

*Študijski program: VSE ŠTUDIJSKE SMERI*

## **Predmet: ŠPORTNA VZGOJA**

**Letnik: 1. in 2. vseh študijskih smeri**

### **1. VZGOJNO-IZOBRAŽEVALNI CILJI**

- *VZGOJNI CILJI* - podpira normalen tok razvoja mladega organizma, oblikuje pravilen odnos do športa kot dela športne kulture in pripravlja bodočega intelektualca na življenje in delo.
- *ZDRAVSTVENI CILJI* - utrjuje zdravje in zdrav način življenja, ter higienske navade.
- *TEKMOVALNI CILJI* - krepi človekovo ustvarjalnost, njegovo samopotrjevanje, uveljavljanje in izražanje z motoričnimi sredstvi, izboljšuje človekove funkcionalne in motorične sposobnosti.
- *RAZVEDRILNO-REKREATIVNI CILJI* – navajajo na smotrno izrabo prostega časa in krepijo sposobnost za delo.

Osnovni cilj športne vzgoje je skladen razvoj mladega človeka. Še bolj pomembno je to za študente PeF, ki bodo bodoči učitelji mladih in bodo v tem smislu tudi vzgajali.

### **2. VSEBINA**

*IZBIRNE ŠPORTNE ZVRSTI:* odbojka, košarka, plavanje, tenis, alpsko smučanje, nogomet, namizni tenis, badminton, splošna vadba, aerobika, ples, kolesarstvo, joga, prosto plezanje, drsanje, športne aktivnosti v naravi, atletika, tečaji.

### **3. POVEZANOST Z DRUGIMI PREDMETI**

Športna vzgoja se povezuje z naravoslovnimi, družboslovnimi in humanističnimi predmeti.

### **4. ŠTUDIJSKA LITERATURA**

*Priporočljiva:*

