

NEOBVEZNI IZBIRNI PREDMET ŠPORT

Vključuje predvsem tiste vsebine, ki v tem starostnem obdobju učinkovito vplivajo na telesni in gibalni razvoj učencev, spodbujajo njihovo ustvarjalnost, hkrati pa so z vidika športno-rekreativnih učinkov pomembne za kakovostno preživljanje prostega časa v vseh življenjskih obdobjih.

Gibanje ima številne pozitivne vplive na zdravje človeka. Ti so najpomembnejši v obdobju odraščanja. S primerno športno vadbo navajamo učence na zavesten nadzor pri izvedbi položajev in gibanj telesa ter tako oblikujemo pravilno telesno držo; razvijamo koordinacijo gibanja, vzdržljivost, moč, hitrost in gibljivost; učinkovito uravnavamo telesno težo in količino podkožnega maščevja, pripomoremo h gradnji kostne mase in pozitivno vplivamo na številna druga področja učenčevega razvoja.

Neobveznemu izbirnemu predmetu šport je namenjenih 35 ur pouka, ki poteka enkrat tedensko v okviru rednega urnika.

Program vključuje športne dejavnosti, usmerjene v razvoj splošne vzdržljivosti; dejavnosti usmerjene v razvoj koordinacije gibanja, ravnotežja, natančnosti in ustvarjalnosti; dejavnosti usmerjene v razvoj različnih pojavnih oblik moči.

V skupino so vključeni fantje in dekleta.

Preverjanje in ocenjevanje znanja je kot pri ostalih predmetih.

Meta Pirnat Radović , aktiv športnih učiteljev