

## **NEOBVEZNI IZBIRNI PREDMET: ŠPORT – 4., 5. in 6. razred**

Število ur: 1 ura tedensko

Neobvezni izbirni predmet šport vključuje vsebine, ki so prisotne v vsakodnevni športni vadbi učencev (teki, skoki, plezanja, ...) in številne nove vsebine, ki jih ni v rednem programu predmeta šport. Pouk športa se bo izvajal v telovadnici in na prostem.

### **Splošni cilji**

Pri izbirnem predmetu šport, bo učenec s pomočjo kakovostne, dovolj intenzivne in varne športne vadbe izboljšal svojo gibalno kompetentnost, tako da bo:

- ustrezno gibalno učinkovit glede na svoje zmožnosti in stopnjo biološkega razvoja;
- usvojil nekatere nove spretnosti in znanja, ki mu bodo omogočala varno in odgovorno sodelovanje v različnih športnih dejavnostih pri pouku in v prostem času;
- razumel pomen vsakodnevnega gibanja in športa ter njunih vplivov na oblikovanje dejavnega življenjskega sloga.

### **Glavni cilji**

- razvijati gibalne (moč, gibljivost, koordinacija gibanja, hitrost, ravnotežje, ...) in funkcionalne sposobnosti (aerobna in anaerobna vzdržljivost) z individualnimi programi;
- seznaniti se z novimi športi;
- doživljati sprostitevni vpliv športne vadbe;
- spodbujati medsebojno sodelovanje in spoštovanje različnosti.

Predmet je ocenjen. Osnova za ocenjevanje bo:

- napredek v gibalnih spretnostih ob upoštevanju individualnih sprememb v telesnem in gibalnem razvoju;
- razumevanje športa in njegovih vplivov;
- uporaba znanj v različnih okoliščinah.