

IZBRANI ŠPORT - ODBOJKA

OBVEZNI IZBIRNI PREDMET

Slika, ki najbolj nazorno prikazuje predmet:



Katerim razredom je predmet namenjen?

Obvezni izbirni predmet izbrani šport - odbojka je enoletni program, ki je namenjen učencem 8. in 9. razreda.

Število ur na teden/letno:

Enkrat tedensko v okviru rednega urnika oziroma v obsegu 32 ur letno.

Cilji predmeta:

Namen enoletnega predmeta izbrani šport - odbojka je izpopolnjevanje odbojkarskega znanja. Učenci bodo v okviru predmeta nadgradili svoje tehnično in taktično znanje, ob tem pa se tudi seznanili z nekaterimi teoretičnimi vsebinami kot so pravila, sodniški znaki in pisanje enostavnega odbojkarskega zapisnika. Namen predmeta je med drugim tudi to, da učenci spoznajo vpliv izbranega športa na organizem ter vpliv redne vadbe odbojke na nekatere gibalne in funkcionalne sposobnosti. Na urah predmeta bomo spodbujali medsebojno sodelovanje, spoštovanje pravil športnega obnašanja in razvoj zdrave tekmovalnosti. Osnovni cilj predmeta je, da bi se učenci naučili uspešno igrati odbojko na ob upoštevanju tehničnih, taktičnih in sodniških pravil odbojkarske igre ter, da bi učenci izpopolnili svoje odbojkarsko znanje do mere, ki jim bo omogočala vključitev v igro povsod kjer se odbojka igra kot ena izmed možnih oblik rekreacije (dvoranska, na pesku in mivki).

Kratek program predmeta:

Vsebina programa predmeta:

- Tehnični elementi: odboji (spodnji in zgornji), servis (spodnji, zgornji in s skokom), sprejem servisa, blok, napadalni udarec (s tal in s skokom).
- Taktični elementi: postavljanje igralcev v polju pri različnih oblikah odbojkarske igre; vloge posameznih igralcev glede na igralno mesto; igra v napadu; igra z zaključkom napada na 3. dotik; igra v obrambi in njena zaščita.
- Teoretične vsebine: pravila odbojke, male odbojke in odbojke na mivki; sodniški znaki; pisanje enostavnega odbojkarskega zapisnika.
- Igra odbojke: igra v napadu in v obrambi v igralnih oblikah 1>1, 1>2, 1+1>2, 2>2, 3>3, 4>4 in 6>6.

Izvajalec predmeta:

Jernej Strmecki, učitelj športa.

Po potrebi spremenite velikost okvirjev z besedilom oziroma jih prenesite na naslednjo stran.
Osnovno obliko obrazca prosim ne spreminjajte.