

ŠPORT

Neobvezni izbirni premet **šport** je enoletni program, ki obsega 35 ur letno oz. eno uro tedensko in je namenjen učencem 4., 5. in 6. razreda.



CILJI:

Učenec bo s pomočjo kakovostne, dovolj intenzivne in varne športne vadbe izboljšal svojo gibalno kompetentnost, tako da bo:

- ustrezno gibalno učinkovit glede na svoje značilnosti in stopnjo biološkega razvoja;
- usvojil nekatere nove spretnosti in znanja, ki mu bodo omogočala varno in odgovorno sodelovanje v različnih športnih dejavnostih pri pouku in v prostem času;
- razumel pomen vsakodnevnega gibanja in športa ter njihovih vplivov na oblikovanje dejavnega življenjskega sloga;
- zavedanje učencev, da le dejaven pristop k vadbi povečuje njegovo športno znanje in izboljšuje telesno pripravljenost.

PRAKTIČNE VSEBINE	<ul style="list-style-type: none">- Tekalne igre in štafetne igre.- Igre z loparji.- Igre z žogo.- Naravne oblike gibanja, plazenje, skakanje, tekanje.....
TEORETIČNE VSEBINE	<ul style="list-style-type: none">- pomen gibanja in ustrezne športne dejavnosti,- pomen higijene in uravnotežene prehrane,- pomen varovanja okolja,- športno obnašanje in upoštevanje navodil in pravil,- spremljanje športne pripravljenosti- koliko zmorem in kako vadim.