|  |
| --- |
| MINIMALNI STANDARDI |

|  |
| --- |
| ŠOLSKO LETO 2017/2018 |

 PREDMET OZ. MODUL:ŠPORTNA VZGOJA

 PROGRAM: PREDŠOLSKA VZGOJA

 **LETNIK: 4.**

 UČITELJI:Maja Macarol, Vinko Plevnik, Matjaž Fleischman, Petra Kašpar, Simona D. Majdič

1. **LETNIK**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **UČNA TEMA** | **UČNA ENOTA****(KAJ OCENJUJEMO)** | **MINIMALNI STANDARDI** |
| **GIMNASTIKA** | **Skoki na mali prožni ponjavi:*** skok stegnjeno
* skok skrčko
* prednožna raznožka
* obrat za 180
* obrat 360
* preval letno (fantje)

**Sklop gimnastičnih vaj za ogrevanje**  | **Mala prožna ponjava:*** zadostno 2: odriv je enonožen; doskok ni izveden na noge.

**Sklop gimnastičnih vaj za ogrevanje:*** 8 razteznih vaj
* 4 krepilne vaje

Sklop mora vsebovati ime vaje, število ponovitev, opis vaje (začetni položaj – potek vaje – končni položaj), namen vaje, skico, literatura.Pri predstavitvi mora podati pravilna navodila, popravljati napake, opozoriti na pomembne stvari, pravilno demonstrirati vajo.Sklop se točkuje po naslednjem kriteriju:Pri vsaki vaji dijak /inja lahko pridobi 2 točki – 1 točka za pravilen opis in izbor vaje, 1 točka pa za pravilno izvedbo. Skupaj lahko zbere 24 točk.OCENA:* Zadostno 2: 12-13 točk
 |
| **SPLOŠNA KONDICIJSKA PRIPRAVA** | **ŠVK karton****Vaje za moč** | **ŠVK karton**izpolnjen**Vaje za moč:**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| OCENA | DT | VZG | STAT. POČEP | DESKA | SKLECE |
| Zadostno 2 | 30-37/32-39 | 15-20/26-30 | 31-60/41-70 | 31-60/41-70 | 6-9/15-24 |
|  |  |  |  |  |  |

 |
| **ODBOJKA, KOŠARKA; NOGOMET; HOKEJ** | **Igra** | * zadostno 2: tehnični elementi so izvedeni zelo slabo, prisotnih je veliko gibalnih napak, postavitev na igrišču je slaba, gibanje je komaj zadovoljivo igralec je moteč v igri, pravila igre komaj pozna, športne kulture igrišču ne spoštuje v celoti.
 |
| **IZBIRNI ŠPORTI** | **Igre z loparji – Turnir****Fitnes / aerobika / pilates** | **Igre z loparji:** * Zadostno (2): tehnični elementi so izvedeni zelo slabo, prisotnih je veliko gibalnih napak, postavitev na igrišču je slaba, gibanje je komaj zadovoljivo, igralec je moteč v igri, pravila igre komaj pozna, športne kulture igrišču ne spoštuje v celoti.

**Fitnes / pilates** Ocena je sestavljena iz obrazložitve in praktičnega prikaza* Zadostno (2): ob pomoči izvaja vadbo, delno pozna pravilen začetni položaj, napake ob izvajanju, aktivne mišice, ter raztezne vaje; slabo utemeljuje in razume vadbeni proces na posameznih orodjih.

**Aerobika*** Zadostno (2): vadba je nepovezana, polna premorov, gibanje je nekoordinirano, ne vključuje rok, ritem slabo upošteva, koreografije nima izdelane, vendar se kažejo neke osnove, se trudi, pri vodenju nima uspeha, slabo šteje in daje ukaze, ob pomoči ji delno uspeva.
 |
| **ZAGOVORI SEMINARSKIH NALOG / SAMOSTOJNI NASTOPI** | **Seminarska naloga / priprava in vodenje ure:**- športne discipline- šport in zdravje- šport in družba | **Seminarska naloga** ne obsega 5 strani, ne vsebuje vseh obveznih poglavij.Naloga je v celoti skopirana iz interneta.**Nastop** ni tekoč, ne predstavi bistva problema, nalogo prebere in ne predstavi po svojih besedah. |