

ŠPORT ZA ZDRAVJE



Namen enoletnega **izbirnega predmeta – šport** je nadgradnja osnovnega programa športne vzgoje, ki ga s tem obogatimo v celoto, ki je pomembna za otrokovo zdravje in razvoj.

Smisel izbirnega predmeta - šport je spoznavanje novih športov, ki jih v obveznem šolskem programu ni mogoče izvajati, ali pa 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 zdravje, ki v letnem načrtu predstavlja 35 ur, se izvaja enkrat tedensko po eno šolsko uro. Cilj aktivna za šport je, da vam 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, ki bo zajemal 11 ur, pa bi opravil pri pouku športne vzgoje na šoli.

ŠPORT ZA ZDRAVJE

Izbirni predmet – šport za zdravje je namenjen učencem 7. 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 veslanja v kanuju po Piranskem zalivu;
- kolesarjenje po poti zdravja (Portorož – Strunjan – Piran – Portorož);
- spoznavanje in učenje potapljanja;
- večerne aktivnosti ob morju (namizni tenis, odbojka, nogomet, sprehod).