

3Z - Športne in gibalne vede

Opis vsebin učnih enot, časovna razporeditev po mesecih oz. število ur namenjenih posamezni učni enoti

- ⌚ Kompleksi sprostilnih, razteznih in krepilnih vaj
- ⌚ Kompleksi vaj z drobnim orodjem: kolebnice, medicinke, ročke, psihomotorične žoge
- ⌚ Kompleksi vaj na in ob velikem orodju: koordinacijska, švedska in vodoravna lestev, male ovire, mala prožna ponjava
- ⌚ Lahka atletika: hitri in vzdržljivostni tek, skok v daljino in v višino, suvanje krogle
- ⌚ Košarka, odbojka, mali nogomet: utrjevanje individualnih osnov, igralne situacije in igra
- ⌚ Igre z loparji: namizni tenis, badminton.

Zgoraj navedene vsebine bodo razporejene skozi celo šolsko leto in se bodo izvajale tudi po interesnih skupinah.

Dijak bo ob zaključku šolskega leta ocenjen pozitivno, če:
bo redno vključen v učni proces.