

POSEBNI PROGRAM VZGOJE IN IZOBRAŽEVANJA
NADALJEVALNI PROGRAM OSNOVNOŠOLSKE RAVNI I

UČNI NAČRT
za področje **GIBANJE IN ŠPORTNA VZGOJA**

Pripravili:
Ivana Srebot
Mojca Bolčina
Ljubo Miličević
Matjaž Florjančič

Strokovna redakcija:
mag. Janja Cotič

Ljubljana, 2004

KAZALO

| | | |
|-------------|--|-----------|
| 1. | OPREDELITEV PODROČJA | 3 |
| 2. | SPLOŠNI CILJI | 4 |
| 3. | OPERATIVNI CILJI PODRČJA | 5 |
| 3.1. | NADALJEVALNI PROGRAM OSNOVNOŠOLSKE RAVNI I - ČETRТА STOPNJA | 5 |
| 3.2. | RAZŠIRJEN PROGRAM | 12 |
| 4. | OPIS OSVOJENIH ZNANJ IN VEŠČIN | 16 |
| 5. | ZNANJA, KI JIH MORAJO IMETI IZVAJALCI | 16 |
| 6. | PRILOGA | 17 |
| 6.1. | Specialno-didaktične posebnosti | 17 |
| 6.2. | Medpodročne povezave | 18 |
| 6.3. | Časovni okvir | 19 |
| 6.4. | Kako uporabljamo učni načrt | 20 |

1. OPREDELITEV PODROČJA

Gibanje je eden od osnovnih načinov in pogojev za razvoj stikov z okolico, zaznavanje lasnega telesa, samozavedanje in samopotrjevanje. Z obvladovanjem telesa in gibanja učenec doživlja ugodje in varnost, pridobiva izkušnje, oblikuje osebnost in odnose z drugimi, gre torej za intelektualni, emocionalni in socialni razvoj.

Še posebej pomembne so te izkušnje pri otrocih, učencih in dijakih z težjimi motnjami v duševnem razvoju, katerim so pridružene tudi motnje v gibanju in kjer je nujno vsakodnevno sodelovanje pedagoških in zdravstvenih strokovnih delavcev.

Motnje gibanja se kažejo v upočasnjem in omejenem tempu; nekatere motorične sposobnosti so pri posameznih učencih manj razvite, kar se kaže v pomanjkanju moči, gibljivosti, koordinaciji in ritmu gibanja. Pri mnogih se pojavlja pomanjkanje gibalnih izkušenj, s kratkotrajno koncentracijo in pozornostjo, s pomanjkanjem energije; na drugi strani pa hiperkinetičnost, motorična nemirnost in boječnost. Nekateri nimajo razvite predstave o lastnem telesu, slabo se znajdejo v prostoru in času. Pogosto so prisotne še dodatne motnje: epilepsija, cerebralna paraliza, razne telesne okvare in druga somatska obolenja.

S pomočjo gibanja in kasneje športa lahko izboljšujemo prav tiste značilnosti, ki jih osebe z motnjami v duševnem razvoju najbolj potrebujejo: motivacijo, koncentracijo, sproščanje napetosti, socializacijo, samozaupanje in samozavest.

Obvladovanje športnih aktivnosti poleg zdravega načina življenja omogočajo bolj enakovredno vključevanje v okolje, koristno preživljanje prostega časa in možnost tekmovanja na vseh nivojih.

SPLOŠNI CILJI

- zadovoljevanje osnovnih potreb po gibanju in igri;
- pridobivanje številnih gibalnih izkušenj in športnih znanj;
- zavedanje lastnega telesa in svojih gibalnih sposobnosti;
- prilagajanje gibalnih zahtev sposobnostim posameznika;
- pridobivanje zaupanja v sposobnosti posameznika;
- razvijanje ustvarjalnosti na gibalnem področju;
- vključevanje v okolje in vzpodbujanje komunikacije;
- sproščanje napetosti, razbremenitev in sprostitvev;
- čustveno in razumsko dožemanje športa;
- navajanje na samoodločanje;
- aktivno preživljanje prostega časa ob športno – rekreativnih dejavnostih;
- sodelovanje in tekmovanje na športnih prireditvah.

3. OPERATIVNI CILJI PODROČJA

3.1. NADALJEVALNI PROGRAM OSNOVNOŠOLSKE RAVNI I – 4. stopnja

| OPERATIVNI CILJI | PRIMERI DEJAVNOSTI | PREDLAGANE VSEBINE | SPECIALNO DIDAKTIČNA PRIPOROČILA |
|---|--|---|--|
| NARAVNE OBLIKE GIBANJA | | | |
| Učenci: <ul style="list-style-type: none"> vzdržujejo ravnotežja razvijajo moč celotnega telesa | <ul style="list-style-type: none"> vaje za pravilno držo zahtevnejša gibanja v stoji zahtevnejše gibalne naloge v stoji | <ul style="list-style-type: none"> stoja | <ul style="list-style-type: none"> za težje gibalno motene nudimo pomoč v obliki držanja, vendar le v najnujnejših primerih |
| <ul style="list-style-type: none"> obvladajo pravilno tehniko hoje izpopolnjujejo koordinacije gibanja izboljšajo ravnotežje se orientirajo v omejenem prostoru se orientirajo v naravi premagajo večje ovire razvijajo hitrost pri hoji razvijajo vztrajnost razvijajo vzdržljivost | <ul style="list-style-type: none"> hoja s pripomočki hoja z dodatnimi nalogami hoja v skupini in v raznih oblikah hitra hoja na daljše razdalje daljši sprehodi in izleti orientacijski pohodi | <ul style="list-style-type: none"> hoja | |
| <ul style="list-style-type: none"> izboljšajo sposobnost srčno žilnega sistema smotno razporedijo moči razvijajo vzdržljivosti razvijajo hitrosti izboljšajo koordinacijo pri teku razumejo pravila | <ul style="list-style-type: none"> tek iz različnih startnih položajev tek z menjavo strani tek preko manjših ovir tek med ovirami tek z merjenjem časa tek v naravi - kros | <ul style="list-style-type: none"> tek | |

| | | | |
|---|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • utrdijo spretnosti plezanja in vzpenjanja • krepijo mišic celotnega telesa • izboljšajo koordinacijo • izboljšajo ravnotežje • se orientirajo v prostoru in naravi • pridobijo na samozavesti | <ul style="list-style-type: none"> • plezanje in vzpenjanje na telovadne naprave • plezanje po zahtevnejših poteh | <ul style="list-style-type: none"> • plezanje in vzpenjanje | <ul style="list-style-type: none"> • pomembno je upoštevati pravilo treh opornih točk, ki zagotavlja varnost |
| <ul style="list-style-type: none"> • utrdijo tehniko skakanja • povečajo dolžino skakanja • utrdijo koordinacijo gibanja • povečajo odzivno moč nog • krepijo mišice nog • pridobijo na samozavesti | <ul style="list-style-type: none"> • skakanje s sonožnim odzivom • poskoki in skoki na trampolinu • skoki z enonožnim odzivom • enonožni odziv z zaletom | <ul style="list-style-type: none"> • poskoki in skoki | |
| <ul style="list-style-type: none"> • izboljšajo spretnost metanja • izboljšajo spretnost ujemanja • razvijajo koordinacijo • izboljšajo prostorsko orientacijo • krepijo mišice rok, zapestja in prstov • sodelujejo s člani skupine • se veselijo uspeha in prenesejo neuspeh | <ul style="list-style-type: none"> • metanje in ujemanje iz večje razdalje • met v cilj • met v daljino | <ul style="list-style-type: none"> • metanje in ujemanje | |
| <ul style="list-style-type: none"> • utrdijo spretnost udarjanja • izboljšajo koordinacijo • povečajo moč udarca | <ul style="list-style-type: none"> • udarjanje z rokami • udarjanje z nogami • vaje elementov namiznega tenisa • vaje elementov badmintona • vaja elementov nogometa | <ul style="list-style-type: none"> • udarjanje | |
| ELEMENTARNE IGRE | | | |
| Učenci: <ul style="list-style-type: none"> • razumejo navodila • povečajo moč • izboljšajo koordinacijo • sodelujejo s soigralci | <ul style="list-style-type: none"> • igre za razvoj hitrosti • igre moči in eksplozivne moči • igre za razvoj koordinacije • igre za razvoj ravnotežja | <ul style="list-style-type: none"> • igre v telovadnici in na prostem | |

| | | | |
|--|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • razvijejo sposobnost odločanja • pridobijo na samozavesti | <ul style="list-style-type: none"> • igre za razvoj natančnosti • igre hitre odzivnosti • skupinske igre z žogo | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • se sprostijo v vodi • razvijajo hitrost gibanja v vodi • utrdijo že osvojene elemente plavanja • prepoznajo nevarnosti v vodi • razvijajo vzdržljivost • pridobijo na samozavesti | <ul style="list-style-type: none"> • igre za odpor vode • igre potapljanja • potapljanje in drsenje • vaje dihanja • igre za utrjevanje vtehnika plavanja | <ul style="list-style-type: none"> • igre v vodi | <ul style="list-style-type: none"> • vaje dihanja so zelo pomembne za poznejše učenje tehnik plavanja, zato jih velikokrat ponovimo |
| <ul style="list-style-type: none"> • razvijejo gibalne spretnosti na snegu • spoznajo nove pojme • utrdijo psihomotorične sposobnosti • se primerno oblečejo | <ul style="list-style-type: none"> • igre tekanja, nošenja, metanja, dričanja • pohodi v zimskih razmerah • čiščenje zasneženih površin • sankanje • krpljanje | <ul style="list-style-type: none"> • igre na snegu | |
| PLES | | | |
| <p>Učenci:</p> <ul style="list-style-type: none"> • se orientirajo v prostoru • izboljšajo delovanje srčno žilnega sistema • pridobijo občutka za ritem • posnemajo gibanja različnih pojavov in predmetov • se gibalno razvijajo | <ul style="list-style-type: none"> • izvajanje različnih plesnih igric • plesne igre posnemanja • plesno uprizarjanje dogodkov | <ul style="list-style-type: none"> • plesno izražanje | |
| <ul style="list-style-type: none"> • utrdijo občutek za ritem • se odzivajo na ritem • se sprostijo | <ul style="list-style-type: none"> • ritmična hoja in tek • udarjanje ritma in posnemanje • igre ritma z besedili in tolkali | <ul style="list-style-type: none"> • ritmično izražanje | |

| | | | |
|---|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • utrdijo znane ples • se čustveno sprostitjo • se naučijo novih plesov • se družijo z vrstniki • se gibalno razvijajo | <ul style="list-style-type: none"> • vadba ljudskih plesov • plesanje družabnih plesov • sodobni plesi | <ul style="list-style-type: none"> • ljudski in družabni plesi | |
| ŠPORTNI PROGRAM | | | |
| <p>Učenci:</p> <ul style="list-style-type: none"> • okrepijo srčno žilni sistem • pridobijo na samozavesti • se socializirajo | <ul style="list-style-type: none"> • različne takalne igre • tehnike starta • tekmovanje na 100 metrov in več • štafetni tek | <ul style="list-style-type: none"> • tek | |
| <ul style="list-style-type: none"> • razvijejo odzivno moč • razvijejo koordinacijo pri skoku z zaletom • pridobijo na samozavesti • tekmujejo v skoku v daljino z zaletom | <ul style="list-style-type: none"> • vadba zaleta • odmerjanje korakov • vadba odriava • vadba leta z doskokom • tekmovanje – skok v daljino z zaletom | <ul style="list-style-type: none"> • skok v daljino z zaletom | <ul style="list-style-type: none"> • za vsa tekmovanja iz športnega programa priporočamo, da se odvijajo po pravilih Specialne olimpiade Slovenije |
| <ul style="list-style-type: none"> • razvijajo odzivne moč • razvijajo koordinacijo gibanja • spoznajo tekmovalna pravila • krepijo samozavest | <ul style="list-style-type: none"> • vaje za stopnjevanje hitrosti • vaje za odziv • tehnika skoka (prekoračno) • vaje za pravilen doskok • odmerjanje zaleta | <ul style="list-style-type: none"> • skok v višino | |
| <ul style="list-style-type: none"> • krepijo mišice rok • razvijajo natančnost • sprejemajo občutek zmage in poraza • razvijajo samozavest • tekmujejo po pravilih | <ul style="list-style-type: none"> • metanje naravnih materialov v naravi • metanje žogice v cilj (met pod pravilnim kotom) • tekmovanje – met 250g žogice v daljino | <ul style="list-style-type: none"> • met žogice | |

| | | | |
|---|--|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • krepijo mišice rok, nog in hrbta • razvijajo natančnost usmerjanja • krepijo samozavest | <ul style="list-style-type: none"> • suvanje manjše žoge • suvanje lažje krogle • suvanje čez vrstico • suvanje krogle v tekmovalnih pogojih, z mesta | <ul style="list-style-type: none"> • suvanje krogle | |
| <ul style="list-style-type: none"> • krepijo mišice rok, nog in hrbta • razvijajo prostorsko orientacijo • razvijajo natančnost usmerjanja • krepijo samozavest | <ul style="list-style-type: none"> • prijemi • zamahovanja • meti • bližanja • zbijanja • tekmovanje v elementih balinanja • ekipna tekmovanja | <ul style="list-style-type: none"> • balinanje | |
| <ul style="list-style-type: none"> • se prilagodijo vodi • povečujejo pljučno kapaciteto • krepijo srčno žilni sistem • izboljšajo vzdržljivost • se učijo plavalne sloge • poznajo tekmovalna pravila • pridobivajo na samozavesti | <ul style="list-style-type: none"> • vaje dihanja • vaje plovnosti in drsenja • vaje potapljanja • vadba proste tehnike • vadba prsne tehnike • vadba hrbtne tehnike • tekmovanje na 50 in 100m v eni izmed tehnik plavanja | <ul style="list-style-type: none"> • plavanje | |
| <ul style="list-style-type: none"> • razvijajo prostorsko orientacijo • razvijajo natančnost usmerjanja • izboljšajo vodenje žoge • izboljšajo podajanje • izboljšajo ujemanje • razvijajo hitrost • razumejo pravila igre • krepijo samozavest | <ul style="list-style-type: none"> • vaje vodenja • podajanje • vadba elementov košarke • met na koš • igra 5:5 • spretnosti moštvene košarke 5:5 • pokrivanje in odkrivanje v igri | <ul style="list-style-type: none"> • košarka | |

| | | | |
|--|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • razvijajo koordinacijo • razvijajo natančnost in koncentracijo • razumejo osnovna pravila • upoštevajo pravila | <ul style="list-style-type: none"> • vadba elementov namiznega tenisa • vadba začetnega udarca • vadba povratnega udarca • igra posamično • igra dvojic | <ul style="list-style-type: none"> • namizni tenis | |
| <ul style="list-style-type: none"> • razvijajo koordinacijo oko-noga • razvijajo splošno telesno vzdržljivost • krepijo moč rok in trupa • razvijajo prostorsko orientacijo • krepijo samozavest • sodelujejo v skupini • spoštujejo pravila | <ul style="list-style-type: none"> • vaje podajanja in sprejemanja • vaje vodenja • vaje streljanja • vaje varanja in preigravanja • vaje igralnih situacij • igra | <ul style="list-style-type: none"> • nogomet | |
| <ul style="list-style-type: none"> • razvijajo ravnotežje • razvijajo moč nog in medeničnega obroča • razvijajo koordinacijo • razvijajo prostorsko orientacijo • povečajo vzdržljivost • krepijo srčno žilni sistem • pridobivajo na samozavesti | <ul style="list-style-type: none"> • izbira kolesa • nastavitev kolesa • poznavanje in vzdrževanje kolesa • poznavanje cestno prometnih predpisov • varnost in oprema • vožnja na daljše razdalje • vadba v tekmovalni situaciji | <ul style="list-style-type: none"> • kolesarstvo | <ul style="list-style-type: none"> • vedno izbiramo kolo za določenega učenca • obvezna uporaba čelade in ščitnikov za kolena in komolce |
| <ul style="list-style-type: none"> • spoznavajo opremo • izboljšujejo ravnotežje • razvijajo moč nog in trupa • razvijajo koordinacijo gibanja rok in nog • povečajo vzdržljivost • pridobijo na samozavesti | <ul style="list-style-type: none"> • ponoviti že osvojene veščine • učenje novih veščin (hitri starti, sprint) • tekmovanje na 100m in več | <ul style="list-style-type: none"> • krppljanje | |

| | | | |
|--|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • spoznavajo opremo • razvijajo koordinacijo • krepijo srčno žilni sistem • krepijo mišice celega telesa • razvijajo ravnotežje • razvijajo samostojnost • sodelujejo na tekmovanjih | <ul style="list-style-type: none"> • ponoviti že osvojene veščine • učenje novih veščin (tehnika klasičnega smučarskega teka, drsalna tehnika) • tekmovanje na 100m in 500m in več | <ul style="list-style-type: none"> • tek na smučeh | |
| <ul style="list-style-type: none"> • se navajajo na hitrost • premagajo strah • razvijajo koordinacije • krepijo mišice celega telesa • razvijajo spretnost smučanja • razvijajo samostojnost | <ul style="list-style-type: none"> • vaje za pravilno tehniko smučanja • vožnja z vlečnicami • smučanje med količki • vadba tekmovalne situacije na lažjih terenih • vadba tekmovalne situacije na zmerno težkih terenih • uporabiti sedežnico • tekmovanje | <ul style="list-style-type: none"> • alpsko smučanje | |

3.2. RAZŠIRJENI PROGRAM

Razširjen program je sestavni del učnega načrta posebnega programa vzgoje in izobraževanja. Splošni cilji so:

Učenci:

- doživijo veselo, sproščeno in prijetno življenje v novem okolju;
- vzpodbujajo in razvijajo primeren odnos do ljudi;
- oblikujejo pozitivne vedenjske vzorce;
- spoznavajo potrebne socialne, delovne in kulturne izkušnje;
- zadostijo naravne potrebne po gibanju ;
- razvijajo psihofizične sposobnosti;
- imajo možnosti gibalno-športne aktivnosti;
- se vključujejo v tekmovalni sistem na različnih nivojih;
- na osnovi konkretnosti spoznavajo novo okolje in pridobivajo nove izkušnje;
- izrazijo sposobnosti in spretnosti na različnih področjih vzgoje in izobraževanja;
- ustvarjajo pozitivne medsebojne odnose;
- upoštevajo načelo medsebojne pomoči in spoštovanja;
- razvijajo ekološko osveščenost;
- razvijajo drugačen - poglobljeni odnos do učitelja;
- pridobivajo pozitivno samopodobo.

3.2.1. ŠPORTNI DNEVI IN TEKMOVANJA

V športne dneve vključimo vse učence. Vsebina, organizacija in izvedba morajo biti natančno opredeljeni in brezhibno izpeljani. Glede na posebnosti populacije je potrebno zagotoviti zadostno število spremljevalcev in poskrbeti za popolno varnost.

Število športnih dni naj bo smiselno razporejeno skozi vso leto. Vsaka skupina določi vsebino glede na njene sposobnosti.

- krajši, daljši izleti
- pohodi (letni, zimski)
- orientacijski pohodi
- kolesarjenje
- aktivnosti na trim stezah ali učnih poteh
- razna športna tekmovanja (med stopnjami, na lokalni ali regijski ravni)
- obisk športnih prireditev
- družabne igre v naravi, poligoni
- kros
- zimske vsebine (sankanje, smučanje, tek na smučeh, krpljanje, drsanje...)
- poletne vsebine (kopanje na kopališčih, morju, jezerih...)

Na vsakem športnem dnevu lahko ponudimo več vsebin glede na interese in sposobnosti posameznikov. Pomembno je, da so aktivni vsi mladostniki in da jim športni dan pomeni prijetno doživetje.

Tekmovanja so nadgradnja športne vzgoje in interesnih dejavnosti. Pri tekmovanjih oseb z zmernimi, težjimi in težkimi motnjami v duševnem razvoju je glavno načelo, da ima vsak športnik enake možnosti za udeležbo na vsakem tekmovanju, na svoji ravni sposobnosti.

To zagotovimo s tem, da športnike ali športna moštva razdelimo v tekmovalne skupine glede na dosežene rezultate v predtekmovanjih.

Veliko vlogo pri treningih, tekmovanjih in organizaciji športnih prireditev imajo lahko prostovoljci.

Vse igre in tekmovanja na vseh ravneh naj odražajo poleg tekmovalnosti še predvsem vrednote kot so: druženja; sklepanja prijateljstva; družabna srečanja na kulturnih, umetniških, zgodovinskih in socialnih področjih; ogled znamenitosti; aktivnosti najrazličnejših delavnic...

Tekmovanja v prvem triletju naj bodo predvsem na lokalni ravni, nato pa se naj skozi ostala triletja postopno širijo glede na športne dosežke posameznikov na: regijski, državni, mednarodni in svetovni nivo.

Za sodelovanje na športnih tekmovanjih se mora posameznik odločiti sam, ves čas ko je v tekmovalnem sistemu pa mora imeti strokovno pomoč in popolno podporo

3.2.2. INTERESNE DEJAVNOSTI

Z interesnimi dejavnostmi bogatimo in dopolnjujemo redno športno dejavnost. Vanjo se vključujejo učenci prostovoljno, po svojih interesih in sposobnostih. Z vsebino bogatimo njihov prosti čas in dvigujemo kvaliteto življenja.

Interesne dejavnosti se planirajo na začetku šolskega leta in potekajo skozi vso leto. Izbira je prepuščena organizaciji, izvajalcu in učencem glede na materialne in kadrovske pogoje ter tradicijo kraja. Vsebinsko naj bodo številne, da lahko učenci zadovoljujejo čimveč svojih potreb:

- planinarjenje
- pohodništvo
- jahanje
- plesne dejavnosti (folklor, aerobika, navijaške skupine...)
- treningi raznih športov
- športne vsebine po izbiri (motorične aktivnosti - MATP, judo, fitnes, lokostrelstvo, rolkanje, kotalkanje...)

3.2.3. ŠOLA V NARAVI

Šola v naravi predstavlja preneseno učno – vzgojno dejavnost v novo okolje. Pri tej obliki se najbolj prepletajo vse vsebine posebno vzgojno izobraževalnega programa.

Osnovni namen je omogočiti učencem, da v novem okolju opravljajo aktivnosti, ki pozitivno vplivajo na njih in jim nudijo čimveč zadovoljstva.

Glede na pogoje, ki jih ima posamezna organizacija lahko organizira naslednje vsebine:

- letovanje na morju
- zimovanje
- gozdne šole
- indijanske tabore
- taborenja
- vsebine doživljajske pedagogike...

4. OPIS OSVOJENIH ZNANJ IN VEŠČIN

V nadaljevalnem programu osnovnošolske ravni I ni predvideno podajanje opisne ocene osvojenih znanj in veščin, vendar je vsekakor potrebno evalvirati posameznikov napredek v okviru individualiziranega programa, saj je to osnova za nadaljevanje načrtovanja njegovega učno vzgojnega procesa in torej za načrtovanje novih operativnih ciljev.

5. ZNANJA, KI JIH MORAJO IMETI IZVAJALCI

Učni načrt posebnega programa vzgoje in izobraževanja za področje gibanje in športna vzgoja lahko izvajajo:

- univerzitetni diplomirani defektolog
- univerzitetni diplomirani defektolog, specialni pedagog z dodatnim znanjem iz športnega področja, ki ga pridobi s strokovnim spopolnjevanjem
- profesor telesne vzgoje z dodatnim defektološkim izpopolnjevanjem

Za kvalitetno izvajanje učnega procesa v skupini kot asistenca učitelju - varuh negovalec

6. PRILOGA

6. 1. Specialno-didaktična priporočila

Za celostno poznavanje učenčeve osebnosti je zelo pomembno poznavanje in spremljanje razvoja gibalnih sposobnosti, telesnih posebnosti in športnih znanj. Le tako lahko strokovno načrtujemo svoje delo in ocenjujemo znanja in veščine za svoje učence.

Četrta stopnja dopolnjuje gibalno - športno področje predhodnega devetletnega obdobja. Opredeljuje gibalne, športne in rekreativne vsebine, kjer učenec deluje in živi v skladu s pridobljenimi in priučenimi znanji na področju rekreacije in športa. Sposobnosti in znanja uporablja za tekmovalno in rekreativno preživljanje prostega časa in za kvalitetnejšo življenje. Posebna pozornost je usmerjena v oblikovanje samopodobe in uresničevanje samozagovornišva.

Kompleksnost vsebin s tega področja je z razvojem vedno bolj zahtevna; na telesnem, gibalnem, čustvenem in socializacijskem področju se pojavljajo velike spremembe; stiki z ožjim in širšim okoljem so pogostejši.

Številnim učencem motnje v telesni zgradbi, gibanju in zdravstvenem stanju ne bodo omogočale doseganje gibalno-športnih sposobnosti vzporedno z rastjo, dozorevanjem in napredovanjem v posamezne stopnje. Tem mladostnikom se z individualiziranim programom dela omogočimo gibalni razvoj do najvišjih danih možnosti.

Del vsebin se naj izpelje v obliki športnih dni, interesnih dejavnosti, šol v naravi in raznih tekmovanj. Vsebine so predlagane v razširjenem programu gibalno – športnega področja.

V skladu s programom se na koncu četrte stopnje stanje učenca oceni opisno, končna ocena pa se poda po zaključku pete stopnje.

6.2. Medpodročne povezave

Področje gibanje in športna vzgoja se tesno povezuje z vsemi ostalimi področji Posebnega programa vzgoje in izobraževanja.

Gibalni razvoj je temelj vseh ostalih področji v življenju človeka, ki jih ta s svojim odraščanjem pridobiva.

Vse vsebine področja gibanje in športna vzgoja so tesno povezane z uspešnostjo posameznika na drugih področjih:

- Razvijanje samostojnosti
- Glasbene vzgoje
- Splošne poučenosti
- Likovne vzgoje
- Delovne vzgoje

6. 3. Časovni okvir

Za nadaljevalni program osnovnošolske ravni I za področje Gibanje in športna vzgoja Posebni program vzgoje in izobraževanja, ki je bil sprejet 5. 6. 2003, na 58. seji Strokovnega sveta Republike Slovenije za splošno izobraževanje, predvideva v predmetniku naslednji časovni okvir:

1. A. ZA NADALJEVALNI PROGRAM OSNOVNOŠOLSKE RAVNI I – OSNOVNI:

| Področje/leta šolanja | 4.stopnja | | |
|----------------------------------|----------------------|----------------------|----------------------|
| | 10. leto | 11. leto | 12. leto |
| GIBANJE IN ŠPORTNA VZGOJA | 5 ur tedensko | 5 ur tedensko | 5 ur tedensko |
| Število tednov v letu | 35 | 35 | 35 |
| Število ur letno | 175 | 175 | 175 |

1. B. ZA NADALJEVALNI PROGRAM OSNOVNOŠOLSKE RAVNI I - RAZŠIRJENI

| Področje/leta šolanja | 4.stopnja | | |
|-----------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| | 10. leto | 11. leto | 12. leto |
| INTERESNE DEJAVNOSTI | 1 ura tedensko | 1 ura tedensko | 1 ura tedensko |
| Število tednov v letu | 35 | 35 | 35 |
| Število ur letno | 175 | 175 | 175 |
| ŠPORTNI DNEVI | 5 dni | 5 dni | 5 dni |
| ŠOLA V NARAVI | | | |

1.C. ZA VZGOJNI PROGRAM (socializacijsko namestitveni) nadaljevalni program

| Področje/leta šolanja | 4.stopnja | | |
|----------------------------------|----------------------|----------------------|----------------------|
| | 10. leto | 11. leto | 12. leto |
| GIBANJE IN ŠPORTNA VZGOJA | 5 ur tedensko | 5 ur tedensko | 5 ur tedensko |
| Število tednov v letu | 52 | 52 | 52 |
| Število ur letno | 260 | 260 | 260 |

6. 4. Kako uporabljamo učni načrt

Učni načrt za Gibanje in športno vzgojo za nadaljevalni program osnovnošolske ravni I. predstavlja nadaljevanje prvega dela osnovnošolske ravni.

- Učni načrt je osnova za pripravo izvajalčevega letnega delovnega načrta;
- pri načrtovanju mora upoštevati posebnosti organizacije, materialne in kadrovske pogoje ter sposobnosti učencev;
- skladno z učnim načrtom se izvajalec odloči, kolikšen del celotnega časa bo posvetil določenim dejavnostim in vsebinam (glede na : materialne, kadrovske, geografske pogoje in glede na tradicijo in interes);
- za dosego ciljev lahko izvajalec doda druge vsebine, ki so bolj primerne glede pogojev;
- izbira vsebin, metod in oblik dela mora biti taka, da se mladostniki počutijo prijetno, sproščeno in da uživajo v dejavnosti, s tem se razbremenijo in sprostijo;
- za doseganje uspešnosti in motivacije mora izvajalec upoštevati heterogenost mladostnikov in zato prilagajati zahteve vsakemu posamezniku;
- mladostnikom, ki ne bodo dosegali osnovnih znanj in veščin, se z individualiziranim programom opredeli vsebina primerna njihovim gibalnim sposobnostim;
- z individualiziranim programom se opredeli pedagoški ali terapevtski individualni pristop.