

Zadeva: URA ŠPORTA NA DALJAVOV 5. A RAZREDU

Datum: 20. 4. 2020

Ura po urniku: 3.

Število realizirane ure: 82

Tema: Ples, preverjanje znanja

Učitelj športa: Robert Dragan

Živijo!

Danes imamo v načrtu preverjanje znanja plesa. Pozorno preberi navodila ter opisnik s kriteriji preverjanja znanja. Nato si lahko ogledaš demonstracijo prek video povezave (<https://drive.google.com/drive/folders/1vLyqkSu2LMSIn65DGIBJlwwWJ-5WXPavb?usp=sharing>). Naj te preveč ne zmoti, da so posnetki prilagojeni 6. razredu. Razlike: poskočna polka je enaka, dunajskemu in angleškemu valčku je dodan levi obrat, ki ga ti ne rabiš znati. Prav tako so med obrati pri valčkih samo 3 osnovni koraki in ne 4 kot moraš narediti ti. Pri počasnem foks trotu je dodan obrat, ki ga ti ne rabiš znati.

POVRATNA INFORMACIJA UČITELJU JE OBVEZNA. V NJEJ SPOROČI, ČE TI JE ŠLO OK PA TUDI, ČE SI IMEL TEŽAVE S TAKO OBLIKO PREVERJANJA ZNANJA.

Učni pripomočki: računalnik z internetom, s pomočjo katerega bošse boš povezal na plesno glasbo

PREVERJANJE ZNANJA PLESA

KRITERIJI PREVERJANJA ZNANJA

Pri preverjanju znanja plesa, preverim znanje pri poskočni polki, dunajskem valčku, angleškem valčku in foks trotu. Fantje poznajo korake za svoj spol, dekleta za svoj spol.

Poskočna polka: učenec pokaže znanje osnovnega koraka v ritmu; 2 x 2, 2 x 4 in 2 x 8, sledi četrtinski obrat. Učenec lahko dobi 4 točke. Če korake pozna, a ni v pravilnem ritmu se mu odbije ena točka. Če prsti vodilne noge ne kažejo smer gibanja, se mu odbije točka. Če ne dviguje kolena na zaključku smeri (takta), se mu odbije 1 točka, če ne zna obrata se mu odbijeta 2 točki.

Angleški valček: učenec pokaže znanje osnovnega koraka v obliki »kocke«, osnovnega koraka v smeri naprej in desnega polovinskega obrata. Učenec lahko dobi 4 točke. Če korake pozna, a ni v pravilnem ritmu se mu odbije ena točka. Če ne zna obrata se mu odbijeta 2 točki. Če ne zna pravilen osnovni korak, se mu odbijeta 2 točki.

Dunajski valček: učenec pokaže znanje osnovnega koraka in desnega četrtinskega obrata. Učenec lahko dobi 4 točke. Če korake pozna, a ni v pravilnem ritmu se mu odbije ena točka. Če ne zna obrata se mu odbijeta 2 točki. Če ne zna pravilen osnovni korak, se mu odbijeta 2 točki.

Foks trot: učenec pokaže znanje osnovnega koraka. Učenec lahko dobi 2 točki. Če korake pozna, a ni v pravilnem ritmu se mu odbije ena točka. Če ne zna pravilen osnovni korak, se mu odbijeta 2 točki.



<p>Ogrevanje v prostoru. Vaje na mestu, ki jih izvajaš po eno minuto:</p> <ul style="list-style-type: none"> - hopsanje - lahkoten tek - »jumpingjacks«; poskoki iz stoji raznožno v stoji snožno - hoja z visokim dviganjem kolen - sonožni vzponi na prste, na prstih si 3 sekunde, sestopi na celo stopalo, na prste... 	<p>Kompleks gimnastičnih vaj: naredi 6 razteznih vaj z 10 ponovitvami. Vaje so:</p> <ul style="list-style-type: none"> - soročno kroženje naprej in nazaj (po 5-krat v vsako smer) - zamahi s pokrčenimi in nato iztegnjenimi rokami nazaj - kroženje z boki - predklon – zaklon - izpadni korak naprej - izpadni korak v stran
<p>GLAVNI DEL:</p> <p>Poskočna polka: osnovni koraki in obrat pri polki v ritmu: 4x2, 4x4, 4x8, 2 obrata, 4x2...</p>	<p>Povezava za plesno glasbo pri polki https://www.youtube.com/watch?v=r7gFNaGYEs8</p>
<p>Dunajski valček: 3 osnovni koraki (fantje začnete v levo, dekleta v desno), 2 četrtska desna obrata, 4 osnovni koraki, 2 četrtska desna obrata...4 osnovni....</p>	<p>Povezava za plesno glasbo za dunajski valček https://www.youtube.com/watch?v=uA9-ZIne1U&list=RDQMRw07Y9dk_gs&index=1</p>
<p>Angleški valček: 3 osnovni koraki. Fantje začnete z levo nogo naprej, dekleta desno nogo nazaj, 2 polovična desna obrata, 4 osnovni koraki, 2 polovična desna obrata...4 osnovni....</p>	<p>Povezava za plesno glasbo za angleški valček https://www.youtube.com/watch?v=zk4OML_IyA</p>
<p>Fokstrot: osnovni korak v ritmu slow, slow, quick, quick...fantje z levo nogo naprej, dekleta začnete desno z desno nazaj</p>	<p>Povezava za plesno glasbo pri fokstrotu https://www.youtube.com/watch?v=CkgGC3zsfqg</p>
<p>ZAKLJUČNI DEL: pospravi rekvizite. Predlagam, da zunaj opraviš aktivnost, ki te najbolj veseli 😊</p>	



Samovrednotenje:

Kaj sem se danes naučil/a?
Sem bil/a uspešen/a glede na kriterije uspešnosti?
Je namen učenja dosežen? Kaj lahko naredim, da svoje znanje še izboljšam?
Če ti kaj ni jasno in ne razumeš, mi pošlji sporočilo po eAsistentu. Pri tem naj ti pomagajo starši. Pri vsaki učni uri imate v easistentu možnost klikniti na oblaček – komunikacija in poslati vprašanje ali povratno informacijo o učenju.