



Osnovna šola Ob Dravinji
Slovenske Konjice

ŠZZ - ŠPORT ZA ZDRAVJE

Učitelj:

Žan Vrtovec, Urška Seljak

Razred:

7. razred

Trajanje:

1 leto

Število ur letno:

35

Način pridobivanja ocen:

praktično

Medpredmetna povezava:

matematika, biologija

Število ur tedensko:

2 uri / teden,
1 ocenjevalno obdobje

Metode dela:

Delo največkrat poteka v frontalnem načinu in po skupinah.

Kratek opis predmeta:

Pri predmetu poglobljamo tiste vsebine, s katerimi se učenci seznanijo že pri rednih urah ŠPO. Delo poteka v bolj sproščenem vzdušju, saj gre bolj za nadgradnjo že usvojenih znanj. Učenci stkejo med sabo še tesnejše vezi, še posebej pri vsebinah, kjer zapustijo šolsko okolje (plavanje, pohodništvo).

Cilji, ki jih želimo doseči:

Učenci razvijajo nekatere gibalne in funkcionalne sposobnosti (moč, hitrost, koordinacijo gibanja, aerobno in anaerobno vzdržljivost). Na ta način svoje znanje nadgrajujejo do nivoja, da so pri delu še bolj samostojni, zanesljivi. Učenci bolje spoznajo odziv svojega telesa na napor, razvijejo odgovoren odnos do lastnega zdravja.

Tematski sklopi:

Atletika, nogomet, košarka, odbojka, namizni tenis, plavanje, pohodništvo.

