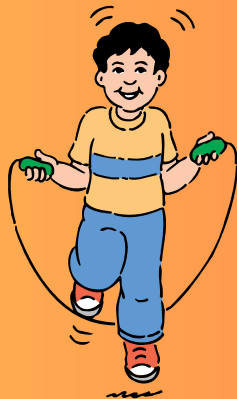




ŠPORT ZA ZDRAVJE



**1 URA NA
TEDEN**

35 UR



Izbirni predmet



UČENCI BODO:

CILJI PREDMETA:

- individualno prilagojen program vadbe,
- razvijanje osnovnih gibalnih in funkcionalnih sposobnosti (moč, koordinacija, gibljivost, ravnotežje, vzdržljivost),
- izboljšanje telesne drže.

- izpopolnjevali znanje tistih športnih dejavnosti, s katerimi se bodo lahko ukvarjali v svojem prostem času.



- spoznali pomen redne športne vadbe in zdrave prehrane.

