

## **NEOBVEZNI IZBIRNI PREDMET – ŠPORT**

Enoletni program je namenjen učencem in učenkam 4., 5. in 6. razreda.

Obseg ur : 35 ur ( 1 ura tedensko ).

### **Opredelitev predmeta :**

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.

### **Splošni cilji predmeta :**

1. Skrb za skladen telesni razvoj in navajanje na zdrav način življenja.
2. Oblikovanje pozitivnih vedenjskih vzorcev ( strpnosti, solidarnosti, sodelovanja, odgovornosti, delavnosti, discipline, spoštovanja pravil, poštenosti, samoobvladovanja, kritičnega mišljenja in odnosa do narave).
3. Učenci spoznajo pomen koristnega preživljanja prostega časa z vidika zdravja in druženja.
4. Pozitivno doživljanje športa, ki bogati posameznika.

### **Vsebine predmeta :**

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: hokejske igre, igre z loparji, igre z žogo, golf, cirkuške spretnosti, ravnotežne spretnosti, rolanje.
3. Športne dejavnosti, usmerjene v razvoj različnih pojavnih oblik moči: akrobatika, skoki, plezanja, borilni športi.

### **Standardi znanja :**

Podlaga za ocenjevanje vsakega posameznika je njegov individualen napredek v gibalnih spretnostih in poznavanje pozitivnih vplivov športa na posameznika .