**Kandidat:** B. J., S. G.

**Didaktik:** asist. mag. Č. M.

**Učitelj:** Z. R.

**Datum:** 19. 4. 2013

**Šola:** OŠ Franc Rozman Stane

**Razred:** 2. b

**Zaporedna št. ure:** 3, 10.15 – 11.00

**Predmet:** Didaktika športne vzgoje

**Tematski sklop:** Plesne igre

**Učna enota/vsebina:** Kavbojska polka

**Učni cilji:**

* Učenci se naučijo gibati po ritmu.
* Učenci se naučijo plesati preprosto kavbojsko polko ob pomoči učitelja.

**Učne metode:** Razlaga in pojasnjevanje, demonstracija

**Učne oblike:** Frontalna, skupinska, pari

**Učila:** radio

**Učni pripomočki:** /

**Gradiva, viri:**

* Kovač M. (2011). Učni načrt. Progam osnovna šola. Športna vzgoja Ljubljana: Ministrstvo RS za šolstvo in šport, Zavod RS za šolstvo.
* Zagorc, M. (1986). *Party plesi.* Ljubljana: Fakulteta za telesno kulturo.

**Stopnja učnega procesa:** Podajanje novih učnih vsebin.

**Medpredmetne povezave:** Glasbena vzgoja.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Cilji** | **Potek učne ure – vsebine** | **Metodični napotki** | **Organizacijska, materialna in varnostna priprava** |
| **Pripravljalni del** |
| -Učenci se ogrejejo. -Učenci se motivirajo in pripravijo za nadaljnje delo. | 1. **Skupinska aktivnost: (4 min)**

Pri izvedbi uvodne igre, se učenci postavijo v krog in se po ritmu premikajo v krogi. Naučiva jih gibati ob različnih ritmih. 1. **Gimnastične vaje: (10 min)**

-vaje za glavo: premikanje glave levo, desno, gor in dol (štejemo do 10)-vaje za roke: kroženje naprej in nazaj z vsako roko posebej (10 ponovitev)-vaje za trup: odkloni v desno in levo, kroženje bokov (10 ponovitev), -vaje za noge: predkloni, kroženje kolen (10 ponovitev) -vaje za trebušne mišice: dvigovanje nog iz ležečega položaja, trebušnjaki (10 ponovitev)-vaje za gležnje: kroženje gležnjev, premikanje na prste in na pete (10 ponovitev) | **Učne olike:**Frontalna in skupinska**Učne metode:**Razlaga in pojasnjevanje, demonstracijaBernarda: »Postavite se v krog. Ko boste zaslišali glasbo začnite tekati v krogu. Pri tem se držite za roke. Da se boste gibali enakomerno, vam bom s ploskanjem narekovala ritem. Začnete z desno nogo, ko rečem zdaj.« Med tekom spreminjam navodila: »Sedaj tecite, poskakujte, dvigujte kolena...« ipd. Glasba: Čuki - Z nogo ob tlaSandina:»Razporedite se po telovadnici tako, da boste imeli dovolj prostora in da boste z trupom obrnjeni k nama.« Vodi gimnastične vaje. |  |

|  |
| --- |
| **Glavni del** |
|  -Učenci znajo zaplesati prvo, drugo, tretjo in četrto sliko brez glasbe in ob glasbeni spremljavi.-Učenci znajo zaplesati prvo, drugo, tretjo in četrto sliko skupaj brez glasbe in ob glasbeni spremljavi.-Učenci znajo zaplesati celotno koreografijo ob glasbi. | Demonstracija kavbojske polke.**1. Slika:**Fantje in dekleta se držijo za roke in se pomaknejo v desno za štiri korake. Nato se pomaknejo nazaj, v levo, za štiri korake. Sliko ponovimo dvakrat.**2.Slika:**Fantje in dekleta se spustijo. Z desno roko trikrat skupaj plosknejo in roke zamenjajo, plosknejo še z levo roko. Nato vsak posameznik trikrat ploskne po stegnih. Po tem pa punca in fant skupaj dvakrat udarita z desnim bokom. Sledi obrat.**3.Slika:**Pri obratu se držita pod roko in naredita osem korakov v eno smer in osem v drugo. Po koncu obrata se vsak posameznik zavrti v desno okoli svoje osi z štirimi koraki. **4.Slika:**Dekleta se pomaknejo na desno in grejo k drugemu plesalcu ter z njim dvakrat sočasno ploskneta z obema rokama. Predvidevan čas glavnega dela je 25 minut.  | **Učne olike:**Frontalna, skupinska, pari**Učne metode:**Razlaga in pojasnjevanje, demonstracijaNajprej jim demonstrirava kavbojsko polko. Nato pa jih skupaj po korakih učiva in jim sproti kaževa. Ob učenju pari stojijo v vrsti. Na sredini vrste sva midve in jim sproti kaževa korake.Najprej osvajamo korake po slikah brez glasbe, nato postopoma, pri vsaki sliki posebej, dodajava glasbo.Ko se naučijo koreografije, se postavijo v krog in odplešejo kavbojski ples ob glasbi. Glasba: Rednex - Cotton Eye Joe |  |
| **Sklepni del** |
| -Učenci se sprostijo in se umirijo | **Gimnastične vaje:**-vaje za glavo: glavo pomaknemo gor in dol, počasi krožimo-vaje za trup: odkloni v desno in levo (samo zadržimo, ne ponavljamo)-vaje za noge: predkloni (samo zadržimo, ne ponavljamo)-vaje za trebušne mišice: dvigovanje nog iz ležečega položaja (samo zadržimo, ne ponavljamo) Na koncu ostanejo v ležečem položaju, zaprejo oči in se umirijo.Predviden čas sklepnega dela je 5 minut.  | **Učne olike:**Frontalna **Učne metode:**Razlaga in pojasnjevanje, demonstracijaUčence razporediva po telovadnici, tako da naju vidijo. Ob počasni, umirjajoči glasbi se sprostimo in umirimo.Sandrina: »Zopet se razporedite po telovadnici, tako da bo imel vsak dovolj prostora in da bo vsak videl naju, ko bova kazali vaje. Prižgale bova umirjeno glasbo, zato bodite tiho in ponavljajte za nama.«Bernarda kaže raztezalne vaje ob glasbi. Izvajamo jih počasi. Na kocu, po gimnastičnih vajah, učenci ostanejo v ležečem položaju. Bernarda: »Ostanite v ležečem položaju, zaprite oči in si predstavljajte, da ste na morju, da se sprehajate ob morju s sladoledom v roki…« Glasba: Enrique Iglesias - Ayer |  |