



OSNOVNA ŠOLA ADAMA BOHORIČA BRESTANICA

Šolska cesta 29

8280 BRESTANICA

T: 07/49 73 025, F: 07/62 00 485

E: os.brestanica@guest.arnes.si

<http://www.osbrestanica.si>

ŠPORT



KRATKA PREDSTAVITEV: V današnjem času so otroci vedno manj gibalno dejavni, imajo nezdrave prehranjevalne navade in vedno več časa preživijo v sedečih položajih pred televizorjem in računalnikom, zato je športna dejavnost v šoli tista, ki ima poseben pomen za razvoj odraščajočega otroka, saj le - ta lahko omili posledice neustreznih navad sodobnih generacij otrok. Neobvezni izbirni predmet šport vključuje predvsem tiste vsebine (teki, skoki, plezanja, akrobatske prvine, itd.), ki v tem starostnem obdobju najbolj učinkovito vplivajo na telesni in gibalni razvoj otrok. Cilj je šport približati na tak način, da se bodo otroci tudi v dobi mladostništva in odraslosti z njim ukvarjali zaradi boljšega počutja, zdravja, vitalnosti. Hkrati pa je cilj ur, da se naučijo strpnosti, solidarnosti, sodelovanja, odgovornosti, delavnosti, discipline, spoštovanja pravil, poštenosti, samoobvladovanja, kritičnega mišljenja in odnosa do narave.

OBSEG? Neobveznemu izbirnemu predmetu šport je namenjeno 35 ur in poteka enkrat tedensko v okviru rednega pouka.

STRUKTURA PREDMETA? Predmet je razdeljen na tri sklope, vsakemu sklopu je namenjeno tretjino časa; teoretične vsebine so predstavljene ob praktičnih;

1. športne dejavnosti, usmerjene predvsem v razvoj splošne (aerobne) vzdržljivosti: teki, dejavnosti na snegu, nordijska hoja in tek, plavanje in druge dejavnosti v vodi, aerobika, kolesarjenje.
2. športne dejavnosti, usmerjene v razvoj koordinacije gibanja, ravnotežja, natančnosti in ustvarjalnosti: ples, hokejske igre, igre z loparji, žogarije, cirkuške spretnosti, ravnotežne spretnosti, rolanje, zadevanje tarč.
3. športne dejavnosti, usmerjene v razvoj različnih pojavnih oblik moči: akrobatika, skoki, plezanja, borilni športi.

CILJ PREDMETA? Učenci izboljšajo svoje telesne in gibalne sposobnosti, usvojijo nova znanja ter razumejo pomen vsakodnevnega gibanja na naše zdravje. Čim več ur predmeta se izvede zunaj, saj s tem učenci krepijo svoj imunski sistem.

OCENJEVANJE? Zaradi različnosti med učenci tako v telesnih kot gibalnih sposobnosti, je jasno, da se bodo nekateri naučili več in hitreje kot drugi in bili učinkovitejši pri nekaterih nalogah, zato je podlaga za ocenjevanje vsakega posameznika njegov individualen napredek v gibalnih spretnostih. Ocenjevanje je številčno.

Poučuje: Natalija Rovan, prof.