



IME IZBIRNEGA PREDMETA – ŠPORT ZA SPROSTITEV

KOMU JE NAMENJEN: _Učenkam in učencem 8. razreda_____

V OBSEGU ___35_ UR

UČITELJ: Petra Rankel in Dejan Pivk

Ključne besede za predstavitev predmeta:

Smisel izbirnega predmeta - šport je spoznavanje novih športov, ki jih v obveznem šolskem programu ni mogoče izvajati oziroma jim lahko posvetimo le manjše število ur. Z vidika športno – rekreativnih učinkov, pa so prav ta dodatna športna spoznanja pomembna za kakovostno preživljanje prostega časa v vseh življenjskih obdobjih. Pri izbranem športu se poglobimo v vsebino in spoznavanje določenega športa. Program je namenjen vsem učencem, ne le tistim, ki se z izbranim športom ukvarjajo že pri interesnih dejavnostih v šoli ali izven nje. Zavedamo se, da je obremenitev učencev v šolah vedno večja, vse več je sedenja in drugih negativnih vplivov v življenju otrok. Zato je telesna aktivnost še kako pomembna, prisluhnili pa smo tudi interesu naših učencev.

Naš namen je učencem predstaviti športne vsebine in zdrav način življenja izven šole ter jim predstaviti športne panoge s katerimi se redko ali nikoli ne srečajo. Tu bodo imeli možnost, da izkusijo šport, ki jim zagotovo omogoča boljšo kakovost življenja. To je naložba v njihov celostni razvoj, v odkrivanje zdravega načina sproščanja ter je dobra aktivnost za prosti čas.

Program izbranega predmeta šport za sprostitev, ki v letnem načrtu predstavlja 35 ur, se izvaja enkrat tedensko po eno šolsko uro. Cilj aktiva za šport je, da bo del programa, ki zajema okoli 24 ur, posredujemo v strnjeni obliki, saj smo prepričani, da lahko v neki časovno zaključeni celoti, izven šolskega okoliša, dosežemo intenzivnejše spoznavanje z določenim športom in zdravim vidikom življenja. Drugi del programa bo vseboval 11 ur, pa bi opravili pri pouku športne vzgoje na šoli.

ŠPORT ZA SPROSTITEV

Izbirni predmet – šport za sprostitev je namenjen učencem 8. razreda.

Program dela bo vseboval 24 pedagoških ur v strnjeni obliki, ki ga bomo realizirali na taborih v domovih CŠOD po Sloveniji. Ostali del programa pa se bo izvajal pri rednem pouku v šoli. Strošek programa, ki zajema prevoz, nastanitev, prehrano in vodenja skupine bo predvidoma okoli 100 EUR.

Predvidene so naslednje organizirane aktivnosti pod vodstvom strokovno usposobljenih učiteljev:

- ☐ spoznavanje in učenje lokostrelstva in plezanja;
- ☐ spoznavanje kolesarskih poti v okolici kraja bivanja - Tolmin;
- ☐ spoznavanje, učenje in tekmovanje v orientaciji;
- ☐ večerne aktivnosti v okolici CŠOD (zabavne igre, kurjenje ognja...).