

ŠPORT

V tem starostnem obdobju so učenci posebej dovzetni za učenje novih gibalnih spretnosti. Namen neobveznega izbirnega predmeta šport je nadgradnja vsebin rednih ur športa in spoznavanje novih, ki so z vidika športno-rekreativnih učinkov pomembne za kakovostno preživljanje prostega časa v vseh življenjskih obdobjih.

Vsebine, ki jih bodo lahko učenci spoznali pri predmetu so:

- razvoj splošne vzdržljivosti (tek, aerobika ...);
- razvoj koordinacije gibanja (ples, različne vrste gibalnih iger s športnimi pripomočki, ravnotežne spretnosti ...);
- razvoj različnih pojavnih oblik moči (akrobatika, skoki, plezanje, borilni športi).

Učenci bodo ob usvajanju različnih športnih znanj spoznali pomen redne športne vadbe za zdravje in dobro počutje, oblikovali skladno postavo in lepo držo, razvijali vztrajnost in medsebojno sodelovanje.

Neobvezni izbirni predmet Šport poteka eno uro na teden celo leto.