

IZBRANI ŠPORT KOŠARKA

Razred: 9. razred

Obseg predmeta: 32 ur, 1 ura tedensko



KAJ BOMO DELALI?

- Izpopolnjevali osnovne tehnične elemente z in brez žoge.
- Se učili zahtevnejših tehničnih elementov.
- Izpopolnjevali osnovne taktične elemente v igri.
- Se učili novih tehničnih elementov v igri.
- Igrali 1:1, 2:2, 3:3, 4:4, 5:5 (na en ali dva koša).
- Igrali medsebojne tekme.
- Spoznavali različne oblike igre na en/dva koša.
- Spoznali bomo kako se piše zapisnik tekme.
- Analizirali našo igro in jo izpopolnjevali.
- Imeli bomo tekmovanje v metanju prostih metov in v metanju meta za tri točke.
- „Novoletna” tekma.
- Možen ogled kakšne tekme.

Ostalo

- Uvodna ura



SPLOŠNI CILJI PREDMETA

Telesni razvoj, razvoj gibalnih in funkcionalnih sposobnosti

- Razvoj gibalnih in funkcionalnih sposobnosti
- Opravljati dalj časa trajajoče gibalne naloge aerobnega značaja

Izpopolnjevanje znanja o košarki

- Nadgradnja tehničnega in taktičnega znanja

Seznanjanje s teoretičnimi vsebinami

- Spoznati pomen redne športne vadbe
- Spoznati določena košarkarska pravila in sodniške znake
- Razumeti vpliv košarke na organizem

Prijetno doživljanje športa, oblikovanje in razvoj stališč, navad in načinov ravnanja

- Spodbujati medsebojno sodelovanje in zdravo tekmovalnost v košarki
- Spoštovati pravila športnega obnašanja
- Doživljati vpliv športne vadbe v košarki na dobro počutje

