

# MÅLARK

## RYTMIKK/DANS 10A

### Mål frå læreplanen

Eleven skal kunne

- trene på og utøve dansar frå ungdomskulturar og andre kulturar, og saman med medelevar skape enkle dansekomposisjonar
- trene på og bruke ulike ferdigheiter i utvalde lagidrettar, individuelle idrettar og alternative rørsleaktivitetar
- bruke lek og ulike treningsformer for å utvikle eigen kropp og helse

### Oppgåver

- I felles klasse
  - ✓ Jenka
  - ✓ Polka
- I gruppe
  - ✓ Eit rytmeprogram/dans gruppa komponerer sjølv
- Individuell logg etter kvar gruppeøving
- Eigenvurdering til slutt

### Gruppeoppgåva

Gruppa skal laga eit rytmeprogram/dans på 3-4 min. Gruppa står fritt i koreografien av dansen og vel sjølv passande musikk. Måndagstimane fram til veke 9 brukast til å setja saman programmet og trena på dette til ei framføring. Kvar elev skal skriva logg etter kvar time og ei eigenvurdering til slutt. Det blir framføring for resten av klassen måndag i veke 9.

### Dette blir vurdert:

#### Rytme og takt

- korleis du klarte å følgje takt og rytme i musikken
- hadde "flyt" i framføringa

#### Koordinasjon

- korleis du greidde å utføre trinna rett og koordinert t.d. i kva grad både armar og bein var med, tok rett fot først osv
- korleis du klarte å gjennomføra heile dansen utan å "detta ut av det", tok feil retning, begynte på feil steg etc.

#### Variasjon og vanskegrad

- Vanskegrad på steg og kombinasjonar av steg
- Tempo
- Kor stor variasjon kontra gjentakning/ relativt like steg de hadde

## Sosial kompetanse

- I kva grad du tok din del av ansvaret på gruppa med idear, framdrift osv.
- Samarbeidsevne
- Positiv haldning og god innsats

Lykke til!



## Grupper

1. Knut, Aslak, Anders Johan, Thea, Hanne, Olôf
2. Per Hilmar, Kentaro, Daniel, Noor, Ida, Else Karin, Tuva
3. Sindre, Robin, Camilo, Gjøri Marie, Synne, Queenie
4. Eirik, Sven, Håvard, Tina, Johanne, Reidun