

SODELOVANJE PRI IZBIRNEM PREDMETU ŠPORT

Učenec se lahko v vsakem razredu zadnjega triletja posebej odloči za izbirni predmet ŠPORT. Ko se zanj odloči, je obiskovanje pouka obvezno. Če je izvedba programa povezana z dodatnimi finančnimi sredstvi, so učenci in starši ob ponudbi programa obveščeni.

LOČEVANJE UČENK IN UČENCEV

Pri pouku izbirnega predmeta šport se učenci ne ločujejo po spolu, razen če je to strokovna utemeljitev zaradi storilnosti in različne motivacije fantov in deklet. V skupini je lahko največ 20, oziroma najmanj 15 učencev. Če je skupina večja od 20 se lahko razdeli na dve manjši skupini.

OCENJEVANJE

Ocena izbirnega predmeta šport je številčna.

ŠPORT ZA ZDRAVJE VSEBUJE **naslednje vsebine – 35 UR**

Uporaba merilcev srčnega utripa med
aerobno vadbo
10 ur

Priprava in udeležba na poključnem
tekaškem maratonu ali pohodu (odvisno
od želje učencev)
10 ur

Gimnastika, kot pomemben element
preprečevanja poškodb
5 ur

Hoja s palicami
Nordic walking
5 ur

Plavanje in vodne aktivnosti
5 ur

IZBIRNI PREDMET **ŠPORT**

ŠPORT ZA ZDRAVJE

8. razred

Šolsko leto:2022/23

IZVAJALEC:
Učitelj športne vzgoje



OSNOVNA ŠOLA SIMONA JENKA
SMLEDNIK

OPREDELITEV PREDMETA

Program izbirnih predmetov dopolnjuje osnovni program šolske športne vzgoje, skupaj pa predstavljata obogateno celoto. Šola lahko ponudi učencem tri enoletne programe. Pouk poteka enkrat tedensko v okviru rednega urnika. Nekatere vsebine, ki jih je mogoče opraviti le v strnjeni obliki lahko izjemoma potekajo tudi zunaj urnika in zunaj šole.



OBSEG IN STRUKTURA IZBIRNEGA PREDMETA ŠPORT

Program se izvaja v 7., 8., in 9. razredu devetletne OŠ. Vsako leto je izbirnemu predmetu šport namenjeno 35 ur pouka. Program je vsebinsko, organizacijsko in metodično zaokrožen v tri samostojne celote.

Izbirni predmet **ŠPORT** se deli na tri enoletne programe:

- ŠPORT ZA SPROSTITEV

Namen: spoznavanje novih športov, ki jih v obveznem šolskem programu ni mogoče izpeljati (sodobne športne rekreativne vsebine).

Športni pedagog ponudi nekaj izmed naštetih vsebin in določi časovno razporeditev in obseg vsake izmed njih.

- ŠPORT ZA ZDRAVJE

Namen: nadgradnja vsebin redne športne vzgoje, s katerimi vplivamo na zdravje in dobro počutje.

Športni pedagog sam določi vsebine in število ur za posamezno vsebino.

- IZBRANI ŠPORT

Namen: poglobljanje vsebin posameznega športa.

Športni pedagog ponudi enega od športov osnovnega programa.

V šolskem letu 2022/23 imajo učenci

možnost izbrati izbirni predmet

**ŠPORT z enoletnim programom
ŠPORT za SPROSTITEV
ali
ŠPORT za zdravje
ali
IZBRANI ŠPORT – odbojka.**