

## **2K - Športne in gibalne vede**

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

- ⌚ Kompleksi raztezni in krepilnih vaj individualno in v dvojicah
- ⌚ Kompleksi vaj z drobnim in velikim orodjem: koordinacijska, švedska in vodoravna lestev, male ovire, kolebnice
- ⌚ Osnovni elementi akrobatike: preval naprej in nazaj, odriv v stojo na rokah, premet v stran, skoki na kanvasu
- ⌚ Lahka atletika: atletska abeceda, hitri in vzdržljivostni tek, skok v daljino in v višino, suvanje krogle
- ⌚ Košarka: individualne osnove, predšportne in situacijske igre, igra 3:3
- ⌚ Odbojka: individualne osnove, igra 1:1 ; 3:3, slepa odbojka
- ⌚ Igre z loparji: namizni tenis, badminton.

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