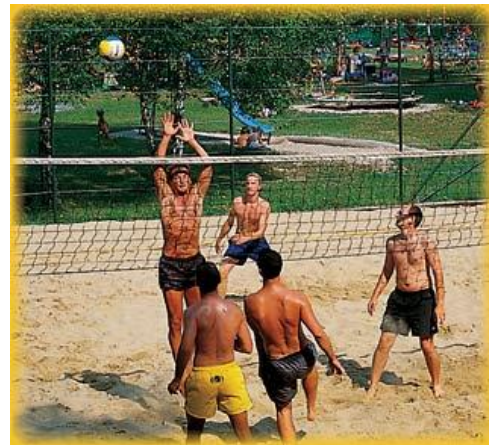


ŠPORT ZA ZDRAVJE

1 ura na teden, celo šolsko leto

8. razred

Seznamimo se s športi, ki so pomemben del sodobne športno-rekreativne ponudbe, ki pa jih pri rednih urah športne vzgoje ne moremo spoznati. Spoznavanje različnih vplivov gibalnih dejavnosti za zdravje, razumevanje pomena telesne in duševne sprostitve, nadomeščanja negativnih učinkov sodobnega ževljenja ter pridobivanje znanj, k učencem omogočajo, da si v prostem času izberejo sebi primerne športne vsebine in obremenitve.



Pri urah izbirnega predmeta Šport za zdravje spoznavamo naslednje športe:

- fitnes, atletika, ples, košarka, nogomet, rokomet, odbojka.

Predmet je namenjen učencem IN učenkam, ki se radi ukvarjajo s športom in hkrati poskrbeti za svoje zdravje ali pa se tega želijo naučiti in se dobro počutiti. Ocenjevanje NI pogojeno z gibalnimi sposobnostmi, temveč v večji meri s poznavanjem pravil in upoštevanjem fair-playa (načel poštene igre).