|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| OSNOVNA ŠKOLA: | | | RAZRED: 2. |
| UČITELJICA/UČITELJ: | | NADNEVAK: | REDNI BROJ SATA: 54. |
| **PRIPRAVA ZA IZVOĐENJE NASTAVNOGA SATA TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE** | | | |
| NASTAVNA JEDINICA:  Različite jednostavne plesne strukture uz zadani ritam  Sunožno preskakivanje vijače | | | |
| CILJ SATA:  **Predmetno područje A**  **Usavršavanje motoričkoga znanja**  Različite jednostavne plesne strukture uz zadani ritam  Sunožno preskakivanje vijače | | | |
| ISHODI UČENJA: Učenik uočava i vježba uz ritam. OŠ TZK A.2.1. | | | |
| NASTAVNA SREDSTVA: CD-*player*, udaraljke, vijače | | | |
| OČEKIVANI ISHODI MEĐUPREDMETNIH TEMA: uku – sva očekivanja; osr A.1.1., osr A.1.2, osr A.1.3., osr B.1.1., osr B.1.2., osr C.1.3.; zdravlje A.1.1.B, zdravlje B.1.1.A, zdravlje B1.3.A; ikt A.1.1.; pod A.1.1., pod A.1.2., pod A.1.3. | | | |
| TIJEK NASTAVNOGA SATA | | | |
| NASTAVNE ETAPE | AKTIVNOSTI UČENIKA | | |
| **Uvodni dio sata** | GUSJENICE  Učenici su u dvije kolone iza crte, a ruke drže na ramenima učenika ispred sebe. Zadatak je na dogovoreni znak što prije i u cijelosti prijeći zadani prostor (pravocrtno, u slalomu između čunjeva, s preprekama). | | |
| **Opće pripremne vježbe** | OPĆE PRIPREMNE VJEŽBE BEZ POMAGALA UZ GLAZBENU PRATNJU   1. VJEŽBA – Stav spojeni, predručiti. Učenici visoko podižu desnu nogu i istodobno pljesnu dlanovima ispod podignute noge. Zatim to izvode lijevom nogom. 2. VJEŽBA – Stav spojeni, priručiti. Učenici okreću glavu udesno i ulijevo. 3. VJEŽBA – Stav raskoračni, predručiti. Učenici opruženim rukama zamahuju naprijed-natrag i u zadanome ritmu plješću ispred tijela. 4. VJEŽBA – U turskome sjedu, priručiti. Učenici izvode otklon trupa ulijevo pa udesno. 5. VJEŽBA – Ležeći položaj na leđima, uzručiti. Učenici podižu ruke s tla i izvode pokrete kao pri sviranju glasovira. (Sviranje na glasoviru) 6. VJEŽBA – Stav spojeni, priručiti. Učenici izvode sunožne poskoke „na mjestu“ u zadanome ritmu.   VJEŽBA – Stav spojeni, priručiti. Učenici izvode sunožne poskoke na mjestu oponašajući skakanje lopte, izmjenično: nisko-visoko. | | |
| **Glavni „A“ dio sata** | AKTIVNOST:  Učenici su raspoređeni u prostoru. Na zadani ritam kreću se 4 koraka naprijed, 4 koraka natrag i pljesnu. Naprave okret u desnu stranu i u lijevu stranu. Iskorače desnom nogom i postave petu na tlo te vrate nogu. Ponove lijevom i vrate nogu. Pljesak 4 x. Ponovno izvedu sve od početka.  Učiteljica/učitelj određuje aktivnosti vezanje uz preskakivanje vijače.  Sunožno preskakivanje vijače:   1. Svaki učenik ima jednu vijaču i sunožno je preskače u kretanju prema naprijed. Učenici su poredani u vrstu i na znak kreću od jednoga do drugoga označenog prostora. 2. Svaki učenik ima jednu vijaču i preskače je sunožno na mjestu 10 puta pa radi stanku. Ponove zadatak prema dogovoru s učiteljicom/učiteljem. 3. Rad u trojkama. Skokovi preko jedne dulje vijače. Dva učenika drže vijaču, a jedan učenik sunožno preskače preko nje. Nakon 1 min. mijenjaju mjesta. | | |
| **Glavni „B“ dio sata** | ELEMENTARNA IGRA: GLAVA LOVI REP  Učenici su podijeljeni u nekoliko kolona po 8 učenika. Drže se rukama oko struka tako da prvi učenik, „glava“, ima slobodne ruke. Zadatak je da „glava“ što prije uhvati zadnjega učenika u koloni, „rep“, koji zajedno s „trupom“, dakle s ostalim učenicima u koloni, izmiče „glavi“. Kada „glava“ uhvati „rep“, „glava“ postaje sljedeći učenik u koloni, a dotadašnja „glava“ postaje „rep“ i igra se nastavlja. | | |
| **Završni dio sata** | RAZGOVOR O SATU  VREDNOVANJE KAO UČENJE: SEMAFOR | | |