

Vsebina ure: ODBOJKA
Metodična enota: pravila igre
Učna ura: št. 1

Gradivo:

- E-učbenik za šport
- E-gradiva, kvizi
(na spletni strani naše šole)

Navodila za delo:

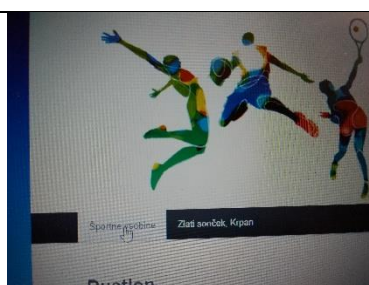
- Učenci v E-učbeniku na šolski spletni strani samostojno preberejo vse o pravilih pri odbojki (izberejo: 10. točka – Odbojka, 5. točka – Pravila odbojke in sodniški znaki).
- Rešijo kviz v E-gradivih v tretjem stolpcu – kviz odbojka (sodniški znaki) – in preverijo rezultate.

Dodatna navodila:

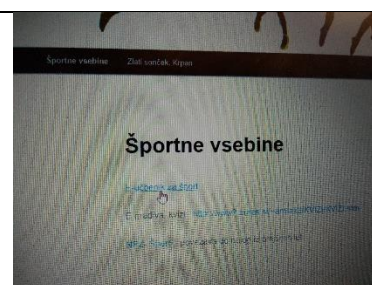
- V času učenja na domu bodo učenci pri predmetu šport zapisovali beležke. Izberejo si zvezek ali beležko, v katero zapisujejo odgovore. Odgovore bomo skupaj pregledali v šoli.
- S praktičnim delom odbojke smo končali. Preden nadaljujemo, si pogledamo še pravila. **Današnji vprašanji sta: Katera ekipa zmaga pri odbojki? Kaj sledi, če je rezultat 2:2 v nizih?**
- Prilagam slikovna navodila, ki bodo učencem pomagala priti do gradiv.



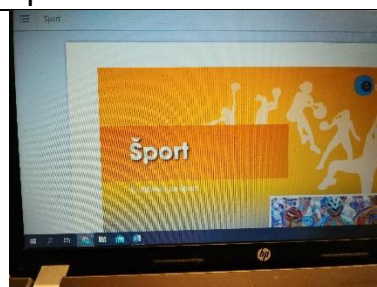
Šport



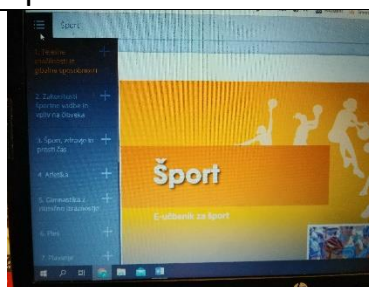
Športne vsebine



E-učbenik ali E-gradiva



E-učbenik (meni je levo zgoraj)



Npr.: pod 10. točko je odbojka

Vsebina ure: SPLOŠNA KONDICIJSKA PRIPRAVA

Metodična enota: fartlek

Učna ura: št. 2

Gradivo:

- E-učbenik za šport (<http://sport-hinko-smrekar.splet.arnes.si/sport-teorija/>)

Navodila za delo:

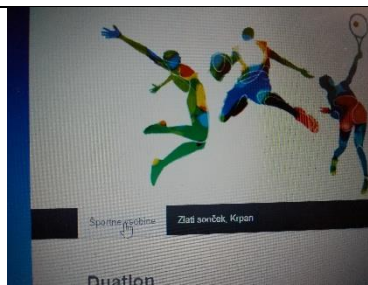
- Učenci v E-učbeniku na šolski spletni strani samostojno preberejo vse o **Glavnem delu vadbene enote** (izberejo: 2. točka – Zakonitosti športne vadbe in vpliv na človeka, **7. točka – Glavni del**, pogledajo tudi modre okvirčke).

Dodatna navodila:

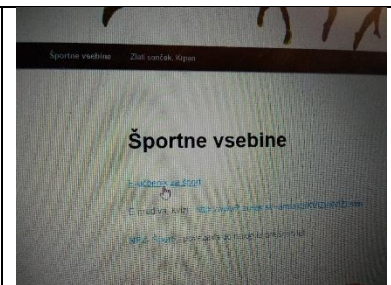
- Fartlek smo spoznali že v jesenskem delu pouka. **S katerimi vajami smo v fartlek vključili vadbo hitrosti, moči in tehniko gibanja** (zapišejo si v zvezek)?
- **Učenci izvedejo fartlek v naravi (vsaj 20 minut) in zapišejo, kako je vadba potekala.**



Šport



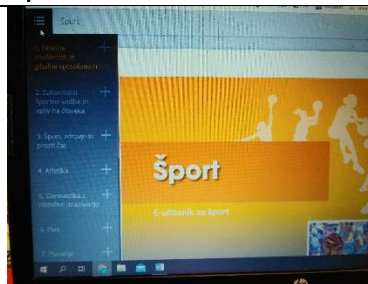
Športne vsebine



E-učbenik ali E-gradiva



E-učbenik (meni je levo zgoraj)



Npr.: pod 2. točko je Zakonitosti...