem części ciała
- relacje między częściami ciała i ich możliwości ruchowe
- symetria i asymetria w ruchu
- integracja ruchu z rysowaniem jako forma ekspresji

11:30–11:40 – przerwa (10 min)

11:40–12:40 (1 h) – PRAKTYKA

Integracja doświadczeń ruchowych

- pogłębianie świadomości ciała
- relaksacja i wyciszenie po pracy ruchowej

12:40–13:40 – przerwa obiadowa (60 min)

13:40–14:40 (1 h) – TEORIA

Ruch kreatywny jako narzędzie komunikacji i rozwoju

- ruch jako forma komunikacji i ekspresji
- znaczenie ruchu kreatywnego w rozwoju dzieci i młodzieży

14:40–14:50 – przerwa (10 min)

14:50–15:50 (1 h) – TEORIA

Cztery obszary ruchu w pracy kreatywnej

- ciało, przestrzeń, siła, czas
- jakości ruchu i ich znaczenie w pracy z grupą

15:50–16:00 – przerwa (10 min)

16:00–17:00 (1 h) – TEORIA

Zasady organizacji i bezpieczeństwa pracy z ruchem kreatywnym

- struktura zajęć ruchu kreatywnego
- organizacja przestrzeni i pracy grupowej
- bezpieczeństwo i uważność w pracy z ciałem

17:00–18:00 (1 h) – PRAKTYKA

Grawitacja, jakość ruchu, rytm i oddech

- lekki–ciężki, mały–duży
- rytm i oddech jako fundament regulacji i płynności ruchu

Dzień II – niedziela (9:00–15:00)

9:00–10:30 (1 h 30 min) – PRAKTYKA

Dźwięk, głos i ruch

- relacje między ruchem a dźwiękiem
- głos jako narzędzie ekspresji i regulacji

10:30–10:40 – przerwa (10 min)

10:40–12:10 (1 h 30 min) – PRAKTYKA

Żywioty w ruchu

- eksploracja jakości ruchowych inspirowanych naturą
- praca z wyobraźnią i obrazem

12:10–12:40 – przerwa (30 min)

12:40–13:50 (1 h 10 min) – PRAKTYKA

Mandale i formy geometryczne w ruchu

- świadomość przestrzenna
- koncentracja i kreatywna ekspresja

13:50–14:00 – przerwa (10 min)

14:00–15:00 (1 h) – WALIDACJA (PRAKTYKA I TEST TEORETYCZNY)

Walidacja efektów uczenia się

- prowadzenie krótkiej sekwencji ruchu kreatywnego (symulacja)
- obserwacja według ustalonych kryteriów
- autoewaluacja uczestnika
- informacja zwrotna

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 9

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 9 Ćwiczenia ruchu kreatywnego – orientacja w przestrzeni i świadomość ciała	MARTA MIGUŁA	23-05-2026	10:00	11:40	01:40
2 z 9 Integracja doświadczeń ruchowych i relaksacja	MARTA MIGUŁA	23-05-2026	11:40	13:40	02:00
3 z 9 Podstawy teoretyczne ruchu kreatywnego w pracy edukacyjnej	MARTA MIGUŁA	23-05-2026	13:40	14:40	01:00
4 z 9 Organizacja i bezpieczeństwo pracy z ruchem kreatywnym, teoria i praktyka	MARTA MIGUŁA	23-05-2026	14:40	17:00	02:20
5 z 9 Jakości ruchu, grawitacja, rytm i oddech w praktyce	MARTA MIGUŁA	23-05-2026	17:00	18:00	01:00
6 z 9 Ćwiczenia ruchu kreatywnego z wykorzystaniem dźwięku i głosu	MARTA MIGUŁA	24-05-2026	09:00	10:40	01:40

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 9 Praca z jakością ruchu inspirowaną żywiołami	MARTA MIGUŁA	24-05-2026	10:40	12:40	02:00
8 z 9 Ćwiczenia ruchowe z wykorzystaniem form geometrycznych	MARTA MIGUŁA	24-05-2026	12:40	14:00	01:20
9 z 9 Walidacja efektów uczenia się – zadania praktyczne i ocena	-	24-05-2026	14:00	15:00	01:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 950,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 950,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	139,29 PLN
Koszt osobogodziny netto	139,29 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

MARTA MIGUŁA

Marta Miguła jest certyfikowaną nauczycielką jogi, ekspresji ciała, socjoterapeutką i muzykoterapeutką, od wielu lat pracującą z dziećmi, młodzieżą i dorosłymi w obszarze ruchu, tańca i kreatywnej ekspresji. Przez wiele lat pracowała bezpośrednio z dziećmi i młodzieżą, a od 12 lat prowadzi szkolenia, warsztaty i procesy edukacyjne dla nauczycieli, edukatorów i osób pracujących z dziećmi.

Ukończyła czteroletnie studia w Laboratorio Escuela de Expresión Corporal Dramática, gdzie

zdobywała pogłębione kompetencje w zakresie pracy z ruchem, improwizacją, ekspresją ciała i procesem twórczym. Od 26 lat praktykuje taniec butoh, rozwijając swój warsztat pod skrzydłami Atsushiego Takenouchiego, jednego z czołowych współczesnych twórców tego nurtu.

Jest założycielką Fundacji Joga w Szkole oraz autorką szkoleń i laboratoriów ruchowych, w których łączy taniec, ruch kreatywny, improwizację, uważność i pedagogikę twórczą. W swojej pracy kładzie nacisk na proces, bezpieczeństwo, relację oraz indywidualną ekspresję uczestników, traktując ruch jako narzędzie rozwoju, autoregulacji i twórczego poznawania siebie i świata.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy szkolenia otrzymują dwa wydrukowane, kolorowe podręczniki zawierające gotowe scenariusze zajęć z zakresu ruchu kreatywnego i tańca dla dzieci. W ramach szkolenia uczestnicy otrzymują również dostęp do muzyki wykorzystywanej podczas zajęć, wspierającej pracę z ruchem, rytmem, oddechem i ekspresją.

Adres

ul. Fosa 25
02-768 Warszawa
woj. mazowieckie

Przestrzenna jasna sala "Goha Joga". Dostęp do zaplecza kuchennego

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi
- Jasna, przestrzenna sala wyposażona w koce i maty.

Kontakt



MARTA MIGUŁA

E-mail yogarpa.marta@gmail.com

Telefon (+48) 577 067 849