**PRIPRAVA PRI PREDMETU ŠPORTNA VZGOJA**

**Kandidatki:** T. K., H. K.

**Didaktik:** Č. M.

**Učitelj:** D. J.

**Datum:** 5. 4. 2013

**Šola:** Osnovna šola Franca Rozmana Staneta

**Razred:** 2.c

**Zaporedna številka ure:**

**Predmet:** športna vzgoja

**Tematski sklop:** Naravne oblike gibanja

**Učna enota/vsebina:** Premagovanje ovir

**Učila:** piščalka

**Učni pripomočki:** 2x blazina, 6x stožec, 1x klop, 7x obroč

**Gradiva, viri:** Kovač M. (2011). *Učni načrt. Progam osnovna šola. Športna vzgoja* Ljubljana: Ministrstvo RS za šolstvo in šport, Zavod RS za šolstvo.

**Stopnja učnega procesa:** urjenje

**Medpredmetne povezave:** matematika, glasba

**Učne metode:** metoda razgovora, metoda razlage, metoda praktičnih del, metoda demonstracije, metoda igre, metoda obhodne vadbe

**Učne oblike:** Frontalna, individualna, obhodna vadba, poligon

**Učni cilji:**

* Operativni: Znajo premagovati ovire v teku, jih preskakovati, se plaziti, plezati in valjati.
* Izobraževalni: Osvojijo naravne oblike gibanja: različne oblike hoje, teki, elementarni meti, skoki, plezanja, lazenja, valjanja, visenja, nošenja, kotaljenja, potiskanja, padanja, vlečenja ipd.
* Vzgojni:
* pospravijo za seboj,
* poslušajo navodila.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **CILJI** | **POTEK UČNE URE - VSEBINE** | **METODIČNI POSTOPKI** | **ORGANIZACIJSKA, MATERIALNA IN VARNOSTNA PRIPRAVA** |
| **PRIPRAVLJALNI DEL** | | | |
| Se seznanijo z igro Poplava, potres, letalo, požar.  Se ogrejejo.  Pravilno izvajanje gimnastičnih vaj, ogrevanje z gimnastičnimi vajami.  Razvijajo gibljivost in moč. | **UVOD:**  1. Igra poplava, potres, letalo, požar. (5 min)  2. Gimnastične vaje (10 min):   1. nagib glave levo in desno s pomočjo rok, 2. kroženje leve in desne roke naprej in nazaj, 3. roka za vrat, potisk komolca z nasprotno roko, 4. kroženje z boki, roki na bokih, 5. odklon levo in desno, roka nad glavo, 6. dvig noge, spust nasprotne roke, 7. nogi močno narazen, nagib levo in desno, 8. nogi narazen v sedečem položaju, dotik stopal z rokami, 9. nogi skupaj v sedečem položaju, dotik stopal z rokami, 10. stisk rok, 11. 10 počepov, 12. 10 poskokov. | **UČNE METODE:** razlage, demonstracije, igre.  **UČNA OBLIKA:** individualna  **RAZDELITEV NALOG:**   * Tamara   - poda navodila:  *Tečete po prostoru. Ko zaslišite žvižg pozorno prisluhnite. Če rečem poplava, morate čim hitreje stopiti na nekaj višjega (npr. klop), da vas ne zmoči voda. Če zaslišite potres, se morate za nekaj prijet (npr. letvenik). Če zaslišite letalo, se uležete na tla in date roke narazen (ponazorijo letalo). Če zaslišite požar, morate vsi otroci na sredino telovadnice in ponazorimo gašenje požara.*  *-* vodi igro   * Hana   - demonstrira, ko Tamara podaja navodila.  - sodeluje pri igri  **UČNE METODE:** demonstracije, razgovora.  **UČNA OBLIKA:** frontalna  **RAZDELITEV NALOG:**   * Hana   - vodi razgibavanje in šteje učencem  - daje povratne informacije     * Tamara   - pomaga učencem,  - učencem daje povratne informacije | **ORGANIZACIJSKA PRIPRAVA:**  1. Učenci na začetku stojijo v vrsti in poslušajo navodila. Študentki stojita pred njimi.  2. Tek po celi telovadnici. Uporaba klopi, letvenikov ipd.  http://i38.tinypic.com/ngpyli.jpg  **MATERIALNA PRIPRAVA:**  piščalka  **VARNOSTNA PRIPRAVA:**  -Preveriva, ali imajo vsi učenci ustrezno športno opremo  -Spremljava igro, skrbiva za upoštevanje pravil igre (fair play), skrbiva za pozitivne odnose in poštenost.  **ORGANIZACIJSKA PRIPRAVA:**  Učenci se postavijo tako, da ima vsak dovolj prostora in da vsi vidijo Hano, ki jim stoji nasproti.  http://i38.tinypic.com/ngpyli.jpg  **MATERIALNA PRIPRAVA:** /  **VARNOSTNA PRIPRAVA:**  - učencem dava jasna navodila  - učencem štejeva  - učencem dajeva povratne informacije |
| **GLAVNI DEL** | | | |
| Pomagajo postaviti postaje.  Znajo premagovari ovire v teku.  Znajo preskakovati ovire.  Znajo se valjati. | Obhodna vadba  1. Z učenci postavimo postaje (5 min)  2. Obhodna vadba (6 min).  Na vsaki postaji otroci delajo dve minuti.  Imamo 3 postaje:  1. postaja: slalom med stožci v teku in plezanje po letveniku  2. postaja: plezanje po letveniku in valjanje  3. postaja: plezanje pod klopjo, nato skok na klop in plezanje pod klopjo in sonožni poskoki v obroče, ter ena noga v en, druga v drug obroč v teku  3. Poligon v nasprotni smeri urinega kazalca in v smeri urinega kazalca. (10 min)  Začnemo v nasprotni smeri urinega kazalca, po nekaj minutah spremenimo smer gibanja. | **UČNE METODE:** metoda praktičnih del  **UČNE OBLIKE:** skupinska  **RAZDELITEV NALOG:**   * Tamara   Postavi učence v vrsto. Štirim učencem pove, da bodo postavili stožce, šestim učencem pove, da bodo postavili blazine. Skupaj z učenci gre po stvari, ter postavi dve postaji.   * Hana   Štirim učencem pove, da bodo postavili obroče, trem učencem pove, da bodo postavili klop. Z učenci gre po stvari in jih skupaj postavi.  **UČNE METODE:** razlage, demonstracije, obhodne vadbe  **UČNE OBLIKE:** individualna  **RAZDELITEV NALOG:**   * Hana   - Učence vodi od postaje do postaje. Razlaga, kaj se na kateri postaji dela.  - Razdeli učence v skupine. Vsaki skupini določi postajo. Na dveh postajah bo 6 učencev, na eni pa 5.  - Poda navodila: *Vsaka skupina vadi na določeni postaji, ko zaslišite žvižg se skupina pomakne po poligonu v nasprotni smeri urinega kazalca.*   * Tamara   - demonstrira delo na vsaki postaji,  - popravlja učence, daje povratne informacije.  **UČNA METODA:** poligon  **UČNA OBLIKA:** individualna  **RAZDELITEV DELA:**   * Tamara   - poda navodilo: Učenci začnejo na njihovi zadnji postaji. Vadba poteka krožno.  - daje povratne informacije  - spodbuja učence   * Hana   - daje povratne informacije  - spodbuja učence | **MATERIALNA PRIPRAVA:**  Pripomočki: 2x blazina, 6x stožec, 1x klop, 7x obroč. Učila: piščalka.  **ORGANIZACIJSKA PRIPRAVA:**  (glej prilogo št. 1)  **VARNOSTNA PRIPRAVA:**  - podava jasna navodila,  - vzpostavljanje reda,  - pravilna postavitev postaj,  - pravilno izvajanje vaj.  **MATERIALNA PRIPRAVA:** enako kot pri obhodni vadbi  **ORGANIZACIJSKA PRIPRAVA**: glej prilogo št. 2  **VARNOSTNA PRIPRAVA**:  - podava jasna navodila,  - vzpostavljanje reda,  -pravilno izvajanje vaj v obliki poligona |
| **SKLEPNI DEL** | | | |
| Znajo pospraviti za seboj.  Znajo povedati, kaj smo delali. | 1. Pospravljanje poligona (5 min)  2. Pogovor o učni uri (4 min) | **UČNA METODA:** razgovor  **UČNA OBLIKA:** frontalna  **RAZDELITEV DELA:**   * Hana in Tamara   Izmenjaje sprašujeva učence, kaj vse smo danes delali.   * Hana   Poda navodilo, da postavijo tisto postajo, katero so na začetku postavili.   * Tamara   Se zahvali in jih pohvali. | **MATERIALNA PRIPRAVA:**  klop  **ORGANIZACIJSKA PRIPRAVA:**  Študentki sta frontalno pred učenci.  http://i38.tinypic.com/ngpyli.jpg  **VARNOSTNA PRIPRAVA:**  - podava jasna navodila  - vzpostavljanje reda |