

Neobvezni izbirni predmet šport za 4. razred

Šolsko leto 2021/22

Šolsko leto 2021/22

Neobvezni izbirni predmet šport poteka enkrat tedensko v okviru rednega pouka. Letno imajo učenci skupaj 35 ur.

Zakaj izbrati neobvezni izbirni predmet šport?

Vključuje tiste vsebine, ki učinkovito vplivajo na telesni in gibalni razvoj otrok. Ker je v današnjem času veliko otrok gibalno premalo dejavnih, dodatna ura športa pomembno prispeva k aktivnejšemu načinu življenja in vzpodbuja ukvarjanje s športnimi aktivnostmi tudi doma v prostem času. Pri neobveznem izbirnem predmetu šport učenci poglobijo znanje športnih vsebin iz rednega programa športa. Predvsem pa imajo več možnosti za tiste aktivnosti, ki niso del rednega programa ali so prisotne le v manjšem obsegu. Športne dejavnosti so usmerjene v razvoj splošne aerobne vzdržljivosti, koordinacije, ravnotežja, natančnosti, ustvarjalnosti in v razvoj različnih pojavnih oblik moči.



Vsebina neobveznega izbirnega predmeta ŠPORT:

Omenjene motorične in funkcionalne sposobnosti bodo učenci izpopolnjevali z naslednjimi vsebinami: gimnastične vaje, teki (lovljenja, štafetni teki, daljši teki na prostem), skoki (različne vrste poskokov, skok v daljino z mesta in iz zaleta, preskakovanje kolebnice, osnovni skoki z male prožne ponjave), plezanja (po žrdi, plezalni steni, na drevo – ob varovanju učitelja), osnovne akrobatske prvine (spretnostni poligoni, prevali, stoje), ravnotežne spretnosti (hoja po gredi, robnikih), zadevanje tarč, igre z žogo (nogomet, košarka, mala odbojka, med dvema ognjema), badminton, hokejske igre.



Ker je zelo pomembno motivacijsko sredstvo, za večjo prizadevnost pri vadbi, prilagajanje športnih vsebin interesom posamezni skupini učencev in posamezniku, imajo učenci pri večini ur (po ogrevanju in osnovni vadbi), možnost izbire več športov.

Čim več dejavnosti poskušamo izvesti zunaj, saj se s tem krepi splošna telesna odpornost učencev, ki je v današnjem času zelo pomembna.

Ko se učenec odloči za obiskovanje neobveznega izbirnega predmeta ŠPORT, ga mora obiskovati do konca šolskega leta. Od učencev, prijavljenih na izbirni predmet se pričakuje zavzetost pri vadbi, spoštljive medsebojne odnose in športno obnašanje. Pri tem predmetu bodo tudi ocenjeni. Preverjanje in ocenjevanje znanja bo individualno, kar pomeni, da bo vsak ocenjen, glede na svoj napredek pri vadbi, ki je posledica dobrega sodelovanja in prizadevnosti.

