

ŠPORT ZA ZDRAVJE

enoletni program
v 7., 8. in
9. razredu

trajanje
32 ur = 9. r
35 ur = 7., 8. r

Standardi znanja se
prilagajajo vsakemu
posamezniku

SPLOŠNI CILJI:


- telesni razvoj, razvoj gibalnih in funkcionalnih sposobnosti
- usvajanje in izpopolnjevanje različnih športnih znanj
- seznanjanje s teoretičnimi vsebinami
- prijetno doživljanje športa, oblikovanje stališč, navad in načinov ravnanja

NAMEN:

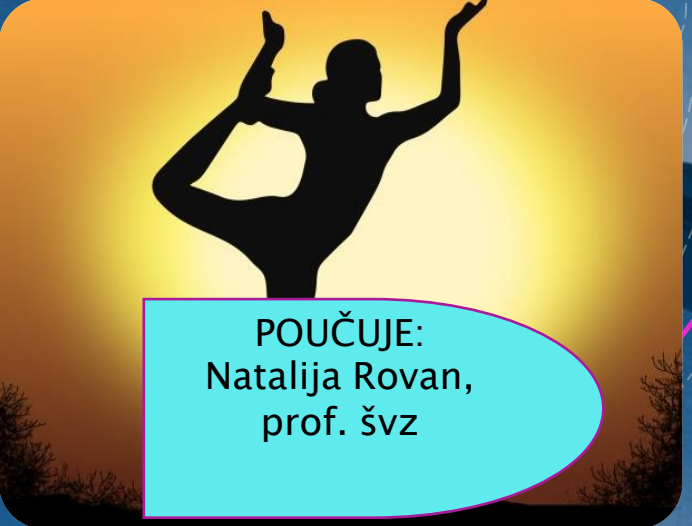
Spoznavanje zdravega načina življenja, pomena koristnega preživljanja prostega časa, spremljanje gibalnih in funkcionalnih sposobnosti.

KATERI ŠPORTI?

– splošna kondicijska priprava – tek, tabata, atletika, igre z žogo, floorball, T – ball, plavanje, ...



Ocenjevanje izbirnega predmeta je številčno!



POUČUJE:
Natalija Rovar,
prof. švz