

**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

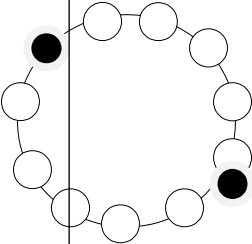
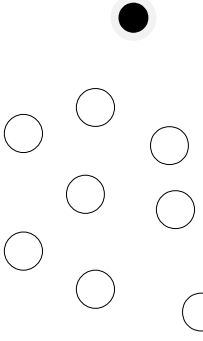
**Učni pripomočki:** /

**Gradiva, viri:**

- Kovač M. (2011). Učni načrt. Program 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.

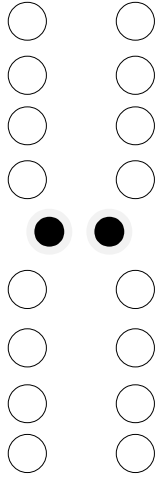
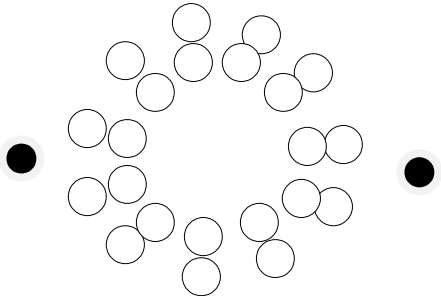
**Stopnja učnega procesa:** Podajanje novih učnih vsebin.

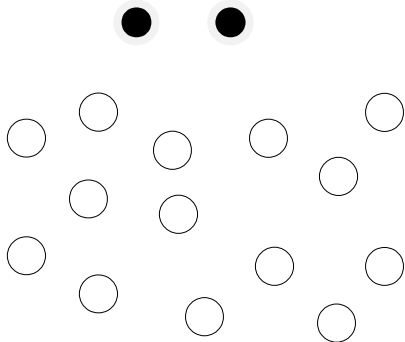
**Medpredmetne povezave:** Glasbena vzgoja.

| Cilji   | Potek učne ure - vsebine  | Metodični napotki  | Organizacijska, materialna in varnostna priprava   |
|---|---|--|--|
| <b>Pripravljalni del</b>  |   |  |  |
| <p>-Učenci se ogrejejo.</p> <p>-Učenci se motivirajo in pripravijo za nadaljnje delo.</p> | <p><b>1. Skupinska aktivnost: (4 min)</b></p> <p>Pri izvedbi uvodne igre, se učenci postavijo v krog in se po ritmu premikajo v krogi. Naučiva jih gibati ob različnih ritmih.</p> <p><b>2. Gimnastične vaje: (10 min)</b></p> <p>-vaje za glavo: premikanje glave levo, desno, gor in dol (štejemo do 10)</p> <p>-vaje za roke: kroženje naprej in nazaj z vsako roko posebej (10 ponovitev)</p> <p>-vaje za trup: odkloni v desno in levo, kroženje bokov (10 ponovitev),</p> <p>-vaje za noge: predkloni, kroženje kolen (10 ponovitev)</p> <p>-vaje za trebušne mišice: dvigovanje nog iz ležečega položaja, trebušnjaki (10 ponovitev)</p> | <p><b>Učne olike:</b><br/>Frontalna in skupinska</p> <p><b>Učne metode:</b><br/>Razlaga in pojasnjevanje, demonstracija</p> <p>Bernarda:<br/>»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.</p> <p>Glasba: Čuki - Z nogo ob tla</p> <p>Sandina:<br/>»Razporedite se po telovadnici tako, da boste imeli dovolj prostora in da</p> | <p><b>1.</b></p>  <p><b>2.</b></p>  |

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
|  | -vaje za gležnje: kroženje gležnjev, premikanje na prste in na pete (10 ponovitev) | boste z trupom obrnjeni k nama.« Vodi gimnastične vaje. |  |
|--|--|---|--|

## Glavni del

|   |  |  |   |
|---|--|--|---|
| <p>-Učenci znajo zaplesati prvo, drugo, tretjo in četrto sliko brez glasbe in ob glasbeni spremljavi.</p> <p>-Učenci znajo zaplesati prvo, drugo, tretjo in četrto sliko skupaj brez glasbe in ob glasbeni spremljavi.</p> <p>-Učenci znajo zaplesati celotno koreografijo ob glasbi.</p> | <p>Demonstracija kavbojske polke.</p> <p><b>1. Slika:</b><br/>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.</p> <p><b>2.Slika:</b><br/>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.</p> <p><b>3.Slika:</b><br/>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.</p> | <p><b>Učne olike:</b><br/>Frontalna, skupinska, pari</p> <p><b>Učne metode:</b><br/>Razlaga in pojasnjevanje, demonstracija</p> <p>Najprej 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.</p> <p>Najprej osvajamo korake po slikah brez glasbe, nato postopoma, pri vsaki sliki posebej, dodajava glasbo.</p> <p>Ko se naučijo koreografije, se postavijo v krog in odplešejo kavbojski ples ob glasbi.</p> <p>Glasba: Rednex - Cotton Eye Joe</p> | <br> |
|---|--|--|---|

|   |   |  |  |
|---|---|--|--|
|   | <p><b>4.Slika:</b><br/>Dekleta se pomaknejo na desno in grejo k drugemu plesalcu ter z njim dvakrat sočasno ploskneta z obema rokama.</p> <p>Predvidevan čas glavnega dela je 25 minut.</p>   |  |  |
| <b>Sklepni del</b>                        |   |  |  |
| <p>-Učenci se sprostijo in se umirijo</p> | <p><b>Gimnastične vaje:</b><br/>-vaje za glavo: glavo pomaknemo gor in dol, počasi krožimo<br/>-vaje za trup: odkloni v desno in levo (samo zadržimo, ne ponavljamo)<br/>-vaje za noge: predkloni (samo zadržimo, ne ponavljamo)<br/>-vaje za trebušne mišice: dvigovanje nog iz ležečega položaja (samo zadržimo, ne ponavljamo)</p> <p>Na koncu ostanejo v ležečem položaju, zaprejo oči in se umirijo.</p> <p>Predviden čas sklepnega dela je 5 minut.</p> | <p><b>Učne olike:</b><br/>Frontalna</p> <p><b>Učne metode:</b><br/>Razlaga in pojasnjevanje, demonstracija</p> <p>Učence razporediva po telovadnici, tako da naju vidijo. Ob počasni, umirjajoči glasbi se sprostimo in umirimo.</p> <p>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</p> |  |

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
|  |  | <p>ponavljajte za nama.«</p> <p>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...«</p> <p>Glasba: Enrique Iglesias - Ayer</p> |  |
|--|--|---|--|