

# Ugrós táncmozdulatok alapozása

Submitted by Nagy Csaba on 2023. 11. 10., p - 08:02

## **Tipologia di piano**

Piano di lezione

## **Settore**

Művészetek és humán tudományok

## **Argomento / Materia**

Támasztékváltások tudatosítása

## **Materie tecniche/professionali**

Néptánc

## **Voto**

9. évfolyam

## **Obiettivi di apprendimento**

Támasztékváltások tudatosítása ugrásokkal, helyes koordináció kialakítása

## **Strumenti necessari**

kötél, botok, karikák, kréta

## **Introduzione e preparazione della lezione / project task**

A terem szellőztetése.

Az eszközök (kötél, botok, karikák) előkészítése.

Technikai eszközök (laptop, hangfalak) működésének ellenőrzése.

## **Realizzazione della lezione / project task**

Az óra anyagának ismertetése, feladat szabás, motiváció.(2 perc)

Tanári kezdeményezés "fogócskázunk" . Tréningjáték. (3perc)

Rimusképzés: mondókák tapsoltatása. (2,5 perc)

Ritmustapsoltatás: visszhang játék. (2,5perc)

Páros lábú ugrások vitorlázókötél felett. (10 perc)

Páros és egylábás ugrások vitorlázókötél felett. (10perc)

Ugróiskola bővített formában: földre helyezett botok felett, sorba rendezett karikákban.(10 perc)

Levezetés: pányvázás (5perc)

### **Programma di valutazione**

Megfigyelés. Megbeszélés. Motiválás.

### **Differenziazione**

Lányok és fiúk vegyesen vagy külön.

### **Compiti a casa, project task**

Ugróiskola (icka) felrajzolása otthon, gyakorlás.