

Program neobveznega izbirnega predmeta ŠPORT (NIP ŠPORT)

Časovni obseg predmeta: 35 ur letno

Opredelitev predmeta:

Izbirni predmet šport se bo izvajal kot nadgradnja in dopolnilo osnovnemu programu športa. Učenci bodo s to uro pridobili eno uro gibanja in športnih vsebin na teden. Z različnimi, otrokom zanimivimi vsebinami bomo uresničevali splošne cilje športa v osnovnošolskem programu.

Skrbeli bomo, da se bodo s primerno izbranimi vsebinami učenci ob športnem udejstvovanju počutili prijetno.

Učenci se bodo seznanili z vsebinami, ki bodo dopolnjevale redni pouk in bodo pri predmetu tudi ocenjeni.

Te vsebine so: orientacijski tek, dejavnosti na snegu, igre z žogo (nogomet, košarka, odbojka), igre z loparji (namizni tenis, badminton), spretnostne naloge (žongliranje), ravnotežne spretnosti (hoja po gredi, rolanje, vožnja s skiroji, kolesi), akrobatskimi prvinami (prevali, plezanjem), skoki (mala prožna ponjava, preskakovanje orodij in kolebnice), hokej, T-Baal, igra s frizbijem.

Vsebine predmeta pripomorejo k boljšemu razumevanju pomena telesne in duševne sprostitve, kompenzirajo negativne učinke sodobnega življenja ter omogočajo pridobivanje znanj, ki učencem pomagajo, da si v prostem času lažje izberejo sebi primerne športne vsebine.

Cilji:

- ustrezna gibalna učinkovitost in oblikovanje zdravega življenjskega sloga,
- skladna telesna in gibalna razvitost, pravilna telesna drža,
- zavesten nadzor telesa pri izvedbi položajev in gibanj,
- zdrav način življenja (ustrezna kondicijska pripravljenost; telesna nega; zdrava prehrana; razbremenitev in sprostitvev; ravnovesje med učenjem, športno dejavnostjo, počitkom in spanjem; odpornost proti boleznim; sposobnost prenašanja naporov; nevtralizacija negativnih učinkov sodobnega življenja),
- osvojitvev spretnosti in znanj, ki omogočajo sodelovanje v različnih športnih dejavnostih: seznanjanje z varnim in odgovornim športnim udejstvovanjem,
- spodbujanje gibalne ustvarjalnosti, razumevanje koristnosti rednega gibanja in športa ter njune vloge pri kakovostnem preživljanju prostega časa,
- pozitivno doživljanje športa, ki bogati posameznika,
- zadovoljstvo ob gibanju, premagovanju naporov in doseganju osebnih ciljev,
- krepitev zdravega občutka samozavesti in zaupanja vase,

- oblikovanje pristnega, čustvenega, spoštljivega in kulturnega odnosa do narave ter okolja kot posebne vrednote,
- oblikovanje pozitivnih vedenjskih vzorcev (spodbujanje medsebojnega sodelovanja, strpnosti in sprejemanja drugačnosti, razvoj zdrave tekmovalnosti in spoštovanje športnega obnašanja – fearplay-a).

Aktiv ŠPORTA