

Priloga 1

Učna priprava za športno vzgojo – ljudski plesi

Predmet: športna vzgoja (ŠVZ)

Razred: 6. a, 6. b

Datum: 20. junij 2013

Učiteljica: Andreja Kolander

Učna tema: ples

Metodična enota: rašpla, ob bistrem potočku je mlin

Stopnja učnega procesa: posredovanje novih učnih vsebin, ponavljanje, utrjevanje

Medpredmetna povezava: zgodovina, glasbena vzgoja

Cilji:

- naučiti učence dva ljudska plesa (rašpla in ob bistrem potočku je mlin),
- naučiti učence komunicirati z občinstvom (ples, petje, igranje vlog, razstava),
- razvijati občutek za sodelovanje v skupini in s partnerjem pri ustvarjanju in plesnem izražanju,
- razvijati koordinacijo gibanja in natančnost.

Učne metode: razlaga, demonstracija, pogovor, praktično delo, opazovanje

Učne oblike: individualna, skupinska, frontalna, sintetična, analitična

Pripomočki: CD (ljudski plesi), prenosni računalnik, računalniški program VLC media player (predvajanje z zamikom), USB-kamera

Potek učnega procesa

1. Uvodni del

- Teoretični uvod: priprava CD-predvajalnika, napoved vsebine ure, motivacija učencev, ogled videoposnetka na youtube – <http://www.youtube.com/watch?v=M29luB0mz-4>, pogovor o ljudskih plesih, dajanje navodil za nadaljnje delo.
- Splošno ogrevanje: aerobika – osnovni koraki (step touch, dvojni step touch, križni korak, jumping Jack), gimnastične vaje ob glasbeni spremljavi.
- Specialno ogrevanje: raztezne gimnastične vaje za noge (izpadni korak v stran in naprej ...) ob glasbi.





2. Glavni del

RAŠPLA

Predvaja:

- Učenci sklenejo krog, obrnjeni so proti središču. Na znak ali plosk poskakujejo na mestu v frontalnih razkorakih, pri katerih je izjemoma ena noga spredaj, druga zadaj.
- Enako kot predhodna vaja, dodamo le glasbeno spremljavo in poskoki se ponavljajo v ritmu melodije.

Osnovna koreografija:

predtakt: plesalec in plesalka na mestu odskočita z obema nogama.

1.–12. takt: na mestu v razkoraku doskok na obe nogi LN je spredaj, DN zadaj. Na mestu odskok z obema nogama. Nato izmenično LN zadaj in DN spredaj, LN spredaj in DN zadaj.

13.–24. takt: enako kot od 1. do 12. takta.

25.–32. takt: vrtenica: oba se primeta z DR pod roko in se v osmih taktih enkrat zavrtita tako, da spet prideta na svoje mesto.

33.–40. takt: vrtenica v drugo smer, primeta se z LR.

V drugi kitici lahko plesalci in plesalke plešejo tako, da poskakujejo bočno narazen in skupaj. Pri tem morata na usklajenost in da oba poskakujeta sočasno.

OB BISTREM POTOČKU JE MLIN

- *Mlinček pojemo in zamahujemo:* učenci se primejo za roke v kolo in stojijo z obrazom obrnjeni v središče kroga ter med petjem pesmi zamahujejo z rokami naprej nazaj.
- *Mlinček ploskamo:* enako kot predhodna vaja, le da v času besedila »cin, cin« razklenejo krog in dvakrat plosknejo spredaj v višini prsi.
- *Mlinček:* učenci pojejo besedilo mlinčka; plesalca stojita drug nasproti drugemu, plesalec je obrnjen s hrbtom, plesalka z obrazom v središče kroga; plesalca naredita 3 bočne korake (plesalec v desno, plesalka v levo stran) in hkrati krožita s sklenjenimi rokami v višini prsi (posnemata vrtenje mlinskega kolesa); po tretjem bočnem koraku, pri katerem neobtežena noga ne priključi, ampak ostane v razkoraku, dvakrat vsak zase ploskneta. Vse skupaj ponovita po krogu v levo do izhodišča.
- *Mlinčkov valček naprej – nazaj na mestu:* ta valček plešejo otroci v krogu na mestu; plesalec in plesalka stojita drug nasproti drugemu, plesalec je obrnjen s hrbtom, plesalka z obrazom v središče kroga.

ALI

Vrtenica

Dlan na dlan

L roka v L roko, desna v D roko

En počepne, drugi okoli njega oponaša vrtenje mlinčka

En stoji, drugi okoli njega oponaša vrtenje mlinčka ...



Besedilo pesmi

Ob bistrem potočku je mlin, cin, cin,
a jaz sem pa mlinarjev sin, cin, cin,
ko mlinček ropoče in voda šumlja,
srce mi veselo igra, cin, cin,
ko mlinček ropoče in voda šumlja,
srce mi veselo igra.

Le teči mi voda glasno, cin, cin,
na veliko mlinsko kolo, cin, cin,
ko kamen vrti se in žito drobi,
se mlinarju moka praši, cin, cin,
ko kamen vrti se in žito drobi,
se mlinarju moka praši.

Uporaba IKT (USB-kamera, računalniški program VLC media player, računalnik):

- učenci se naučijo oba plesa, nato jih posnamem,
- videoanaliza,
- popravljanje napak (drža, postavljanje stopal, gibanje po prostoru ...), ki se pojavljajo pri posameznem plesu.

3. Sklepni del

- Iskanje informacij in slik o ljudskih plesih v knjižnici in a internetu, izdelovanje plakata.
- Nastop pred občinstvom.
- Reševanje učnega lista v zaključnem delu interdisciplinarnega dne.