

Izbrani šport - ODBOJKA

Razred: 8. razred
Število ur: 35 ur
Učiteljica: Jasna Kožar

Namen predmeta Izbrani šport – ODBOJKA je poglobljanje vsebin odbojke. Predmetu je namenjeno 35 ur in se izvaja enkrat tedensko v okviru rednega pouka. Predmet se ocenjuje s številčno oceno od 1 do 5.

UČNE TEME IN CILJI PREDMETA:

Teme oz. vsebine predmeta:

- spopolnjevanje osnovnih tehničnih elementov: zgornji in spodnji odboj, spodnji servis;
- učenje zahtevnejših tehničnih in taktičnih elementov: podaja, sprejem servisa, zgornji servis, napadalni udarec, enojni in dvojni blok, obramba;
- igralne različice 2:2 in 3:3 na različnih velikostih igrišč, igra 6:6 na skrajšanem ali normalnem igrišču.

Cilji predmeta so razčlenjeni na štiri skupine:

- telesni razvoj, razvoj gibalnih in funkcionalnih sposobnosti;
- spopolnjevanje športnih znanj v odbojki;
- seznanjanje s teoretičnimi vsebinami;
- prijetno doživljanje športa, oblikovanje in razvoj stališč, navad ter načinov ravnanja.

OBLIKE IN METODE POUČEVANJA:

Oblike in metode dela bodo čim bolj pestre, izbrane in usklajene tako, da omogočajo varnost, motivacijo in učinkovitost vseh učencev.

