Vzdělávací oblast: **Cvičení s hudbou**
Ročník: 4. – 5.

Kompetence (výstupy)	**Učivo - obsah**	**Mezipředm. vazby**	**Poznámka**	**Termín**
Žák: - uvědomuje si důležitost pohybu v životě jedince, dokáže vysvětlit souvislost hudby a pohybu - umí vysvětlit základní pojmy - dle ukázky dokáže rozlišit typy základních tanečních kroků, umí je i sám předvést - na základě svých vlastních možností dokáže napodobit jednotlivé taneční kroky i sestavy, v případě potřeby je schopen improvizovat a náročný pohyb si nahradit jiným - při pohybu cítí radost, uvolnění - prostřednictvím cvičení si uvědomuje, že správné druhy pohybu vedou k uvolnění těla, k relaxaci - je schopen si připravit vlastní taneční choreografii na libovolně vybranou skladbu - uvědomuje si, že hudba může být doplňkem pohybových her	**Seznámení s náplní předmětu** **Hudba a pohyb** – význam v životě jedince, společné prvky **Základní pojmy** -tempo, rytmus, dynamika, melodie **Základní taneční kroky** - přísunný, cvalový, poskočný, přeměnný, polkový **Zumba** - salsa, cumbia, merengue, reaggaeton, flamenco a jiné - základní kroky jednotlivých tanců a následné spojování do celků - nácvik pohybových rytmických skladeb - cvičení podle vzoru i na základě vlastní choreografie **Protahovací cvičení** **Dechová cvičení** **Relaxační cvičení** **Nácvik skladeb podle vlastní choreografie** **Hudebně pohybové hry** **Stavba výukové hodiny** 1. rozcvičení 2. zahřátí 3. nácvik části skladby 4. protažení	TV	Hodina s profi instruktor-kou zumby	Září Říjen – červen průběžně

Pomůcky: hudební skladby na USB nosičích, DVD či video ukázky