

3 športna vzgoja

SPLOŠNI CILJI

- zadovoljitev otrokove prvinske potrebe po gibanju in igri
- posamezniku prilagojen razvoj gibalnih in funkcionalnih sposobnosti
- pridobivanje številnih raznovrstnih športnih znanj
- čustveno in razumsko doživetje športa
- skrb za skladen telesni in duševni razvoj
- skladna telesna razvitost, pravilna drža
- zdrav način življenja (telesna nega, zdrava prehrana, ravnovesje med učenjem, športno dejavnostjo, počitkom in spanjem, odpornost proti boleznim ter sposobnost prenašanja naporov, kompenzacija negativnih učinkov sodobnega življenja)
- krepitev zdravega občutka samozavesti in zaupanja vase
- oblikovanje pozitivnih vedenjskih vzorcev (spodbujanje k medsebojnemu sodelovanju, zdravi tekmovalnosti, spoštovanju športnega obnašanja – fair play, strpnosti in sprejemanju drugačnosti)
- razumevanje koristnosti športa in navajanje na kakovostno preživljanje prostega časa
- razvoj ustvarjalnosti
- razbremenitev in sprostitvev
- pozitivno doživljanje športa, ki bogati posameznika
- oblikovanje pristnega, čustvenega, spoštljivega in kulturnega odnosa do narave ter okolja kot posebne vrednote
- spoštovanje naravne in kulturne dediščine

SEPTEMBER

ŠPORTNA PANOGA	CILJI	PREDLAGANE VSEBINE	OPREDELITEV STANDARDOV ZNANJA	PREVERJANJE, OCENJEVANJE ZNANJA	OPOMBE
NARAVNE OBLIKE GIBANJA	<ul style="list-style-type: none"> ▪ seznanijo se s primerno športno obleko in obutvijo ▪ seznanijo se z osnovnimi načeli varnosti v telovadnici, na igrišču ▪ izvajajo naravne oblike gibanja 	ŠPORTNA OPREMA HOJA IN TEK SKOKI, PRESKOKI	<ul style="list-style-type: none"> ▪ izvajajo naravne oblike gibanja (hoja, tek, skoki, preskoki) v različnih pogojih 		
ATLETSKA ABECEDA	<ul style="list-style-type: none"> ▪ usvajajo različne oblike gibanja in iger ▪ razvijajo gibalne sposobnosti 	HOJA IN TEK V NARAVI ŠTAFETNE IGRE			
GIMNASTIČNA ABECEDA	<ul style="list-style-type: none"> ▪ seznanjajo se s položajem telesa in gibi ▪ razvijajo orientacijo v omejenem prostoru 	POLOŽAJI TELESA POLOŽAJI ROK, NOG IN TRUPA ORIENTACIJA V PROSTORU	<ul style="list-style-type: none"> ▪ poznajo različne položaje telesa 		
PLESNE IGRE	<ul style="list-style-type: none"> ▪ spoznavajo otroške plesne igre 	PLESNO GIBANJE	<ul style="list-style-type: none"> ▪ zapešejo preprosto plesno igro 		

OKTOBER

ŠPORTNA PANOGA	CILJI	PREDLAGANE VSEBINE	OPREDELITEV STANDARDOV ZNANJA	PREVERJANJE, OCENJEVANJE ZNANJA	OPOMBE
NARAVNE OBLIKE GIBANJA	<ul style="list-style-type: none"> ▪ privzgajajo si osnovne higienske navade in pravilen odnos do športne opreme ▪ izvajajo naravne oblike gibanja ▪ razvijajo gibalne in funkcionalne sposobnosti 	PLEZANJE VALJANJE POTISKANJE PETELINJI BOJI JELENA SPUŠČAT	<ul style="list-style-type: none"> ▪ poznajo primerna športna oblačila in obutev 	ustno	
ATLESKA ABECEDA	<ul style="list-style-type: none"> ▪ razvijajo gibalne sposobnosti ▪ razvijajo samozavest in vztrajnost ▪ skrbijo za pravilno telesno držo z izbranimi gibalnimi nalogami 	NIZKE OVIRE	<ul style="list-style-type: none"> ▪ z igro in naravnimi oblikami gibanja se učijo osnovnih elementov preskakovanja 		
GIMNASTIČNA ABECEDA	<ul style="list-style-type: none"> ▪ razvijajo gibalne sposobnosti 	OVIRE			
PLESNE IGRE	<ul style="list-style-type: none"> ▪ razvijajo koordinacijo gibanja z gibalnimi nalogami, posnemanji, plesnimi igrami ob glasbeni spremljavi 	PLESNO GIBANJE	<ul style="list-style-type: none"> ▪ zapešejo preprosti otroški ples 		

NOVEMBER

ŠPORTNA PANOGA	CILJI	PREDLAGANE VSEBINE	OPREDELITEV STANDARDOV ZNANJA	PREVERJANJE, OCENJEVANJE ZNANJA	OPOMBE
NARAVNE OBLIKE GIBANJA	<ul style="list-style-type: none"> ▪ razvijajo gibalne in funkcionalne sposobnosti ▪ seznanjajo se z različnimi športnimi napravami, orodji in rekviziti 	KOORDINACIJA	<ul style="list-style-type: none"> ▪ poznajo različne športne pripomočke, orodja in rekvizite 	ustno	
ATLETSKA ABECEDA	<ul style="list-style-type: none"> ▪ razvijajo gibalne sposobnosti ▪ razvijajo odločnost in borbenost 	ZALET ENONOŽNI ODRIV SONOŽNI DOSKOK	<ul style="list-style-type: none"> ▪ se znajo enonožno odriniti ter sonožno doskočiti 		
GIMNASTIČNA ABECEDA	<ul style="list-style-type: none"> ▪ razvijajo gibalne sposobnosti ▪ pridobivajo različne gibalne izkušnje in znanja s prvinami gimnastike ▪ seznanjajo se s pomenom pravilne drže telesa 	POLIGON	<ul style="list-style-type: none"> ▪ poznajo in upoštevajo osnovna pravila varnosti v telovadnici 		
IGRE Z ŽOGO	<ul style="list-style-type: none"> ▪ spoznavajo in se učijo različnih gibanj z žogo 	NOŠENJE ŽOGE KOTALJENJE ŽOGE VODENJE ŽOGE	<ul style="list-style-type: none"> ▪ z igro in naravnimi oblikami gibanja se učijo osnovnih elementov gibanja z različnimi žogami 		

DECEMBER

ŠPORTNA PANOGA	CILJI	PREDLAGANE VSEBINE	OPREDELITEV STANDARDOV ZNANJA	PREVERJANJE, OCENJEVANJE ZNANJA	OPOMBE
ATLETSKA ABECEDA	<ul style="list-style-type: none"> ▪ razvijajo gibalne sposobnosti ▪ oblikujejo pozitivne vedenjske vzorce 	SKOK V DALJINO	<ul style="list-style-type: none"> ▪ skačejo z mesta v daljino ter z zaletom 		
GIMNASTIČNA ABECEDA	<ul style="list-style-type: none"> ▪ obvladujejo telo v različnih nevsakdanjih položajih – usklajeno in koordinirano delo rok in nog 	POSKOKI STOJA NA LOPATICAH	<ul style="list-style-type: none"> ▪ se učijo osnovnih elementov gimnastike (stoja na lopaticah) 		
PLESNE IGRE	<ul style="list-style-type: none"> ▪ izražajo občutke z gibanjem in se skladno gibajo ob različni glasbeni spremljavi 	PLES GIBANJE OB GLASBI	<ul style="list-style-type: none"> ▪ izvajajo skladnejša gibanja ob glasbeni spremljavi 	ustno in praktično delo	

JANUAR

ŠPORTNA PANOGA	CILJI	PREDLAGANE VSEBINE	OPREDELITEV STANDARDOV ZNANJA	PREVERJANJE, OCENJEVANJE ZNANJA	OPOMBE
NARAVNE OBLIKE GIBANJA	<ul style="list-style-type: none"> ▪ razvijajo gibalne in funkcionalne sposobnosti ▪ seznanjajo se s preprostimi pravili iger 	IGRE	<ul style="list-style-type: none"> ▪ razumejo in upoštevajo preprosta pravila elementarnih in drugih iger 		
ATLETSKA ABECEDA	<ul style="list-style-type: none"> ▪ razvijajo gibalne sposobnosti ▪ spoznajo in se učijo osnovnih elementov atletike z igro 	PREMAGOVANJE OVIR PRESKAKOVANJE RAZDALJE SKOK V DALJINO	<ul style="list-style-type: none"> ▪ z igro in naravnimi oblikami gibanja se učijo osnovnih elementov atletike preskakovanja razdalje 		
GIMNASTIČNA ABECEDA	<ul style="list-style-type: none"> ▪ obvladujejo telo v različnih nevsakdanjih položajih ▪ pridobivajo različne gibalne izkušnje in znanja s prvinami gimnastike 	PREVAL NAPREJ PREVAL NAZAJ	<ul style="list-style-type: none"> ▪ izvajajo osnovne gimnastične prvine 	ustno in praktično delo	
IGRE Z ŽOGO	<ul style="list-style-type: none"> ▪ spoznajo in se učijo različnih gibanj z žogo 	NOŠENJE IN KOTALJENJE ŽOGE VODENJE ŽOGE PODAJANJE ŽOGE	<ul style="list-style-type: none"> ▪ vodijo, mečejo, podajajo in lovijo žogo 		

FEBRUAR

ŠPORTNA PANOGA	CILJI	PREDLAGANE VSEBINE	OPREDELITEV STANDARDOV ZNANJA	PREVERJANJE, OCENJEVANJE ZNANJA	OPOMBE
ATLETSKA ABECEDA	<ul style="list-style-type: none">▪ znajo hitro teči iz visokega starta	VISOKI IN NIZKI START	<ul style="list-style-type: none">▪ znajo hitro teči iz visokega starta		
GIMNASTIČNA ABECEDA	<ul style="list-style-type: none">▪ razvijajo splošno telesno gibljivost▪ razvijajo občutke zadovoljstva ob obvladovanju telesa in izražanju z gibanjem	PRESKOK NASKOK	<ul style="list-style-type: none">▪ tekoče in varno izvajajo naskok na skrinjo		
IGRE Z ŽOGO	<ul style="list-style-type: none">▪ spoznajo in se učijo gibanj z različnimi žogami	ZADEVANJE CILJA ODBIJANJE	<ul style="list-style-type: none">▪ zadevanje različnih ciljev z žogo		
PLESNE IGRE	<ul style="list-style-type: none">▪ izražajo občutke z gibanjem in se skladno giba ob različnih glasbenih spremljavah	VAJE IN GIBANJE	<ul style="list-style-type: none">▪ izvajajo skladnejša gibanja ob glasbeni spremljavi		

MAREC

ŠPORTNA PANOGA	CILJI	PREDLAGANE VSEBINE	OPREDELITEV STANDARDOV ZNANJA	PREVERJANJE, OCENJEVANJE ZNANJA	OPOMBE
NARAVNE OBLIKE GIBANJA	<ul style="list-style-type: none"> ▪ razvijajo gibalne in funkcionalne sposobnosti 	IGRE	<ul style="list-style-type: none"> ▪ poznajo in upoštevajo osnovna pravila varnosti na igrišču 		
GIMNASTIČNA ABECEDA	<ul style="list-style-type: none"> ▪ razvijajo splošno telesno gibljivost, spretnost 	PLEZANJE	<ul style="list-style-type: none"> ▪ izvajajo naravne oblike gibanja v različnih pogojih (pleza 2m, prepleza, podpleza...) 		
IGRE Z ŽOGO	<ul style="list-style-type: none"> ▪ spoznavajo in se učijo gibanj z različnimi žogami ▪ usvajajo strpno in prijateljsko vedenje v igrah 	PODAJANJE IN LOVLJENJE ŽOGE ŠTAFETNE IGRE	<ul style="list-style-type: none"> ▪ vodijo, mečejo, podajajo in lovijo žogo 		
ATLETSKA ABECEDA	<ul style="list-style-type: none"> ▪ razvijajo usklajeno in koordinirano delo rok in nog s skladno in pravilno izvedbo enostavnih in sestavljenih gibanj na mestu in v gibanju 	SKOK Z MESTA V DALJINO SKOK V VIŠINO SKOK V DALJINO Z ZALETOM	<ul style="list-style-type: none"> ▪ skočijo z mesta v daljino ▪ skočijo v višino ▪ skočijo v daljino z zaletom 	ustno in praktično delo	

APRIL

ŠPORTNA PANOGA	CILJI	PREDLAGANE VSEBINE	OPREDELITEV STANDARDOV ZNANJA	PREVERJANJE, OCENJEVANJE ZNANJA	OPOMBE
NARAVNE OBLIKE GIBANJA	<ul style="list-style-type: none"> ▪ razvijajo gibalne in funkcionalne sposobnosti 	HOJA IN TEK V NARAVI	<ul style="list-style-type: none"> ▪ izvajajo naravne oblike gibanja 		
ATLETSKA ABECEDA	<ul style="list-style-type: none"> ▪ spremljajo telesne značilnosti, gibalne in funkcionalne sposobnosti 	ŠVZ – KARTON TEK V NARAVI	<ul style="list-style-type: none"> ▪ poznajo različne športne naprave ▪ v lahkotnem pogovornem tempu so sposobni neprekinjeno preteči daljšo razdaljo 		
GIMNASTIČNA ABECEDA	<ul style="list-style-type: none"> ▪ razvijajo splošno telesno gibljivost, spretnost 	NIZKA GRED IN KLOP	<ul style="list-style-type: none"> ▪ poznajo različna športna orodja ▪ hodijo po nizki gredi 		
IGRE Z ŽOGO	<ul style="list-style-type: none"> ▪ spodbujajo strpno in prijateljsko vedenje v igrah 	PODAJANJE ŽOGE Z OBEMA ROKAMA IGRA PREK JARKA PODAJANJE ŽOGE Z NOGO V IGRI PEPČEK ODBOJKA PREK VRVICE	<ul style="list-style-type: none"> ▪ z igro in naravnimi oblikami gibanja se učijo osnovnih gibanj z žogo 		

MAJ

ŠPORTNA PANOGA	CILJI	PREDLAGANE VSEBINE	OPREDELITEV STANDARDOV ZNANJA	PREVERJANJE, OCENJEVANJE ZNANJA	OPOMBE
NARAVNE OBLIKE GIBANJA	<ul style="list-style-type: none"> razvijajo funkcionalne sposobnosti z igrami in drugimi dalj časa trajajočimi gibalnimi nalogami v naravi 	IGRE V NARAVI			
ATLETSKA ABECEDA	<ul style="list-style-type: none"> spoznavajo in se uči osnovnih elementov atletike 	MET ŽOGICE ZADEVANJE RAZLIČNIH CILJEV Z ROKO, NOGO, PALICO, LOPARJI	<ul style="list-style-type: none"> z žogo zadevajo različne cilje 		
GIMNASTIČNA ABECEDA	<ul style="list-style-type: none"> spoznavajo in znajo ravnati z različnimi športnimi rekviziti 	KOLEBNICA	<ul style="list-style-type: none"> poznajo različne športne pripomočke sonožno preskakujejo kolebnico (8 x) 		
IGRE Z ŽOGO	<ul style="list-style-type: none"> spodbujajo strpno in prijateljsko vedenje v igrah oblikujejo pozitivne vedenjske vzorce 	ELEMENTARNE IN MOŠTVENE IGRE	<ul style="list-style-type: none"> razumejo in upoštevajo preprosta pravila elementarnih in drugih iger 	ustno in praktično delo	

JUNIJ

ŠPORTNA PANOGA	CILJI	PREDLAGANE VSEBINE	OPREDELITEV STANDARDOV ZNANJA	PREVERJANJE, OCENJEVANJE ZNANJA	OPOMBE
NARAVNE OBLIKE GIBANJA	<ul style="list-style-type: none"> ▪ razvijajo kulturni odnos do narave in okolja 	GIBANJE V NARAVI	<ul style="list-style-type: none"> ▪ pri izvajanju naravnih oblik gibanja so sproščeni 		
GIMNASTIČNA ABECEDA	<ul style="list-style-type: none"> ▪ razvijajo gibalne in funkcionalne sposobnosti 	OBROČI, KOLEBNICE	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ravnaajo z različnimi športnimi pripomočki 		
IGRE Z ŽOGO	<ul style="list-style-type: none"> ▪ spodbujajo veselje do športne dejavnosti 	ZANIMIVE IGRE			
PLAVALNA ABECEDA	<ul style="list-style-type: none"> ▪ prilagajajo se na vodo in plavaje (25 m) 	PLAVANJE	<ul style="list-style-type: none"> ▪ prilagojenost na vodo ▪ v eni od tehnik preplavajo 25 m 	ustno in praktično delo	