

# ŠPORT

## SPLOŠNI CILJI PREDMETA

S športom, usmerjeno v:

- zadovoljitev učenčeve prvinske potrebe po gibanju in igri,
- posamezniku prilagojen razvoj gibalnih in funkcionalnih sposobnosti,
- pridobivanje številnih in raznovrstnih gibalnih spretnosti ter športnih znanj in
- čustveno in razumsko dojetje športa,

uresničujemo splošne cilje športa v osnovnošolskem programu:

- ustrežna gibalna učinkovitost in oblikovanje zdravega življenjskega sloga:
  - skladna telesna in gibalna razvitost, pravilna telesna drža,
  - zavesten nadzor telesa pri izvedbi položajev in gibanj,
  - zdrav način življenja (ustrezna kondicijska pripravljenost; telesna nega; zdrava prehrana; razbremenitev in sprostitev; ravnovesje med učenjem, športno dejavnostjo, počitkom in spanjem; odpornost proti boleznim; sposobnost prenašanja naporov; nevtralizacija negativnih učinkov sodobnega življenja),
- usvajanje spretnosti in znanj, ki omogočajo sodelovanje v različnih športnih dejavnostih:
  - seznanjanje z varnim in odgovornim športnim udejstvovanjem,
  - spodbujanje gibalne ustvarjalnosti,
- razumevanje koristnosti rednega gibanja in športa ter njune vloge pri kakovostnem preživljanju prostega časa,
- pozitivno doživljanje športa, ki bogati posameznika:
  - zadovoljstvo ob gibanju, premagovanju naporov in doseganju osebnih ciljev,
  - krepitev zdravega občutka samozavesti in zaupanja vase,
  - oblikovanje pristnega, čustvenega, spoštljivega in kulturnega odnosa do narave ter okolja kot posebne vrednote,
- oblikovanje pozitivnih vedenjskih vzorcev (spodbujanje medsebojnega sodelovanja, strpnosti in sprejemanja drugačnosti, razvoj zdrave tekmovalnosti in spoštovanje športnega obnašanja – fairplaya).

Primerno izbrane vsebine, ustrezne učne metode in oblike ter individualno postavljanje doseganja ciljev naj omogočajo, da se učenci ob športnem udejstvovanju počutijo prijetno, se psihično sprostijo, hkrati pa osmislijo in bolje razumejo šport. Učenci si oblikujejo stališča in vrednotni odnos do športa kot kulturne sestavine človekovega življenja in enega najpomembnejših dejavnikov zdravega življenjskega sloga.

Ob redni in kakovostni športni vadbi naj bi učenec postal gibalno izobražen:

- je ustrezno gibalno učinkovit glede na svoje značilnosti in stopnjo biološkega razvoja,
- usvojene spretnosti in znanja mu omogočajo varno in odgovorno sodelovanje v različnih športnih dejavnostih v prostem času,
- razume pomen gibanja in športa ter njihovih vplivov na zdravje in
- je redno športno dejaven.

**CILJI IN STANDARDI ZNANJA PRI PREDMETU ŠPORT** so opredeljeni v veljavnih učnih načrtih.

#### **OBVEZNI IN NEOBVEZNI IZBIRNI PREDMETI**

- ŠPORT ZA SPROSTITUTEV (7. – 9. razred): pouk bo potekal v strnjeni obliki, po več ur skupaj, izven šole v sodelovanju z zunanjimi izvajalci. Učenci bodo o urniku, vsebinah in morebitni opremi obveščeni sproti. Obvestila bodo objavljena na vratih kabineta šport.
- IZBRANI ŠPORT NOGOMET (7. – 9. razred): pouk bo potekal enkrat tedensko po urniku.

#### **ŠPORTNI DNEVI**

Razredna stopnja:

- plavanje in vodne aktivnosti,
- orientacijski pohod,
- alpsko smučanje (5. razred),
- pohod (1. – 4. razred),
- pohod in dejavnosti na snegu (5. razred),
- igre z žogo in teki,
- igre (1. – 4. razred),
- kolesarjenje (5. razred).

Predmetna stopnja:

- plavanje in vodne aktivnosti,
- kolesarjenje (6. razred),
- kros in igre z žogo,
- orientacijski pohod (7. – 9. razred),
- pohod,
- atletski mnogoboj.

#### **TESTIRANJE ZA ŠPORTNO-VZGOJNI KARTON**

Testiranje za vse učence šole bomo za lansko šolsko leto izvajali septembra in oktobra, za letošnje pa od marca do maja.

#### **KRITERIJI OCENJEVANJA**

##### **ODLIČNO (5)**

Učenec-ka dosega ali presega optimalno znanje, ki je določeno v učnem načrtu in ciljih predmeta šport. Učinkovito, racionalno, varno in samostojno obvladuje najzahtevnejše gibalne naloge pri individualnih in kolektivnih športnih panogah. Zelo dobro obvladuje praktična in teoretična znanja, povezana z vsemi športnimi panogami in njihovimi vsebinami iz učnega načrta. Zelo dobro sodeluje pri pouku, pogosto pomaga in si širi obzorje znanja ter poznavanja športa. Samostojno spremlja in vrednoti svoj napredek. Odlično pozna osnovna pravila individualnih in kolektivnih športnih panog.

##### **PRAV DOBRO (4)**

Učenec-ka dosega optimalno znanje, ki je določeno v učnem načrtu in ciljih predmeta šport. Racionalno, varno in samostojno obvladuje zahtevnejše gibalne naloge pri individualnih in

kolektivnih športnih panogah. Obvladuje praktična in teoretična znanja, povezana z vsemi športnimi panogami in njihovimi vsebinami. Dobro sodeluje pri pouku in večkrat pomaga. Samostojno spremlja in vrednoti svoj napredek. Zelo dobro pozna osnovna pravila individualnih in kolektivnih športnih panog.

#### **DOBRO (3)**

Učenec-ka presega temeljno znanje, ki je določeno v učnem načrtu in ciljih predmeta šport. Varno in samostojno obvladuje manj zahtevnejše gibalne naloge.

Zahtevnejše naloge opravi z aktivnim ali pasivnim varovanjem. Obvladuje praktična in teoretična znanja, povezana z nekaterimi športnimi panogami in njihovimi vsebinami. Sodeluje pri pouku in spremlja svoj napredek. Dobro pozna osnovna pravila individualnih in kolektivnih športnih panog.

#### **ZADOSTNO (2)**

Učenec-ka komaj dosega minimalno, temeljno znanje, določeno v učnem načrtu in ciljih predmeta šport. Zahtevnejše gibalne naloge opravi samo z aktivnim varovanjem in s prilagojenimi pogoji. Slabo obvladuje teoretična in praktična znanja. Redko spremlja svoj napredek in ga zna vrednotiti samo s pomočjo. Delno pozna enostavnejša pravila individualnih in kolektivnih športnih panog.

#### **NEZADOSTNO (1)**

Učenec-ka ne dosega minimalnega, temeljnega znanja, določenega z učnim načrtom in ciljih predmeta šport. Ne obvladuje praktičnega in teoretičnega znanja in ne more samostojno opraviti enostavnejših nalog. Ne spremlja svojega napredka in ga ne zna samostojno vrednotiti. Vedno je potrebno aktivno varovanje. Ne pozna enostavnejših pravil individualnih in kolektivnih športnih panog.

### **OPREMA PRI POUKU**

Učenci za pouk športa potrebujejo kratke hlače, majico s kratkimi rokavi ali dres. Pouk izvajajo bosi ali v copatih z nedrsečim podplatom (obvezno z nogavicami). V primeru izvajanja pouka na zunanjih površinah potrebujejo ustrezne športne copate. Učenci morajo imeti opremo v posebni vrečki, v kateri mora biti tudi brisačka. Zaradi varnosti učenci poskrbijo, da so dolgi lasje speti, nakit in ure pa odstranijo.

### **PLAVALNO OPISMENJEVANJE**

Plavalni tečaj za učence 3. razreda bomo organizirali v sodelovanju s plavalno šolo Tinka Tonka v Morskem vodnem parku Termaris. Plavalno znanje ostalih učencev bomo preverjali na športnem dnevu.

### **ZIMSKA ŠOLA V NARAVI**

Zimska šola v naravi s tečajem alpskega smučanja bo izvedena na Ravnah na Koroškem.

### **ŠOLSKA ŠPORTNA TEKMOVANJA**

Udeležili se bomo številnih šolskih športnih tekmovanj, tako za starejše kot mlajše učenke in učence, in sicer v rokometu, nogometu, odbojki, odbojki na mivki, košarki, krosu, plavanju, atletiki in veslanju.

Nekatera tekmovanja bomo tudi organizirali po dogovoru s Športnim in mladinskim centrom Piran.

### **PROJEKTI**

Skozi pouk bomo sledili UNESCO smernicam, sodelovali bomo tudi v eTwinning in Erasmus+ projektih.

### **SODELOVANJE NA RAZNIH PRIREDITVAH**

Sodelovali bomo pri pripravi in izvedbi šolskih in morebitnih drugih prireditev. Predvsem se bomo aktivno vključili pri pripravi prireditve To smo mi in valetе.

### **ŠPORTNE URICE (1. in 2. razred)**

Izvajamo kot nadstandardni program in je nadgradnja rednega pouka športa. Del ur se izvaja po urniku, del pa v strnjeni obliki izven šole. Pri izvajanju dejavnosti pogosto sodelujemo z zunanjimi izvajalci.

SAK UČITELJIC ŠPORTA