



Podučavanje

plesa



u osnovnoj školi



Co-funded by
the European Union

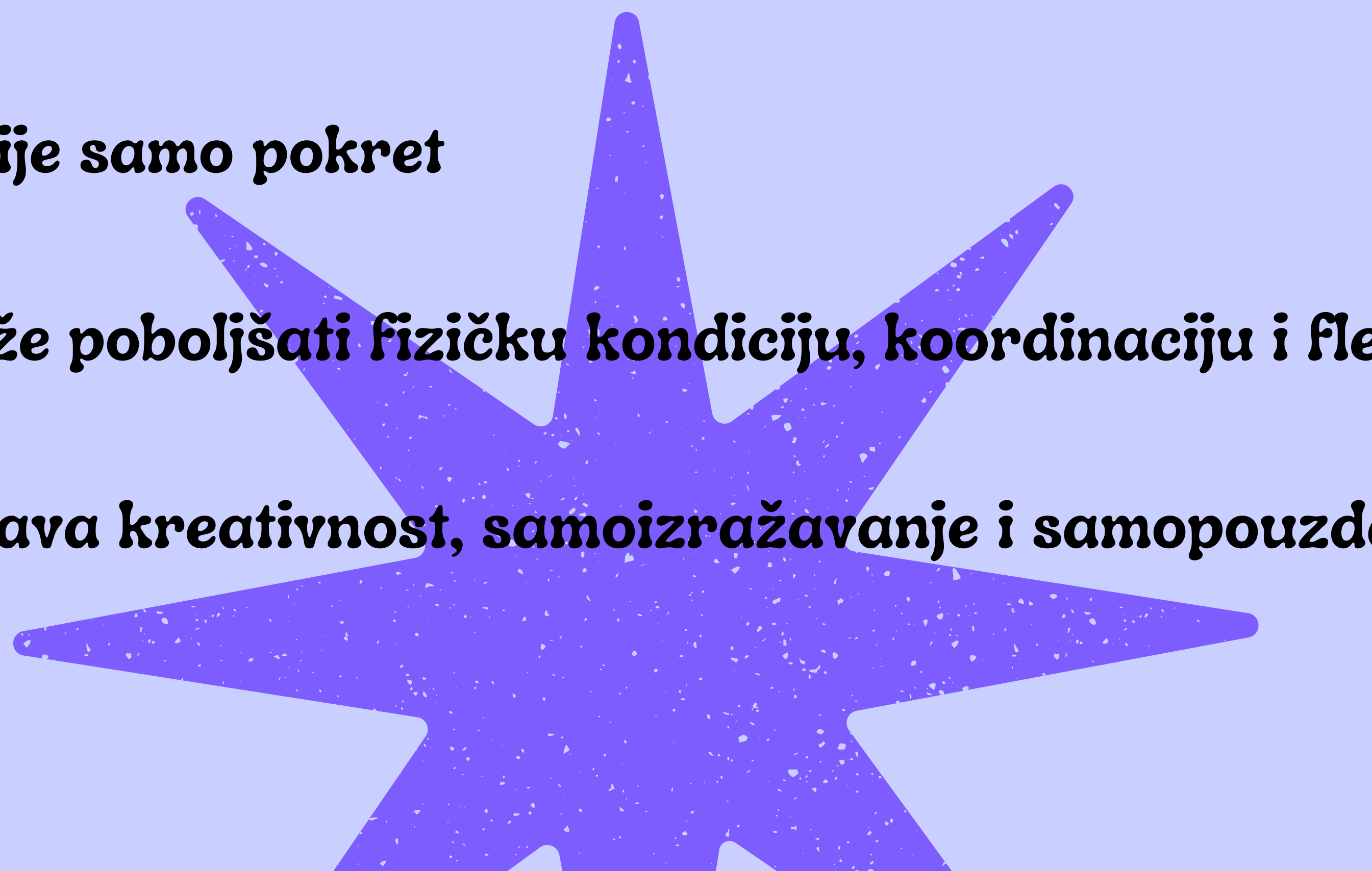


UPSTAIRS
Transition to Primary School

- **Zabavno i korisno iskustvo za učenike i nastavnike**
- **Kreativno izražavanje, tjelesna aktivnost, socijalna interakcija**



Važnost plesa u obrazovanju:

- **Ples nije samo pokret**
 - **Pomaže poboljšati fizičku kondiciju, koordinaciju i fleksibilnost**
 - **Povećava kreativnost, samoizražavanje i samopouzdanje**
- 



Integracija nastavnog plana i programa

- **Uskladiti ples u školskom kurikulumu s obrazovnim ciljevima i standardima**
- **Integrirajte ples u povijest (tradicionalni plesovi), znanost (pokret tijela), jezičnu umjetnost (interpretativni plesovi)...**



Nastavne metode

- **Kombinacija demonstracije, vođene vježbe, suradnje učenika**
- **Rastavite pokrete u jednostavne korake, dajte jasne upute**
- **Potičite kreativnost i individualno izražavanje**



Inkluzivni pristup



- **Stvorite sigurno i uključivo okruženje u kojem se svi učenici osjećaju ugodno sudjelujući u plesnim aktivnostima**
- **Prilagodite lekcije različitim stilovima učenja i sposobnostima**
- **Potičite timski rad, tuđe ideje, individualne razlike**





Mogućnosti izvedbe

- **Motivirajte učenike dok im jačate samopoštovanje**
- **Učenici pokazuju svoje talente, dijele svoju kreativnost s vršnjacima i roditeljima te grade samopouzdanje kroz javne prezentacije**



Resursi i podrška

- **Videozapisi s uputama, popisi za reprodukciju glazbe, online poduke ili gostujući instruktori poboljšavaju kvalitetu nastave**
- **Koristite lokalne plesne studije za podršku i različite stilove plesa**

1. Počnite s jednostavnim pokretima

- Uvedite osnovne pokrete i korake koji su laki
- Usredotočite se na jednostavne radnje poput pljeskanja, gaženja, njihanja i marširanja = samopouzdanje i koordinacija



2. Koristite zanimljivu glazbu:

- Glazba prilagođena dobi djece
- Popularne pjesme ili glazba s jakim ritmom = motivacija i uzbuđenje

3. Uključite igre i aktivnosti:

- Integrirajte igre i aktivnosti u svoje sate plesa
- Zamrzni ples, samo pleši, glazbene stolice ili slijedi vođu

4. Potaknite kreativnost:

- Omogućiti učenicima kreativno izražavanje kroz pokret
- Dopustite im da improviziraju, kreiraju vlastite plesne sekvence ili dodaju osobni štih koreografiranim rutinama



5. Osigurajte pozitivno potkrepljenje:

- Ponudite pohvale i ohrabrenje
- Pojačajte njihovo samopouzdanje i motivaciju za nastavak poboljšanja



6. Jasno demonstrirajte korake:

- Pokažite svaki plesni korak ili pokret prije nego što zamolite učenike da sami isprobaju.
- Koristite vizualne znakove, verbalne upute i fizičko modeliranje kako biste pomogli djeci da razumiju i repliciraju

7. Razbijte složene poteze:

- Ako podučavate složenije plesne rutine, rastavite korake u manje segmente
- Podučavajte dio po dio, moraju savladati svaki dio prije nego prijeđu na sljedeći



8. Stvorite sigurno okruženje:

- Pobrinite se da u plesnom prostoru nema prepreka i opasnosti kako biste spriječili nesreće
- Naglasite važnost sigurnosti i pravilne tehnike tijekom plesanja



9. Slavite napredak:

- Slavite napredak i postignuća učenika
- Plešite tijekom školskih događaja ili skupova kako biste podigli njihovo samopouzdanje i osjećaj postignuća



10. Neka bude zabavno:

- Iznad svega, učinite ples ugodnim za djecu
- Uključite razigranost, kreativnost i uzbuđenje u lekcije kako biste potaknuli ljubav prema pokretu i izražavanju

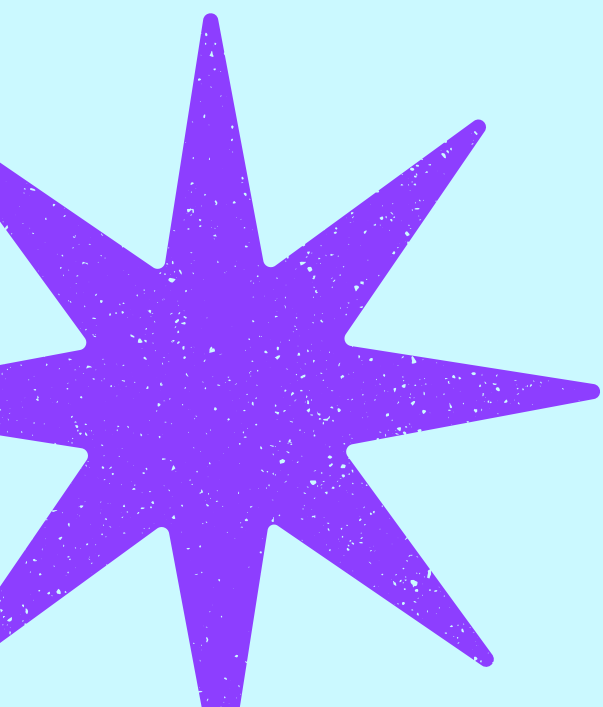
Učite ples i pomozite djeci da kroz pokret razviju koordinaciju, ritam, kreativnost i samopouzdanje





**“Prije nego što dijete progovori, ono pjeva.
Prije nego nauči pisati, ono slika.
Čim stane, zapleše.
Umjetnost je osnova ljudskog izražavanja.”**

PHYLICIA RASHAD



Co-funded by
the European Union



UPSTAIRS
Transition to Primary School

