

IZBRANI ŠPORT - NOGOMET

Razred: 9. razred

Trajanje predmeta: 1 ura tedensko / 35 ur letno

Vrsta predmeta: enoletni predmet

Mentorji: učitelji športa Nina Penko, Miha Košnik in Marko Šosterič

Učenci bodo spoznali osnovne in nadaljevalne elemente nogometne igre. V programu bo zajeto izpopolnjevanje in utrjevanje že prej osvojenih znanj:

- elementi brez žoge (odkrivanje, varanje, skoki);
- elementi z žogo (poigravanja, vodenja, varanja, podajanja, sprejemanja, odvzemanje žoge, udarjanja)

Poudarek bo tudi na pravilih in taktičnih prvinah igre:

- odkrivanje in napadanje v igrah 3:1, 2:1, ter 3:2, dvojna podaja, igra 2:2 v omejenem prostoru, igra 5:5 do 7:7 na dvoje vrat z individualnim in conskim pokrivanjem;
- vodena igra, igra na dveh do treh igralnih mestih.

Igranje in poznavanje osnovnih prvin nogometa je namenjeno tako boljšim, kot tudi nekoliko slabšim učencem, saj telesna kondicija omogoča boljšo sposobnost premagovanja naporov in kvalitetnejše preživljanje prostega časa. Z vadbo in igro se pri učencih krepi zdrav občutek, razvija se tekmovalni duh, pripadnost skupini in prijateljski odnosi. Vse to pa ima pozitivne učinke pri razvoju učenčeve osebnosti in oblikovanju njegove samopodobe.

