

ŠPORT ZA ZDRAVJE



V okviru predmeta ŠZZ bomo ponudili splošni telesni razvoj, razvoj gibalnih in funkcionalnih sposobnosti s poudarkom na gimnastiki (mala prožna ponjava) in igrah z žogo.

<p>Učitelj: Marjeta Javor</p> <p>Vrsta predmeta: enoletni; športni</p> <p>Število ur: 35</p> <p>Razred: 8. razred</p>	<p>Spoznawali bomo:</p> <ul style="list-style-type: none">- zdrav način življenja,- gimnastiko (predvsem skoke)- različne moštvene športe z žogo (košarko, odbojko, nogomet...)- primerno prehrano, pomen tekočine za življenje, pravilna telesna drža, škodljivost dopinga...- varnost.
<p>Metode in oblike dela:</p> <ul style="list-style-type: none">- razlaga, pogovor, demonstracija...- različni pripomočki in rekviziti,- igra v telovadnici in na zunanjem šolskem igrišču.	<p>Ocenjevanje znanja:</p> <ul style="list-style-type: none">- pravilna izvedba elementov,- teoretično znanje preko kvizov.