

АКТИВНОСТ – РИТМИЧКА ГИМНАСТИКА

Циљ ове активности је да ученице унапређују физичке способности, моторичке вештине и знања из области ритмичке гимнастике, ради очувања здравља и примене правилног и редовног физичког вежбања у свакодневном животу.

Очекивани исходи:

- ученица изводи комплексе вежби обликовања својствене ритмичкој гимнастици
- ученица изводи кретање, вежбе и саставе уз музичку пратњу
- ученица изводи саставе без реквизита и са реквизитима
- ученица користи основну терминологију у области ритмичке гимнастике
- ученица наводи примере утицаја физичког вежбања на здравље

Опис активности:

Часови ритмичке гимнастике су усмерени на развој свих моторичких способности ученица уз стално наглашавање естетске компоненте покрета. Примена музике у раду доприноси развоју осећаја за ритам и подстиче креативност изражавања емоције покретом. Појединачна кретања и састави без реквизита су основа коју ће усложњавати вежбе са реквизитима (вијача, обруч и лопта). Кроз групне вежбе без и са реквизитима ученице ће учити да сопствена знања примене у сарадњи са својим другарицама.

Динамика активности: два пута недељно у трајању од сат и по

Узраст деце: ученице од 5. до 8. разреда

Носилац активности: Невена Његован, наставник физичког васпитања