

RAZRED: 4. - 6. razred

PREDMET: ŠPO

DEJAVNOST NA PROSTEM: gibalni vzorci

VSEBINE UČENJA IN POUČEVANJA:

- ogrevanje z različnimi gibalnimi vzorci
- nadaljevanje in oblikovanje vzorcev
- različne oblike gibanja kot sestavni elementi vzorca

NAMENI UČENJA:

- ogreti telo
- nadaljevati gibalni vzorec in oblikovati vzorec po navodilih
- ustvariti svoj gibalni vzorec
- ustvariti gibalni vzorec v paru ali trojki
- sestaviti naraščajoč ali pojemajoč gibalni vzorec

ČAS IZVEDBE: kadarkoli

KRAJ IZVEDBE: okolica šole z zelenico ali parkom, mestni park, gozd, rob gozda, travnik, dnevna soba, dolg hodnik

POTEK DEJAVNOSTI:

Na šolskem igrišču, doma na vrtu, igrišču pred blokom ali doma v hiši, stanovanju

1. **PREPOZNAVANJE:** individualno ali v paru
 - učenci izvedejo gibalni vzorec, ki je narisano oz. napisano na učnem listu/kartončku
 - učenci prepoznajo in poimenujejo različne naravne oblike gibanja, ki so del zaporedja (hoja, tek, poskoki po eni nogi, sonožni poskoki, tek ritensko,...)
 - učenci prepoznajo zaporedje (ABAB; AABB; AABAABAAB;...) in ga zapišejo na učni list
2. **OBLIKOVANJE:** individualno ali v paru
 - učenci iz nabora naravnih oblik gibanja sestavijo svoje gibalno zaporedje, ga predstavijo sošolcu, ki njegovo gibalno zaporedje posnema
 - učenci zapišejo gibalno zaporedje, sošolec ga izvede
3. **USTVARJANJE**
 - učenci ustvarijo gibalno zaporedje s poljubnimi oblikami gibanja, držami
 - učenci ustvarijo pojemajoče in naraščajoče gibalno zaporedje

IGRA NA PROSTEM:

- gumitvist
- preskakovanje kozolcev

IZZIVI ZA UČENCE:

- Katera gibanja so primerna za ogrevanje in katera niso?
- Kako bi sestavil naraščajoč in pojemajoč gibalni vzorec?
- Pri katerem vzorcu se intenzivnost gibanja stopnjuje? Zakaj?