

ŠPORT ZA SPROSTITEV



Razred: 7.

Učitelj: Matej Dreža

Število ur: 35

Cilji:

- seznaniti se z novimi športi, ki so pomemben del sodobne športno-rekreativne ponudbe
- doživljati sprostitveni vpliv športne vadbe
- razviti kulturnen odnos do narave in okolja



Praktične in teoretične vsebine:

- badminton
- plezanje po umetni plezalni steni
- orientacija v naravi in streljanje z zračno puško
- tek na smučeh
- rolanje
- hokej na rolerjih
- lokostrelstvo

