



OSNOVNA ŠOLA ADAMA BOHORIČA BRESTANICA

Šolska cesta 29

8280 BRESTANICA

T: 07/49 73 025

F: 07/62 00 485

E: os.brestanica@guest.arnes.si

<http://www.osbrestanica.si>

IZBRANI ŠPORT – PLES

enoletni program v 7.,8.
in 9.razredu

trajanje
35 ur/32 ur

standardi znanja se
prilagajajo vsakemu
posamezniku

SPLOŠNI CILJI:

- telesni razvoj, razvoj gibalnih in funkcionalnih sposobnosti
- usvajanje in izpopolnjevanje različnih športnih znanj
- seznanjanje s teoretičnimi vsebinami
- prijetno doživljanje športa, oblikovanje stališč, navad in načinov ravnanja

Ocenjevanje
izbirnega predmeta
je **številčno!**

PRAKTIČNE VSEBINE:

- družabno – plesne igre
- družabni plesi svetovnega plesnega programa; osnovne slike in kombinacije standardnih ter latinskoameriških plesov, rock'n'rolla, nekaterih disko in skupinskih plesov
- elementi sodobnega plesa; osnovne vaje za oblikovanje gibanja na mestu in v prostoru

TEORETIČNE VSEBINE:

- pomen sproščene gibalnega izražanja in komuniciranja
- ples kot kulturna in družabna dejavnost; kultura obnašanja na družabnih in plesnih prireditvah

RAVEN ZNANJA:

- usvojiti ples svetovnega plesnega programa – začetna stopnja
- sestaviti in izvesti skupinski ali posamični ples



POUČUJE:
Natalija Rovan,
prof.švz