

7. RAZRED:

1. ŠPORT ZA SPROSTITEV

Predmet je namenjen učenkam in učencem sedmega razreda in se izvaja kot enoletni program. Namenjena mu je ena ura pouka tedensko, to je 35 ur letno. Zaradi pestrosti programa, ponujamo učencem vsebine, ki jih običajno pri pouku športne vzgoje ne spoznavamo in ki niso vezane na telovadnico. To so: kolesarjenje, baseball, namizni tenis, lokostrelstvo, odbojka na mivki, plezanje, kegljanje, fitnes in aerobika, bowling, itd. Predmet se ne izvaja po urniku, tedensko, ampak se za določene programe, ki po večini potekajo v popoldanskih urah strnjeno, dogovarjamo sproti, glede na razpoložljivost, pripomočkov in prostorov, ki jih potrebujemo.

Za določene športne vsebine je potrebno plačati vstopnine, uporabo pripomočkov in avtobusni prevoz, kar v celotnem šolskem letu nanese približno 30 eur na učenca.

Cilji in namen predmeta:

- Telesni razvoj, razvoj gibalnih in funkcionalnih sposobnosti (moč, hitrost, koordinacijo, spretnost).
- Osvajanje in spopolnjevanje različnih športnih znanj.
- Nadgradnja rednega pouka.
- Spoznavanje in doživljanje športa.
- Spoznati pomen redne športne vadbe.
- Spoznati primerno prehrano, opremo.
- Oblikovati pravilen odnos do lastnega zdravja.
- Spodbujati medsebojno sodelovanje, prijateljstvo, ustvariti team.
- Doživljati sprostitveni vpliv športne vzgoje.

Ocenjevanje je številčno, ocenjujemo učenčevo gibalno znanje ob upoštevanju individualnih sprememb v telesnem in gibalnem razvoju. V vsaki konferenci dobi učenec eno oceno.