

UNIVERZA V LJUBLJANI

FAKULTETA ZA ŠPORT

DIPLOMSKO DELO

Janja Düe

Ljubljana, 2016

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA ŠPORT
Smer študija: Športno treniranje
Izbirni predmet: Kondicijsko treniranje

DIDAKTIČNA NAVODILA V UČNIH NAČRTIH ZA ŠPORTNO VZGOJO

DIPLOMSKO DELO

MENTORICA
prof. dr. Marjeta Kovač
RECENZENT
doc. dr. Gregor Starc
KONZULTANT
prof. dr. Gregor Jurak

Avtorica dela
Janja Düe

Ljubljana, 2016

ZAHVALA

Najprej bi se rada zahvalila svoji mentorici prof. dr. Marjeti Kovač za vso pomoč, strokovne nasvete, podporo in predvsem potrpežljivost pri izdelavi diplomske naloge.

Največja zahvala gre mojima staršema, ki sta me vsa ta leta študija podpirala in spodbujala.

Na koncu pa se zahvaljujem možu in sinu, ki predstavljata pomemben del mojega življenja, za vso podporo in ljubezen.

Brez vas mi ne bi uspelo. Hvala.

KLJUČNE BESEDE: osnovnošolsko izobraževanje, učni načrti, športna vzgoja, cilji, vsebine, didaktična priporočila.

DIDAKTIČNA NAVODILA V UČNIH NAČRTIH ZA ŠPORTNO VZGOJO

Janja Düe

Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, 2016

Športno treniranje, Kondicijska priprava

ŠTEVILO STRANI: 158; ŠTEVILO PREGLEDNIC: 6; ŠTEVILO VIROV: 65

IZVLEČEK

Namen diplomskega dela je obravnava strukture osnovnošolskih učnih načrtov pri predmetu, ki se v danes aktualnem predmetniku imenuje šport. V diplomsko delo so vključeni učni načrti, ki so bili potrjeni v obdobju od konca druge svetovne vojne pa vse do danes. Primerjava je bila narejena med številom ur, namenjenih predmetu, cilji, vsebinami in didaktičnimi priporočili. V uvodu diplomskega dela so predstavljeni teoretični pojmi, ki so povezani z učnimi načrti in vzgojo ter izobraževanjem v osnovni šoli. Uvodu sledi opis vsakega od obravnavanih učnih načrtov, temu pa razprava, ki je nastala na podlagi analize strokovne in znanstvene literature. Ugotovljeno je bilo, da se je predmetu šport v predmetniku namenjala vedno večje število ur in strokovne pozornosti. V preučevanih sedemdesetih letih se je ohranila skrb za zdrav razvoj učencev, zaradi družbenih sprememb pa so se izrazito spremenili nekateri cilji predmeta. Cilji so postali tudi bolj natančno določeni in strukturirani. Nekaterih vsebin, ki so bile pomemben del učnih načrtov v preteklosti, danes v njih ne zasledimo več. Nekaterim vsebinam se je zahtevnost povečala, medtem ko se je drugim zmanjšala. Danes predstavljajo didaktična priporočila za učitelja pomembne smernice za izpeljavo predmeta, ki se vse bolj osredotoča v individualne pristope in spoštovanje različnosti učencev.

KEY WORDS: primary school education, syllabuses, Physical education, aims, contents, didactic recommendations.

DIDACTIC INSTRUCTIONS IN PHYSICAL EDUCATION SYLLABUSES

Janja Düe

University of Ljubljana, Faculty of Sport, 2016

Sport training, Physical preparation

NUMBER OF PAGES: 158; NUMBER OF TABLES: 6; NUMBER OF SOURCES: 65

ABSTRACT

The intention of the diploma work is to deal with the structure of the syllabuses of primary school for the subject physical education. Diploma gathers syllabuses that have been confirmed from the time after the second world war until today. The comparison has been made between the amount of hours of the subject in the curriculum, aims, contents and the didactic recommendations. The introduction presents the theoretical contents regarding primary school education and the curriculum. The description of every individual syllabus follows the introduction and is based on the analysis of professional and scientific literature. It was discovered that the amount of hours for the subject physical education has increased over the years and the subject is receiving more professional attention. The care for the healthy lifestyles of the pupils has been maintained through all the seventy years which has been covered in the diploma work, but because of the changes of the society many of the aims altered. The aims are nowadays more precise and structured. Some of the contents that were very important in the history are nowadays no more part of the syllabuses. Some contents are today much more demanding and the others less. Nowadays the didactic recommendations are very important guidelines for teachers. The teachers focus on individual approaches and respect the diversity of pupils.

KAZALO

1	UVOD	8
2	PREDMET IN PROBLEM	24
3	CILJI DIPLOMSKE NALOGE	25
4	METODE DELA	26
5	REZULTATI.....	27
5.1	PREDSTAVITEV UČNEGA NAČRTA ZA FIZKULTURO ZA OSNOVNO ŠOLO IZ LETA 1946	27
5.2	PREDSTAVITEV UČNEGA NAČRTA ZA FIZKULTURO ZA OSNOVNO ŠOLO IZ LETA 1948	32
5.3	PREDSTAVITEV UČNEGA NAČRTA ZA TELESNO VZGOJO ZA OSNOVNO ŠOLO IZ LETA 1950	48
5.4	PREDSTAVITEV UČNEGA NAČRTA ZA TELESNO VZGOJO ZA OSNOVNO ŠOLO IZ LETA 1953	55
5.5	PREDSTAVITEV UČNEGA NAČRTA ZA TELESNO VZGOJO ZA OSNOVNO ŠOLO IZ LETA 1962	66
5.6	PREDSTAVITEV UČNEGA NAČRTA ZA TELESNO VZGOJO ZA OSNOVNO ŠOLO IZ LETA 1966	75
5.7	PREDSTAVITEV UČNEGA NAČRTA ZA TELESNO VZGOJO ZA OSNOVNO ŠOLO IZ LETA 1973	85
5.8	PREDSTAVITEV UČNEGA NAČRTA ZA TELESNO VZGOJO ZA OSNOVNO ŠOLO IZ LETA 1984	94
5.9	PREDSTAVITEV UČNEGA NAČRTA ZA ŠPORTNO VZGOJO ZA OSNOVNO ŠOLO IZ LETA 1998	102
5.10	PREDSTAVITEV UČNEGA NAČRTA ZA PREDMET ŠPORT ZA OSNOVNO ŠOLO IZ LETA 2011	113
6	RAZPRAVA.....	124
7	SKLEP.....	151
8	VIRI.....	153

1 UVOD

Pomen gibanja je za človeka nedvomno zelo velik, še posebno v današnjem času, ko prevladuje sedeči način življenja. Gibanje je za razvoj človeka, njegovih sposobnosti, navad in pogledov na življenje najvažnejše v otroški dobi, saj ima dokazano številne koristi za zdravje tako v otroštvu kot v kasnejših življenjskih obdobjih (Dietz, 1998). Slab telesni fitness otrok in mladine, ki ga zaznavamo v zadnjih dveh desetletjih, je negativno povezan s številnimi boleznimi, ki jih je mogoče preprečiti, hkrati pa predstavlja resen trenutni in bodoči problem za javno zdravje (WHO, 2010). Redna gibalna dejavnost med otroštvom lahko skupaj s pravilno prehrano vodi do izboljšanja fizioloških in morfoloških kazalnikov pri otrocih in mladostnikih (Owen idr., 2010). Študije kažejo, da so gibalno nedejavni otroci izpostavljeni večjemu tveganju za presnovne (Ekelund idr., 2007) in srčno-žilne bolezni (Andersen idr., 2006). Gibalna dejavnost v otroštvu in adolescenci pripomore k normalnemu razvoju okostja, poleg tega pa je povezana z boljšim duševnim zdravjem: z višjo stopnjo samopodobe in nižjo stopnjo tesnobe in stresa (Dietz, 1998).

Kljub omenjenim koristim za zdravje v zadnjem desetletju pri otrocih zaznavamo čedalje bolj pasiven način življenja, ki je povezan z upadom porabe energije (te Velde idr., 2007). Vse več otrok poleg sedečega časa v šoli preživi sede tudi svoj prosti čas pri gledanju televizije in igranju igrice (Stettler, Signer in Suter, 2004; te Velde idr., 2007). Stettler s sodelavci (2004) ugotavlja, da je čas sedenja otrok obratno sorazmerno povezan z njihovo gibalno dejavnostjo.

Včasih je življenjski slog narekoval in tudi omogočal veliko dejavnega gibanja zunaj. Danes otroci cele dneve preživijo sede v zaprtih prostorih, saj jih zaradi zaščitniških praks staršev ti ne odpeljejo na odprte površine, otroška igrišča, otroci ne hodijo več peš v šolo ali po drugih opravkih. Zaradi narave šolskega dela je veliko sedenja tudi v šoli. Največkrat otroci nimajo niti možnosti za gibanje, posebej v mestnih šolskih okoljih, kjer je prostor za igranje omejen.

Starc in Kovačeva (2007) poudarjata, da je težko definirati pojem življenjski slog in da sam pojem vključuje številne ekonomske in kulturne razsežnosti. Navajata predvsem dihotomijo med individualnim in skupinskim pristopom: »V sodobni družbi poteka debata o razmerju med individualnostjo in skupinskostjo in če del ljudi zagovarja in verjame v idejo, da smo sami odgovorni za svoj življenjski slog, drugi del poudarja, da je življenjski slog posameznika odvisen tudi od mnogih družbenih, kulturnih in ekonomskih dejavnikov, na katere nima neposrednega vpliva. Lahko bi torej rekli, da smo v svoji izbiri življenjskega sloga svobodni, vendar zgolj znotraj določenih okvirov, ki jih vzpostavlja naše okolje.« (Starc in Kovač, 2007, str. 29–30).

Na otrokov življenjski slog tako v veliki meri vpliva družbeno okolje. Družba, ki jo poosebljajo različne institucije (npr. šolstvo in zdravstvo), namreč želi le najboljše (kar se kaže tudi v večnem dvomu o primernosti in učinkovitosti sistema), zato otrokovega in mladostnikovega razvoja noče prepustiti samo naključjem, ampak ga želi v čim večji meri upravljati v določeni smeri. Pri tem naletimo na številne težave, s katerimi se soočajo tako oblikovalci ustreznih politik (izobraževalnih, prehranjevalnih, zdravstvenih), strokovnjaki, ki vsak na svojem področju pripravljajo kurikularne koncepte, kot tisti, ki delajo v praksi in poskušajo najti ravnovesje med zahtevami mladih in omejenimi možnostmi, ki jih ponuja širša družba (Kovač idr., 2015).

Ker današnji otroci velik del dneva preživijo v šoli (zaradi različnih obveznosti pouk traja lahko tudi vse do 15.00 ali celo do 16.00 ure), je naloga šole, da otroku vsaj takrat, ko je v šoli, omogoči dovolj gibanja v družbi vrstnikov, ga ozavešča in vzgaja glede pomena gibanja. To šola lahko naredi z obveznim predmetom šport in različnimi drugimi organizacijskimi oblikami, kot so športni dnevi, šole v naravi, obvezni in neobvezni izbirni predmeti, športne interesne dejavnosti, šolska športna tekmovanja, različni dodatni programi, pa tudi organizacijo šolskega vsakdana, ki lahko podpira ali zavira otrokovo gibalno dejavnost (Jurak in Kovač, 2009; 2010). Gotovo je najpomembnejši redni pouk športa¹, kajti vanj so vključeni vsi osnovnošolci, zato ni vseeno, kako so oblikovani učni načrti za ta predmet. Učni načrt namreč daje pomembne usmeritve učitelju za učinkovito izpeljavo pouka. Pri

¹ Predmet se v osnovnošolskem sistemu od šolskega leta 2012/2013 sicer imenuje šport, širše pa uporabljamo v stroki izraz športna vzgoja, zato je to tudi največkrat uporabljen izraz v tej nalogi.

tem pa ne smemo zanemariti tudi vseh drugih dejavnosti, povezanih s športom otrok in mladine.

KAJ JE UČNI NAČRT?

Kristan je leta 1987 učni načrt definiral kot: »Učni načrt posameznega vzgojno-izobraževalnega predmeta ali vzgojnega področja je uradna listina, v kateri se kažejo temeljna vzgojna prizadevanja družbe in temeljna strokovna doktrina tega predmeta ali vzgojnega področja.« (Kristan, 1987, str. 9).

Učni načrt je torej uradni dokument, ki ga za vsak predmet v šolskem predmetniku pripravi stroka. V njem poskuša opredeliti temeljno poslanstvo predmeta (njegovo t.i. družbeno funkcijo), navede cilje, vsebine in didaktične napotke za učinkovito delo učitelja (Kovač, 2016).

Učni načrt zagotavlja enotnost, načrtnost, sistematičnost in smotrnost vzgojno-izobraževalnega dela. Usmerja učitelje, jim pomaga in jim omogoča, da lahko kar najbolje uresničujejo splošne cilje učnega predmeta, ki so navedeni v učnem načrtu (Kristan, 1987).

Učni načrti so lahko zaprti ali odprti.

Zaprti učni načrt učitelju zelo natančno predpisuje cilje, standarde znanja, določa vsebine, načine dela pri pouku, posamezne pojme, ki jih je v določenem razredu treba usvojiti, in načine usvajanja vsebin.

Pri zaprtem učnem načrtu sta učiteljeva in učenčeva svoboda omejeni. Učitelj je bolj v vlogi pasivnega uresničevalca učnega načrta, učenec pa je prejemnik vnaprej določenih konkretnih ciljev in vsebin (Strmičnik, 2001).

Zaprti učni načrti so primerni predvsem za tiste učitelje, ki šele začenjajo svojo poklicno pot, saj jim s tem, ko vse natančno določajo in predpisujejo, pomagajo pri izdelavi letne priprave na pouk in načrtovanju posameznih ur. Primerni so tudi za tiste učitelje, katerim morda primanjkuje strokovnega znanja in motivacije.

Odprt učni načrt dopušča učitelju več svobode. Določa ključne cilje in vsebine, ki jih je treba doseči, navadno jih ne postavlja za vsak razred. Prav tako so standardi znanja, ki so običajno ena od pomembnejših sestavin odprtih učnih načrtov, navedeni navadno za neko daljše obdobje. Učitelje taki učni načrti spodbujajo, da pri uresničevanju ciljev uporabljajo sodobne načine poučevanja. Odprt učni načrt je bolj zanimiv in namenjen tistim učiteljem, ki so ustvarjalni, za svoje delo bolj motivirani, zainteresirani. S tem pa se tudi dviga kakovost športne vzgoje v šoli.

Sodobni učni načrti so vse bolj odprti in tako dajejo učitelju in učencu več svobode in prostora za ustvarjalnost.

OBLIKOVANJE UČNEGA NAČRTA

Učni načrt se oblikuje na večih ravneh, najprej na ravni države. Pristojne institucije sprejmejo nacionalni učni načrt, ki velja za vso državo. Država pa prek zakonskih in podzakonskih aktov izda tudi izvedbene dokumente, s pomočjo katerih določi sistem zaščite temeljnih človekovih pravic vseh udeležencev vzgojno-izobraževalnega procesa s pomočjo inšpekcijskih služb (Kimovec, 2008).

Potem ko so sprejeti nacionalni učni načrti za vse predmete v predmetniku, je naloga vsake šole, da izdela letni delovni načrt šole. V tem načrtu so zajeta vsa področja delovanja določene šole, od kadrovskih pogojev, materialnih pogojev dela, dejavnosti po šolskem koledarju, organizacije dela, prednostnih nalog, različnih programov, do sodelovanja s starši in nakupov nove opreme in didaktičnih pripomočkov (Kimovec, 2008).

Naloga učitelja je nato, da na podlagi uradnega učnega načrta in analize stanja (značilnosti in znanja učencev, materialni pogoji, število učencev v skupini, značilnosti kraja) izdela svojo letno pripravo na pouk za posamezni oddelek, ki ga poučuje. Letna priprava na pouk je razdeljena na tematske priprave, iz nje pa je moč razbrati vse v zvezi s poukom v določenem oddelku oziroma razredu.

Učitelj mora za vsako uro posebej izdelati še pripravo na učno uro.

Koliko načrtovanja je prepuščeno učitelju, je odvisno od strukture učnega načrta. Če je struktura nacionalnega učnega načrta zaprta, potem načrtovanja s strani učitelja ni. S tem pa se neposredno niža možnost kakovostnega vzgojno-izobraževalnega dela (Kovač in Strel, 2002; Kroflič, 1997).

KAJ JE ŠOLSKA ŠPORTNA VZGOJA IN KAKŠEN JE NJEN NAMEN?

Športna vzgoja je vzgojno-izobraževalni predmet v šoli, ki predstavlja sistematičen in organiziran proces, ki vključuje vadbo in učenje z nalogami, ki izboljšujejo gibalne in funkcionalne sposobnosti ter gibalno znanje ter tako vpliva na rast in razvoj otrok (Cugmas in Burjak, 2008).

Športna vzgoja je v vseh državah sveta definirana kot edini šolski predmet, katerega cilj je skrb za zdravo življenje otrok, saj se osredotoča tako na telesni kot mentalni razvoj otrok, igra pomembno socialno vlogo, saj uči vrednote, kaj so poštenost, samodisciplina, solidarnost, ekipni duh, strpnost in fair play (Hardman, 2010; Hardman in Marshall, 2000).

Z vstopom v šolo se otrok ne seznani le s športno vzgojo kot obliko organizirane vadbe v sklopu šolskega pouka, pač pa se seznani tudi s športno vzgojo kot organizirano zunajšolsko dejavnostjo. Športne dejavnosti v šoli pomagajo in omogočajo otroku oblikovati in razviti potencialne lastnosti, s katerimi se bo lažje vključil v vsakdanje življenje. Sposobnost otroka ni pri vseh športih enaka. Otroek je za različne športe različno motiviran, vpliv imajo tudi socializacijski dejavniki, kot je npr. družina, njegovi osebni interesi in biološki dejavniki. Družba mora to različnost spoštovati in vsakemu otroku omogočati razvoj na tistem področju športa in življenjskih dejavnosti, za katere je sam zainteresiran in ki zadovoljujejo njegove potrebe (uspešnost, tekmovalnost, igrivost, druženje ...). Družba mora biti pozorna na vse tiste posameznike, ki so v določenem športu bolj uspešni od svojih sovrstnikov in od njih odstopajo ter jih spodbujati, usmerjati v nadaljnji razvoj pri tem športu. Pomemben je tudi socialni položaj družine. Nekateri otroci zaradi slabega

finančnega stanja družine ne morejo uresničiti svojih sanj in se vključiti v športne dejavnosti, ki jih zanimajo, kot tudi v oblike organiziranih, a pogosto samoplačniških dejavnosti s strani šole. Zanje je pomembna športna vzgoja v okviru obveznih ur šolskega pouka in ne šport kot igra z vrstniki v domačem okolju, igra s prijatelji, sošolci, sorodniki ... (Doupona in Petrović, 2000).

STRATEGIJE NAČRTOVANJ ŠPORTNOVZGOJNEGA PROCESA

Na konceptualni ravni se z vprašanji določenega vzgojnoizobraževalnega področja temeljiteje ukvarja kurikularna teorija. Izhaja iz predpostavke, da ni mogoče zasnovati idealnega učnega načrta, ki bi veljal daljši čas. Hiter razvoj znanosti, tehnologije oziroma družbe nasploh zahteva nenehno evalvacijo obstoječega učnega načrta, njegovo spreminjanje, s tem pa postopno izboljšanje njegovih učinkov (Cankar, Kovač, Horvat, Zupančič in Strel, 1994), zato se učni načrti v sodobnem času pogosto spreminjajo (Jurak in Kovač, 2009).

Vsak učni načrt sestavljajo cilji, vsebine in navodila za načrtovanje oziroma modele poučevanja. Glede na to, iz katerega od omenjenih sestavin izhajamo pri načrtovanju (ali določimo cilje, vsebine ali procese poučevanja), pa se med seboj ločijo strategije načrtovanja.

V svetu so znane tri osnovne strategije načrtovanja in uresničevanja učnega načrta:

- učno-ciljna strategija,
- učno-snovna strategija,
- procesno-razvojna strategija (Cankar idr., 1994).

Učno-ciljna strategija načrtovanja in uresničevanja učnega načrta

Pri tej načrtovalni strategiji je v središču učenec, njegov osebni razvoj, njegova samorealizacija in samoaktualizacija. Usmerjenost k učenčevim potrebam pogojuje relativno avtonomnost učiteljevega dela. Ta model deluje zgolj pod predpostavko, da učni načrt pojmuje kot enosmerno komunikacijo učitelj – učenec, kjer je učenec

največkrat pasiven posameznik, ki le sprejema in ponotranja učiteljeve vplive (Kroflič, 2002).

Težave učno-ciljne strategije se po mnenju Krofliča pojavljajo iz več razlogov:

- vseh učnih ciljev se ne da izraziti v obliki želenih sprememb vedenja in védenja;
- ni mogoče predpostaviti, da si vzgojni učinki sledijo po linearni in hierarhični shemi (da vedno začnemo pri preprostih in bližnjih ter postopoma napredujemo proti kompleksnim in oddaljenim spremembam);
- učni proces nikoli ne more potekati povsem linearno od učitelja proti učencu, saj brez minimalne aktivne vloge učenca ni mogoče predpostaviti pretoka informacij, učenčevega razumevanja ali kritičnega odnosa do učne snovi;
- ob upoštevanju, da so učni učinki mnogokrat nepredvidljivi in nenamerni, si lahko predstavljamo do koliko neskladij in nezaželenih učinkov privede do potankosti v naprej določen model poučevanja (Kroflič, 2002).

Učno-snovna strategija načrtovanja in uresničevanja učnega načrta

Ta strategija je vodilna strategija načrtovanja in uresničevanja učnega načrta. Za to strategijo namreč velja, da predvideva obstoj večnih in nepredvidljivih resnic ter da vidi vlogo vzgoje in izobraževanja le v prenašanju teh resnic učencem, ki sprejemajo obstoječo znanstveno-kulturno tradicijo. Prenašanje nespremenljivih resnic, kot ključna vloga učno-snovno naravnane dela učitelja, vključuje tudi družbeno-politično funkcijo šole. Kurikulum namreč ne more biti nikoli preprosta izbira znanj, ki se slučajno pojavi na normativni ravni učiteljevega dela, ampak je vedno del selektivne tradicije in vizije legitimnega znanja neke skupine (Kroflič, 2002).

Težava učno-snovne strategije je prenatrpanost učnih načrtov:

- zaradi neprestanega in hitrega širjenja znanstvenih spoznanj, ki jih strokovnjaki za posamezne predmete ne morejo izpustiti iz vsebine učnih predmetov;
- zaradi tega, ker učno-snovna strategija izhaja ponavadi iz okvira posameznih učnih predmetov in ne iz učnega načrta kot celote. Ta razlog postane še bolj

očiten, ko posegamo v učni načrt zgolj zaradi posodabljanja vsebin posameznih predmetov, kar je v skladu s hitrim razvojem znanosti. Pri tem pa se ne zavedamo, kako ti posegi v posamezne dele učnega načrta vpivajo na celoten vzgojno-izobraževalni program (Kroflič, 2002).

Procesno-razvojna strategija načrtovanja in uresničevanja učnega načrta

Glavna naloga procesno-razvojne strategije je upoštevanje učenčevih potreb in interesov (Kroflič, 2002).

Kroflič vidi kar nekaj prednosti procesno-razvojnega načrtovanja. Te prednosti so po njegovem mnenju naslednje:

- Procesno-razvojna strategija načrtovanja vzgojno-izobraževalnih ciljev ne vidi kot vnaprej trdno določenih in od zunaj postavljenih »idealnih jazov«, temveč kot notranja načela, ki so vgrajena v vzgojno-izobraževalni proces.
- Učenec je v procesnem načrtovanju dejaven člen učne komunikacije. Če želimo doseči, da se učenec nenehno razvija v smeri avtonomne, kritične osebnosti, je pomembno, da izhajamo iz njegovih razvojnih potencialov. Zato mu moramo zagotoviti dejavno vlogo v učnem procesu in ga postopoma vključevati kot čim enakovrednejši člen pri samem načrtovanju učnega procesa.
- Vzgojno-izobraževalni proces je pojmovan kot obojestranska komunikacija med učiteljem in učencem. Učitelj ima pri tem še vedno vodilno vlogo, mora pa upoštevati razvojne sposobnosti učenca. Pomembno je, da se učitelj zaveda, da brez učenčevega dejavnega sodelovanja pri pouku ne moremo doseči razvoja njegovih kompleksnejših mentalnih struktur, ki omogočajo trajno, transferno bogato znanje in samostojno reševanje učnih problemov ter se približati osnovnemu cilju procesnega modela, to je razvoju kritičnosti, samostojnosti in ustvarjalnosti.
- Vzgojno-izobraževalni proces ni več usmerjen k doseganju vnaprej trdno določenega cilja, temveč je viden kot sam svoj cilj – naučiti se učiti ter tako zagotoviti trajen razvoj vsakega posameznika (Kroflič, 2002).

Ustrezno načrtovanje vzgojno-izobraževalnega procesa je eno temeljnih vodil pri učiteljevem delu. Učno-ciljno in procesno-razvojno načrtovanje zahtevata učitelja, ki je sposoben razmišljanja o tem, kako na različne načine doseči cilje, ki zna izbrati primerne vsebine, učne metode in oblike ter neprestano prilagaja strategije poučevanja svojim učencem in okoliščinam pouka (Kovač, Strel in Jurak, 2004).

Športnovzgojnemu področju je po svoji naravi najbližja procesno-razvojna strategija, ker upošteva razvojne zakonitosti človeka. Športnovzgojni proces pojmuje kot neprestano spodbujanje rasti posameznikove osebnosti in razvoja njegovih potencialov. Osnovno izhodišče usmerjanja učencev niso le končni cilji, ki naj bi jih dosegli učenci na določeni stopnji razvoja, temveč enakovredno poudarja nenehno rast otrokove osebnosti, s tem pa tudi pomembnost poti za dosego ciljev (Cankar idr., 1994).

Ustrezno načrtovanje zagotavlja optimalnejše uresničevanje učnega načrta. Učitelj se s tem, ko ustrezno načrtuje vzgojno-izobraževalni proces, izogne improvizaciji in rutinskemu delu. Načrtovanje pa je potrebno tudi zaradi spremljave lastnega dela, saj lahko učitelj neprestano analizira načrtovano in doseženo ter načrtuje nadaljnje delo. To daje učitelju občutek strokovne odgovornosti, strokovne kompetentnosti, gotovosti, varnosti in sproščenosti (Kovač idr., 2004).

Posodobitev učnih načrtov je le eden od korakov, kako slediti vsem spremembam v svetu, jih sprejeti in začeti upoštevati pri pouku. Je dolgotrajen proces, ki sloni na teoretičnih dognanjih, znanstvenih raziskavah in izkušnjah učiteljev praktikov (Kovač idr., 2015).

SPLOŠNA IZHODIŠČA IN CILJI DANAŠNJE ŠPORTNE VZGOJE

V začetku samostojne države je poskušal Kristan opredeliti vizijo športne vzgoje. Po njegovem mnenju je v demokratični družbi v ospredju antropološka vizija šolske športne vzgoje, ki narekuje opredelitev dveh osrednjih in enakovrednih splošnih vzgojnoizobraževalnih namenov. Ta dva namena so nato Kristan, Cankar, Kovač in Praček (1992) zapisali v gradivu Smernice šolske športne vzgoje:

- »Bližnji, kratkoročnejši namen, ki je opredeljen s sklopom pozitivnih učinkov na skladen biopsihosocialni razvoj odraščajočega in zorečega mladega človeka in
- daljni, dolgoročnejši namen, ki ga lahko opredelimo kot vzgojo za zdravo in ustvarjalno življenje, vzgojo za prosti čas, vzgojo za večjo kakovost življenja v dobi zrelosti in starosti.« (Kristan idr., 1992, str. 30).

Za dosego tega poskuša današnji učitelj slediti splošnim izhodiščem, ki so zapisana v trenutnem učnem načrtu in so namenjena učiteljem kot podlaga za njihovo delo:

- »športna vzgoja je sredstvo celostnega razvoja otroka in mladostnika,
- spoštuje načelo enakih možnosti za vse učence in upošteva njihovo različnost in drugačnost,
- pedagoški proces vodi tako, da bo vsak učenec uspešen in motiviran,
- učnosciljna naravnost učnega načrta dopušča določeno stopnjo avtonomije šole in učitelja, a hkrati zahteva prevzem strokovne odgovornosti za ustrezno izbiro vsebin, učnih metod in oblik ter organizacijskih pristopov,
- načrtno spremlja in vrednoti učenčev razvoj in dosežke ter ga spodbuja k redni športni dejavnosti,
- igra kot vir sprostitve in sredstvo vzgoje naj bo vključena v vsako uro športne vzgoje,
- spodbuja učence k humanim medsebojnim odnosom in športnemu obnašanju (ferpleju),
- posebno skrb naj nameni nadarjenim za šport in učencem s posebnimi potrebami,
- povezuje športno dejavnost z drugimi predmetnimi področji,
- pri delu uporablja informacijsko-komunikacijsko tehnologijo,
- spoštuje predpisane standarde in normativna izhodišča ter poskrbi za varnost pri vadbi« (Kovač idr., 2011, str. 4).

K antropološko zasnovanemu predmetu pa sledijo tudi v učnem načrtu zapisani splošni cilji.

»S športno vzgojo, usmerjeno v:

- zadovoljitev učenčeve prvinske potrebe po gibanju in igri,
- posamezniku prilagojen razvoj gibalnih in funkcionalnih sposobnosti,
- pridobivanje številnih in raznovrstnih gibalnih spretnosti ter športnih znanj,
- čustveno in razumsko doživetje športa,
- uresničujemo splošne cilje športne vzgoje v osnovnošolskem programu:
 - ustrezna gibalna učinkovitost in oblikovanje zdravega življenjskega sloga:
 - skladna telesna in gibalna razvitost, pravilna telesna drža,
 - zavesten nadzor telesa pri izvedbi položajev in gibanj,
 - zdrav način življenja (ustrezna kondicijska pripravljenost; telesna nega; zdrava prehrana; razbremenitev in sprostitev; ravnovesje med učenjem, športno dejavnostjo, počitkom in spanjem; odpornost proti boleznim; sposobnost prenašanja naporov; nevtralizacija negativnih učinkov sodobnega življenja),
 - usvajanje spretnosti in znanj, ki omogočajo sodelovanje v različnih športnih dejavnostih:
 - seznanjanje z varnim in odgovornim športnim udejstvovanjem,
 - spodbujanje gibalne ustvarjalnosti,
 - razumevanje koristnosti rednega gibanja in športa ter njune vloge pri kakovostnem preživljanju prostega časa,
 - pozitivno doživljanje športa, ki bogati posameznika:
 - zadovoljstvo ob gibanju, premagovanju naporov in doseganju osebnih ciljev,
 - krepitev zdravega občutka samozavesti in zaupanja vase,
 - oblikovanje pristnega, čustvenega, spoštljivega in kulturnega odnosa do narave ter okolja kot posebne vrednote,
 - oblikovanje pozitivnih vedenjskih vzorcev (spodbujanje medsebojnega sodelovanja, strpnosti in sprejemanja drugačnosti, razvoj zdrave tekmovalnosti in spoštovanje športnega obnašanja – ferpleja)« (Kovač idr., 2011, str. 7).

Kot pomembno poslanstvo današnje šole je treba učenca gibalno »opismeniti«, da postane gibalno kompetentna oseba. Avtorji v učnem načrtu (Kovač idr., 2011) povzemajo definicijo gibalne kompetentnosti, ki so jo postavili strokovnjaki v zadnjem

desetletju (Hardman, 2008) in jo uporablja svetovna strokovna javnost. »Ob redni in kakovostni športni vadbi naj bi učenec postal gibalno izobražena oseba, kar pomeni:

- da je ustrezno gibalno učinkovit glede na svoje značilnosti in stopnjo biološkega razvoja,
- da mu usvojene spretnosti in znanja omogočajo varno in odgovorno sodelovanje v različnih športnih dejavnostih v prostem času,
- da razume pomen gibanja in športa ter njunih vplivov na zdravje in
- je redno športno dejaven« (Kovač idr., 2011, str. 8).

Poleg splošnih ciljev so pomembni tudi operativni cilji, ki so osredotočeni na posamezne značilnosti vzgojno-izobraževalnih obdobj.

»Operativni cilji so opredeljeni po treh vzgojno-izobraževalnih obdobjih in so razdeljeni v štiri skupine, ki poudarjajo:

- ustrezno gibalno učinkovitost (telesni razvoj, razvoj gibalnih in funkcionalnih sposobnosti),
- usvajanje temeljnih gibalnih spretnosti in športnih znanj, ki omogočajo varno in odgovorno sodelovanje v različnih športnih dejavnostih,
- razumevanje pomena gibanja in športa,
- oblikovanje stališč, navad in načinov ravnanja ter prijetno doživljanje športa« (Kovač idr., 2011, str. 9).

Pri športni vzgoji v šoli lahko uresničimo torej številne cilje. Učenci v sproščenem, a delovnem vzdušju ob prijetnem druženju s sošolci prek gibalnih nalog osvojijo določena znanja, spretnosti, razvijajo svoje sposobnosti, pridobivajo navade in življenjske vrednote ter ozavešijo pomen gibanja in športne dejavnosti za zdravje.

Odnosi in stališča se v prvih letih življenja oblikujejo predvsem v družini, kasneje z vstopom v šolo pa pomembno vlogo prevzamejo tudi učitelji. Učitelji športne vzgoje v šolah imajo tako velik vpliv na oblikovanje otrokovega odnosa do športa. S svojo osebnostjo, zgledom in humanim pristopom lahko pritegnejo učence za pouk športne vzgoje in ukvarjanje s športom tudi zunaj šole, seveda pa jih lahko od športa tudi odvrnejo. Učitelj ne predstavlja za učence samo avtoritete, ampak tudi vzor in lahko bistveno vpliva na njihovo doživljanje predmeta in posledično tudi na odnos do predmeta, ki ga poučuje. Če zna učitelj ustrezno motivirati učence za športno vzgojo,

je velika verjetnost, da se bodo s športom ukvarjali tudi po pouku v različnih šolskih športnih interesnih dejavnostih ali v športnih društvih. Tako učenci pridobivajo športne navade za koristno preživljanje prostega časa in zavest o pomenu gibanja za ohranjanje zdravja tudi v kasnejšem življenjskem obdobju in v starosti.

VSEBINE

Učitelj uresničuje cilje z različnimi vsebinami, ki se koncentrično nadgrajujejo iz razreda v razred. Učitelj lahko v svojo letno pripravo vključi tudi druge vsebine, ki jih izbere po svoji presoji, pri tem pa upošteva značilnosti kraja, zmožnosti učencev in njihove interese. Te vsebine so za učence neobvezne, v učnem načrtu pa so zapisane poševno (Kovač idr., 2011).

Vsebine so lahko praktične ali teoretične. Praktične vsebine se pojavljajo v vseh učnih načrtih, ki so zajeti v diplomskem delu. Vsebine določenih športov se zaradi svojih pozitivnih učinkov pojavljajo že od vsega začetka in so del učnih načrtov tudi danes. Pojavljajo pa se vedno nove praktične vsebine, novi športi, ki jih lahko učitelj vključi v pouk. Vsebine morajo biti primerne razvojni stopnji otrok. Pomembno je tudi, da je izvedba vsebin, ob upoštevanju vseh načel varnosti, za učence varna.

Poleg praktičnih vsebin pa so v zadnjem obdobju del učnih načrtov tudi teoretične vsebine. S pomočjo teoretičnih vsebin učenci osmislijo in bolje razumejo šport. K celostnemu razumevanju športa in njegovih učinkov pa pripomore tudi povezovanje športnih vsebin z vsebinami drugih predmetov (t.i. medpredmetno povezovanje) (Kovač in Jurak, 2010).

Teoretične vsebine so v učnem načrtu razdeljene na:

- splošne teoretične vsebine (učenci z njihovo pomočjo usvojijo splošna znanja, navedene so ob koncu vsakega vzgojno-izobraževalnega obdobja),
- specifične teoretične vsebine (učenci z njihovo pomočjo pridobijo specifična znanja o posameznem športu, navedene pa so pri vsaki praktični vsebini v vsakem vzgojno-izobraževalnem obdobju) (Kovač in Jurak, 2010).

Učitelj predstavi teoretične vsebine skupaj s praktičnimi vsebinami.

TEŽAVE SODOBNE ŠPORTNE VZGOJE

Pred desetletjem je prvo končno poročilo svetovne raziskave o položaju športne vzgoje navajalo, da je v številnih državah »športna vzgoja bila potisnjena v obrambni položaj«, da se ji čas, ki ji je namenjen v predmetniku, zmanjšuje, da se ji ne namenja zadostnih finančnih in materialnih sredstev, da ji primanjkuje strokovno usposobljenih kadrov, zmanjšujeta se ji ugled in cenjenost, poleg tega pa je s strani oblasti potisnjena na obrobje in je podcenjena (Hardman, 2010; Hardman in Marshall, 2000).

Čeprav je že prvo končno poročilo svetovne raziskave o športni vzgoji nakazalo na vse težave, s katerimi se spopada športna vzgoja (Hardman, 2010; Hardman in Marshall, 2000), pa je tudi drugo končno poročilo svetovne raziskave o športni vzgoji, ki je bila izvedena deset let kasneje, ugotovilo, da je v prevelikem številu šol, v prevelikem številu držav otrokom kratena priložnost za ukvarjanje s športno vzgojo, ki bi lahko spremenila njihovo življenje (Hardman, 2010; Hardman in Marshall, 2000).

Trenutne svetovne in lokalne raziskave so izpostavile nekatera področja težav, ki pestijo predmet športne vzgoje. Glede na njihove ugotovitve se te težave kažejo v:

- premajhni količini časa, ki je v predmetnikih namenjen športni vzgoji;
- neustreznosti in pomanjkanju športne opreme in pripomočkov, kar je posledica premajhne finančne podpore temu predmetu;
- pomanjkanju strokovno izobraženih učiteljev športne vzgoje;
- kakovosti in primernosti obstoječih učnih načrtov;
- opazno podrejenemu položaju predmeta športne vzgoje znotraj šolskega predmetnika;
- ovirah pri zagotavljanju enakih možnosti in priložnosti za vse učence, kljub nekaterim izboljšavam, ki so se zgodila v zadnjih letih;
- zmanjševanju gibalnih sposobnosti mladih;
- velikem upadu ukvarjanja mladine s športom (Hardman, 2010; Hardman in Marshall, 2000).

Športna vzgoja je šla v zadnjih letih skozi intenziven razvoj in veliko sprememb. Kljub poskusom športnih strokovnjakov, se učitelji športne vzgoje, učenci in starši še vedno, včasih bolj, včasih manj uspešno, spopadajo s težavami, kot so zmanjševanje obveznih ur športne vzgoje, pogosto upadanje kakovosti izobraževanja, velike skupine pri športni vzgoji in naraščanje števila učencev z vedenjskimi težavami, naraščajoče število nedejavnih pri športni vzgoji in opravičenih od športne vzgoje, premajhna skrb za otroke s posebnimi potrebami, nezadostno število športnih objektov, poviševanje povprečne starosti učiteljev športne vzgoje in zmanjševanje zanimanja mladih diplomantov za delovanje na področju poučevanja športne vzgoje, nezadostne družbene in finančne nagrade za učitelje športne vzgoje, nizka delovna etika učiteljev športne vzgoje, ki se kaže kot posledica pomankljivega vrednotenja njihovega dela, majhno število učiteljev športne vzgoje, ki zasedajo vodilne položaje na šolah, pomanjkanje nadzora nad delom učiteljev, slaba organizacija učiteljev športne vzgoje, pomanjkanje finančnih sredstev za področje znanosti o športni vzgoji in športu (Hardman, 2010; Hardman in Marshall, 2000).

Problem ustreznosti učnega načrta za športno vzgojo je viden v razhajanju ponudbe šole in tistim, kar si učenci želijo oz. pričakujejo. Tradicionalne vsebine športne vzgoje imajo malo skupnega z življenjskim slogom mladih. V številnih šolah po svetu služi športna vzgoja predvsem za dokazovanje v tekmovalnem športu, kar pa je zelo ozko področje, ki naj bi ga v šolah zajemala športna vzgoja. Za številne učence taka oblika športne vzgoje omejuje možnosti za ukvarjanje s športom, namesto da bi jim širila obzorja. Zato ni čudno, da zanimanje učencev za športno vzgojo upada in da mladi postajajo vse manj dejavni. Glavna naloga bi morala biti narediti športno vzgojo za vse in ne športne vzgoje za izbrane (Hardman, 2010; Hardman in Marshall, 2000).

V KATERO SMER NAJ BI ŠLA ŠPORTNA VZGOJA V PRIHODNJE?

Pomembno je, da gre nadaljni razvoj športne vzgoje skupaj s časom. Treba je ponovno preučiti koncepte in okvire športne vzgoje in še bolj učinkovito razmisliti, kako naj bi šolska športna vzgoja izgledala sedaj in v prihodnosti. Treba je spodbuditi razmišljanja o tem, kakšno pot naj športna vzgoja v prihodnosti ubere. Pri tem pa obstajajo številna vprašanja, ki si jih moramo prej zastaviti:

- Kako lahko športna vzgoja bolje služi potrebam učencev in družbi v tem dinamičnem, vedno spreminjajočem se svetu?
- Kaj naj bi pri športni vzgoji učili?
- Kako lahko učitelji športne vzgoje bolj uspešno načrtujejo pouk?
- Katere spremembe morajo biti narejene v šoli, širši okolici in pri strokovni pripravi programov?
- Kateri novi izzivi nas čakajo v prihodnosti? (Hardman, 2010; Hardman in Marshall, 2000).

Če želimo načrtovati nadaljnje smeri razvoja športne vzgoje, moramo poznati tudi preteklost. Zato je namen te naloge preučiti razvoj učnih načrtov od konca druge svetovne vojne do današnjega časa, saj lahko le z dobrim zgodovinskim uvidom ustrezno načrtujemo prihodnost.

2 PREDMET IN PROBLEM

Predmet diplomskega dela je analiza slovenskih učnih načrtov za osnovne šole za predmet fizkultura oziroma telesna vzgoja oziroma športna vzgoja oziroma šport, ki so bili potrjeni od konca 2. svetovne vojne (1945) do leta 2012.

Problem diplomskega dela je ugotoviti razlike med temi učnimi načrti z vidika njihove strukture (opredeljenih ciljev, pojavnosti vsebin) in navedenih priporočil za učitelje.

3 CILJI DIPLOMSKE NALOGE

Cilji diplomskega dela so ugotoviti razlike med učnimi načrti za fizkulturo oz. telesno vzgojo oz. športno vzgojo oz. šport za osnovno šolo po 2. svetovni vojni z vidika:

- poimenovanja predmeta,
- števila ur, namenjenih predmetu,
- ciljev,
- vsebin in
- didaktičnih priporočil glede:
 - opravičevanja,
 - poučevanja deklet,
 - navodil o nošenju opreme,
 - navodil glede izvedbe pouka,
 - navodil glede izvedbe dodatnih programov,
 - priporočil za delo z nadarjenimi športniki.

4 METODE DELA

Za nastanek diplomskega dela je bila uporabljena monografska metoda. Diplomsko delo je nastalo na podlagi analiz strokovne in znanstvene literature. Vsa uporabljena literatura je dostopna v knjižnici Fakultete za šport, v knjižnici Zavoda Republike Slovenije za šolstvo, v Slovenskem šolskem muzeju in v Narodni in univerzitetni knjižnici v Ljubljani (NUK). V pomoč so mi bili tudi elektronski viri.

Na začetku je vsak učni načrt predstavljen s splošnega vidika njegove umeščenosti v šolski prostor (poimenovanje predmeta, dolžina obveznega šolanja, število ur v predmetniku, namenjenih predmetu fizkultura oz. telesna vzgoja oz. športna vzgoja oz. šport), nato pa sledi predstavitev namena oziroma ciljev predmeta, vsebin in didaktičnih priporočil za učitelja. V nadaljevanju je predstavljena analiza vseh preučevanih vidikov z razpravo.

Pri predstavitvi učnih načrtov smo zapise navajali dobesedno, zato je včasih uporabljeno tudi starejše izrazoslovje, ki ga nismo spreminjali. Spreminjali nismo niti tujk, ki so se pojavile v začetnih učnih načrtih in za njih stroka še ni imela ustrezne slovenske sopomenke. Na nekatere primere opozarjamo z opombami, ki so podane na spodnjem delu strani, kjer se pojavi določen izraz, ki potrebuje za boljše razumevanje strokovno pojasnilo.

5 REZULTATI

5.1 PREDSTAVITEV UČNEGA NAČRTA ZA FIZKULTURO ZA OSNOVNO ŠOLO IZ LETA 1946

Naziv predmeta

Predmet se imenuje fizkultura.

Sprejetje učnega načrta

- Učni načrt za nižje razrede osnovnih šol (1946) je odobrilo Ministrstvo za prosveto LRS (Ljudske republike Slovenije).
- Začasni učni načrt za višje osnovne šole (1946) pa je bil prav tako odobren s strani Ministrstva za prosveto LRS.

Dolžina šolanja

Šolanje je trajalo sedem let. Prvi štirje razredi (1.-4. razred) so zajeti v nižji osnovni šoli, naslednji trije razredi (5.-7. razred) pa predstavljajo višjo osnovno šolo.

Število ur, ki so namenjene predmetu

- Fizikulturi sta bili tako v nižji osnovni šoli (od 1. do 4. razreda) kot tudi v višji osnovni šoli (od 5. do 7. razreda) namenjeni po 2 uri² (po 45 minut) na teden.

² Izraz šolska ura pomeni pedagoško sekvenco, ki običajno traja 45 minut.

Cilji in naloge fizkulture

Učni načrt navaja naslednje cilje:

- podpirati pravilno rast,
- utrjevati zdravje,
- negovanje telesnih zmogljivosti,
- oblikovanje značajev,
- negovanje čuta za tovariško skupnost in ponosa.

Vsebine

Vsebine za nižjo in višjo osnovno šolo:

- telovadba
 - redovne vaje
 - izvajamo vsako uro 5-10 minut;³
 - v nižji osnovni šoli izvajamo samo tiste vaje, ki so nujno potrebne za skupno delo v osnovnih telovadnih formacijah, povelja so opisna;
 - na višji osnovni šoli pa učenci že sami vodijo desetino;
 - hoja, tek, poskoki:
 - pravilna hoja, pravilna postavitev stopal, različni načini hoje, prehod iz hoje v tek, lahek tek, poskoki;⁴
 - proste vaje:
 - gibi trupa, rok in nog, ki so pomembni za gibljivost celotnega telesa, izvajamo pa jih v različnih položajih (sed, stoja);⁵
 - v nižji osnovni šoli gre za vaje, ki predvsem posnemajo naravne kretnje ljudi, živali ali drugih naravnih pojavov;
 - vaje z orodjem:
 - uporabimo žoge, kamne, kostanje, palice;

³ Pri nekaterih vsebinah so bila navedena didaktična priporočila za njihovo izvedbo.

⁴ Pri drugih vsebinah so bili vsebinski sklopi le bolj podrobno razčlenjeni.

⁵ Tretji primer kaže na bolj podrobno členitev vsebin, hkrati pa so dodana didaktična navodila za njihovo izvedbo.

- izvajamo trkljanje v različnih položajih na različne načine, skakanje v obliki iger, kot tekmovanje med skupinami;
- talna telovadba:
 - prevali naprej in nazaj, z mesta in z zaletom, preval v paru, stoja na glavi, stoja na glavi povezano s prevalom naprej, premet v stran, preskoki in premeti preko součenca;
- vaje na orodju in orodje kot zapreka:
 - vaje se izvajajo na drogu (tudi veja na drevesu, močnejša palica), krogih, bradlji, švedski klopi, švedski skrinji, konju, mizi, kozi, vrvi, ki predstavljajo oviro;
- vaje v vesi se priporočajo, vaje v opori le izjemoma;
 - v nižji osnovni šoli se izvajajo le kratke vese;
- narodni plesi:
 - prvine narodnih plesov (prisunski korak, menjalni korak, poskoki);
 - krajevni ljudski plesi in igre, Titovo kolo;
- telovadne in športne igre:
 - v nižji osnovni šoli so to predvsem lovljenja in igre, ki slonijo na krajevni tradicionalni posebnosti (»Na pomoč«, »Petelinji boj«, »Črni mož«, »Mačka in miš«, lovljenje z zapikom ...), štafetni teki (prenašanje palice, žoge, zastavice), med dvema ognjema;
 - v višji osnovni šoli pa se izvajajo že košarka, odbojka in nogomet;
- šport
 - lahka atletika (teki, skoki, meti): hitri tek 30-60 m, vzdržljivostni tek 3-6 min, predaje štafet, lahek tek po razgibanem terenu, skok v višino, daljino in globino, preko naravnih ovir, meti male žogice v cilj, v višino, met kamna, suvanje kamna, metanje palice z mesta;
 - plavanje: prilagajanje na vodo, izdihovanje v vodo, gledanje pod vodo, vaje za prsno plavanje in crawl⁶, utrjevanje prsnega plavanja;

⁶ Navajamo avtentične zapise, čeprav danes npr. ime plavalne tehnike pišemo fonetično (kravl).

- smučanje: kepanje sneženega moža, napad na snežni bunker, sankanje, obrat na mestu na smučeh, vzpon, smuk, zaustavljanje, vijuganje;
- drsanje: tek, prestopanje, obrati in osnovni liki;
- pohodi, izleti, predvojaške vaje: hoja 5-10 km, opazovalne vaje, partizanski pohod, ustni telefon, položaj kritja, igre, petje partizanskih in narodnih pesmi;
- praktično delo: skupno čiščenje prostorov namenjenih telesni vzgoji, zasajanje dreves, nabiranje zdravilnih zelišč, uničevanje mrčesa ...

Opravičevanje

V učnem načrtu ne zasledimo navodil glede opravičevanja pri pouku fizikulture.

Poučevanje deklet

V učnem načrtu ne zasledimo nobenih posebnih priporočil za poučevanje deklet.

Navodila o nošenju opreme

V učnem načrtu je navedeno, da mora učitelj vedno, ko je to mogoče, nositi športno opremo in s tem biti zgled učencem. Pomembno pa je tudi, da učenci čimprej vadijo v primerni telovadni opremi. Oprema, ki jo poleti nosijo učenci, je sestavljena iz hlačk, vadijo bos in brez majice.

Navodila glede izvedbe pouka

- Vsak učitelj mora najkasneje do 1. oktobra izdelati podroben učni načrt, ki naj bo razdelan po tednih in ga mora imeti vedno v razredu, da ga lahko pregleda nadzornik.
- Na urah naj vlada sproščeno vzdušje (razen pri redovnih in prostih vajah, kjer sta potrebna red in disciplina).
- Učna ura je sestavljena iz treh delov, in sicer iz:
 - uvoda (5 minut), kjer se učenci postopoma razgibajo;
 - glavnega dela (30-35 minut), kjer se napor stopnjuje (proste vaje, naravne vaje na orodju, tekmovalne igre);
 - zaključka (5 minut), kjer so vključene lahke vaje umirjenja.
- Učitelj mora upoštevati načelo postopnosti.
- Če je mogoče, naj bo učitelj vedno v vadbenih oblačilih in s tem daje zgled učencem.
- Učitelj naj bo na urah živahen, aktiven in vživet.
- Učence se ocenjuje glede na njihovo prizadevnost in sposobnosti.

Poleg tega so določena navodila (o načinu izvedbe, primernosti za starostno stopnjo ...) dodana poglavju, kjer so predstavljene vsebine.

Navodila glede izvedbe dodatnih programov

V učnem načrtu ne zasledimo navodil za izvedbo dodatnih programov.

Priporočila za delo z nadarjenimi športniki

V učnem načrtu ne zasledimo priporočil za delo z nadarjenimi športniki.

5.2 PREDSTAVITEV UČNEGA NAČRTA ZA FIZKULTURO ZA OSNOVNO ŠOLO IZ LETA 1948

Naziv predmeta

Predmet se imenuje fizkultura.

Sprejetje učnega načrta

- Učni načrt za osnovne šole, nižje razrede sedemletk in višje osnovne šole je predpisalo Ministrstvo za prosveto LRS (Ljudske republike Slovenije) z odlokom II. št. 10.733, dne 21.8.1948.

Dolžina šolanja

Šolanje je bilo dolgo sedem let, razdeljeno na nižjo in višjo osnovno šolo, kjer nižja osnovna šola vključuje razrede od 1. do 4., višja osnovna šola pa razrede od 5. do 7..

Število ur, ki so namenjene predmetu

- V vsakem razredu je bila fizikulturi namenjena 1 ura na teden.
- Skupno število ur, namenjenih predmetu v nižjih štirih razredih, je bilo 160 (v vsakem šolskem letu po 40 ur, ki so bile namenjene fizikulturi). Od tega je v vsakem šolskem letu namenjenih:
 - splošni telesni vzgoji - 27 ur;
 - izletom z igrami - 5 ur,
 - vajam in igram v vodi - 3 ure po krajevnih možnostih,
 - igram na snegu, sankanju - 5 ur po krajevnih možnostih.

- Skupno število ur, namenjenih fizikulturi v vsakem od treh višjih razredov, je bilo 120 ur (v vsakem šolskem letu je 40 ur namenjenih fizikulturi). Od tega je vsako šolsko leto namenjenih:
 - splošni telesni vzgoji - 27 ur;
 - izletom s predvojaško vzgojo in igrami - 5 ur,
 - plavanju, vajam in igram v vodi - 3 ure,
 - smučanju - 5 ur.

Cilji in naloge fizikulture

- Fizikultura je sestavni del vzgojne dejavnosti šole pri ustvarjanju mladih. Mladi so opisani kot »graditelji in čuvarji nove Jugoslavije«.
- Cilji fizikulture so tako:
 - podpirati naravni razvoj učencev v pravilni rasti in utrditi njihovo zdravje, odstranjevati negativne posledice dolgega sedenja in utrudljivega umskega dela, navajati učence na vsakodnevno telesno vadbo in pomen higiene;
 - razvijati in vzdrževati telesne sposobnosti, ki so potrebne za poklicno delo, obrambo in ljubezen do domovine;
 - razvijati in negovati gibalne (moč, hitrost, vzdržljivost, odpornost⁷, gibljivost) in duševne sposobnosti (pogum, odločnost, bojevitost, močno voljo, požrtvovalnost, odgovornost in samostojnost pri delu), ki oblikujejo značaj;
 - z negovanjem čuta za lepoto razvijati razumevanje za lepoto;
 - razviti razumevanje za zdravo zabavo, vedrost in veselje do življenja ter dela.

⁷ Odpornost sicer ni gibalna sposobnost, a so jo avtorji verjetno vključili v učni načrt kot pomembno zdravstveno razsežnost, na katero lahko vplivamo z gibanjem.

Vsebine

- Predmetnik in učni načrt je razdeljen na dva dela. Prvi del, ki vključuje razrede od prvega do četrtega, je predmetnik za nižjo osnovno šolo za normalni pouk. Drugi del pa zajema razrede od petega do sedmega in je predmetnik za višjo osnovno šolo za normalni pouk. Oba predmetnika se lahko izvedeta tudi v obliki skrčenega pouka, v katerem prvi del zajeme le razrede od prvega do tretjega, drugi del pa zgolj eno dodatno leto.

Vsebine učne snovi za nižjo osnovno šolo:

1. razred

- splošna telesna vzgoja
 - redovne vaje (samo take vaje, ki so nujno potrebne za red, ki omogočajo delo, povelja so opisna, izvedena v obliki iger⁸);
 - vaje za oblikovanje (za ramenski obroč in roke, posnemanje naravnih gibov ljudi, živali in drugih naravnih pojavov);
 - vaje za ravnotežje (upogibanje noge v kolenu, stoja na eni nogi kot »čaplja«, hoja po ravni črti, plezanje po klopi, hoja po klopi ali gredi ...);
 - hoja in tek (hoja po prstih, stopalih, poljuben tek, obstati na znak, tek na 10-20 m);
 - skoki (oponašanje skakanja in skokov živali, po seriji skokov ali poskokov sledi nujno vaja za umirjanje);
 - meti (odboj žoge od tal, metanje žogice ali kamenčka v košaro z oddaljenosti 2 m, metanje in lovljenje žoge v parih na razdalji do 3 m);
 - plazenje, plezanje, vzdigovanje, prenašanje (kot mačka, prehod čez nizke ovire v višini 30 cm, plezanje po lestvi ali ribstolu⁹, prenašanje torbe, knjige nad glavo ali na glavi 15 m do 1,5 kg);
 - vaje za spretnost (obrat iz leže na hrbtu na ležo na trebuhu, v stoji na nogah se z nosom dotakniti kolena);

⁸ Tudi v tem učnem načrtu so med vsebine vključena tudi didaktična priporočila za njihovo izvedbo.

⁹ Danes je ribstol strokovno poimenovan z izrazom letvenik.

- vaje v vesi (vesa stoje v višini prsi, vesa stoje s hrbtom k orodju, kjer je potrebno paziti na pravilno držo glave, stegnjene noge in na dihanje);
 - borilne vaje, obvladovanje odpora (v paru skušati prijeti nasprotnika za gležnje);
 - igre (elementarne igre);
 - ritmična telovadba (ploskanje z dlanmi pred telesom, nad glavo, ob ušesih, igre s petjem);
- izleti s predvojaško vzgojo in igrami
 - hoja do 2 km in vmesnim počitkom;
 - terenske vaje in igre: iskanje zasilnega bivališča, spoznavanje okolice, »Lev v gozdu«, »Skrivanje«, »Priklicati pomoč«;
 - vaje in igre v vodi
 - hoja in tek po vodi, počep v vodi do kolen, sed v vodi;
 - igre na snegu, sankanje
 - gazenje po snegu, teptanje snega, delati majhne kepe, izdelati sneženega moža.

Ocenjevanje:

- ocenjujejo se splošne zmožnosti in vtis, ki ga učenec napravi;
- učitelj opazuje lepo in pravilno držo, gibljivost, ravnotežje, kako se znajde v igri, kako preskakuje ovire itd.

2. razred

- splošna telesna vzgoja
 - redovne vaje (korakanje na povelja, dve vrsti, dva kroga, ravnanje, preštevanje po dva);
 - vaje za oblikovanje (snov je enaka tisti v prvem razredu, otežimo jo glede na trajanje in z dodatnimi gibi);

- vaje za ravnotežje (hoja po začrtani krivulji, vaje v parih, odnoženja, prednoženja, klečanje na klopi, pomikanje po klopi kleče brez pomoči rok, plazenje po klopi ...);
 - hoja in tek (hitra hoja na mestu, neslišna hoja, hoja z glasnimi koraki, tek 30 m v igrah, tek z določenimi nalogami v igri);
 - skoki (ponovitev snovi iz 1. razreda s povečanjem napora v obliki povečanja števila skokov oziroma poskokov, preskakovanje kolebnice, preskoki s klopi na klop);
 - meti (met majhnega orodja čez ograjo do 2 m visoko, metanje večje žoge v višino, odboj žoge od tal);
 - plazenje, plezanje, vzdigovanje, prenašanje (plazenje po klopi, skozi obroč, prehod čez ovire visoke 75 cm, vzdigovanje in prenašanje bremena do 2 kg 20 m v obliki iger);
 - vaje za spretnost (kleče sonožno globoko odročenje z globokim predklonom in dotikom tal, iz leže na hrbtu s pomočjo rok dvigniti stopala nad glavo);
 - vaje v vesi (vzgib stoje s čelom k lestvini, ribstolu, gredi, bradlji, vesa stoje na eni nogi, paziti je potrebno na pravilno držo glave, stegnjene noge in na dihanje);
 - borilne vaje, obvladovanje odpora (potiskanje z opiranjem na ramena v parih, vlečenje v paru, obračanje ležečega nasprotnika);
 - igre (elementarne igre);
 - ritmična telovadba, ljudski plesi (topotanje z nogami ob tla, igre s petjem, korakanje ob spremljavi glasbenih inštrumentov, preprosta kola);
- izleti s predvojaško vzgojo in igrami
 - hoja do 3 km z vmesnim počitkom, prenašanje bremena največ 2-3 kg;
 - vaje in igre v vodi
 - prehoditi potok, izdihovanje v vodo, pljuskanje vode od sebe, igre;
 - igre na snegu, sankanje

- kepanje v skupinah, napraviti sneženega moža, sankanje ravno, poševno, na manjši strmini.

Za ocenjenjemanje mora učenec znati:

- varno teči po nizki gredi;
- šestkrat preskočiti dolgo kolebnico;
- trikrat 3 metre v zrak metati majhno žogo in jo spretno uloviti.

3. razred

- splošna telesna vzgoja

- redovne vaje (zbor v vrsto in dve vrsti, red, dvored, preštevanje, ravnanje, obrat na mestu za 90° na povelje, korakanje in ustavljanje);
- vaje za oblikovanje (ponavljanje elementov iz nižjih razredov, izvedba z večjo natančnostjo, dodani so gibi skrčenih rok in sunki, vaje s palicami v vodoravnem položaju, zakloni);
- vaje za ravnotežje (poskoki z obrati na eni nogi, hoja nazaj po črti, hoja naprej po vrvi, stoja na eni nogi, obrat v počepu na sredini klopi, hoja po klopi nazaj v vzponu);
- hoja in tek (pravilna telesna drža pri hoji, prehoditi 500 m v šestih minutah, tek na 40 m, elementarne igre oziroma štafetne igre);
- skoki (poskoki in skoki, ki jih spremlja gibanje rok, z obratom, poskoki preko kolebnice 20 m, preskakovanje nizkih ograj in zaprek, preskakovanje nizke gredi, mlak, ozkih jarkov, pri vseh skokih in poskokih je potrebno biti pozoren na mehak in prožen odziv ter doskok);
- meti (metanje majhne žogice v cilj 1 m nad glavo (v obroč, krog na zidu), metanje večje žoge v cilj z obema rokama, pozornost je na pravilni izvedbi metov);
- plazenje, plezanje, vzdigovanje, prenašanje (prevlek skozi obroče, na gredi po kolenih, plezanje po ribstolu, lestvi, navpični, vodoravni ali poševni, soročno in enoročno, pri čemer se pazi na pravilno telesno držo);

- vaje za spretnost (vrtenje sede in leže, »zibelka«, »gosenica«, prevali na travi ali blazini z mesta, s pomočjo učitelja);
 - vaje v vesi (na orodjih naštetih za 1. in 2. razred razne vese stoje, čepe, vese na ribstolu ali lestvi);
 - borilne vaje, obvladovanje odpora (potiskanje s pleči v parih, vlečenje nasprotnika z obema rokama, elementarne igre);
 - igre (elementarne igre);
 - ritmična telovadba, ljudski plesi (korakanje v taktu s ploskanjem, korakanje po prstih, po celih stopalih, igre s petjem, ljudsko kolo s petjem);
- izleti s predvojaško vzgojo in igrami
 - določanje strani neba;
 - hoja 3 km z vmesnim počitkom;
 - obvladovanje naravnih ovir;
 - igre metanja žoge v cilj;
- vaje in igre v vodi
 - tek v vodi do kolen, odprtje oči pod vodo in pobiranje predmetov iz vode, igre v vodi, posnemanje gibov prsnega plavanja;
- igre na snegu, sankanje
 - narediti snežni bunker, trdnjavo iz snega, kepanje, igre;
 - drsanje po ledu;
 - sankanje v zavojih;
 - smučanje (natikanje smuči, prenašanje smuči, položaji na smučkah, padanje in vstajanje, obrat na snegu, vzpon v hrib, spuščanje po blagi strmini);

Za ocenjevanje mora učenec znati:

- hoditi ravno po gredi, ki je visoka 35 cm;
- skok v globino 40 cm;
- kotaliti obroč 10 m v teku;

- trikrat vreči žogo 1 m v višino in jo spretno uloviti.

4. razred

- splošna telesna vzgoja
 - redovne vaje (zbor v četverored in korakanje, kritje, ravnanje, korakanje in zaustavljanje);
 - vaje za oblikovanje (gibi stegnjenih in skrčenih rok poševno, zibanja z rokami, kroženja, dviganje palice navpično, sukanje palice v eni roki in obeh rokah, leža na klopi na trebuhu, predkloni in vzravnave trupa ...);
 - vaje za ravnotežje (vrtenje na eni nogi, razovka, hoja po debeli vrvi, tek po klopi in nizki gredi, hoja po visoki gredi (45-50 cm) s pomočjo učitelja);
 - hoja in tek (hitra hoja, poljuben tek na dan signal, z menjavanjem smeri, tek 40 m v 9 sekundah, štafete);
 - skoki (ponavljanje snovi iz nižjih razredov, s povečanjem pozornosti na pravilni izvedbi odskoka in doskoka, skok v višino 60 cm za učence in 50 cm za učenke, preskoki dolge kolebnice na mestu, sonožno);
 - meti (metanje žoge 4 m visoko in 5 m daleč, metanje v cilj iz različnih položajev, metanje in ujemanje žoge v teku, meti so izvedeni z obema rokama);
 - plazenje, plezanje, vzdigovanje, prenašanje (plezanje po navpični vrvi ali plezalih, lestvi, ribstolu, prestopanje s klina na klin z opiranjem stopal, plazenje po trebuhu, prenašanje součenca);
 - vaje za spretnost (hoja v vseh smereh v predklonu, prevali naprej in z mesta s pomočjo učitelja);
 - vaje v vesi in mešani opori (ročkanje po drogu);
 - borilne vaje, obvladovanje odpora (»petelinji boj«, oprostiti se nasprotnikovega prijema za zapestje, potiskanje z rameni);
 - igre (elementarne igre);
 - ritmična telovadba, ljudski plesi (izmenski korak na takt ali pesem, kola s petjem);

- izleti s predvojaško vzgojo in igrami
 - orientacija na neznanem prostoru;
 - spoznavanje sledi ljudi in živali;
 - hoja 4-6 km z vmesnim počitkom in dodatnim bremenom največ 3-4 kg;
 - igre;
- vaje in igre v vodi
 - prsno plavanje s pomočjo učitelja, plavanje brez pomoči iz globoke vode proti plitvi, igre;
- igre na snegu, sankanje
 - sankanje v zavojih in tekmovanje v sankanju, sankanje kleče na eni nogi, z drugo potiskamo sani;
 - smučanje s palicami ali brez njih, vzpon v hrib v ključu, poševni smuk, ustavljanje z zavojem na ravnini.

Za ocenjevanje mora učenec znati:

- korakati po visoki gredi (višina gredi 50 cm);
- skok v višino 60 cm za učence in 50 cm za učenke;
- trikrat vreči in uloviti žogo v teku;
- desetkrat preskočiti kratko kolebnico v kroženju naprej.

Vsebine učne snovi za višjo osnovno šolo:

5. razred

- splošna telesna vzgoja
 - redovne vaje (zbor, voljno, zbor v vrsto, dve vrsti, preštevanje, razštevaje, obrati na mestu, korakanje ob petju ali glasbi);
 - vaje za oblikovanje (osnovni gibi rok, ramenskega obroča, bokov, nog v vseh smereh in položajih, vaje s palicami, majhnimi in velikimi žogami);

- vaje za ravnotežje (na orodju višine 60 cm: prehod ovir naprej, nazaj, vstran, prenašanje lahkih predmetov, hoja v paru);
 - hoja in tek (korakanje v vzponu, po petah, notranji in zunanji strani stopal, naprej, nazaj, križno, hitra hoja, hitri tek do 50 m za učence v 10-14 sekundah in za učenke v 11-16 sekundah);
 - skoki (sonožni, enonožni poskoki, poskoki na mestu, naprej, nazaj, vstran, skok in tek s kratko kolebnico, skok v daljino za učence 2-3,20 m in za učenke 1,50-2 m, skok v višino, naskok in seskok iz koze, konja, mize);
 - meti (metanje in ujemanje žoge v obliki iger, metanje z levo in desno roko, metanje žogice (200 g));
 - plazenje, plezanje, vzdigovanje, prenašanje (plazenje po tleh med ovirami, v obliki štafet, plezanje po plezalih, vrvi s pomočjo rok in nog, vzdigovanje in prenašanje v skupini);
 - vaje za spretnost (hoja kleče, preval naprej, preval nazaj preko ramena);
 - vaje v vesi in mešani opori (vzpenjanje, pomikanje, kolebanje v mešani vesi ali opori na raznem orodju);
 - borilne vaje, obvladovanje odpora (potegi soročno in enoročno, v predročenju in zaročenju v paru, vlečenje vrvi med skupinami);
 - igre (igre v teku, borilne igre, štafetne igre, elementarne igre);
 - ritmična telovadba in ljudski plesi (osnovni koraki iz ljudskih plesov, preprosti ljudski plesi);
- izleti s predvojaško vzgojo in igrami
 - vaje spoznavanja sledi;
 - vaje v hitrem opažanju;
 - orientacijske vaje;
 - hoja 6 km z rednimi odmori;
 - obvladovanje nizkih naravnih ovir;

- plavanje, vaje in igre v vodi
 - navajanje na vodo, igre za dihanje in delo nog v plitvi vodi, prsno plavanje;
- smučanje
 - vzpon na blagi strmini, zaustavljanje na blagi strmini s palicami ali brez njih, smučarske igre.

Za ocenjevanje morajo učenci prikazati:

- tek na 50 m (učenci 10-14 sekund, učenke 11-16 sekund);
- skok v daljino (učenci 2-3,20 m, učenke 1,5-2 m);
- hoja po visoki gredi (višina 80 cm za učence in 40 cm za učenke).

6. razred

- splošna telesna vzgoja
 - redovne vaje (pozornost je namenjena točni izvedbi in pravilnosti izvedbe);
 - vaje za oblikovanje (snov je enaka tisti v prvem razredu, povečata se zahtevnost in število ponovitev, kratke sestave);
 - vaje za ravnotežje (na orodju višine 80 cm prestopanje ovir v višini do 30 cm);
 - hoja in tek (hoja s predkloni, s poskoki, hoja čepe, v vzponu, hitra hoja, tek 50 m);
 - skoki (sonožno preskakovanje kratke kolebnice, skoki iz orodja na orodje, skok v daljino in skok v višino);
 - meti (podaljša se daljina metov in dodajo se dodatne naloge pri metih, met žogice (200 g));
 - plazenje, plezanje, vzdigovanje, prenašanje (povečanje zahtev, vadba v manjših skupinah);

- vaje za spretnost (preval nazaj iz polkleka ali počepa, preval naprej v paru);
 - vaje v vesi (povečati zahteve glede pravilnosti izvedbe, poveča se višina orodja, kratke sestave);
 - borilne vaje (utrjevanje že predelane učne snovi);
 - igre (elementarne igre);
 - ritmična telovadba in ljudski plesi (slovenska ljudska kola);
- izleti s predvojaško vzgojo in igrami
 - povečanje zahtevnosti snovi s poudarkom na točnosti izvedbe nalog;
 - vaje in igre v vodi
 - znanje plavanja in igre v vodi;
 - igre na snegu, sankanje
 - utrjevanje.

Za ocenjevanje morajo učenci prikazati;

- tek na 50 m (9-12 sekund učenci, 11-15 sekund učenke);
- skok v višino (50-80 cm učenci, 40-60 cm učenke);
- hoja po visoki gredi z izpolnitvijo določene naloge (višina gredi za učence 80 cm in za učenke 40 cm).

7. razred

- splošna telesna vzgoja
 - redovne vaje (obrat na mestu za 45°, prehod reda v dvored, sprememba smeri korakanja);
 - vaje za oblikovanje (pozornost je namenjena točni, hitri in lepi ter koordinirani izvedbi);
 - vaje za ravnotežje (na orodju v višini 90 cm obrat na mestu in v koraku, stopanje na orodje po poševni lestvi s pomočjo rok);
 - hoja in tek (hitra hoja, vzdržljivostni tek);

- skoki (skok v daljino, skok v višino, skok s palico);
 - meti (met krogle ali kamna, met žogice v premično tarčo, met žogice (200 g));
 - plazenje, plezanje, vzdigovanje, prenašanje (plezanje v spiralih s pomočjo rok in nog na poševnih in vodoravnih plezalih);
 - vaje za spretnost (preval s poskokom, globok predklon v sedu);
 - vaje v vesi (prehod iz orodja na orodje);
 - borilne vaje (vlečenje in potiskanje s palicami, vrvmi na različne načine, odzemanje predmetov);
 - igre (elementarne igre);
 - ritmična telovadba in ljudski plesi (kratke sestave s petjem ali glasbo, preprosti ljudski plesi in kola);
- izleti s predvojaško vzgojo in igrami
 - utrjevanje že predelane učne snovi;
 - plavanje in igre v vodi
 - igre v vodi s prvinami prsnega plavanja;
 - smučanje
 - vzpon s stopničastim korakom, smuk v visoki in srednji preži, poševni smuk, izleti do 5 km, igre na snegu.

Za ocenjevanje so morali učenci pokazati:

- tek na 50 m (9-12 sekund učenci, 11-15 sekund učenke);
- skok v višino (55-90 cm učenci, 45-65 cm učenke);
- met žogice (18-32 m učenci, 14-20 m učenke);
- hoja po gredi z izpolnitvojo določene naloge (višina gredi za učence 80 cm in za učenke 40 cm).

Opravičevanje

V učnem načrtu je zapisano, da je pouk fizkulture obvezen za vse učence, pouk pa mora biti prilagojen sposobnostim in zdravju učencev. Popolnoma oproščen od pouka fizkulture ne more biti noben učenec, ki lahko hodi v šolo. Za učence, ki so bolni in / ali slabotni, pripravi učitelj skupaj z zdravnikom poseben program.

Poučevanje deklet

V učnem načrtu nismo zaslednili podatkov o poučevanju deklet, razen napotka, da mora učitelj pri izvedbi pouka upoštevati spol učencev; je pa pri ocenjevanju navedeno, da so zahteve za dekleta na višji stopnji manjše od zahtev za fante (tako v hitrosti teka, preskočeni višini skoka, dolžini meta žogice, pri hoji po gredi pa je višina gredi nižja za dekleta in višja za fante, čeprav je naloga enaka).

Navodila o nošenju opreme

- V učnem načrtu iz leta 1948 zasledimo, da mora biti učitelj vedno v vadbeni opremi in da mora biti s tem vzgled vsem učencem.
- Oprema, ki jo nosijo učenci, je sestavljena iz: hlač, majice (bluze), obute pa naj imajo copate ali pa so bosí.

Navodila glede izvedbe pouka

- Učitelj sestavi celoletni delovni načrt, ki ga razdeli na mesece in za vsak mesec posebej razporedi vsebine učne snovi;
- učitelj mora vsakodnevno v dnevnik vpisati obdelano učno snov, skupne vaje pred poukom, na rednih urah, na izletih, pri pripravih na prireditve ali spored na prireditvah;
- fizkultura se poučuje v različnih oblikah, in sicer na:

- skupnih dnevnih vajah pred poukom in po potrebi kot vaje za osvežitev;
- rednih vajah fizikulture;
- izletih;
- prireditvah (tekme in nastopi);
- vsaka ura fizikulture je sestavljena iz treh delov, in sicer iz:
 - o začetka (5 minut); razgibanje celotnega telesa, osvežitev od sedenja in utrujenosti, vadba poteka sočasno s celotnim razredom;
 - o srednjega dela, kjer se napor stopnjuje; ta del je razdeljen na dva dela. V prvem delu izvajamo proste vaje ali vaje z orodjem, ki imajo namen oblikovanje telesa. Ta del traja 10 minut. V drugem delu, katerega namen je razvoj telesnih in duševnih lastnosti, ki koristijo v življenju, pa izvajamo vaje za ravnotežje, hojo, teke, skoke, mete, plezanja in plazenja, vzdigovanja, prenašanja, vaje za spretnost, vaje v vesi in mešani opori, borilne vaje, tekmovalne vaje. Ta del traja 25 minut.;
 - o zaključka (5-10 minut), ki predstavlja umirjanje; je veseli del. V tem delu izvajamo korakanje s petjem, ljudske plese, redovne vaje. Napor je minimalen.
- Pri ocenjevanju mora učitelj upoštevati celoletno delo učenca.
- Pri izvedbi pouka mora učitelj upoštevati starost in spol učencev, pogoje, ki jih šola ima, letni čas in prostor izvajanja fizikulture.
- Učitelj mora upoštevati načeli vsestranskosti in postopnosti.
- Učitelj mora biti vedno v športni opremljen in biti učencem za vzgled.
- Biti mora pravičen, fizikulturo mora razumeti, poznati mora vsakega učenca in sposoben mora biti sam pokazati elemente in vaje.

Navodila glede izvedbe dodatnih programov

- **Skupne dnevne vaje** se izvajajo 5-10 minut pred začetkom rednega pouka ali kot vaje za osvežitev po potrebi med poukom. Skupne dnevne vaje se izvajajo na prostem, če je vreme dobro, ob slabem vremenu pa na hodniku ali v razredu. Vaje vodi učitelj oziroma učenec, za katerega učitelj presodi, da je dovolj sposoben. Skupne dnevne vaje vsebujejo snov iz splošne telesne

vzgoje in iger. Njihov fiziološki namen je razgibanje mišic celotnega telesa, pospešitev krvnega obtoka, krepitev dihalnih organov, da se odstrani duševna utrujenost, osvežitev organizma in živčnega sistema. Imajo pa skupne dnevne vaje tudi pedagoški pomen. Ta je navajati učence na vsakodnevno razgibanje telesa, razumevanje reda in discipline.

- **Izleti** lahko trajajo različno dolgo. Eno uro traja izlet, če ga izvedemo med rednim poukom, lahko pa tudi 2 uri ali več, če ga izvedemo izven urnika, v prostem času. Izleti so namenjeni enemu oddelku, večim oddelkom ali celotni šoli. Namen izletov je obdelava snovi in ostalih predmetov, običajna ura fizikulture, predvojaške vaje in igre, posebne vaje in igre, tekme v obliki iger, množične vaje, ljudski plesi ... V vsakem šolskem letu je opravljenih 5 izletov.
- **Prireditve** so lahko izvedene v dvorani, na šolskem igrišču, na travniku. Prireditve lahko pripravi razred, šola ali več šol skupaj. Na tovrstnih prireditvah se pokaže sistem dela, raznovrstnost, sposobnosti učencev.

Priporočila za delo z nadarjenimi športniki

V učnem načrtu ne zasledimo nobenih priporočil za delo z nadarjenimi športniki.

5.3 PREDSTAVITEV UČNEGA NAČRTA ZA TELESNO VZGOJO ZA OSNOVNO ŠOLO IZ LETA 1950

Naziv predmeta

Predmet se imenuje telesna vzgoja.

Sprejetje učnega načrta

- Predmetnik in učni načrt je bil izdelan po napotkih Sveta za znanost in kulturo pri vladi FLRJ (Federativne ljudske republike Jugoslavije) in po predlogih, ki so jih pedagoški delavci poslali Ministrstvu za prosveto LRS.
- Učni načrt je bil predpisan s strani Ministrstva za prosveto Ljudske republike Slovenije z odlokom II št. 3253/1 dne 31.6.1950.
- Nov učni načrt je bil vpeljan v osnovne šole v šolskem letu 1950/1951 in je veljal do preklica.

Dolžina šolanja

Šolanje je bilo dolgo sedem let, razdeljeno na nižjo in višjo osnovno šolo, kjer nižja osnovna šola zajema razrede od 1. do 4., višja osnovna šola pa razrede od 5. do 7..

Število ur, ki so namenjene predmetu

- V vsakem razredu je bila telesni vzgoji namenjena 1 ura na teden.
- Skupno je v vseh štirih razredih nižje osnovne šole namenjenih telesni vzgoji 160 ur (40 ur v vsakem od razredov). Ure so razdeljene takole:
 - splošna telesna vzgoja - 27 ur;
 - izleti z igrami - 5 ur,
 - vaje in igre v vodi - 3 ure po krajevnih možnostih,

- igre na snegu, sankanje - 5 ur po krajevnih možnostih.

Cilji in naloge telesne vzgoje

Učni načrt navaja naslednje cilje:

- podpirati naravni razvoj učencev v pravilni rasti in utrjevati njihovo zdravje, odstranjevati škodljive posledice dolgega sedenja in utrudljivega umskega dela, navajati učence na vsakodnevno telesno vadbo in higieno;
- razvijati in negovati telesno sposobnost, tako za poklicno delo kot obrambo in ljubezen do domovine;
- razvijati in negovati tako telesne lastnosti, kot so moč, hitrost, vzdržljivost, odpornost, gibčnost, vzdržljivost, kot tudi duševne lastnosti, kot so pogum, odločnost, bojevitost, požrtvovalnost, odgovornost in samostojnost pri delu, zmožnost za organizacijo, disciplino;
- razvijati razumevanje lepote z negovanjem čuta za lepoto;
- razvijati razumevanje za zdravo zabavo, vedrost, veselje do življenja in dela.

Vsebine

Vsebine za nižjo osnovno šolo:

1. razred

- splošna telesna vzgoja
 - redovne vaje (samo take, ki so potrebne za red in omogočajo delo, povelja so opisna, izvedena v igrah);
 - vaje oblikovanja (ročenja, noženja, kloni, poskoki);
 - vaje za ravnotežje (na klopi, nizki gredi);
 - hoja in tek (skozi igre);
 - skoki (oponašanje skokov in poskakovanja živali);
 - meti (metanje in lovljenje žoge, kamenčka);
 - plazenje (po tleh, preko nizkih ovir) in plezanja (po lestvi, ribstolu);

- vaje za spretnost (na hrbtu, leže ali sede);
 - vaje v vesi (mešana vesa, gibanje spremljajo noge);
 - borilne vaje (obvladovanje odpora v parih stoje, leže in sede);
 - igre (tekalne igre);
 - ritmična telovadba (korakanje v krogu, igre s petjem);
- izleti z igrami
 - hoja do 2 km s počitkom. Terenske vaje in igre;
 - vaje in igre v vodi
 - igre navajanja na vodo;
 - igre na snegu, sankanje
 - izdelava sneženega moža.

2. razred

- splošna telesna vzgoja
 - redovne vaje (korakanje na povelje, dve vrsti, dva kroga, preštevanje, ravnanje);
 - vaje oblikovanja (kot prvi razred);
 - vaje za ravnotežje (po načrtani krivulji, po klopi, nizki gredi);
 - hoja in tek (v obliki iger, tek z določenimi nalogami v igri);
 - skoki (ponovitve iz prvega razreda, s povečanjem napora, števila skokov in poskokov, preskakovanje kolebnice);
 - meti (žoge v višino, daljino, odboj od tal in ulov);
 - plazenje (po klopi, skozi obroč, prehod čez ovire visoke 75 cm);
 - vaje za spretnost (kleče, sede, leže);
 - vaje v vesi (zgibi v mešani vesi);
 - borilne vaje (obvladovanje upora, potiskanje in vlečenje);
 - igre (kot prvi razred);
 - ritmična telovadba (ljudski plesi, preprosta kola s petjem);

- izleti z igrami
 - hoja do 3 km s počitkom, prenašanje nahrbtnika največ 3 kg, terenske vaje in igre;
- vaje in igre v vodi
 - prehod potoka, izdihovanje v vodo, leža v vodi, igre;
- igre na snegu, sankanje
 - kepanje, napraviti sneženega moža, sankanje.

3. razred

- splošna telesna vzgoja
 - redovne vaje (zbor v vrsto, red, dvored, preštevanje, ravnanje, obrat na mestu za 90° na povelje, korakanje);
 - vaje oblikovanja (ponavljanje iz nižjih razredov, dodane so vaje s palicami, kolebnicami in žogami);
 - vaje za ravnotežje (poskoki z obrati, hoja po črti nazaj, stoja na klopi, nizki gredi (35 cm));
 - hoja in tek (pravilna telesna drža, tek s prenašanjem in dodajanjem predmeta, štafeta);
 - skoki (poskoki in skoki z obrati, kolebnico, preskakovanje nizkih ovir);
 - meti (met male žogice v cilj, ki je postavljen 1 m nad glavo, metanje večje žoge v cilj z mesta ali v gibanju);
 - prevlačenje skozi več obročev, plezanje po ribstolu ali lestvi, borba za predmet;
 - vaje za spretnost (na mestu in z mesta z zaletom);
 - vaje v vesi (na orodjih, enakim tistim, navedenim v prvem in drugem razredu, kolebanje z zaustavljanjem);
 - borilne vaje (obvladanje odpora, v parih potiskanje in vlečenje);
 - igre (kot prvi razred);

- ritmična telovadba (v taktu ob slušnih znakih, igre s petjem, ljudska kola);
- izleti z igrami
 - hoja 3 km s počitkom, obvladovanje naravnih ovir (jarki, grmovje, brvi ...);
- vaje in igre v vodi
 - tek v vodi do kolen, dvigovanje predmetov iz vode, igre, posnemanje prsnega plavanja v nizki vodi;
- igre na snegu, sankanje
 - narediti snežni bunker, trdnjavo iz snega in se boriti s kepanjem, drsanje po ledu, sankanje, počepi na smučeh, padanje in vstajanje, obrati na mestu, vzpon v hrib, spuščanje po blagi strmini.

4. razred

- splošna telesna vzgoja
 - redovne vaje (zbor, korakanje, kritje in ravnanje, korakanje v taktu ob slušnih znakih);
 - vaje oblikovanja (gibi stegnjenih in skrčenih rok v poševnih smereh, vaje za spretnost s palico, gibi skrčenih in stegnjenih nog in trupa);
 - vaje za ravnotežje (vrtenje na eni nogi, hoja po krivi, debeli vrvi, tek po klopi);
 - hoja in tek (hitra hoja s prehajanjem ovir, štafete, tek 40 m);
 - skoki (ponavljanje snovi iz nižjih razredov, preskoki preko ovir, odziv in doskok, preskakovanje dolge in kratke kolebnice);
 - meti (metanje v razdaljo 5 m, višina 4 m, metanje in lovljenje žoge v teku, met palice z mesta);
 - plazenje (po navpični vrvi ali drugih plezalih, prestopanje s klina na klin, skupno dviganje težkih predmetov);
 - vaje za spretnost (posamezno in v paru, brez pomoči učitelja);
 - vaje v vesi in mešani opori, ročkanje;

- borilne vaje (obvladovanje napora, oprostiti se nasprotnikovega prijema, potiskanje z rameni);
- igre (glej prvi razred);
- ritmična telovadba (razni koraki na takt ali pesem, ljudski plesi s petjem);
- izleti z igrami
 - hoja 4-6 km s počitkom, zavzetje položaja, juriš na bunker, lov na lisico;
- plavanje, vaje in igre v vodi
 - prsno plavanje s pomočjo učitelja, plavanje brez pomoči iz globoke vode proti plitvi, igre v vodi;
- igre na snegu, sankanje
 - sankanje v zavojih, tekmovanje v sankanju, pobiranje predmetov med vožnjo, sankanje kleče na eni nogi, z drugo potiskamo sani;
 - smučanje s palicami ali brez njih, vzpon v hrib v zavojih, poševni smuk, ustavljanje v zavoju v ravnini.

Vsebine za višjo osnovno šolo so temeljile na že sprejetem učnem načrtu za nižje gimnazije.

Opravičevanje

V učnem načrtu iz leta 1950 ne zasledimo nobenega podatka za opravičevanje od telesne vzgoje.

Poučevanje deklet

V učnem načrtu iz leta 1950 ne zasledimo nobenega podatka glede poučevanja deklet.

Navodila o nošenju opreme

V učnem načrtu iz leta 1950 ne zasledimo nobenega podatka o ustrezni opremi oziroma o nošenju opreme.

Navodila glede izvedbe pouka

- Vsebine, ki so navedene kot učne vsebine, predstavljajo t.i. maksimalni program. Za minimalni program učitelj vzame iste vsebine, a manjše število vaj. Pri minimalnem programu se opustita tudi smučanje in plavanje.
- Učni načrt je za učitelja pripomoček pri izbiri gradiva. Če imajo druge vaje na učence enak učinek, lahko vaje iz učnega načrta zamenja z drugimi vajami.
- Učitelj lahko zamenja tudi vsebino, če zanjo nima ustreznih pogojev (npr. pomanjkanje smuči, opornega in vesnega orodja). Nova vsebina mora biti enakovredna. Pri tem lahko izdelamo primitivno orodje, ki nadomesti tistega, ki je izdelano tovarniško.
- Za izvedbo učnega načrta ne sme biti ovira bodisi pomanjkanje prostorov ali telovadnice.
- Učna ura traja skupaj z vštetimi odmori 60 minut.

Navodila glede izvedbe dodatnih programov

V učnem načrtu iz leta 1950 ne zasledimo nobenega podatka glede dodatnih programov, ki bi omogočali učencem dodatno vključevanje v proces telesne vzgoje.

Priporočila za delo z nadarjenimi športniki

V učnem načrtu iz leta 1950 ne zasledimo nobenega priporočila za delo z nadarjenimi športniki.

5.4 PREDSTAVITEV UČNEGA NAČRTA ZA TELESNO VZGOJO ZA OSNOVNO ŠOLO IZ LETA 1953

Poimenovanje predmeta

Predmet se imenuje telesna vzgoja.

Sprejetje učnega načrta

- Svet za prosveto in kulturo LRS (Ljudske republike Slovenije) je na svojem zasedanju 1.10.1953 sprejel sklep o uvedbi začasnega učnega načrta za nižjo (1. – 4. razred) in višjo (5. – 8. razred) stopnjo osnovne šole. Začasni učni načrt je bil sprejet na osnovi predloga komisije SPK (Sveta za prosveto in kulturo) LRS, ki je učni načrt tudi izdelala, pri tem pa upoštevala predloge učiteljstva.
- Učni načrt, ki je bil v osnovne šole vpeljan v šolskem letu 1953, je bil začasni učni načrt. Učni načrt za nižjo osnovno šolo ni bistveno spremenjen, medtem pa je na novo izdelan učni načrt za višjo stopnjo osnovne šole, ki je izdelan na osnovi učnega načrta za nižje gimnazije.
- Novi začasni učni načrt je stopil v veljavo z dnem objave v Objavah Sveta za prosveto in kulturo LRS, 8.10.1953, št. U-64753.

Dolžina šolanja

- Na podlagi 1. točke 72. člena ustavnega zakona o temeljih družbene in politične ureditve in o republiških organih oblasti Ljudske republike Slovenije v zvezi z 2. točko splošnega navodila o šolanju v splošnih izobraževalnih šolah, je Izvršni svet Ljudske skupščine Ljudske republike Slovenije leta 1953 izdal odlok o uvedbi obveznega osemletnega šolanja. Osemletno šolanje je bilo brezplačno. Odlok o obveznem osemletnem šolanju je stopil v veljavo z

dnevom objave v »Uradnem listu LRS«. Številka uradnega lista U-64/53, Ljubljana, dne 8.10.1953 (Objave Sveta za prosveto in kulturo LRS, 1953).

- Osemletno obvezno šolanje.

Število ur, ki so v učnem načrtu namenjene telesni vzgoji

- V 1. in 2. razredu sta bili telesni vzgoji namenjeni 2 uri na teden.
- Od 3. do 8. razreda pa se število ur, namenjenih telesni vzgoji, poviša na 3 ure na teden.

Cilji in naloge telesne vzgoje

Cilji telesne vzgoje so:

- podpirati naravni razvoj učencev v pravilni rasti in utrjevati njihovo zdravje, odstranjevati škodljive posledice dolgega sedenja in utrudljivega umskega dela, navajati učence na vsakodnevno telesno vadbo in higieno;
- razvijati in negovati telesno sposobnost, tako za poklicno delo kot obrambo in ljubezen do domovine;
- razvijati in negovati tako telesne lastnosti, kot so moč, hitrost, vzdržljivost, odpornost, gibčnost, vzdržljivost, kot tudi duševne lastnosti, kot so pogum, odločnost, bojevitost, požrtvovalnost, odgovornost in samostojnost pri delu, zmožnost za organizacijo, disciplino;
- razvijati razumevanje lepote z negovanjem čuta za lepoto;
- razvijati razumevanje za zdravo zabavo, vedrost, veselje do življenja in dela.

Vsebine

1. razred

- splošna telesna vzgoja
 - redovne vaje (samo tiste, ki so nujno potrebno za red, povelja so opisna);

- vaje oblikovanja (osnovna ročenja, noženja, kloni in poskoki, posnemanje naravnih gibov ljudi, živali in drugih naravnih pojavov, pazimo na pravilno telesno držo);
 - vaje za ravnotežje (na klopi, nizki gredi, lestvi, ki je položena na tla);
 - hoja in tek (v obliki iger);
 - skoki (oponašanje skokov in poskokov živali, skoki po slušnih znakih);
 - meti (metanje in lovljenje žoge);
 - plezanje in prenašanje predmetov (plezanje po vseh štrih po tleh, prehod preko nizkih ovir, plezanje po ribstolu ali lestvi, prenašanje težkih predmetov do 1,5 kg 15 m);
 - vaje v vesi (samo v mešani vesi);
 - borilne vaje (obvladovanje odpora v paru leže, sede in stoje);
 - igre (elementarne igre);
 - ritmična telovadba (korakanje v krogu ob glasbeni spremljavi ali petju);
- izleti z igrami
 - hoja do 2 km z vmesnim počitkom;
 - vaje in igre v vodi
 - privajanje na vodo v obliki iger;
 - igre na snegu, sankanje
 - izdelovanje sneženega moža, sankanje.

2. razred

- splošna telesna vzgoja
 - redovne vaje (korakanje na povelje, dve vrsti, dvored, dva kroga, poveljevanje je opisno, ravnanje, preštevanje);
 - vaje oblikovanja (z dodatnimi gibi in podaljšanim trajanjem otežimo gradivo iz 1. razreda);
 - vaje za ravnotežje (hoja po začrtani krivulji, pomikanje po klopi in nizki gredi);

- hoja in tek (na mestu, z mesta, v obliki iger, tek z določenimi nalogami),
 - skoki (gradivu iz 1. razreda povečamo število skokov in poskokov in tako otežimo vsebino, skoki preko kolebnice, preskoki nižjih ovir);
 - meti (meti v daljino, višino in v cilj, odboj žoge od tal in ulov);
 - plezanje in prenašanje bremena (plezanje po klopi, skozi obrač, prehod preko ovir v višini 75 cm, prenašanje bremena do 2 kg v obliki iger);
 - vaje za spretnost (v različnih položajih sede, kleče in leže);
 - vaje v vesi (zgibi v mešani vesi);
 - borilne vaje (obvladovanje upora, potiskanje in vlečenje v paru);
 - igre (elementarne igre);
 - ritmična telovadba (ljudski plesi, preprosta ljudska kola);
- izleti z igrami
 - hoja do 3 km z vmesnim počitkom, prenašanje bremena največ 2-3 kg, terenske vaje in igre;
 - vaje in igre v vodi
 - prehod potoka, izdihovanje v vodo, ležanje v vodi, igre;
 - igre na snegu, sankanje
 - kepanje med skupinami, izdelava sneženega moža, sankanje.

3. razred

- splošna telesna vzgoja
 - redovne vaje (zbor v vrsto, dve vrsti, red, dvored, preštevanje, ravnanje, obrat na mestu za 90°);
 - vaje oblikovanja (ponovitev vsebine iz nižjih razredov, dodamo gibe skrčenih rok, vaje s palicami, kolebnicami, žogami);
 - vaje za ravnotežje (poskoki z obrati, hoja po črti vzvratno, hoja na klopi, nizki gredi s prenašanjem manjših predmetov);
 - hoja in tek (poudarek na pravilni drži telesa, tek na 40 m, tek v obliki iger ali štafet);

- skoki (skoke in poskoke spremljajo gibi rok, nog, skoki in poskoki z obrati, preskakovanje kolebnice, nizkih ovir);
 - meti (met male žogice v cilj 1 m iznad glave, metanje večje žoge v cilj);
 - plezanje in prenašanje bremena (plezanje po ribstolu ali lestvi, prevlačenje preko obročev, skupinsko prenašanje predmetov);
 - vaje za spretnost (s pomočjo učitelja);
 - vaje v vesi (na orodjih naštetih za 1. in 2. razred, mešane vese, kolebanje z zaustavljanjem);
 - borilne vaje (obvladovanje napora, potiskanje in vlečenje v paru);
 - igre (elementarne igre);
 - ritmična telovadba (v taktu ob slušnih znakih, igre s petjem, ljudska kola);
- izleti z igrami
 - hoja do 3 km z vmesnim počitkom, prenašanje bremena največ 2-3 kg, terenske vaje in igre;
 - vaje in igre v vodi
 - prehod potoka, izdihovanje v vodo, ležanje v vodi, igre;
 - igre na snegu, sankanje
 - kepanje med skupinami, izdelava sneženega moža, sankanje.

4. razred

- splošna telesna vzgoja
 - redovne vaje (zbor, korakanje, kritje, ravnanje, korakanje v taktu, zaustavljanje);
 - vaje oblikovanja (gibi rok in nog v različnih smereh, vaje za spretnost s palico);
 - vaje za ravnotežje (vrtenje na eni nogi, hoja po debeli vrvi, tek po klopi);
 - hoja in tek (hitra hoja s preходом preko ovir, poljuben tek z določenimi nalogami);
 - skoki (preskoki preko zaprek, preko dolge in kratke kolebnice);

- meti (metanje v cilj iz različnih položajev, met palic iz mesta, metanje in lovljenje žoge v teku);
 - plezanje in prenašanje bremena (plezanje po navpični vrvi in drugih plezalih, prestopanje s klina na klin, skupinsko prenašanje bremena ali součenca);
 - vaje za spretnost (posamezno ali v paru, s pomočjo učitelja ali brez pomoči);
 - vaje v vesi in mešani opori, ročkanja;
 - borilne vaje (obvladovanje odpora, različne vaje v paru, potiskanje z rameni);
 - igre (elementarne igre);
 - ritmična telovadba (korakanje ob taktu, ljudski plesi);
- izleti z igrami
 - hoja 4-6 km z vmesnim počitkom, zavzetje položaja, lov na lisico;
- vaje in igre v vodi
 - prsno plavanje z učiteljevo pomočjo, igre;
- igre na snegu, sankanje
 - sankanje v zavojih, pobiranje predmetov med vožnjo, sankanje kleče na eni nogi, druga noga potiska sani;
 - smučanje s palicami ali brez, poševni smuk, obrati na strmini, ustavljanje.

5. razred

- splošna telesna vzgoja
 - redovne vaje (zbor, voljno, preštetje in razštetje, obrati na mestu);
 - vaje oblikovanja (osnovni gibi telesa v različnih položajih, paziti na pravilno telesno držo, vaje s palicami, žogami);
 - vaje za ravnotežje (na tleh in na orodju);
 - hoja in tek (hitra hoja, hitri tek do 50 m, nizki start, vzdržljivostni tek);

- skoki (skoki in tek s kolebnico, skok v daljino, višino in globino, skoki v obliki iger);
 - meti (met in lovljenje žoge v obliki iger, na cilj in v daljino);
 - plezanje, plazenje, vzdigovanje in prenašanje (plazenja in plezanja na različne načine in na različnih orodjih, vzdigovanje in prenašanje v skupinah);
 - vaje za spretnost in akrobatika (preval naprej, iz različnih položajev, preval nazaj, predvaje za premet prosto naprej);
 - vaje v vesi in opori (vaje guga, mešane opore ali opore na krogih, drogu);
 - borilne vaje (v parih, vlečenje vrvi po skupinah);
 - igre (igre v teku, borilne igre, štafetne igre, športne igre s preprostimi pravili)
 - ritmika in ljudski plesi (preprosti ljudski plesi);
- plavanje
 - navajanje na vodo;
 - vaje za prsno plavanje;
 - smučanje
 - smučarske igre kot predvaja za položaje na smučeh.

6. razred

- splošna telesna vzgoja
 - redovne vaje (pozornost je namenjena pravilnosti in natančnosti izvedbe);
 - vaje oblikovanja (vsebina je enaka tisti za 5. razred, vaje ponovimo večkrat, kratke sestave);
 - vaje za ravnotežje (na tleh in na orodju);
 - hoja in tek (hoja s poskoki, tek 60 m iz nizkega in visokega starta, vzdržljivostni tek);
 - skoki (pozornost je usmerjena v natančnost izvedbe, skoki iz orodja na orodje);
 - meti (povečamo daljino metov, met in ulov medicinke, met žogice);

- plezanje, plazenje, vzdigovanje in prenašanje bremena (povečamo zahteve);
 - vaje za spretnost in akrobatiko (preval nazaj iz počepa ali polkleka, preval naprej v paru);
 - vaje v vesi in opori (pozornost je namenjena natančnosti, pravilnosti in lepoti izvedbe, kratke sestave);
 - borilne vaje (utrjevanje že predelanega gradiva);
 - igre (utrjevanje že predelane snovi);
 - ritmika in ljudski plesi (utrjevanje že predelanega gradiva);
- plavanje
 - preplavati razdaljo do 25 m;
 - smučanje
 - vsebina podobna tisti iz 5. razreda, poveča se zahtevnost.

7. razred

- splošna telesna vzgoja
 - redovne vaje (obrat na mestu za 45°, prehod iz reda v vrsto, sprememba smeri korakanja);
 - vaje oblikovanja (zahtevnost se poveča glede na natančnost, hitrost in lepoto izvedbe);
 - vaje za ravnotežje (na tleh in na orodju);
 - hoja in tek (drsalni korak, križni korak, hitra hoja, vzdržljivostni tek);
 - skoki (skok v višino, daljino na poljuben način, skok s palico, skok v globino);
 - meti (met krogle ali kamna z mesta, met žogice v premični cilj, met palice, met medicine);
 - plezanje, plazenje, vzdigovanje in prenašanje bremena (plazenje v spiralah, po poševnih in vodoravnih plezalih, prenašanje v paru);
 - vaje za spretnost in akrobatiko (preval nazaj, stoja na podlahtih, preval s poskokom, premet prosto naprej s pomočjo odzivne deske);

- vaje v vesi in opori (kolebanje v mešani vesi, gugi z odzivom sonožno, enonožno, z obrati);
 - borilne vaje (vlečenje, potiskanje s palicami na različne načine);
 - igre (elementarne igre, priprave na športne igre);
 - ritmika in ljudski plesi (kratke sestave s petjem in glasbo, preprosti ljudski plesi);
- plavanje
 - osnovne vaje za prsno, prosto in hrbtno plavanje, igre v vodi, drsenje po vodi, vzdržljivostno plavanje 50 m, skok z mesta na noge;
- smučanje.

8. razred

- splošna telesna vzgoja
 - redovne vaje (prehod iz koraka v tek, vaje v vodu, navajanje k samostojnemu vodenju desetine);
 - vaje oblikovanja (vsebina je podobna tisti v 7. razredu, povečamo zahtevnost);
 - vaje za ravnotežje (na tleh in na orodju);
 - hoja in tek (hitra hoja, vzdržljivostna hoja, hitri tek iz različnih startov, tek čez ovire, štafetni teki, vzdržljivostni tek);
 - skoki (skoki v daljino, dolžino, z odzivno desko, skok s palico);
 - meti (met krogle z eno roko, obema rokama v daljino, z zaletom ali z mesta, met medicinke, met palice);
 - plezanje, plazenje, vzdigovanje in prenašanje bremena (plezanje iz veje na vejo, po plezalih, vzdigovanje in prenašanje součenca);
 - vaje za spretnost in akrobatiko (preval, premet prosto, stoja na glavi, stoja na lopaticah, vezano preval naprej in preval nazaj, »most«);
 - vaje v vesi in opori (pravilna, točna in lepa izvedba že predelanih vsebin);
 - borilne vaje (osnove prijemov za borilno metanje, boks udarci in obramba);
 - igre (košarka, odbojka, nogomet);

- ritmika in ljudski plesi (utrjevanje že predelanih vsebin);
- plavanje
 - vzdržljivostno plavanje, skok na noge in na glavo z mesta, potop in dvig predmetov, vaje za prsno, prosto in hrbtno plavanje;
- smučanje
 - tekmovanje v kratkem in lahkem smuku, skoki na naravnih skakalnicah, izleti na smučeh.

Opravičevanje

V učnem načrtu ne zasledimo podatkov glede opravičevanja pri pouku telesne vzgoje.

Poučevanje deklet

V učnem načrtu ne zasledimo podatkov glede poučevanja deklet.

Navodila o nošenju opreme

V učnem načrtu ne zasledimo navodil o nošenju opreme in kakšna naj bi športna oprema bila.

Navodila glede izvedbe pouka

- Vsak učitelj mora imeti podroben učni načrt in se ravnati po tem novem začasnem učnem načrtu.
- Telesna vzgoja naj se v čim večji meri izvaja zunaj.

Navodila glede izvedbe dodatnih programov

V učnem načrtu ne zasledimo navodil za izvedbo dodatnih programov.

Priporočila za delo z nadarjenimi športniki

V učnem načrtu ne zasledimo priporočil za delo z nadarjenimi športniki.

5.5 PREDSTAVITEV UČNEGA NAČRTA ZA TELESNO VZGOJO ZA OSNOVNO ŠOLO IZ LETA 1962

Poimenovanje predmeta

Predmet se imenuje telesna vzgoja.

Sprejetje učnega načrta

- Svet za šolstvo LRS (Ljudske republike Slovenije) je sprejel učni načrt za osnovne šole za posamezne stopnje na treh sejah, in sicer:
 - 2.7.1957 je sprejel učni načrt za prvi, drugi in tretji razred ter poskusni učni načrt za četrti razred, kar je bilo objavljeno v Objavah 1957/5 in posebni izdaji Objav 1958;
 - 26.6.1959 je bil potrjen učni načrt za prve štiri razrede, dodatno pa sprejet učni načrt za peti razred in poskusni učni načrt za šesti razred, kar je bilo objavljeno v posebni izdaji Objav 1959;
 - 6.4.1960 je bil potrjen učni načrt za šesti, sedmi in osmi razred, kar je bilo objavljeno v Objavah 1960/4.

Učni načrt je bil v celoti objavljen v gradivu Predmetnik in učni načrt za osnovne šole (1962).

Dolžina šolanja

Osemletno obvezno šolanje.

Število ur, ki so v učnem načrtu namenjene telesni vzgoji

- V 1., 2. in 3. razredu so telesni vzgoji namenjene 3 ure tedensko (telesna vzgoja se izvaja vsak dan po pol ure).
- V 4., 5. in 6. razredu so telesni vzgoji namenjene 3 ure tedensko (po normalnih učnih urah).
- V 7. in 8. razredu pa sta telesni vzgoji namenjeni 2 uri tedensko (po normalnih učnih urah).

Cilji in naloge telesne vzgoje

Pomembno je, da se razvoj telesne vzgoje v osnovni šoli usmeri k zdravstvenemu utrjevanju učencev in da s telesno vzgojo poskrbimo za čim bolj vsestranski ter popoln razvoj učenčevih ustvarjalnih moči in sposobnosti.

Telesna vzgoja mora preprečevati ali zmanjševati enostranski razvoj in škodljive vplive na mlade, ki jih povzročajo šolsko okolje, domače okolje in urbanizacija.

Naloge telesne vzgoje so:

- učencem omogočiti čim bolj vsestranski telesni razvoj in krepiti njihove organske funkcije ter telesne sposobnosti, predvsem tiste, ki jih zahtevata proizvodno delo in obramba domovine;
- omogočiti učencem, da dojamajo življenjski pomen telesne kulture in da pridobijo osnovno znanje o zdravem življenju pri delu in počitku;
- vzpodbujati učence, da se izogibajo slabi telesni drži, razvadam, ki so za zdravje škodljive, in telesnim pomanjkljivostim;
- izboljšati tista osnovna telesna gibanja, ki so za učence potrebna za ohranitev zdravja, delovne sposobnosti, kulturne ustvarjalnosti in razvedrilo;
- s pridobivanjem ustreznih navad pri učencih razvijati smisel za zdravo in kulturno razvedrilo;
- pri učencih vzbuditi zanimanje za ustvarjalno dejavnost na področju telesne kulture in jim omogočiti takšno telesno vzgojo, ki aktivno prispeva k oblikovanju in krepitvi socialističnih medsebojnih odnosov.

Vsebine

1. razred

- vaje za pravilno telesno držo (stoje, sed);
- osnovne telesne spretnosti (naravna hoja, tek, skoki preko nizkih ovir, plezanje in plazenje, metanje lahkih predmetov);
- talna telovadba (valjanja, zibanja na hrbtu, dvigovanje nog v leži na hrbtu);
- igre z nalogami (teči, skrivati se, najti, bežati, ujeti ...);
- ritmika (hoja in tek ob slušnih znakih, igre s petjem);
- smučanje (osnovna hoja na smučeh, zibanje na mestu iz visoke v nizko prežo, smuk po zelo blagi strmini, igre);
- plavanje (igre v vodi, potapljanje, iskanje predmetov v vodi);
- redovne vaje (uvrščanje v vrsto, kolono, krog);
- telesna nega (umivanje rok, glave, vratu, prsi, pod pazduho, hrbta, nog, nega zob, uporaba robca);
- šest poldnevni izletov v bližnjo okolico v okviru športnih dni (do 5 km hoje s prekinitvami).

2. razred

- vaje za oblikovanje pravilne telesne drže;
- osnovne telesne spretnosti (hoja, tek, plazenje in plezanje, hiter tek na 30 m, skakanje, meti, vožnja s skirojem);
- smučanje (hoja in drsenje s palicami v osmici, smuk po blagi strmini z vajami, igre);
- plavanje (igre v vodi, pobiranje predmetov iz vode, vaje za prsno plavanje v nizki vodi);
- talna telovadba (valjanje bočno, preval naprej, stoja na lopaticah);
- igre z nalogami (teči, bežati, ujeti, zadeti, preskočiti oviro ...);
- borilne vaje (potiskanje in vlečenje v dvojicah);
- ritmika (prisunski koraki vstan, vaje ritmičnega posluha, narodno kolo);

- redovne vaje (»Mirno!«, »Na mestu voljno!«, »Voljno!«, obrati na levo in desno, razštevanje);
- telesna nega (nega zob, vaje v pravilnem umivanju);
- šest poldnevni izletov v bližnjo okolico v okviru športnih dni (do 8 km hoje s prekinitvami).

3. razred

- vaje oblikovanja za pravilo telesno držo;
- osnovne telesne spretnosti (pravilna hoja, hiter tek 30 m, skok v višino, daljino in globino, metanje in lovljenje žogic, plezanje po navpičnih žrdeh);
- smučanje (hoja in drsenje, smuk po blagi strmini, igre);
- plavanje (igre v vodi, pobiranje predmetov iz vode, vaje za prsno plavanje v nizki vodi);
- talna telovadba (preval na mestu, preval z zaletom, vaje v parih in v trojkah);
- orodje kot zapreka (skakanje čez kozo in švedsko skrinjo);
- igre (tekmovalne z žogo in orientacijske);
- borilne vaje (potiskanja in vlečenja v parih in skupinah, vlečenje vrvi, borba na mestu na blazini);
- ritmika (hoja ob slušnih znakih, hoja s petjem, križni koraki, kolo);
- redovne vaje (zbor v vrsto, dve vrsti, v kolono, preštevanje, obrat na mestu za 90° na povelje);
- telesna nega (pravilno umivanje, nega zob);
- šest celodnevni izletov z orientacijskimi nalogami v okviru športnih dni (do 10 km hoje).

4. razred

- vaje oblikovanja za pravilno telesno držo;
- osnovne telesne spretnosti (pravilna hoja, hiter tek 40 m, skakanje, plezanje po navpičnih žrdeh najmanj 3 m od tal);
- metanje in lovljenje žoge;

- talna telovadba (preval na mestu, preval naprej z zaletom, odpiranje v oporo na rokah);
- vaje na orodju (vesa, mešana vesa, opora, ročkanje v mešani vesi);
- elementarne igre;
- borilne vaje (potiskanje in vlečenje v parih, skupinah, borilne vaje v skupinah);
- ritmika (križni korak spredaj, zadaj, kratke ritmične sestave, vaje ritmičnega posluha);
- redovne vaje (korakanje v koloni, obrat za 180°, razstop, kritje, ravnanje);
- kolesarjenje;
- smučanje (obrat na mestu, prestopanje v izteku, smučanje po eni smučki, igre);
- plavanje (prsno plavanje);
- šest celodnevni izletov v okviru športnih dni (po možnosti v hribe z višinsko razliko do 300 m).

5. razred

- vaje oblikovanja za pravilno telesno držo;
- osnovne telesne spretnosti (hoja in tek v naravi, hiter tek 50 m, visoki štart, šola skakanja, plezanje po navpičnih žrdeh);
- talna telovadba (preval naprej, pripravljalne vaje za premet v stran);
- vaje na orodju (premagovanje orodja kot zapreke, skok na švedsko skrinjo in seskok, raznožka čez kozo, ravnotežne vaje na gredi);
- igre »Med dvema ognjema« in druge igre, ki razvijajo hitrost, odzivnost, spretnost in vzdržljivost;
- ritmika in ljudski plesi (križni korak spredaj, zadaj, kratke ritmične sestave, vaje ritmičnega posluha, kolo);
- redovne vaje (utrjevanje že predelane snovi);
- kolesarjenje;
- smučanje (smuk čez prelomnico, smuk skozi vratca, bočno drsenje, igre);
- plavanje (prsno plavanje, plavanje pod vodo);
- šest celodnevni izletov v okviru športnih dni (po možnosti v hribe z višinsko razliko do 300 m).

6. razred

- vaje oblikovanja za pravilno telesno držo;
- atletika (tehnika hoje, nizki štart, tehnika skoka v višino, osnove tehnike skoka v daljino, osnovna tehnika suvanja krogle (učenci 3 kg, učenke 2 kg), metanje žogic);
- talna telovadba (vezano preval naprej in nazaj, stoja na glavi, skok letno, premet v stran);
- vaje na orodju (plezanje po plezalih, vaje na nizkem drogu, krogih, visoki gredi in na preskoku);
- igre (elementarne in tekmovalne, športne);
- plesi (ritmika, družabni plesi, ljudski plesi);
- redovne vaje (v kolikor so potrebne);
- kolesarjenje (vožnja s kolesom po prometnih predpisih);
- smučanje (smuk po blago valovitem terenu, bočno drsenje, paralelni zavoj k bregu, skok čez prelomnico, sankanje, drsanje);
- plavanje (prsno ali crawl);
- taborjenje po programu taborniške dejavnosti;
- nekaj celodnevni izletov v okviru športnih dni (izlet na hrib po možnosti z višinsko razliko do 400 m).

7. razred

- vaje oblikovanja in kratke sestave;
- atletika (hoja, tek, štafetne predaje, utrjevanje tehnike skoka v višino in daljino, suvanje krogle (učenci 3 kg, učenke 2 kg), metanje žogice);
- talna telovadba (odriv v stojo na rokah, skok letno preko dveh součencev, pripravljalne vaje za premet naprej, vaje na nizkem drogu in nizki bradlji (učenci) ter na dvovišinski bradlji (učenke), krogih, gredi, preskoku in dvovišinski bradlji);
- športne igre (osnove tehnike in pravil košarke, odbijanje žoge);
- plesi (ritmični koraki, ljudski plesi, družabni plesi);
- redovne vaje (v kolikor so potrebne);

- smučanje (smuk v večji hitrosti, paralelni zavoj k bregu iz smuka naravnost, plužni zavoj, sankanje, drsanje);
- plavanje (prsno ali crawl);
- taborjenje po programu taborniške dejavnosti;
- nekaj celodnevni izletov v okviru športnih dni (hoja do 15 km).

8. razred

- vaje oblikovanja s povečano zahtevo glede natančnosti izvedbe;
- atletika (hoja, tek, štafetni tek, skok v višino in daljino v individualni tehniki, met žogice v daljavo in cilj);
- talna telovadba (stoja na rokah, premet naprej, pripravljalne vaje za premet nazaj);
- vaje na orodju (vaje na nizkem drogu (učenci) in dvovišinski bradlji (učenke), krogih, visoki gredi, preskoku);
- športne igre (mali rokomet, košarka, odbojka, osnove tehnike nogometa);
- plesi (lažje sestave ritmičnih vaj v formacijah, ljudski plesi, družabni plesi);
- redovne vaje (v kolikor so potrebne);
- smučanje (smuk s prehodi v ravnino in protistrmino, plužni zavoj okoli palic, sankanje, drsanje);
- plavanje (prsno ali crawl);
- taborjenje po programu taborniške dejavnosti;
- nekaj celodnevni izletov v okviru športnih dni (hoja do 15 km, kolesarjenje do 20 km).

Opravičevanje

V učnem načrtu iz leta 1962 ne zasledimo nobenega podatka glede opravičevanja od pouka telesne vzgoje.

Poučevanje deklet

V učnem načrtu iz leta 1962 ne zasledimo nobenega navodila za poučevanje deklet.

Navodila o nošenju opreme

V učnem načrtu iz leta 1962 ne zasledimo nobenega navodila o nošenju opreme.

Navodila glede izvedbe pouka

- Naloge telesne vzgoje je mogoče izpolniti tudi na tistih osnovnih šolah, ki nimajo najboljših materialnih pogojev. Program prilagodimo danim pogojem.
- Ob ugodnem vremenu naj se ure telesne vzgoje izvedejo na prostem.
- Telesna vzgoja ne sme odpasti ali biti zamenjana s kakšnim drugim predmetom, saj so na ta način kratene učencem tiste razvojne možnosti, ki jim jih telesna vzgoja nudi.
- Pomanjkanje opreme in orodja lahko nadomestimo z zasilnim orodjem tako, da ga učenci izdelajo sami.
- Učitelji morajo pri pouku telesne vzgoje, še posebej pa pri izletih in športnih dnevih narediti vse za varnost učencev.

Navodila glede izvedbe dodatnih programov

- **Športni dnevi.** Šola mora med šolskim letom organizirati za vse učence nekaj izletov, ki so za učence 1. in 2. razreda poldnevni, za učence od 3. razreda naprej pa celodnevni. Razdalje, hitrost hoje, naloge, ki jih opravijo učenci na teh izletih, morajo biti prilagojeni starosti učencev.
- **Posebna telovadba** je organizirana za tiste učence, ki jo potrebujejo. Organizirana je v posebnih oddelkih in urah, in sicer tam, kjer je to mogoče.

Zdravnik skupaj z učiteljem tudi sprejme odločitev, ali bodo ti otroci obiskovali tudi ure redne telesne vzgoje.

- **Prostovoljna šolska organizacija.** V okviru te organizacije šola po izbiri organizira ustrezno dejavnost za učence.
- **Letno taborjenje** se praviloma izvede enkrat v obdobju šolanja, in sicer v starosti od 10. leta naprej. Če imajo možnost, pa naj se učenci udeležijo tudi vsaj enega smučarskega tečaja.
- **Šolska tekmovanja in šolske manifestacije.** Učenci se morajo v skladu s svojimi sposobnostmi udeležiti šolskih tekmovanj po razpisu in šolskih manifestacij, ki so določene s strani šole ali prosvetnega organa. Namen šolskih tekmovanj je vsestransko oblikovanje učencev in ne absolutni rekordi posameznikov v eni disciplini. Tekmovanja naj se razvijajo v dveh smereh, in sicer v smeri stimuliranja splošne telesne priprave ter zadovoljitve individualnih interesov učencev. Učenci tekmujejo v dveh mnogobojih, igrah, in crossu.
- **Šolski športni znak** je tekmovanje, ki se ga uvede z namenom povečanja vsestranskega zanimanja učencev za telesno kulturo. Tekmovanje za športni znak je obvezno za vse učence, saj se preko tega tekmovanja preverjata napredek in zmogljivosti učencev. Je element opisnega ocenjevanja pri telesni vzgoji. Učenci glede na dosežene rezultate prejmejo zlati (nadpovprečni uspeh), srebrni (srednje sposobnosti) ali bronasti (zadovoljivi rezultati) športni znak.

Priporočila za delo z nadarjenimi športniki

V učnem načrtu iz leta 1962 ne zasledimo nobenega priporočila za delo z nadarjenimi športniki.

5.6 PREDSTAVITEV UČNEGA NAČRTA ZA TELESNO VZGOJO ZA OSNOVNO ŠOLO IZ LETA 1966

Poimenovanje predmeta

Predmet se imenuje telesna vzgoja.

Sprejetje učnega načrta

- Predmetnik in učni načrt je v letih 1965 in 1966 obravnaval pedagoški svet SRS (Socialistične republike Slovenije) na sedmih sejah.
- Prosvetno kulturni zbor skupščine SRS ga je obravnaval na seji 12.4.1966.
- Učni načrt je sprejel pedagoški svet SRS na 7. seji 1.6.1966. Nov učni načrt se začne izvajati s šolskim letom 1966/1967.

Dolžina šolanja

Osemletno obvezno osnovnošolsko šolanje.

Število ur, ki so v učnem načrtu namenjene telesni vzgoji

Telesni vzgoji je skozi celotno obvezno osemletno osnovnošolsko šolanje namenjeno 726 ur:

- V 1., 2., in 3. razredu je telesni vzgoji namenjenih 297 ur (3 šolske ure na teden. Vsak dan po 30 minut).
- V 4., 5., in 6. razredu je telesni vzgoji namenjenih 297 ur (3 šolske ure na teden. Po normalnih šolskih urah, dolgih 45 minut).
- V 7. in 8. razredu je telesni vzgoji namenjenih 132 ur (2 šolski uri na teden. Po normalnih šolskih urah, dolgih 45 minut).

Cilji in naloge telesne vzgoje

Cilji in naloge telesne vzgoje so:

- da zagotovi učencem normalen telesni razvoj in vsestransko krepí njihove organske funkcije ter telesne sposobnosti, kakršne zahtevata sodobno proizvodno delo in obramba domovine,
- da usmerja učence k telesnemu utrjevanju ter čimbolj vsestranskemu in popolnemu razvoju njihovih ustvarjalnih moči in sposobnosti. Telesna vzgoja mora preprečevati enostranski telesni razvoj in škodljive vplive, ki jih povzročajo šolsko in domače delo, mehanizacija in koncentracija prebivalstva v mestih,
- da pomaga učencem dojeti pomen telesne kulture za življenje in pridobiti osnovno znanje o zdravem načinu življenja pri delu in počitku,
- da učence navaja k pravilni telesni drži in k zdravju koristnim navadam,
- da omogoči učencem pridobiti temeljno gibalno izobrazbo,
- da motivira učence za ustvarjalno dejavnost na področju telesne kulture v prostem času ter jim omogoči tako vzgojenost, ki aktivno prispeva k razvijanju socialističnih medsebojnih odnosov.

Vsebine

1., 2. in 3. razred

- vaje oblikovanja
 - krepilne, raztezne, sprostilne vaje;
- osnovne telesne spretnosti
 - hoja, tek, skoki, plezanja, plazenja, meti;
- talna telovadba
 - 1. razred: valjanje, zibanja na hrbtu, predvaja za stojo na lopaticah;
 - 2. razred: dodatni vsebini sta stoja na lopaticah in preval naprej z mesta;
 - 3. razred: dodatni vsebini sta preval naprej z zaletom in »vrtiljak«;
- elementarne igre;

- borilne vaje
 - pojavijo se v 2. razredu: potiskanja in vlečenja na različne načine;
 - 3. razred: dodatni vsebini sta vlečenje vrvi in borba za mesto na blazini;
- ritmika
 - 1. razred: hoja in tek po taktu, menjavanje tempa;
 - 2. razred: dodatno se pojavijo hoja ob glasbeni spremljavi ali s petjem, prisunski koraki, vaje ritmičnega posluha, preproste ritmične sestave;
 - 3. razred: dodatne vsebine so križni koraki spredaj in zadaj ter izmenično;
- redovne vaje
 - 1. razred: uvrščanje v vrsto, kolono po eden in dva, krog in dva kroga, kjer je poveljevanje opisno;
 - 2. razred: povelja »Mirno!«, »Na mestu voljno!« in »Voljno!«, razštevaje, obrat na mestu;
 - 3. razred: obrat na mestu za 90° na povelje, korakanje in zaustavljanje, natančna izvedba povelj;
- smučanje
 - program osnovne šole smučanja;
- plavanje
 - 1. in 2. razred: program tečaja za neplavalce;
 - 3. razred: program tečaja za plavalce in neplavalce;
- telesna nega
 - pravilno umivanje telesa, nega zob;
- sedem športnih dni.

4. razred

- vaje oblikovanja;
- osnovne telesne spretnosti
 - pravilna hoja, hitra hoja, prehod v tek, hiter tek do 40 m, skok v višino, daljino in globino, plezanje po navpičnih žrdeh ali vrvi;
- metanje in lovljenje žoge

- kot vaja za športne igre;
- talna telovadba
 - preval naprej na mestu, z zaletom, odiranje v oporo na rokah, predvaje za premet v stran;
- vaje na orodju
 - mešane vese in opore na nizki bradlji, ročkanje v mešanih vesah, ravnotežne vaje na gredi, hoja po gredi, naskok in seskok z orodja;
- elementarne igre;
- borilne vaje
 - potiskanja in vlečenja na različne načine v paru in v skupini;
- ritmika in ljudski plesi
 - ritmični obrati in poskoki, vaje ritmičnega posluha, ritmične sestave na besedilo narodnih ali partizanskih pesmi;
- redovne vaje
 - korakanje po štiri v koloni, obrat za 180°, razstop, kritje, ravnanje;
- smučanje
 - program osnovne šole smučanja;
- plavanje
 - 10-dnevni tečaj za neplavalce;
 - 10-dnevni tečaj za plavalce;
- sedem športnih dni.

5. razred

- vaje oblikovanja;
- osnovne telesne spretnosti
 - hiter tek 50 m, visoki in nizki start, tek v naravi, skoki v višino, dolžino z zaletom, plezanje po navpičnih žrdeh;
- talna telovadba
 - preval nazaj, premet v stran, prednožka s švedske skrinje;
- vaje na orodju

- na nizki bradlji, nizkem drogu, švedski skrinji, visoki gredi do 100 cm (učenke), premagovanje orodij kot ovir;
- rokomet
 - lovljenje in podajanje žoge v teku, elementarne igre s prvinami rokometu;
- ritmika in ljudski plesi
 - prisunski poskoki v stran in z obrati, vaje ritmičnega posluha, kratke sestave, kola;
- redovne vaje
 - utrjevanje že predelane snovi;
- smučanje
 - tečaj osnovne šole smučanja;
 - tečaj nadaljevalne šole smučanja;
- sedem športnih dni.

6. razred

- vaje oblikovanja;
- atletika
 - tehnika pravilne drže pri hoji, tek v naravi, tehnika skoka v višino in daljino, tehnika suvanja krogle (učenci 3 kg, učenke 2 kg) in metanja žogice;
- talna telovadba
 - preval nazaj, skok letno, premet v stran čez vodoravno vrvico;
- vaje na orodju
 - vzmik na nizkem drogu, guganje na krogih, skrčka preko kože in švedske skrinje, plezanje po navpičnih žrdeh, menjalni korak na visoki gredi do 120 cm (učenke);
- igre
 - rokomet, košarka, nogomet
- ritmika in plesi
 - ritmični koraki, poskoki, tek in obrati, vaje ritmičnega posluha, ljudski plesi, družabni plesi;

- redovne vaje
 - v kolikor so potrebne;
- smučanje
 - osnovna in nadaljevalna šola smučanja;
 - sankanje in drsanje;
- plavanje
 - prsno in crawl;
- taborjenje
 - po programu taborniške dejavnosti;
- sedem športnih dni.

7. razred

- vaje oblikovanja;
- atletika
 - izpopolnjevanje tehnike teka, štafete, utrjevanje tehnike skoka v višino in daljino, tehnika suvanja krogle (učenci 3 kg, učenke 2 kg), met žogice v daljavo in cilj;
- talna telovadba
 - vaje za premet naprej in prevrat naprej prosto;
- vaje na orodju
 - elementi na nizki bradlji, nizkem drogu, krogih, kozi in švedski skrinji, visoki gredi do 120 cm (učenke) in dvovišinski bradlji (učenke);
- igre
 - rokomet, košarka, odbojka, nogomet;
- ritmika in plesi
 - povezava ritmičnih elementov v sestave v paru ali skupinah;
 - ljudski plesi;
 - družabni plesi;
- redovne vaje
 - v kolikor so potrebne;
- smučanje

- osnovna in nadaljevalna šola smučanja;
- sankanje in drsanje;
- plavanje
 - prsno ali crawl;
- taborjenje
 - po programu taborniške dejavnosti;
- sedem športnih dni.

8. razred

- vaje oblikovanja;
- atletika
 - hiter tek, štafete, individualna tehnika skoka v višino in daljino, tehnika suvanja krogle, met žogice v daljavo in cilj;
- talna telovadba
 - premet naprej, prevrat naprej;
- vaje na orodju
 - elementi na nizki bradlji, dvovišinski bradlji (učenke), nizkem drogu, krogih, švedski skrinji na šir, visoki gredi do 120 cm (učenke);
- igre
 - rokomet, košarka, odbojka, nogomet;
- ritmika in plesi
 - kratke sestave ob glasbeni spremljavi, ritmične vaje z drobnim orodjem;
 - ljudski plesi;
 - družabni plesi;
- redovne vaje
 - v kolikor so potrebne;
- smučanje
 - osnovna in nadaljevalna šola smučanja;
 - sankanje in drsanje;
- plavanje
 - prsno ali crawl;

- taborjenje
 - po programu taborniške dejavnosti;
- sedem športnih dni.

Opravičevanje

V učnem načrtu ne zasledimo podatka v povezavi z opravičevanjem od pouka telesne vzgoje.

Poučevanje deklet

Pouk telesne vzgoje je do 4. razreda skupen za dečke in deklice, a od 5. razreda dalje, zaradi diferenciacije fizioloških zmogljivosti in posebnosti programa, obvezno ločen po spolu.

Navodila o nošenju opreme

V učnem načrtu iz leta 1966 ne zasledimo navodil o nošenju opreme.

Navodila glede izvedbe pouka

- Naloge telesne vzgoje je mogoče izpolniti, kljub različnim materialnim pogojem na osnovnih šolah. Šole naj zato pri izvajanju učnega načrta predelajo zlasti tisto gradivo, ki zagotavlja vsestranski razvoj gibalnega aparata in notranjih organov ter oblikuje najpomembnejše gibalne izkušnje, znanja in navade. Ta del učnega načrta je možno izvajati ob vsaki priliki in je zato za vse šole obvezen. Ostalo gradivo pa naj šole izvajajo v skladu s svojimi materialnimi možnostmi, geografskimi in klimatskimi pogoji.
- Ob ugodnem vremenu se ure telesne vzgoje izvedejo na prostem.

- V nobenem primeru ne smemo učencem kratiti tistih razvojnih možnosti, ki jim jih nudi telesna vzgoja s tem, da bi telesna vzgoja odpadla ali da bi jo zamenjali z drugim poukom (tudi v primeru slabega vremena).
- Pomanjkanje orodja in opreme lahko nadomestimo tako, da jih izdelamo sami. Primerno pa lahko uredimo tudi teren za potrebe telesne vzgoje.
- Učitelj mora pri pouku, izletih in športnih dneh, plavanju in smučanju storiti vse za varnost učencev in preprečitev nesreč.
- Pri izvedbi programov športnih dni morajo sodelovati vsi učitelji.
- Šola in učitelj morajo voditi ustrezno pedagoško in materialno dokumentacijo o izvajanju programa šolske telesne vzgoje, stanju in razvoju področja.

Navodila za izvedbo dodatnih programov

- **Prostovoljna šolska organizacija za telesno vzgojo.** Gre za šolsko športno društvo, ki temelji na načelih samostojnosti. V okviru tovrstnih organizacij organizira šola prostovoljne dejavnosti v ustreznih sekcijah ali klubih.
- **Šolska športna tekmovanja in šolske manifestacije.** Vsi učenci morajo v skladu s svojimi sposobnostmi sodelovati v množičnih šolskih telesnovzgojnih manifestacijah in tekmovanjih, ki so sestavni del rednega programa šolske telesne vzgoje. Šole morajo sodelovati tudi pri drugih manifestacijah in tekmovanjih šolske telesne vzgoje, kadar to narekujejo skupni interesi in jih razpišejo ustrezni šolski organi. Tekmovanje za preverjanje zmogljivosti je obvezno za vse učence od 5. razreda dalje.
- **Šola v naravi.** Vsi učenci se morajo v osnovni šoli naučiti plavati ali smučati. Šola v naravi ali taborjenje s plavalnim tečajem se izvede praviloma v 4. razredu, smučarski tečaj pa se izvede v 5. razredu.
- **Posebni oddelki in ure** za tiste, ki potrebujejo posebno telesno vzgojo. Tovrstno vadbo se izvede v posebnih oddelkih in na posebnih urah. Učitelj telesne vzgoje skupaj z zdravnikom določi, ali bo učenec obiskoval tudi pouk redne telesne vzgoje.
- **Športni dnevi.** V vsakem razredu organizira šola 7 športnih dni.
 - program športnih dni za nižje razrede:
 - izlet v kraje NOB;

- preprosti orientacijski pohod;
 - tekmovalje v poligonu;
 - sankanje, smučanje in igre na snegu;
 - izlet v naravo in elementarne igre;
 - množična manifestacija »Dan mladosti«;
 - plavanje in igre;
- program športnih dni za višje razrede:
 - orientacijski pohod v kraje NOB;
 - prvenstvo šole v atletiki;
 - mednarodno prvenstvo v športnih igrah;
 - smučanje in sankanje;
 - mednarodno prvenstvo v orodnem mnogoboju;
 - množična manifestacija »Dan mladosti«;
 - plavanje ali atletika in cross country.

Priporočila za delo z nadarjenimi športniki

V učnem načrtu iz leta 1966 ne zasledimo priporočil za delo z nadarjenimi športniki.

5.7 PREDSTAVITEV UČNEGA NAČRTA ZA TELESNO VZGOJO ZA OSNOVNO ŠOLO IZ LETA 1973

Poimenovanje predmeta

Predmet se imenuje telesna vzgoja.

Sprejetje učnega načrta

- Učni načrt za leto 1973 je bil predpisan s strani strokovnega sveta Zavoda za šolstvo SR Slovenije na 20. seji 31. julija 1973. Poskusno pa je bil uveden v prakso že v šolskem letu 1972/73.
- Nov učni načrt je potrdil strokovni svet Zavoda za šolstvo SR Slovenije.
- Komisijo, ki je bila v novem učnem načrtu odgovorna za telesno vzgojo, so sestavljali: Jože Beslič, Umberto Bizjak, Danči Erbežnik, Marko Erznožnik, Jože Glonar, Karel Jug, Milan Kabaj, Meta Pocajt, Tone Praček, Stane Sluga, Janez Tome in Drago Ulaga.

Dolžina šolanja

Osemletno obvezno osnovnošolsko šolanje.

Število ur, ki so v učnem načrtu namenjene telesni vzgoji

Tako v nižjih razredih (od 1. do 4. razreda), kot tudi v višjih razredih (od 5. do 8. razreda) mora učitelj realizirati vsaj 99 ur telesne vzgoje v vsakem šolskem letu.

Število ur telesne vzgoje v posameznih razredih osnovne šole:

- v 1. in 3. razredu je telesni vzgoji namenjenih 77 ur (2 šolski uri na teden);
- v 2. in 4. razredu je telesni vzgoji namenjenih 114 ur (3 šolske ure na teden);

- v 5. in 6. razredu je telesni vzgoji namenjenih 114 ur (3 šolske ure na teden);
- v 7. in 8. razredu je telesni vzgoji namenjenih 77 ur (2 šolski uri na teden).

Cilji in naloge telesne vzgoje

Učni načrt telesne vzgoje iz leta 1973 navaja naslednje cilje in naloge:

- učenci pridobijo telesne spretnosti in navade in si oblikujejo aktiven odnos do telesne kulture,
- učenci si pospešujejo pravilno rast, skladen telesni razvoj in sposobnosti,
- navajajo se na osebno higieno, utrjevanje in zdrav način življenja,
- usposabljaajo se za pravilno vrednotenje dela in počitka,
- uče se lepega vedenja, reda in spoštovanja pravil,
- razvijajo si pravilen odnos do narave, veselja do bivanja v naravi in čut za varstvo narave,
- privzgajajo si voljo do telesnega napora in tekmovanja kakor tudi do športnega razvedrila in sprostitve,
- razvijajo in utrjujejo tovariške medsebojne odnose in zavest pripadnosti h kolektivu, discipliniranosti in samoiniciativnost,
- pospešujejo si telesno zmogljivost in zdravje, s čemer prispevajo k delovni in obrambni sposobnosti naroda (Predmetnik in učni načrt za osnovno šolo, 1973, str. 162).

Vsebine

1. razred

- gimnastične vaje;
- osnovne telesne spretnosti (hoja, tek, skakanje, plezanje in plazenje ter metanje žogic);

- talna telovadba (valjanje bočno, zibanje na hrbtu, dviganje nog v leži na hrbtu, preval naprej z mesta);
- elementarne igre (Črni mož, Okameneli, Lov z rutico, Lastovke se selijo, Tek živali v krogu, Domov ...);
- ritmika (hoja in tek po taktu, menjavanje hitrosti, igre s petjem, svobodno ritmično uprizarjanje gibanja živali, rastlin, naravnih pojavov);
- redovne vaje (uvrščanje v različne urejene formacije, kot so vrsta, kolona po eden, kolona po dva, krog, dva kroga);
- štirje športni dnevi;
- telesna nega (navajanje na osnovno telesno nego).

2. razred

- gimnastične vaje;
- osnovne telesne spretnosti (hoja, tek, plazenje, plezanje, štafetna tekmovanja, skakanje, metanje in lovljenje);
- talna telovadba (valjanje bočno, preval naprej iz stoje, stoja na lopaticah);
- elementarne igre (Lov z zapikom, Dva lovita, Menjaj gnezdo, Klicanje števil ...);
- ritmika (ritmično urejena hoja ob vokalni ali instrumentalni glasbeni spremljavi, prisunski koraki in preproste ritmične sestave na besedilo otroških pesmi);
- redovne vaje (položaji »Mirno!«, »Odmor!«, »Razhod!«, obrati levo in desno, razštevanje);
- štirje športni dnevi;
- telesna nega (utrjevanje osnovnih higienskih navad).

3. razred

- gimnastične vaje;
- osnovne telesne spretnosti (hoja v vzponu in po nizki gredi, tek na razdalji od 30 m do 60 m, skok v višino, daljino in globino, preskakovanje ovir,

preskakovanje kolebnice v lahkotnem teku, plezanje po ribstolu in žrdi, metanje in lovljenje žog in žogic);

- talna telovadba (preval naprej z zaletom);
- elementarne igre (Lov v verigi, Risanje pajaca, Vodnjak, Kdo ima žogo ...);
- ritmika (menjavanje hoje in teka po taktu, strižni koraki, vaje za ritmični posluš v gibanju, hoja ob spremljavi petja);
- redovne vaje (zbor v vrsto, kolono, preštevanje, obrati na mestu na povelja);
- štirje športni dnevi.

4. razred

- gimnastične vaje;
- osnovne telesne spretnosti (pravilna hoja, hitra hoja, prehodi iz hitre hoje v tek, štafetna tekmovanja, skoki v višino, globino in daljino, preskakovanje orodij in ovir, plezanje po vrveh ali žrdeh);
- metanje in lovljenje žoge (metanje v koš, žoganje v teku, vodenje žoge z nogo);
- talna telovadba (preval naprej z zaletom z različnimi nalogami, vaje za premet v stran, sonožni odrivi v oporo na rokah);
- vaje na orodju (vese in opore na nizki bradlji, ročkanje v mešanih vesah, vaje na gredi, raznožka, odbočka z oporo na eno nogo);
- elementarne igre (Lov v parih, Veseli lov, Iskanje predmeta s petjem, Jakec, kje si ...);
- igre (rokomet v preprosti obliki, med štirimi ognji);
- borilne igre (potiskanja, vlečenja nasprotnika);
- ritmika in ljudski plesi (hoja in tek z menjavanjem tempa in formacij, ritmični obrati in poskoki, vaje za ritmični posluš, ritmične sestave na besedila narodnih in partizanskih pesmi);
- redovne vaje (korakanje v koloni, obrat na mestu za 180°, prehod v pohodu iz kolone po dva v kolono po štiri in obratno, kritje in ravnanje);
- štirje športni dnevi;
- plavanje.

5. razred

- gimnastične vaje;
- atletika (hoja – pravilna telesna drža in postavljanje stopal, tek – dve prvini tehnike teka, visoki in nizki štart, skoki – preskakovanje predmetov v telovadnici in v naravi, ugotavljanje odrivne noge, skok v višino, skok v daljino z zaletom, meti – tekmovanje v metu žogice (200 g) za čim boljši osebni dosežek);
- talna telovadba (preval naprej, premet v stran, odrivanje v stojo na rokah, predvaje za prevrat prosto naprej (učenci), kratke sestave iz elementov, ki so bili obravnavani);
- vaje na orodjih (zanožka in prednožka na nizki bradlji, naskok na švedsko skrinjo in seskok, podmetni seskok iz nizkega droga, plezanje po navpičnih žrdeh, na gredi visoki do 100 cm (učenke) hoja v čepu, prisunski koraki, tek;
- športne igre (glede na željo učencev, tradicijo šole, materialne pogoje itd. izbere šola eno športno igro (košarka, roket, odbojka, nogomet));
- ritmika in plesi (prisunski koraki v stran in z obrati, vaje za ritmični posluš, kratke sestave iz elementov, ki so bili obravnavani);
- štirje športni dnevi;
- smučanje.

6. razred

- gimnastične vaje;
- atletika (hoja – pomen pokončne drže in postavitve stopal (teoretično), odkrivanje nepravilnosti v hoji in odprava teh nepravilnosti (praktično), tek – pravilni odziv pri teku, ponovljeni teki in fartlek za povečevanje hitrosti in vzdržljivosti, tehnika štafetnih podaj, skoki – v višino, daljino, meti – met žogice, tekmovanja v metih za čim boljše osebne dosežke);
- talna telovadba (skok letno preko učenca (učenci), vaje za premet oporno naprej (učenci), prevrat prosto naprej (učenci), premet v stran v obe smeri, stoja na rokah, kratke sestave iz obravnavanih elementov);

- vaje na orodju (vzmik na drogu, skrčka preko kože in švedske skrinje, menjalni korak in kratke sestave na gredi (učenke), vesa na višji lestvini, premah v veso ležno na nižji lestvini na dvovišinski bradlji (učenke));
- poligon;
- plezanje po navpičnih plezalih;
- športne igre (šola glede na materialne možnosti, strokovne kadre in tradicijo šole izbere eno športno igro, ki jo poleg tiste, ki so jo izbrali v 5. razredu, izvajajo so konca 8. razreda);
- ritmika in plesi (ritmični koraki, ljudski plesi, družabni plesi);
- štiri športni dnevi.

7. razred

- gimnastične vaje;
- atletika (teoretično – nega hoje, praktično – odkrivanje in odpravljanje pomanjkljivosti v hoji, tek in njegov vpliv na organizem, neprekinjen tek, izboljšanje rezultatov v skokih v višino in daljino ter pri metih medicinske žoge);
- talna telovadba (kratke sestave iz obdelanih elementov);
- vaje na orodju (kolebanje na nizki bradlji, prevali, seskoki, ravnotežne drže, naskok v sporo odnožno, seskok iz gredi (učenke), na dvovišinskiu bradlji premah v veso ležno na nižji bradlji in seskok (učenke), plezanja po navpičnih plezalih);
- poligon;
- športne igre (izpopolnjevanje tehnike že izbranih športnih iger, dodatno se lahko informativno obravnavata še dve športni igri);
- ritmika in plesi (ritmični koraki, poskoki, ljudski plesi, družabni plesi, povezava elementov v ritmične sestave (učenke));
- štiri športni dnevi;
- taborjenje po programu taborniške organizacije;
- obramba in zaščita (prenos poškodovanih oseb in evakuacija, ravnanje in način streljanja z zračno puško).

8. razred

- gimnastične vaje;
- atletika (hoja, tek – namen vadbe hitrosti in vzdržljivosti, neprekinjen tek, skoki v višino in daljino ter meti in suvanja medicinske žoge);
- talna telovadba (kratke sestave iz obravnavanih elementov);
- vaje na orodjih (prednožka, zanožka, stoja na ramenih na nizki bradlji, vzmik spredaj na dvovišinski bradlji (učenke), naskok odbočno in seskok na švedski skrinji na šir, plezanje po navpičnih plezalih);
- poligon;
- športne igre (izpopolnjevanje tehnike že izbranih športnih iger, dodatno se lahko informativno obravnavata še dve športni igri);
- ritmika in plesi (kratke sestave z elementi moderne gimnastike, ljudski in družabni plesi);
- štirje športni dnevi.

Opravičevanje

V učnem načrtu ne zasledimo podatkov glede opravičevanja od telesne vzgoje.

Poučevanje deklet

Pouk telesne vzgoje se do vključno 4. razreda izvaja za učence in učenke skupno. Od 5. razreda naprej pa so zaradi diferenciacije fizioloških sposobnosti in posebnosti programa učenci in učenke ločeni po spolu. Hkrati se pojavljajo razlike pri izbiri vsebin glede na spol v 5. razredu, kjer je navedeno, da elemente na visoki gredi izvajajo le učenke, in v 6. razredu, kjer je pri vajah na orodju navedeno, kaj izvedejo učenke na gredi in dvovišinski bradlji (kar sta tipični ženski orodji).

Navodila glede nošenja opreme

V učnem načrtu ne zasledimo nobenih navodil glede nošenja oprema oziroma kaj je primerna športna oprema.

Navodila glede izvedbe pouka

- Pri izvedbi učnega načrta upošteva učitelj klimatske in geografske posebnosti kraja.
- Od 1. do 4. razreda poučuje telesno vzgojo razredni učitelj, v višjih razredih pa učitelj telesne vzgoje. Če ima šola možnost, naj učitelj telesne vzgoje poučuje telesno vzgojo tudi že v 4. razredu.
- Zahteve telesnonovzgojnega kartona¹⁰ so obvezne za šolo, učitelje in učence.
- Učitelj mora voditi ustrezno pedagoško in materialno dokumentacijo o izvajanju programa šolske telesne vzgoje.
- Teoretične vsebine so podane skupaj s samim poučevanjem.
- Pomembno je poudarjanje smotrnega izkoriščanja prostega časa v vseh letih šolanja.
- Združevanje ur telesne vzgoje ni dovoljeno.

Navodila za izvedbo dodatnih programov

- **ŠŠD (šolsko športno društvo)** je program, ki ga šola mora ponuditi učencem, da le ti lahko razvijajo telesnovzgojne dejavnosti. Namen tovrstnih društev je, da omogočijo učencem, da z dopolnilnim ukvarjanjem s športnimi dejavnostmi izpopolnijo svoje znanje in veščine ter se uveljavijo. Organizacija šolskih športnih društev je določena z zakonom. Dejavnost ŠŠD je ena najpomembnejših množičnih dejavnosti učencev na šoli. Ob pomoči mentorjev vodijo ŠŠD učenci sami, tako da so ŠŠD, poleg tega da je njihov namen ukvarjanje s telesno vzgojo, tudi pomemben element vzgojnega procesa. V

¹⁰ Danes je to športnovzgojni karton.

okviru ŠŠD-jev naj bodo ustanovljene tudi planinske sekcije, ki se povezujejo s planinskimi društvi.

- **Šolska tekmovanja.** Program šolskih tekmovanj je bil enoten za 1. in 2. razred ter za 3. in 4. razred. Vsebine tekmovanj za 1. in 2. razred so: tek na 30 m, met žogice v tarčo na razdalji 5 do 7 metrov, skok v daljino z zaletom. Enkrat letno se organizira tekmovanje v premagovanju ovir (poligon), ki vsebuje tek, prehod nizke gredi, plazenje pod ovirami, spretnost (preval naprej). Vsebine tekmovanj za 3. in 4. razred so: tek na 40 m, naskok v oporo čepno in seskok, plezanje 3 m. Tekmovanje v premagovanju ovir (poligon) vsebuje: tek, hojo po gredi, met žoge v koš, prehod preko višje ovire (švedske skrinje). Program tekmovanj za višje razrede (od 5. do 8. razreda) je vključeval: atletiko, troboj, vaje na orodju, športne igre ter talno telovadbo.
- **Športni dnevi.** Šola organizira vsako leto za vsak razred štiri športne dneve. Program za nižje razrede (od 1. do 4. razreda):
 - izlet v naravo s poudarkom na orientaciji in spoznavanju narave;
 - sankanje, smučanje in igre na snegu;
 - izlet v naravo z igrami;
 - tekmovanje v premagovanju ovir (poligonu), ki se izvede v naravi.Program za višje razrede (od 5. do 8. razreda):
 - orientacijski pohod,
 - atletika;
 - zimske aktivnosti;
 - po izbiri.

Priporočila za delo z nadarjenimi športniki

V učnem načrtu ne zasledimo nobenih navodil za delo z nadarjenimi športniki.

5.8 PREDSTAVITEV UČNEGA NAČRTA ZA TELESNO VZGOJO ZA OSNOVNO ŠOLO IZ LETA 1984

Poimenovanje predmeta

Predmet se imenuje telesna vzgoja.

Sprejetje učnega načrta

- Na podlagi 61. člena Zakona o svobodni menjavi dela na področju vzgoje in izobraževanja (Ur. List SRS, št. 1/80) in 23. člena Zakona o osnovni šoli (Ur. List SRS, št. 5/80) je Strokovni svet SR Slovenije za vzgojo in izobraževanje na 39. seji 11.5.1983 sprejel sklep, da se obvezni predmetnik in učni načrt za športno vzgojo uvajata postopoma: za prvi, drugi in tretji razred v šolskem letu 1983/84, za šesti razred v šolskem letu 1985/86 in za sedmi ter osmi razred v šolskem letu 1986/87.
- Učni načrt je potrdil Strokovni svet SR Slovenije za vzgojo in izobraževanje.
- Komisijo, ki je bila odgovorna za telesno vzgojo v tem učnem načrtu, so sestavljali: dr. Janko Strel, Martin Rozman, mag. Miran Pirc, mag. Jože Vauhnik, Marica Ferjan, Janez Pezdič in Ivan Križnar.

Dolžina šolanja

Osemletno obvezno šolanje.

Število ur, ki so v učnem načrtu namenjeni telesni vzgoji

Telesni vzgoji je skozi celotno obvezno osemletno osnovnošolsko šolanje namenjeno 760 ur:

- V 1., 2. in 3. razredu tri ure na teden, kar je pomenilo skupaj 315 ur (v vsakem razredu 105 ur).
- V 4. in 5. razredu tri ure na teden, kar je pomenilo skupaj 210 ur (v vsakem razredu 105 ur).
- V 6., 7. in 8. razredu dve uri na teden, kar je pomenilo 235 ur (v 6. razredu 105 ur, v 7. razredu 66 ur in v 8. razredu 64 ur).

Cilji in naloge telesne vzgoje

Vzgojno-izobraževalnij smotri in naloge:

- utrjevanje zdravje, pridobivanje pogojev za pravilno rast in telesni razvoj ter navajanje na osebno higieno in zdrav način življenja,
- pridobivanje motivov za gibanje, s katerim zadovoljujejo svoje primarne biološke potrebe in razvijajo ustvarjalne sposobnosti za igro in delo,
- oblikovanje sistema vrednot, interesov, delovnih navad in znanj, da se lahko učenci uveljavijo kot samoupravljalci in organizatorji v različnih pojavnih oblikah telesne in širše kulture,
- pridobivanje trajnih telesnokulturnih navad za smotrno izrabo prostega časa in za stalno telesnokulturno udejstvovanje, ki naj postane del kulture v njihovem življenju,
- zadovoljevanje potrebe po igri, lepoti in skladnosti gibanja v naravi ter oblikovanje odnosa do ljudskih izročil, gibalnega ustvarjanja in plesa,
- razvijanje smisla za zavestno disciplino, tovarištvo in kulturno vedenje,
- zadovoljevanje potrebe po uveljavljanju v skupini,
- razvoj tistih motoričnih sposobnosti, ki so za posamezne športne in druge gibalne zvrsti pomembne,
- spoznavanje in razvoj psihosomatske sposobnosti za poklicno usmerjanje,
- učenci se naučijo plavanja in smučanja,
- pridobivanje in razvijanje motoričnih in fizioloških sposobnosti za splošno ljudsko obrambo, varnost in družbeno samozaščito,

- učenci se usposobijo za opazovanje in spremljanje lastnega motoričnega in morfološkega razvoja,
- navajanje na igralno tekmovalni način merjenja znanja, navad, spretnosti in sposobnosti,
- pridobivanje znanj, ki jih uporabljajo v aktivnem odmoru in minuti za zdravje,
- se odgovorno vključujejo v proces izvajanja pouka, kot sodelavci pri izvajanju posameznih opravil in nalog,
- izvajajo aktivnosti, ki so povezane z ohranjanjem in razvijanjem tradicij NOB,
- seznanjanje s telesnokulturnimi organizacijami, športnimi in športnorekreativnimi dejavnostmi v okolju ter z nalogami in opravili telesnokulturnih delavcev.

Vsebine

Učni načrt in s tem tudi učne vsebine so zaradi celovitega obravnavanja razvoja otroka prilagojene različnim življenjskim obdobjem učencev in razdeljene na tri obdobja:

- od 6. do 9. leta – 1., 2. in 3. razred,
- od 9. do 11. leta – 4. in 5. razred,
- od 11. do 14. leta – 6., 7. in 8. razred.

1., 2. in 3. razred

- higiensko-zdravstvene navade;
- spoznavanje športnih naprav in njihova uporabnost;
- razlikovanje in upoštevanje razpoznavnih znakov, ki se uporabljajo med vadbo;
- spoznavanje in osvajanje športnih pojmov in igralnih pravil;
- orientacija v omejenem prostoru;
- koordinirano gibanje z rokami in nogami;
- koordinacija gibanja vsega telesa;
- izvajanje sestavljenih motoričnih struktur;

- kolektivna igra;
- razvijanje moči in hitrosti;
- vztrajanje pri manj intenzivni dejavnosti;
- aktivnosti z dolgotrajnejšo obremenitvijo;
- gibalne dejavnosti za aktivni odmor in minuto za zdravje;
- razvijanje občutka za ritem, lepoto in skladnost gibanja;
- aktivnosti s spoznavanjem domačega okolja in naravnih značilnosti;
- aktivnosti za ohranjanje in varovanje naravnega okolja;
- aktivnosti za poglobljanje domovinske vzgoje;
- priprava na zimske dejavnosti;
- učenje plavanja;
- športna značka;
- razvijanje športnega vedenja, spoštovanje tekmeca ter dogovorjenih in predpisanih pravil tako v procesu vadbe kot tekmovanj;
- vključevanje učencev v vzgojno-izobraževalni proces;
- spremljanje lastnega razvoja;
- gospodarno ravnanje z materialnimi sredstvi.

4. in 5. razred

- osnovna šola plavanja in smučanja;
- kolektivna igra;
- osvajanje temeljnih elementov športne tehnike v izbranih športnih zvrsteh;
- osvajanje osnovnih športnih znanj in sposobnosti iz atletskega peterboja;
- aktivnosti z dolgotrajnejšo obremenitvijo;
- spoznavanje osnov športnih znanj;
- aktivnosti med aktivnim odmorom in minuto za zdravje;
- razvijanje motoričnih sposobnosti;
- priprava na zimske dejavnosti;
- spremljanje lastnega razvoja;
- aktivnosti za poglobljanje domovinske vzgoje;
- razvijanje tovariškega športnega vedenja;

- vključevanje učencev v realizacijo vzgojno-izobraževalnega procesa;
- športna značka;
- aktivnosti v naravi.

6., 7. in 8.razred

- razvijanje motoričnih sposobnosti;
- osvajanje znanj v najmanj dveh športnih igrah – telesna priprava, tehnika, taktika;
- osvajanje osnovnih športnih znanj in sposobnosti iz atletskega peteroboja;
- razvijanje aerobnih sposobnosti;
- sodelovanje učencev pri različnih oblikah vadbenega procesa;
- zadovoljevanje nekaterih primarnih biopsihosocialnih potreb;
- posredovanje informacij o uveljavljenih športnih panogah v kraju;
- spremljanje lastnega razvoja in aktivnosti na osnovi rezultatov merjenja v telesno-vzgojnem kartonu;
- rokovanje in streljanje z zračno puško, prenos poškodovanih oseb in evakuacija.

Opravičevanje

Učenci, ki so začasno ali delno oproščeni pouka telesne vzgoje (manj kot 6 mesecev), so tako kot ostali učenci dolžni prisostvovati pouku telesne vzgoje in se vključujejo v tiste aktivnosti, ki jih z ozirom na zdravstveno stanje lahko izvajajo.

Poučevanje deklet

Učence od vključno 5. razreda naprej, zaradi fizioloških razlik in različnega interesa, ločimo po spolu. V nižjih razredih, torej od 1. do vključno 4. razreda, učenci in učenke vadijo skupaj.

Navodila o nošenju opreme

- Učitelj in učenci morajo izvajati pouk v pogojem primernih športnih oblačilih. Potrebno športno opremo učitelju zagotovi šola.
- 1., 2. in 3. razred:
 - Pod naslovom Vzgojno-izobraževalna vsebina je pod delom Higijensko-zdravstvene navade navedeno, da je pomembno, da učenci znajo pravilno uporabiti, shraniti in čistiti športno opremo ter se po telesnovzgojnih aktivnostih umiti. Kot pojasnilo je dodano, da mora vsak učenec uporabljati popolno in čisto športno opremo, da si po vadbi umije vsaj roke, noge in obraz in se po možnosti stušira.

Navodila glede izvedbe pouka

- Učitelj na podlagi ugotovitev začetnega stanja sposobnosti učencev jasno opredeli cilje telesne vzgoje ter naloge, ki jih bodo učenci opravljali.
- Učencem mora biti zagotovljeno oblikovanje individualnih motoričnih sposobnosti, za doseg česar mora učitelj zagotoviti dovolj širok izbor športnih zvrsti.
- Učitelj na podlagi opredeljenih nalog izdela delovni načrt in letno pripravo za delo po razredih. Pri tem mora upoštevati:
 - dejanske možnosti za izvedbo programa,
 - razpoložljivi čas,
 - želje učencev,
 - sposobnosti učencev,
 - načrtovane dejavnosti v okolju.
- Nato učitelj po obdobjih razporedi snov v posamezne enote, ki so odvisne od materialnih pogojev, klimatskih in drugih razmer.
- Intenzivnost vadbe mora približati načelom športnega treniranja.

- V 1. razredu mora biti vsestranskemu razvoju motoričnih sposobnosti namenjenih vsaj 80% časa, posamezni športni panogi pa 20%. Kasneje se ta odstotek postopno izenačuje in predstavlja v 7. in 8. razredu 40%:60%.
 - V pouk telesne vzgoje naj bodo vključeni tudi elementi splošne ljudske obrambe in družbene samozaščite, zdravstvene vzgoje in prve pomoči.
 - Teoretični vsebine se posredije soočasnno s praktičnim delom.
 - Pri pouku je pomembno, da je vključene čim več glasbene spremljave.
 - Pouk telesne vzgoje traja praviloma eno uro.

Navodila za izvedbo dodatnih programov

- **Aktivni odmor.** Organiziran je po dveh ali treh šolskih urah. Gre za krajši ali daljši odmor, saj pri učencih takrat že narašča utrujenost. Ti aktivni odmori so dolgi med 20 in 30 minut in se ob lepem vremenu izvajajo zunaj na športnih in otroških igriščih. V času aktivnega odmora so učenci gibalno aktivni. Za tiste učence, ki bolj kot športno aktivnost potrebujejo mir in tišino, da se spočijejo, naj šola zagotovi t.i. mirno cono. Odmor za malico ni aktivni odmor.
- **Minuta za zdravje.** Namen je boljše zdravje posameznikov in skupin, sproščen odnos med učitelji in učenci in preprečevanje posledic dolgega sedenja.
- **Športna značka.** Vsebino športne značke je vključena v program telesne vzgoje. Ob koncu šolskega leta učitelj nato preveri, kaj vse so učenci dosegli. Učenci imajo posebno knjižico Športne značke, kamor vpisujejo rezultate. Planinski izleti, kolesarjenje in podobne naloge se izvedejo ob pomoči temu primernih društev, športnih organizacij ali staršev.
- **Posebna telesna vzgoja (dopolnilni pouk)** je namenjen tistim učencem, ki so zdravstveno prizadeti, funkcionalno moteni ter za tiste, ki ne dosegajo minimalnih vrednosti motoričnih sposobnosti. V okviru dopolnilnega pouka se izvajajo tiste gibalne naloge, ki so najpomembnejše za življenje, športno rekreacijo in pozitivno vplivajo na izboljšanje splošnega telesnega stanja.

- **Dodatni pouk telesne vzgoje** je namenjen tistim učencem, ki kažejo nadpovprečno visoke rezultate merjenja motoričnih sposobnosti in velik interes za ukvarjanje s telesnovzgojnimi dejavnostmi.
- **Športni dnevi** trajajo 6 šolskih ur. V vsakem razredu mora šola organizirati 4 športne dneve. Vsak učenec mora biti v času športnega dne aktivno zaposlen 120 minut v 1., 2., in 3. razredu ter 180 minut v višjih razredih. Naloge morajo biti razvojni stopnji učencev primerne. Učenci sodelujejo tako pri pripravi, organizaciji, izvedbi in oceni športnih dni. Na ta način prevzamejo naloge ter odgovornost za realizacijo in učinkovitost teh športnih dni.

Priporočila za delo s športniki

Nadarjenim učencem je v okviru dodatnih programov namenjen Dodatni pouk telesne vzgoje, preko katerega se lahko dodatno vključujejo v športne dejavnosti.

5.9 PREDSTAVITEV UČNEGA NAČRTA ZA ŠPORTNO VZGOJO ZA OSNOVNO ŠOLO IZ LETA 1998

Poimenovanje predmeta

Predmet se imenuje športna vzgoja.

Sprejetje učnega načrta

- Učni načrt je bil sprejet leta 1998, uvajal pa se je postopoma na šolah, ki so vstopale v devetletno izobraževanje.
- Potrjevanje učnega načrta je potekalo v več stopnjah. Najprej je bil nov učni načrt sprejet na 23. seji Področne kurikularne komisije za osnovno šolo 17.3.1998, nato ga je na 21. seji potrdil Strokovni svet RS za splošno izobraževanje dne 12.11.1998. Za konec pa ga je na 27. seji potrdil še Nacionalni kurikularni svet dne 27.11.1998 .
- Učni načrt za športno vzgojo je sestavila predmetna kurikularna komisija za športno vzgojo, ki so jo sestavljali: dr. Venceslav Kapus, dr. Franc Cankar, dr. Marjeta Kovač, dr. Doljana Novak, dr. Jože Vauhnik, mag. Jure Novak in Karmen Pleteršek. S pripombami so sodelovali: pedagoški svetovalci za športno vzgojo, vodje študijskih skupin za športno vzgojo, sodelavci in učitelji Fakultete za šport in člani Katedre za športno vzgojo in šolski šport Fakultete za šport (Kovač in Novak, 1998).
- Avtorici besedila sta dr. Marjeta Kovač in dr. Doljana Novak (Kovač in Novak, 1998).

Dolžina šolanja

Devetletno obvezno šolanje.

Število ur, ki so v učnem načrtu namenjene športni vzgoji

Učni načrt je zaradi razvojnih značilnosti učencev vsebinsko, organizacijsko in metodično razdeljen v tri vzgojno-izobraževalna obdobja (triletna).

V vseh treh vzgojno-izobraževalnih obdobjih skupaj je športni vzgoji namenjeno 834 ur:

- v prvem vzgojno-izobraževalnem obdobju 315 ur (tri ure na teden);
- v drugem vzgojno-izobraževalnem obdobju 315 ur (tri ure na teden);
- v tretjem vzgojno-izobraževalnem obdobju 204 ure (dve uri na teden).

V vsakem od teh obdobjih ponudi šola tri vrste programov:

- Programi, ki so obvezne za vse učence (Kovač in Novak, 1998, str. 6).

prvo vzgojno-izobraževalno obdobje	drugo vzgojno-izobraževalno obdobje	tretje vzgojno-izobraževalno obdobje
redni pouk z 20-urnim tečajem plavanja v 2. ali 3. razredu	redni pouk	redni pouk
5 športnih dni na leto	5 športnih dni na leto	5 športnih dni na leto

- Programi, ki jih šola lahko ponudi, vključevanje vanje je za učence prostovoljno (Kovač in Novak, 1998, str. 6).

prvo vzgojno-izobraževalno obdobje	drugo vzgojno-izobraževalno obdobje	tretje vzgojno-izobraževalno obdobje
	šola v naravi (poletna in zimska)	
športne interesne dejavnosti	športne interesne dejavnosti	športne interesne dejavnosti
dopolnilni pouk – programi za učence s posebnimi	dopolnilni pouk – programi za učence s posebnimi	dopolnilni pouk – programi za učence s posebnimi

potrebami	potrebami	potrebami
-----------	-----------	-----------

- Dodatni programi, ki jih šola lahko ponudi in v katere se učenci lahko prostovoljno vključijo (Kovač in Novak, 1998, str. 6).

prvo vzgojno-izobraževalno obdobje	drugo vzgojno-izobraževalno obdobje	tretje vzgojno-izobraževalno obdobje
		izbirna predmeta Šport in Plesne dejavnosti
nastopi, prireditve in šolska športna tekmovanja	prireditve in šolska športna tekmovanja	prireditve in šolska športna tekmovanja
tečajji, šole v naravi, športni tabori oz. druge integrirane oblike pouka	tečajji, šole v naravi, športni tabori oz. druge integrirane oblike pouka	tečajji, šole v naravi, športni tabori oz. druge integrirane oblike pouka
dodatni programi (Zlati sonček, Ciciban planinec ...)	dodatni programi (Krpan, Mladi planinec ...)	dodatni programi (Mladi planinec ...)
minuta za zdravje	minuta za zdravje	minuta za zdravje
športni oddelki	športni oddelki	športni oddelki

Cilji in naloge športne vzgoje

- V tem novem učnem načrtu je športna vzgoja usmerjena v:
 - zadovoljitev prvine potrebe otrok po gibanju in igri;
 - posamezniku prilagojen razvoj gibalnih in funkcionalnih sposobnosti;
 - pridobitev številnih in raznovrstnih športnih znanj;
 - čustveno in razumsko dožemanje športa.
 - Splošni cilji športne vzgoje v novem učnem načrtu so:
 - skladen telesni in duševni razvoj;
 - sladna razvitost celotnega telesa in pravilna telesna drža;
 - zdrav način življenja;
 - razvoj zdravega občutka samozavesti in samozaupanja;

- oblikovanje pozitivnih vedenjskih vzorcev;
 - razumeti koristnost športa in navajanje na kakovostno preživljanje prostega časa;
 - razvoj ustvarjalnosti;
 - razbremenitev in sprostitev;
 - pozitivno doživljanje športa;
 - oblikovanje spoštljivega, kulturnega in prstnega odnosa do narave ter okolja;
 - spoštovanje naravne in kulturne dediščine.
- Operativni cilji športne vzgoje, ki so razdeljeni v štiri skupine, poudarjajo:
 - telesni razvoj, razvoj gibalnih in funkcionalnih sposobnosti;
 - usvajanje in nadgradnjo športnih znanj;
 - seznanjanje s teoretičnimi vsebinami;
 - oblikovanje in razvoj stališč, navad in načinov ravnanja ter prijetno doživljanje športa (Kovač in Novak, 1998, str. 8).

Vsebine

Prvo vzgojno-izobraževalno obdobje (1., 2. in 3. razred)

- naravne oblike gibanja in igre;
- atletska abeceda;
- gimnastična abeceda;
- plesne igre;
- igre z žogo;
- plavalna abeceda;
- izletništvo in pohodništvo;
- ugotavljanje, spremljanje in vrednotenje gibalnih sposobnosti ter telesnih značilnosti.

V drugem ali v tretjem razredu mora šola za učence organizirati 20-urni tečaj plavanja.

Če imajo šole pogoje, lahko v tem prvem vzgojno-izobraževalnem obdobju svojim učencem dodatno ponudijo:

- zimske dejavnosti,
- športna programa Zlati sonček in Ciciban planinec.

Drugo vzgojno-izobraževalno obdobje (4., 5. in 6. razred)

- naravne oblike gibanja, igre in splošna kondicijska priprava;
- atletika;
- gimnastika z ritmično izraznostjo;
- ples;
- mala košarka;
- mala odbojka;
- mali rokomet;
- mali nogomet;
- plavanje in nekatere vodne dejavnosti;
- smučanje in nekatere zimske dejavnosti;
- izletništvo, pohodništvo in gornišтво;
- ugotavljanje, spremljanje in vrednotenje gibalnih sposobnosti ter telesnih značilnosti.

Šola mora v drugem vzgojno-izobraževalnem obdobju organizirati vsaj eno šolo v naravi, ki je lahko zimska ali poletna.

V šestem razredu mora šola preveriti znanje plavanja vseh učencev.

Dodatne vsebine, ki jih šola v drugem vzgojno-izobraževalnem obdobju lahko ponudi svojim učencem, če ima za to pogoje, so:

- kotalkanje, rolkanje, kolesarjenje, namizni tenis, mali tenis, badminton, deskanje;
- športna programa Krpan in Mladi planinec.

Tretje vzgojno-izobraževalno obdobje (7., 8. in 9. razred)

- splošna kondicijska priprava;
- atletika;
- gimnastika z ritmično izraznostjo;
- ples;
- košarka;
- odbojka;
- rokomet;
- nogomet;
- izletništvo, pohodništvo in gornišstvo;
- ugotavljanje, spremljanje in vrednotenje gibalnih sposobnosti ter telesnih značilnosti.

V tem tretjem vzgojno-izobraževalnem obdobju izbere športni pedagog za učenke najmanj dve in za učence najmanj tri športne igre.

Za neplavalce mora šola v tretjem vzgojno-izobraževalnem obdobju organizirati dodaten plavalni tečaj.

Dodatne vsebine, ki jih lahko šola v tretjem vzgojno-izobraževalnem obdobju, glede na pogoje, ki jih ima, ponudi svojim učencem, so:

- plavanje in nekatere vodne aktivnosti;
- smučanje in nekatere zimske aktivnosti;
- vsebine, kot so: rolkanje, kotalkanje, judo, lokostrelstvo, namizni tenis, tenis, badminton, deskanje ...

Opravičevanje

»Športna vzgoja je obvezna za vse učence. Po šolski zakonodaji so učenci lahko oproščeni sodelovanja pri posameznih oblikah športne vzgoje. Po presoji zdravnika

so lahko opravičeni zaradi zdravstvenih razlogov delno ali popolno, za krajše ali daljše časovno obdobje.« (Kovač in Novak, 1998, str. 55).

»Če so učenci delno oproščeni, mora športni pedagog vsakemu posamezniku z zdravstvenimi indikacijami prilagoditi proces dela skladno z napotki zdravnika. Gibanje in šport lahko v teh primerih predstavljata pomembno sredstvo kineziterapije in rehabilitacije.« (Kovač in Novak, 1998, str. 55).

Poučevanje deklet

- Med učenci in učenkami se v drugem vzgojno-izobraževalnem obdobju pojavljajo večje razlike v telesnih sposobnostih in interesih, zato je priporočljivo, da učence in učenke od drugega vzgojno-izobraževalnega obdobja naprej delimo po spolu.
- Posamezne dejavnosti naj bodo še vedno organizirane tako, da spodbujajo hkratno sodelovanje učenk in učencev (športne igre, ples, športna tekmovanja).
- Od drugega vzgojno-izobraževalnega obdobja naprej je priporočljivo, da učence poučuje moški, učenke pa ženska.

Hkrati učni načrt navaja, da naj učitelj v zadnjem vzgojno-izobraževalnem obdobju ponudi učenkam najmanj dve, učencem pa tri športne igre.

Razlike se v tretjem vzgojno-izobraževalnem obdobju pojavljajo tudi pri vsebini gimnastika z ritmično izraznostjo, in sicer:

- učenke izvajajo praktične vsebine na gredi (ob koncu tretjega triletja naj bi bile na temeljni ravni sposobne prikazati povezavo hoje, obrata in seskoka; na višji ravni pa poljubne vaje) in pri ritmiki (ob koncu triletja naj bi bile sposobne prikazati vajo s poljubnim pripomočkom), medtem ko za učence te vsebine niso predpisane.

Navodila o nošenju opreme

Posebni navodil o tem, kaj naj bi učenci na urah športne vzgoje nosili, ni v učnem načrtu, je pa med cilji zapisano, da se učenec seznani s primerno osebno športno opremo:

- Seznanjanje s teoretičnimi vsebinami 1. razred
 - Seznaniti se s primernim športnim oblačilom in obutvijo.
- Seznanjanje s teoretičnimi vsebinami 2. razred
 - Seznaniti se s primernim športnim oblačilom in obutvijo.
- Seznanjanje s teoretičnimi vsebinami 4. razred
 - Razumeti prednosti primerne športne oblačil in obutve.
- Seznanjanje s teoretičnimi vsebinami 5. razred
 - Razumeti prednosti primerne športne oblačil in obutve v različnih pogojih (vadba, tekmovanje, različne vremenske razmere ...).
- Seznanjanje s teoretičnimi vsebinami 6. razred
 - Razumeti prednosti primerne športne oblačila in obutve v različnih pogojih (vadba, tekmovanje, različne vremenske razmere ...).

Navodila glede izvedbe pouka

- Vsaka učna ura mora biti sestavljena iz treh delov, ki se med seboj logično povezujejo: pripravljalnega dela (ogrevanja), glavnega dela in sklepnega (umirjevalnega) dela.
- Pomembno je, da so v vseh delih uporabljane čim bolj pestre in učinkovite oblike in metode dela.
- Izbiro oblik in metod dela učitelj prilagodi vsebini, posebnostim skupine (velikost skupine, spol, starost, sposobnosti, predznanja) in pogojem dela.

- Učitelj mora spremljati stanje in razvoj učenčevih gibalnih in funkcionalnih sposobnosti ter njihovih telesnih značilnosti, športna znanja učencev in dejavnike sodelovanja.
- Učitelj večkrat letno ugotavlja, spremlja in vrednoti učenčeva športna znanja, njegove gibalne sposobnosti in telesne značilnosti. Enkrat letno šola za tiste učence, za katere je pridobila pisno dovoljenje staršev, centralno obdela in ovrednoti telesne značilnosti in gibalne sposobnosti v skladu z navodili.
- Učitelj mora pri zvedbi pouka veliko pozornost nameniti varnosti. Zato mora učitelj:
 - spoštovati normative pri velikosti vadbene skupine;
 - zaščititi vadbeni prostor in nameniti posebno pozornost pri postavljanju in pospravljanju orodja;
 - prilagoditi vsebine, metodične postopke, organizacijo vadbe in obremenitev sposobnostim učencev ter njihovemu predznanju;
 - upoštevati načelo pomoči in varovanja;
 - upoštevati osnovna načela varnosti pri pohodništvu, plavanju, smučanju in gimnastiki;
 - seznaniti učence z nevarnostmi v gorah.
- Učitelj mora strokovno utemeljeno prilagajati razmerje med intenzivnostjo in obsegom obremenitve.
- Ur športne vzgoje ni priporočljivo združevati.
- Priporočeno je, da posamezne vadbene skupine, zaradi varnosti in upoštevanja individualizacije, ne presegajo 20 učencev.

Navodila glede izvedbe dodatni programov

- **Interesne dejavnosti.** Gre za športne interesne dejavnosti, ki omogočajo učencem vsakodnevno ukvarjanje s športom. Dejavnosti se morajo v posameznih vzgojnih-izobraževalnih obdobjih med seboj razlikovati, na voljo naj bodo vsem učencem in potekajo naj skozi celotno šolsko leto.
- **Nastopi, prireditve, športna tekmovanja** so nadgradnja šolske športne vzgoje in interesnih dejavnosti. Nastopi so namenjeni predvsem staršem in

drugim članom družine, prireditve naj se izvedejo kot skupen pohod s starši, športo popoldne, zabavni konec tedna in podobno. Najpomembnejši cilj na tekmovanjih ni športni dosežek, ampak skupno prizadevanje za doseg cilja, spoštovanje vseh sodelujočih, medsebojna pomoč ter vzgoja v smeri, da se znamo veseliti zmage in prenesti poraz. Pripravljanje na tekmovanja naj bo izvedeno načrtno. V prvem triletju naj bodo tekmovanja izvedena med skupinami.

- **Šola v naravi** mora biti po Zakonu o osnovni šoli ponujena učencem vsaj enkrat v času njihovega obveznega šolanja. Poletna šola v naravi s poudarkom na plavalnem opismenjevanju in / ali zimska šola v naravi, s poudarkom na smučanju, teku na smučeh in drugimi zimskimi dejavnostmi.
- **Športni dnevi** so obvezni za vse učence. Šola vsako leto organizira za vsak razred pet športnih dni. Minimalen čas trajanja športnega dne so 4 ure.
- **Programi za otroke s posebnimi potrebami.** Gre za posebne programe v okviru dopolnilnega pouka, kjer poskrbimo za vse tiste učence, ki imajo gibalne, zdravstvene ali vedenjske težave. Tem učencem se v okviru tega programa individualno posvetimo.
- **Športna programa Zlati sonček in Ciciban planinec** sta namenjena učencem prvega vzgojno-izobraževalnega obdobja, ter **športna programa Krpan in Mladi planinec**, namenjena učencem drugega vzgojno-izobraževalnega obdobja.
- **Izbirna predmeta Šport** (Šport za zdravje, Izbrani šport, Šport za sprostitev) (Kovač in Novak, 2001) in **Plesne dejavnosti** (ples, starinski in družabni plesi, ljudski plesi) sta dodatna ponudba za učence v tretjem vzgojno-izobraževalnem obdobju. Če učenec izbere enega od predmetov, ima 35 ur (v 9. razredu pa 32 ur) dodatnega športnega programa. Predmeta imata svoja učna načrta, učenec je ocenjen.
- **Športni oddelki** so programi, ki jih šola lahko ponudi, učenci se vanje vključujejo prostovoljno ali na željo staršev. V tovrstnih programih se športna vzgoja izvaja vsak dan, dodatna je ponudba različnih tečajev in šol v naravi. So pa ti programi plačljivi s strani staršev ali lokalnih skupnosti.

- **Minuta za zdravje** je namenjena krajši gibalni prekinitvi med urami drugih predmetov.

Priporočilo za delo z nadarjenimi športniki

S Pravilnikom o prilagajanju šolskih obveznosti je določeno, da mora šola vsem nadarjenim športnikom nuditi ustrezno pomoč in jim prilagoditi obveznosti vzgojno-izobraževalnega procesa.

5.10 PREDSTAVITEV UČNEGA NAČRTA ZA PREDMET ŠPORT¹¹ ZA OSNOVNO ŠOLO IZ LETA 2011

Poimenovanje predmeta

Predmet se s šolskim letom 2012/2013 imenuje šport (Zakon o spremembah in dopolnitvah zakona o osnovni šoli, 2011).

Sprejetje učnega načrta

- Posodobljen učni načrt za predmet šport v osnovni šoli je pripravila Predmetna komisija za posodabljanje učnega načrta. Pri posodabljanju je komisija izhajala iz učnega načrta za športno vzgojo iz leta 1998, ki je bil s strani Strokovnega sveta potrjen na 21. seji 12.11.1998. Posodobljen učni načrt za predmet šport je bil s strani Strokovnega sveta RS za splošno izobraževanje določen na 114. seji leta 2008. S vsebinskimi in redakcijskimi popravki pa se je seznanil 17.2.2011 na 140. seji. Ker se je predmet preimenoval v šport šele s spremembo osnovnošolske zakonodaje 27.10. 2011 (Zakon o spremembah in dopolnitvah zakona o osnovni šoli, 2011), je v učnem načrtu še vedno naveden naziv predmeta športna vzgoja.
- Sestavljalci posodobljenega učnega načrta so: dr. Marjeta Kovač, Nives Markun Puhan, Breda Lorenzi, Leonida Novak, dr. Jurij Planinšec, Iztok Hrastar, Karmen Pleteršek in mag. Vesna Muha.

Dolžina šolanja

Devetletno obvezno šolanje.

¹¹ Uradno je učni načrt še vedno poimenovan kot Učni načrt za športno vzgojo.

Število ur, ki so v učnem načrtu namenjene predmetu šport

- Učni načrt je zaradi razvojnih značilnosti učencev vsebinsko, organizacijsko in metodično razdeljen v tri vzgojno-izobraževalna obdobja (triletja).
- V vseh treh vzgojno-izobraževalnih obdobjih skupaj je športni vzgoji namenjeno 834 ur:
 - v prvem vzgojno-izobraževalnem obdobju 315 ur (tri šolske ure na teden);
 - v drugem vzgojno-izobraževalnem obdobju 315 ur (tri šolske ure na teden);
 - v tretjem vzgojno-izobraževalnem obdobju 204 ure (dve šolski uri na teden).
- V vsakem od teh obdobji ponudi šola tri vrste dejavnosti:
 - Dejavnosti, ki so obvezne za vse učence (Kovač idr., 2011, str. 5).

prvo vzgojno-izobraževalno obdobje	drugo vzgojno-izobraževalno obdobje	tretje vzgojno-izobraževalno obdobje
redni pouk z 20-urnim tečajem plavanja v 2. ali 3. razredu	redni pouk	redni pouk
5 športnih dni na leto	5 športnih dni na leto	5 športnih dni na leto

- Dejavnosti, ki jih šola lahko ponudi, vključevanje vanje je za učence prostovoljno (Kovač idr., 2011, str. 5).

prvo vzgojno-izobraževalno obdobje	drugo vzgojno-izobraževalno obdobje	tretje vzgojno-izobraževalno obdobje
	šola v naravi s poudarkom na plavanju in zimskih dejavnostih	
športne interesne dejavnosti	športne interesne dejavnosti	športne interesne dejavnosti

dopolnilni pouk	dopolnilni pouk	dopolnilni pouk
-----------------	-----------------	-----------------

- Dodatne dejavnosti, ki jih šola lahko ponudi in v katere se učenci lahko prostovoljno vključijo (Kovač idr., 2011, str. 5).

prvo vzgojno-izobraževalno obdobje	drugo vzgojno-izobraževalno obdobje	tretje vzgojno-izobraževalno obdobje
		izbirna predmeta Šport in Plesne dejavnosti
nastopi, prireditve in šolska športna tekmovanja	nastopi, prireditve in šolska športna tekmovanja	nastopi, prireditve in šolska športna tekmovanja
tečaji, šole v naravi, športni tabori oz. druge oblike pouka	tečaji, šole v naravi, športni tabori oz. druge oblike pouka	tečaji, šole v naravi, športni tabori oz. druge oblike pouka
dodatni športni programi	dodatni športni programi	dodatni športni programi
minuta za zdravje	minuta za zdravje	minuta za zdravje
rekreativni odmor	rekreativni odmor	rekreativni odmor
oddelki z dodatno športno ponudbo	oddelki z dodatno športno ponudbo	oddelki z dodatno športno ponudbo

Cilji in naloge predmeta šport

V učnem načrtu so navedeni splošni in operativni cilji za predmet šport.

Predmet šport je usmerjen v:

- zadovoljitev prvine potrebe otrok po gibanju in igri;
- posamezniku prilagojen razvoj gibalnih in funkcionalnih sposobnosti;
- pridobitev številnih in raznovrstnih športnih znanj;
- čustveno in razumsko dojemanje športa.

- Splošni cilji so:
 - ustrezna gibalna učinkovitost in oblikovanje zdravega življenjskega sloga,
 - usvajanje spretnosti in znanj, ki učencem omogočajo sodelovanje v različnih športnih dejavnostih,
 - razumevanje koristnosti rednega gibanja in športa ter njune vloge pri kakovostnem preživljanju prostega časa,
 - pozitivno doživljanje športa, ki bogati posameznika,
 - oblikovanje pozitivnih vedenjskih vzorcev.

- Operativni cilji športne vzgoje, ki so razdeljeni v štiri skupine, poudarjajo:
 - ustrezno gibalno učinkovitost ,
 - usvajanje temeljnih gibalnih spretnosti in športnih znanj, ki omogočajo varno in odgovorno sodelovanje v različnih športnih dejavnostih,
 - razumevanje pomena gibanja in športa,
 - oblikovanje stališč, navad in načinov ravnanja ter prijetno doživljanje športa (Kovač idr., 2011).

Vsebine

Vsebine učne snovi so razdeljene po vzgojno-izobraževalnih obdobjih, in sicer so podane praktične in teoretične vsebine.

Praktične vsebine v prvem vzgojno-izobraževalnem obdobju (1., 2. in 3. razred)

- naravne oblike gibanja in igre,
- atletska abeceda,
- gimnastična abeceda,
- plesne igre,
- igre z žogo,
- plavalna abeceda,
- pohodništvo,

- ugotavljanje in spremljanje gibalnih sposobnosti ter telesnih značilnosti.

V učnem načrtu so navedene tudi vsebine, ki jih šola učencem lahko ponudi, če ima ustrezne pogoje. Te vsebine so:

- zimske dejavnosti,
- športna programa Zlati sonček in Ciciban planinec.

Šola mora v 2. ali 3. razredu organizirati 20-urni tečaj plavanja.

Teoretične vsebine v prvem vzgojno-izobraževalnem obdobju (1., 2. in 3. razred)

Pri vsaki praktični vsebini, se sočasno podajo tudi teoretične vsebine, ki se nanašajo na določeno praktično vsebino. Poleg tega pa so navedene tudi splošne teoretične vsebine, ki so:

- poimenovanje in varna uporaba športnih naprav, orodij in pripomočkov;
- poznavanje osnovnih pojmov, kot so: gor, dol, levo, desno, noter, ven, naprej, nazaj, vstran, naravnost, v loku, nizko, visoko, počasi, hitro, stoja, razkorak, vzpon, čep, klek, sed, leža, klon, ročenje, noženje, skok, sonožni in enonožni odziv ter odzivna noga, naskok, seskok, doskok, preskok, vrsta, kolona, skupina, krog;
- poznati pomen ritma v življenjskih pojavih in gibanju;
- poznati in spoštovati osnovna pravila iger;
- pravila sodelovanja v skupini;
- povezanost telesne higiene z gibanjem in zdravjem;
- poznati pomen ustreznega vadbenega oblačila in obutve;
- poznati pomen ogrevanja pred vadbo;
- varnost pri vadbi v športni dvorani, na igrišču, v vodi, na pohodih, na snegu ...;
- varovanje okolja.

Praktične vsebine v drugem vzgojno-izobraževalnem obdobju (4., 5. in 6. razred)

- naravne oblike gibanja, igre in splošna kondicijska priprava,
- atletika,

- gimnastika z gimnastično izraznostjo,
- ples,
- male športne igre (mali rokomet, mali nogomet, mala košarka, mala odbojka),
- plavanje in nekatere vodne dejavnosti (vsebina se izvede v poletni šoli v naravi),
- smučanje in nekatere zimske dejavnosti,
- pohodništvo,
- ugotavljanje in spremljanje gibalnih sposobnosti ter telesnih značilnosti.

Šola v drugem vzgojno-izobraževalnem obdobju organizira dve šoli v naravi, kjer je ena s poudarkom na plavanju, druga pa na zimskih dejavnostih.

V učnem načrtu so navedene tudi vsebine, ki jih šola učencem lahko ponudi, če ima ustrezne pogoje (materialne, kadrovske in tradicijo kraja). Te vsebine so:

- dejavnosti, kot so: rolanje, kolesarjenje, namizni tenis, mali tenis, elementi borilnih športov, badminton, deskanje idr.,
- športna programa Krpan in Mladi planinec.

Teoretične vsebine v drugem vzgojno-izobraževalnem obdobju (4.,5. in 6. razred)

Pri vsaki praktični vsebini se sočasno podajo tudi teoretične vsebine, ki se nanašajo na določeno praktično vsebino. Poleg tega pa so navedene tudi splošne teoretične vsebine, ki so:

- poznati pomen gibanja in športne dejavnosti, higienem uravnotežene prehrane in počitka za dobro počutje in zdravje;
- odziv organizma na povečan napor,
- poznati načela športne vadbe, nevarnosti pri pohodništvu, plavanju, vodnih športih, kolesarjenju in zimskih športih;
- poznati pomen športnega oblačila in kakšen je njegov namen s higienskega, termoregulacijskega, estetskega in varnostnega vidika;
- poznati pravila športnega obnašanja pri športni vadbi in na športnih prireditvah;
- pomen varovanja okolja (Kovač idr., 2011, str. .

Praktične vsebine v tretjem vzgojno-izobraževalnem obdobju (7., 8. in 9. razred)

- splošna kondicijska priprava;
- atletika;
- gimnastika z ritmično izraznostjo;
- ples;
- športne igre (košarka, rokomet, odbojka, nogomet);
- pohodništvo;
- ugotavljanje in spremljanje gibalnih sposobnosti ter telesnih značilnosti.

Vsako leto športni pedagog izbere dve od naštetih športnih iger.

Šola organizira za vse neplavalce plavalni tečaj.

V učnem načrtu so navedene tudi vsebine, ki jih šola učencem lahko ponudi, če ima ustrezne pogoje (materialne, kadrovske in tradicijo kraja). Te vsebine so:

- plavanje in nekatere vodne dejavnosti;
- smučanje in nekatere zimske dejavnosti;
- dejavnosti, kot so: rolanje, kolesarjenje, judo, karate, namizni tenis, badminton, orientacijski tek, nordijska hoja idr..

Teoretične vsebine v tretjem vzgojno-izobraževalnem obdobju (7.,8. in 9. razred)

Pri vsaki praktični vsebini, se sočasno podajo tudi teoretične vsebine, ki se nanašajo na določeno praktično vsebino. Poleg tega pa so navedene tudi splošne teoretične vsebine, ki so:

- pomen dobrega počutja in zdravega življenjskega sloga;
- primerna prehrana ob različnih športnih dejavnostih, pomen hidracije, uporaba vitaminov, poživil in preparatov, ki vsebujejo hormone;
- razvoj in spremljanje gibalnih sposobnosti ter pomen kondicijske priprave;
- kako se odzivata srčno-žilni in dihalni sistem na povečan naporu pri športni vadbi;

- poznati in spoštovati pravila športnega obnašanja pri vadbi, na tekmovanju in pri spremljanju prireditev;
- poznati pomen koristnega preživljanja prostega časa, zaradi zdravja in druženja ter seznanitev z možnostmi vključevanja v zunajšolske športne dejavnosti;
- varovanje okolja.

Opravičevanje

- »Športna vzgoja je obvezna za vse učence. Po zdravniški presoji so lahko učenci skladno z določbami zakona oproščeni pri posamezni oblikah vzgojno-izobraževalnega dela delno ali popolno, za krajše ali daljše časovno obdobje.« (Kovač idr., 2011, str. 38).
- »Če so učenci delno oproščeni, mora učitelj športne vzgoje vsakemu posamezniku z zdravstvenimi ugotovitvami prilagoditi proces dela skladno z zdravniškimi napotki. Gibanje in šport sta lahko v vseh teh primerih pomembna za kineziterapijo in rehabilitacijo.« (Kovač idr., 2011, str. 38).

Poučevanje deklet

- V drugem vzgojno-izobraževalnem obdobju se pojavljajo vedno večje razlike v biološkem razvoju in interesih med učenci in učenkami, zato jih je pri urah športne vzgoje priporočljivo ločiti po spolu.
- Učitelj naj v tretjem vzgojno-izobraževalnem obdobju, ki je tudi obdobje spolnega dozorevanja in se razlike med učenci in učenkami še povečajo in so še bolj opazne, prilagodi svoja ravnanja in izbere vsebine, ki so prilagojene posebnostim mladostnikovega razvoja.
- Priporočljivo je, da učenke poučujejo ženske in učence moški.

V tretjem vzgojno-izobraževanem obdobju se pojavi nekaj razlik med vsebinami, ki so predpisane za učence in učenke. Te razlike se pojavijo pri vsebini gimnastika z ritmični izraznostjo, in sicer:

- učenke izvajajo različne skoke (mačji, strižni, skok visoko in daleč), obrate (sonožno, na eni nogi), sestave z glasbeno spremljavo z obročem, kolebnico, žogo ali trakom, kar izvedejo posamično ali v skupini;
- učenci pa izvajajo različne skoke s kolebnico.

Navodila glede nošenja opreme

- »Šola v svojem hišnem redu opredeli varno osebno športno opremo učencev.« (Kovač idr., 2011, str. 44).
- Pri operativnih ciljih za 1. vzgojno-izobraževalno obdobje, v delu *Razumevanje pomena gibanja in športa*, je zapisano, da učenci v prvem triletju spoznajo primerno športno oblačilo in obutev.
- Pri operativnih ciljih za 2. vzgojno-izobraževalno obdobje, v delu *Razumevanje pomena gibanja in športa*, je zapisano, da učenci v tem drugem triletju razumejo prednosti primerne športnega oblačila in obutve v različnih pogojih, npr. v telovadnici, na igrišču, na tekmovanju, v različnih vremenskih razmerah.

Navodila glede izvedbe pouka

- Vsaka učna ura mora biti sestavljena iz treh delov, ki se medsebojno logično navezujejo. Ti trije deli so: uvodni del, glavni del, sklepni del.
- Izbiro učnih oblik in metod učitelj podredi tako ciljem, vsebini, posebnostim skupine, ki jo poučuje (število učencev, spol, starost, sposobnosti, znanja), kot tudi pogojem dela.
- Pomembno je, da so zagotovljene varnost, motivacija in učinkovitost vseh učencev, zato mora biti organizacijska oblika izbrana in usklajena temu primerno.

- Učitelj naj uporabi čim več različnih orodij in pripomočkov, ki so prilagojeni starosti otrok. Če ima možnost, naj uporabi informacijsko-komunikacijsko tehnologijo, s čimer se bodo povečale nazornost, preglednost, zanimivost, učinkovitost pouka.
- Učitelj mora redno spremljati gibalne, funkcionalne in telesne značilnosti, športno znanje učencev ter dejavnike sodelovanja. Na ta način lahko uspešno načrtuje delo, v okviru standardov znanja sam določi standarde znanje za svoje učence za vsako leto.
- Učitelj pripravi individualne standarde znanja za tiste učence z motnjami v gibalnem razvoju, z manj ustrezno morfološko strukturo, učence po težjih poškodbah ali kronično bolne.
- Združevanje ur športa ni priporočljivo.
- V aprilu izvede učitelj meritve za športno-vzgojni karton, za kar je potrebno pridobiti soglasje staršev.
- Priporočeno je, da posamezne vadbene skupine, zaradi varnosti in upoštevanja individualizacije, ne presegajo 20 učencev.

Navodila glede izvedbe dodatnih programov

- **Športne interesne dejavnosti** naj bodo na voljo vsem učencem in naj potekajo skozi celotno šolsko leto.
- **Nastopi, prireditve, športna tekmovanja** so nadgradnja šolske športne vzgoje in interesnih dejavnosti. Najpomembnejši cilj ni športni dosežek, ampak skupno prizadevanje za dosego cilja, spoštovanje vseh sodelujočih, medsebojna pomoč ter vzgoja v smeri, da se znamo veseliti zmage in prenesti poraz.
- **Športna programa Zlati sonček in Ciciban planinec** sta namenjena učencem prvega vzgojno-izobraževalnega obdobja, **športna programa Krpan in Mladi planinec** pa sta namenjena učencem drugega vzgojno-izobraževalnega obdobja.
- **Izbirna predmeta Šport** (šport za zdravje, izbrani šport, šport za sprostitev) (Kovač in Novak, 2001) in **Plesne dejavnosti** (ples, starinski in

družabni plesi, ljudski plesi) šola lahko ponudi v tretjem vzgojno-izobraževalnem obdobju, saj sta predmetu šport namenjeni le dve šolski uri tedensko. S ponudbo omenjenih programov imejo učenci dodatno možnost za vključitev v športne programe.

- **Oddelki z dodatno športno ponudbo** pomenijo vsakodnevno športno vzgojo. Učenci se vključujejo prostovoljno oz. na željo staršev.
- **Minuta za zdravje** je namenjena krajši gibalni prekinitvi med urami drugih predmetov.
- **Rekreativni odmor** je daljši odmor, namenjen gibanju in športnim dejavnostim.

Priporočila za delo z nadarjenimi učenci

- Učni načrt poudarja pomen individualizacije in diferenciacije, s pomočjo česar lahko učencem, glede na zmožnosti in druge posebnosti, prilagajamo pouk (notranja diferenciacija) v fazi načrtovanja, organizacije, izvedbe in ocenjevanja znanja.
- Šola nadarjenim športnikom nudi ustrezno pomoč, tako da jim dodeli status športnika, s pomočjo katerega jim prilagodi obveznosti vzgojno-izobraževalnega programa v skladu z veljavno zakonodajo.

6 RAZPRAVA

1. Poimenovanje predmeta

Predmet v osnovni šoli, ki se od šolskega leta 2012/2013 imenuje šport (objavljeno v Zakonu o spremembah in dopolnitvah zakona o osnovni šoli, 2011; Ur. L. RS, št. 87/11), je skozi svojo zgodovino zamenjal že kar nekaj imen oziroma nazivov. V preteklosti (pred drugo svetovno vojno) zasledimo vse od imena telovadba, telovadba in otroške igre, telovadba po sokolskem sistemu (Kompara, 2006), fizkultura, kot se je današnji predmet šport imenoval takoj po 2. svetovni vojni, telesna vzgoja, športna vzgoja, vse do današnjega poimenovanja.

V učnih načrtih iz let 1946 in 1948 se pojavi naziv fizkultura, od učnega načrta iz leta 1950 pa vse do sprejetega učnega načrta leta 1984 se predmet imenuje telesna vzgoja, v zakonodaji iz leta 1996 (Zakon o osnovni šoli, 1996) in v učnem načrtu iz leta 1998 (Kovač in Novak, 1998) pa se prvič uradno pojavi ime športna vzgoja in tako zamenja izraz telesna vzgoja.

Razprave o morda neprimernosti poimenovanja predmeta z izrazom telesna vzgoja se v literaturi pojavijo že veliko pred letom 1998. Kristan je že leta 1991 v svojem delu *Pogledi na zdajšnjo in prihodnjo šolsko športno vzgojo* opozarjal na neprimerno poimenovanje. Prizadeval si je, da bi izraz telesna vzgoja zamenjali z izrazom športna vzgoja. Takratno poimenovanje se mu je zdelo nesmiselno tudi zato, ker se za doseganje vzgojno-izobraževalnih ciljev t.i. telesne vzgoje uporabljajo takšni pojmi, kot so športna dvorana, športna igrišča, športna orodja, športna oprema itd. Učni načrti so predpisovali organizacijo in izvedbo športnih dni in ne telesnovzgojnih dni. Učenci so nastopali v tekmovanjih za športno značko, na šolah pa so bila organizirana šolska športna društva. Zaradi vsega omenjenega se mu je zdel veliko primernejši izraz športna vzgoja (Kristan, 1991).

Poleg tega pa je Kristan primerjal izraz telesna vzgoja tudi z drugimi predmeti. Kot primer je navedel poimenovanje predmetov likovna vzgoja in glasbena vzgoja, ki se tako imenujeta zaradi dejavnosti, ki se tam izvajajo, medtem ko je telesna vzgoja poimenovana po anatomskem pojmu (Kristan, 1991).

Poimenovanje predmeta športna vzgoja je veljalo vse do leta 2011, ko je Državni zbor Republike Slovenije na svoji seji 19.10.2011 potrdil Zakon o spremembah in dopolnitvah Zakona o osnovni šoli in ga objavil v Uradnem listu (Ur. L. RS, št. 87/11). Tako se je predmet športna vzgoja preimenoval v šport. Od šolskega leta 2012/2013 tako izraz športna vzgoja v šolskem predmetniku zamenja izraz šport, prav tako pa predmet glasbena vzgoja zamenja izraz glasbena umetnost, predmet likovna vzgoja pa izraz likovna umetnost. Kljub temu pa še ni prišlo do sprememb v uradnem učnem načrtu, saj se ta ni spremenil; tako se v učnem načrtu še vedno ohranja imenovanje predmeta športna vzgoja (Kovač idr., 2011).

Novo poimenovanje je sprožilo v strokovnih krogih nekaj negotovanja (Kovač idr., 2015). Pri izrazu šport gre za veliko širši pojem, je nekakšna nadpomenka za športno vzgojo, športno rekreacijo, tekmovalni šport, šport invalidov ter terapijski in rehabilitacijski šport. Vsaka podskupina je namenjena različnim skupinam ljudi, uporablja različne metode, vsebine in ima različen namen. Namen športa, ki se izvaja v šolah, je oblikovanje zdravega življenjskega sloga in privzganje vrednot, zato se morda zdi bolj primeren izraz športna vzgoja (Kristan, 2013). Izraz športna vzgoja kot širši pojem, ki vključuje različne pojavne oblike športa otrok in mladine, se v strokovnih krogih še vedno ohranja kot ime predmeta v predmetnikih v srednješolskih programih, Nacionalnem programu športa v Republiki Sloveniji 2014-2023 (2014) in v študijskih programih Fakultete za šport. Tako diplomanti drugostopenjskega programa Športna vzgoja dobijo naziv magister profesor športne vzgoje (Športna vzgoja, 2. stopnja, 2016). Različno poimenovanje tako vnaša zmedo v strokovnem izrazoslovju, pa tudi razumevanju področja športne vzgoje (Kovač idr., 2015).

2. Sprejetje učnega načrta

Ljudska skupščina FLRJ (Federativne ljudske republike Jugoslavije) je 11.6.1946 sprejela nov zakon o uvedbi obveznega sedemletnega šolanja za celotno območje takratne Jugoslavije. S tem je bil šolski sistem poenoten za celotno območje države. Ker pa je bilo pred sprejetjem tega novega zakona v Sloveniji obvezno osemletno obvezno šolanje, je ta nov zakon za šolstvo pomenil za Slovenijo korak nazaj (Hriberšek, 2006).

Po koncu 2. svetovne vojne je bil kaj kmalu sprejet učni načrt, ki je stopil v veljavo leta 1946. Na novo je bil v tem letu sprejet učni načrt za nižje osnovne šole (1.-4. razred), ki ga je odobrilo Ministrstvo za prosveto LRS. Za višjo osnovno šolo (5.-7. razred) je v tistem letu Ministrstvo za prosveto LRS odobrilo začasni učni načrt.

Že dve leti kasneje, leta 1948, sledi prenovljen učni načrt. Tudi nov učni načrt je predpisalo in odobrilo Ministrstvo za prosveto LRS z odlokom II. št. 10.733, dne 21.8.1948.

Vendar tudi učni načrt iz leta 1948 ni bil dolgo v veljavi. Leta 1950 je Ministrstvo za prosveto LRS po napotkih Sveta za znanost in kulturo pri vladi FLRS in po predlogih pedagoških delavcev, ki so svoje predloge poslali Ministrstvu za prosveto LRS, predpisal nov učni načrt. Le-ta je bil sprejet o odlokom II. št. 3253/1, dne 31.6.1950. V osnovne šole je bil vpeljan v šolskem letu 1950/1951.

Leta 1953 je moral Svet za prosveto in kulturo LRS sprejeti nov, začasni učni načrt za nižjo in višjo osnovno šolo. Razlog je bilo sprejetje odloka o uvedbi obveznega osemletnega šolanja. Odlok je bil sprejet s strani Izvršnega sveta Ljudske skupščine Ljudske republike Slovenije. Obvezno osemletno šolanje je stopilo v veljavo z dnem objave v »Uradnem listu LRS«, kar se je zgodilo 8.10.1953. S tem se je dolžina obveznega šolanja iz sedem let podaljšala na osem.

Naslednji učni načrt iz leta 1962 je Svet za šolstvo LRS sprejel na treh sejah. Na seji dne 2.7.1957 je bil sprejet učni načrt za prvi, drugi in tretji razred ter poskusni učni načrt za četrti razred. Ne seji dne 26.6.1959 so potrdili učni načrt za četrti razred in dodatno sprejeli učni načrt za peti razred ter poskusni učni načrt za šesti razred. Učni načrt za šesti, sedmi in osmi razred je bil dokončno sprejet na tretji seji dne 6.4.1960.

Predmetnik in učni načrt iz leta 1966 je pedagoški svet SRS (Socialistične republike Slovenije) obravnaval na sedmih sejah v letih 1965 in 1966. Dokončno sprejet je bil na sedmi seji 1.6.1966, izvajati pa se je začel v šolskem letu 1966/1967.

Strokovni svet Zavoda za šolstvo SR Slovenije je na 20. seji 31. julija 1973 predpisal nov predmetnik in učni načrt za telesno vzgojo v osnovni šoli. Prenovljen učni načrt je bil poizkusno v prakso uveden že v šolskem letu 1972/73 predvsem z namenom, da se v tem času učitelji telesne vzgoje neposredno seznanijo z novimi smotri, učno vsebino in navodili. Strokovna služba za šolstvo SR Slovenije pa je zbirala kritične

pripombe z namenom, da bi pravočasno odpravili napake, ki v praksi ne delujejo (Križnar idr., 1973).

Učni načrt, ki ga je nasledil v letu 1984, pa je bil predpisan in potrjen s strani Strokovnega sveta SR Slovenije za vzgojo in izobraževanje. Med učnim načrtom, ki je stopil v veljavo v šolskem letu 1973/1974 in naslednjim potrjenim učnim načrtom iz leta 1984, je minilo kar 12 let.

Rozman, ki je v času sprejema novega učnega načrta deloval kot pedagoški svetovalec za telesno vzgojo, o novem načrtu pravi, da pomeni povsem novo obliko in vsebino za področje telesne vzgoje. Vsebine so zaokrožene v triletja, pojavijo se tudi nove oblike aktivnosti (Rozman, 1982).

Z osamosvojitvijo Slovenije leta 1991 je bilo potrebno prenoviti tudi šolski sistem. Zavod RS za šolstvo je tako leta 1991 začel z izvajanjem projekta Konceptija in strategija šolske športne vzgoje v Sloveniji. Projekt je bil del širše zasnovanega projekta prenove šolstva »Izobraževanje v Sloveniji za 21. stoletje«. Namen projekta je bil priprava sprememb ter izvajanje in vrednotenje teh sprememb. To je potekalo v več fazah:

- v prvi fazi so bila opredeljena teoretična izhodišča sodobnega športno-vzgojnega področja v celotnem vzgojno-izobraževalnem procesu. Ta faza se je zaključila z izidom knjige »Izobraževanje v Sloveniji za 21. stoletje – Konceptija in strategija športne vzgoje v Sloveniji«;
- v drugi fazi je bil zaokrožen konceptualni del projekta. Ob koncu druge faze je bilo izdano delo z naslovom Smernice šolske športne vzgoje (Kristan idr., 1992), ki ga je decembra 1992 potrdil Strokovni svet Republike Slovenije za vzgojo in izobraževanje; smernice so bile tudi dokument, na podlagi katerega so bili pripravljene novi učni načrti, potrjeni leta 1998 (za obvezni predmet športna vzgoja) in 1999 za obvezni izbirni predmet Šport ter Plesne dejavnosti (Kovač in Novak, 1998, 2001).
- v tretji fazi projekta pa so bili predstavljeni Cilji šolske športne vzgoje. Ti cilji so logično nadaljevanje predhodnih dveh faz in zagotavljajo ustrezno sistemskost, kontinuiranost in povezanost od prvega razreda osnovne šole do

konca srednje šole. Gre za zbirko enajstih knjižic. Prva knjižica je bila poimenovana Uvodna izhodišča, kjer so avtorji predstavili pomen športne vzgoje za otrokov in mladostnikov razvoj z različnih vidikov. V ostalih knjižicah pa so opisani posamezni športi, ki se pojavljajo v šolskem sistemu v vseh razredih šolanja (Kovač, 2002).

Učni načrti so se v dvajsetih letih po drugi svetovni vojni potrjevali pogosteje (1946, 1948, 1950, 1953, 1962, 1966), kot v zadnjih štiridesetih letih (1973, 1984, 1998, 2011), kar kaže na hitre spremembe pri vzpostavljanju šolskega sistema v takratni Jugoslaviji, znotraj tega pa tudi predmeta, ki ga danes imenujemo šport. Reforme šolskega sistema so v obdobju od 1945 do današnjih dni prinesle podaljšanje obveznega šolanja s sedem na osem (1953) oziroma nato na devet let (1996), znotraj tega pa se je predmet trdno zasidral v šolski predmetnik. Opazna je tudi postopnost pri vpeljevanju, saj je učni načrt, ki je stopil v veljavo v šolskem letu 1973, bil zakonsko določen že leta 1969. Prav tako je učni načrt iz leta 1998 (Kovač in Novak, 1998) stopil v veljavo na vseh šolah s popolnim preходом v devetletno šolanje v vseh razredih šole v šolskem letu 2008/2009. Kar pa pomeni, da so tiste zadnje šole, ki so vstopile v devetletno šolanje, to storile kar deset let kasneje, kot tiste prve.

Pomembno je, da se učni načrti spreminjajo in gredo v korak s časom. Spreminja se družba, spreminja se naš način življenja, pojavljajo se vedno nove športne zvrsti. Vse to skupaj pa vpliva tudi na mlade, predvsem na njihov gibalni, socialni, moralni in psihološki razvoj, na njihovo zdravje in počutje. Zato je pomembno, da skušamo mladim s športom in prek športa razvijati njihove sposobnosti in lastnosti ter jim omogočiti skladen razvoj.

3. Dolžina šolanja

V učnih načrtih iz let 1946 in 1948 zasledimo, da je bilo osnovnošolsko šolanje dolgo sedem let. Razdeljeno je bilo na nižjo osnovno šolo (1.-4. razred) in višjo osnovno šolo (5.-7. razred).

Leta 1953 pa je bil v takratni LRS sprejet odlok o uvedbi obveznega osemletnega šolanja. Odlok o obveznem osemletnem šolanju od sedmega do petnajstega leta je stopil v veljavo z dnevom objave v »Uradnem listu LRS«, kar se je zgodilo 8.10.1953 (Objave za prosveto in kulturo LRS, 1953). Osemletno šolanje je potekalo vzporedno po dveh tirnicah. Prelomnico je pomenilo leto 1958, ki je uvedlo enotno osemletno osnovno šolo, kjer so državljani dobili osnovno izobrazbo, vzpostavilo se je srednje strokovno šolstvo in štiriletno gimnazijsko izobraževanje (Šimec, 2004).

Vse od leta 1953 pa do obdobja 1999 - 2008¹² so bili učenci tako deležni obveznega osemletnega šolanja.

V prvi razred osnovne šole so bili po sprejetem Odloku o obveznem osemletnem šolanju iz leta 1953 vpisani tisti učenci, ki so v tistem koledarskem letu dopolnili sedmo leto starosti. Nekatere izjeme so bile dovoljene. S šolanjem so lahko začeli tudi mlajši otroci, vendar sta to individualno presodila upravitelj šole in šolski zdravnik (Objave Sveta za prosveto in kulturo, 1953).

Leta 1996 je Državni zbor Republike Slovenije sprejel nov Zakon o osnovni šoli, katerega glavna novost je bila uvedba devetletne osnovne šole.

Nov program devetletne osnovne šole se ni uvedel sočasno v vseh šolah, temveč so šole na nov program prehajale postopoma. Prve šole, ki so prešle postopno na nov program, so to storile v šolskem letu 1999/2000, v popolnosti pa je bil nov program vpeljan v vse šole v šolskem letu 2008/2009 (Šimec, 2004).

V prvi razred nove devetletne šole se vpišejo tisti otroci, ki v tistem koledarskem letu, ko začnejo obiskovati 1. razred, dopolnijo starost šest let. (Ur. L. RS, št. 12/1996, 45. člen).

¹² Vpeljevanje devetletnega šolanja je bilo postopno.

4. Število ur, ki so namenjeni predmetu

Ko pregledujemo učne načrte, lahko hitro opazimo, da se v današnjem predmetniku športu namenja veliko več ur, kot se mu jih je v preteklosti. Razlog se lahko skriva v tem, da so se mladi v preteklosti, poleg ukvarjanja s športom v osnovni šoli, veliko gibali tudi v svojem prostem času, ko so delali doma, opravljali fizična poklicna dela. Hkrati šole niso imele materialnih pogojev za izpeljavo predmeta, saj so bile večinoma brez telovadnic (Kovač in Jurak, 2012), primanjkovalo je tudi strokovno izobraženega kadra. Danes temu ni več tako in mladi svoj prosti čas pogosto porabijo za številne dejavnosti, kot so sedenje za računalnikom in igranje igrice, posedanje pred televizijskim zaslonom, posedanje s prijatelji, pri tem pa se vse manj gibljejo (Stettler idr., 2004; te Velde idr., 2007).

Učni načrt iz leta 1946 je predmetu namenjal po dve uri na teden, kar pa se je že v naslednjem učnem načrtu iz leta 1948 spremenilo in število ur, ki so bile namenjene fizikulturi, se je znižalo na eno uro. To je bila posledica tega, da se je nekaterim predmetom v predmetniku povišalo število ur, medtem ko se skupno število ur za vse predmete v predmetniku ni spremenilo (Stepišnik, 1970).

Skupno letno število ur, ki jih učni načrt iz leta 1948 namenja fizikulturi, je 160 ur v nižji osnovni šoli (1.-4. razred) (v vsakem od štirih razredov po 40) in 120 ur v višji osnovni šoli (5.-7. razred) (v vsakem od treh razredov po 40). Od tega števila ur je bilo 8 ur v nižji osnovni šoli izvedenih po krajevnih možnostih, kar je lahko pomenilo, da je bilo skupno število ur še nižje.

Že začasni učni načrt iz leta 1953, ki je bil sprejet po uvedbi obveznega osemletnega šolanja, je povišal število ur športne dejavnosti na teden. Tako so bili učenci deležni v 1. in 2. razredu dveh ur telesne vzgoje na teden, v celotnem nadaljnjem šolanju pa po tri ure na teden.

Povišanje števila ur telesne vzgoje iz dveh ur na tri ure na teden so sprejeli decembra 1952 na seji Odbora za šolstva, sklep pa je naletel na neodobravanje. Predmetniki naj bi bili prenatrpani, primanjkovalo naj bi prostorov. Vendar pa je Vinko

Knol že takrat poudarjal, da telesna vzgoja ni le veščina, temveč znanost kot vsaka druga, ki ima svojo vrednost ("Zbornik Fakultete za šport, 2010").

Se pa marsikje določila o povišanju ur telesne vzgoje na obvezne tri ure na teden ni upoštevalo, čemur je botrovalo tudi pomanjkanje telovadišč in telovadnic (Stepišnik, 1970).

Po uvedbi učnega načrta leta 1962 se število ur, ki so jih bili po predmetniku deležni učenci, ni spremenilo. Sprememba je bila v tem, da so bile učencem v prvih treh letih šolanja namenjene po tri ure na teden (vsak dan po 30 minut), v naslednjih treh letih prav tako 3 ure na teden, vendar kot normalne učne ure (60 minut z vključenimi odmori), v zadnjih dveh razredih pa se je to število znižalo na dve uri na teden. Enako število ur predvideva tudi učni načrt iz leta 1966. Tako je bilo skupno število ur, ki so bile skozi celotno obvezno osnovnošolsko šolanje namenjene telesni vzgoji, 726 (skupaj v 1., 2. in 3. razredu po 297 ur, v 4., 5. in 6. razred prav tako 297 ur in v 7. in 8. razredu skupaj 132 ur).

Predmetnik in učni načrt iz leta 1973 predvidevata v prvem, tretjem, sedmem in osmem razredu po dve uri telesne vzgoje na teden in s tem 77 ur v šolskem letu, v drugem, četrtem, petem in šestem razredu pa po tri ure tedensko, kar predstavlja 114 ur v šolskem letu. V celotnem obdobju obveznega osemletnega šolanju je bilo telesni vzgoji namenjenih 764 ur.

Že v Predmetniku in učnem načrtu iz leta 1984 zasledimo spremembe glede števila ur, ki so namenjene telesni vzgoji. Tako nov učni načrt od prvega do šestega razreda predvideva tri ure telesne vzgoje na teden (dolžina posamezne ure je 45 minut), kar pomeni 105 ur v vsakem šolskem letu in skupno 630 ur, v sedmem in osmem razredu pa sta telesni vzgoji namenjeni po dve uri tedensko, kar pomeni 66 ur v 7. razredu in 64 ur v 8. razredu. V celotnem obdobju obveznega osemletnega šolanju je bilo telesni vzgoji namenjenih 760 ur.

Z naslednjim učnim načrtom, ki je v veljavo prišel postopoma z vstopom šol v devetletno obvezno šolanje, se število ur, namenjenih športni vzgoji v prvem in drugem vzgojno-izobraževalnem obdobju ohrani pri 105 urah v vsakem šolskem letu,

kar pomeni tri ure tedensko, v tretjem vzgojno-izobraževalnem obdobju pa le dve uri tedensko, kar pomeni 70 ur v sedmem in osmem razredu, ter 64 ur v devetem razredu, ko učenci s poukom zaključijo prej. To pomeni, da se skupno število ur, namenjenih športni vzgoji, poviša na 834 (Kovač in Novak, 1998), kar pa gre predvsem na račun dodatnega leta, ki so ga deležni učenci z vpeljavo devetletnega obveznega šolanja.

V posodobljenem učnem načrtu, ki je stopil v veljavo v letu 2012, se število ur ne spremeni in ostaja pri skupnem številu ur 834 skozi celotno obvezno devetletno šolanje.

Za marsikaterega učenca je danes šolski predmet šport edini vir rednega športnega udejstvovanja. Zaradi pomanjkanja gibanja se tudi mladi že soočajo z vse večjimi težavami, ki so posledica tega novega življenjskega sloga, ko vse več časa preživimo sede pred televizijskimi sprejemniki, računalniki, tako v šoli kot doma. Vse večji je problem povišane telesne teže in debelosti že pri otrocih (WHO, 2010). Velikokrat se mladi niti ne zavedajo vseh negativnih posledic, ki jih prinaša nov življenjski slog.

Resolucija Evropskega parlamenta (Vloga športa v izobraževanju, 2007) se toliko bolj zaveda pomena športa v šolah, zato poziva evropske države, naj bodo zagotovljene najmanj tri ure (po 60 minut) športa/športne vzgoje na teden oziroma 180 minut na teden v vsakem razredu.

To naj bi bil minimum, zadnja priporočila iz leta 2015 pa navajajo, da naj bi imeli učenci v šolskem sistemu vsak dan uro športa (Kovač idr., 2015).

Učenci v Sloveniji so po danes veljavnem predmetniku v osnovni šoli v prvem in drugem vzgojno-izobraževalnem obdobju sicer deležni treh ur športa, a učna ura je dolga le 45 minut. Na teden so tako učenci v prvem in drugem vzgojno-izobraževalnem obdobju deležni 135 minut športa na teden, medtem ko se ta čas v tretjem vzgojno-izobraževalnem obdobju zniža na 90 minut na teden. S tem pa ne dosegamo minimuma, ki ga predvideva Resolucija Evropskega parlamenta, kaj šele priporočil iz leta 2015. Zato sta bila s šolsko reformo leta 1996 v zadnje vzgojno-izobraževalno obdobje vpeljana dva izbirna predmeta s področja športa (šport in

plesne dejavnosti), ki jih lahko učenec izbere vsako leto. Učenci imajo tako lahko tedensko tri ali celo štiri ure strokovno vodene športne vadbe v okviru rednega predmetnika.

Zadnja novost s športnovzgojnega področja je postopna vpeljava neobveznega izbirnega predmeta šport tudi v drugo vzgojno-izobraževalno obdobje v šolskem letu 2014/2015. Predmet bo v šolskem letu 2016/2017 tako ponujen vsem učencem drugega vzgojno-izobraževalnega obdobja (učenci 4., 5. in 6. razreda), če se šola odloči za tako ponudbo, učenec pa bo lahko imel dodatno uro, če bo ta predmet tudi izbral (Kovač, Jurak in Starc, 2015).

V celotni osnovni šoli pa je že šesto leto učencem na voljo tudi poseben program Zdrav življenjski slog z dvema urama tedensko, ki jih vodijo učitelji športne vzgoje, učenci pa se v vadbo, ki je za njih brezplačna, vključujejo prostovoljno (Kovač idr., 2015).

5. Namen predmeta

Po koncu druge svetovne vojne se je na našem ozemlju vzpostavila socialistična ureditev. Fizkultura je v sklopu splošne preobrazbe domovine dobila nov značaj. Vse bolj so se zavedali pozitivnih učinkov, ki jih prinaša ukvarjanje s športom. Edvard Kardelj je poudarjal, kako pomembno vlogo je skrb za človeka imela v osvobodilni bitki in revoluciji. Poudarjal je pomen splošnega dviga telesne kulture ("Zbornik Fakultete za šport, 2010").

Šolstvo je bilo po koncu druge svetovne vojne deležno sprememb. Obnovljeno je bilo na osnovi vrednot narodnoosvobodilnega gibanja, nova pedagogika pa se ni več opirala na nemško, temveč na slovensko, jugoslovansko in rusko-sovjetsko pedagogiko (podržavljanje šolstva, predmetno in organizacijsko izenačevanje obveznega šolstva) ("Zbornik Fakultete za šport, 2010").

Pred skoraj petdesetimi leti je Sluga navajal, da je glavni namen šolske telesne vzgoje zagotoviti učencem vsestranski telesni in duševni razvoj. Zmožljivost učencev

naj bi ob sistematični vadbi nenehno naraščala. Zato je poleg krepitve mišičja pomembno tudi razvijanje notranjih organov, predvsem srca in ožilja (Sluga, 1971).

Že pred skoraj petdesetimi leti so ugotavljali, da šolsko in domače delo pogosto silita učence v nenaravne položaje, ki škodljivo vplivajo na rast in zdravo telesno držo. Namen šolske telesne vzgoje je po mnenju Sluge predvsem preprečevanje tovrstnih okvar, lahko pa pomaga tudi pri odpravi posledic nepravilnega sedenja, napačnega nošenja šolske torbe itd. (Sluga, 1971).

S telesno vzgojo v šoli privzgajamo učencem higienske navade, navajamo jih na življenje v naravi in jih s tem navajamo na zdrav način življenja (Sluga, 1971).

Pred več kot tridesetimi leti je Meta Petkovšek zapisala, da je redna športna vzgoja tista oblika dejavnosti, ki naj bi na področju vzgoje in izobraževanja s svojimi posebnimi sredstvi zagotovila harmonično rast in razvoj otrok, optimalen razvoj njihovih gibalnih sposobnosti in spodbujala njihovo dejavno vključevanje v socialno okolje. Vse to se izraža v vzgojno-izobraževalnih, zdravstveno-higienskih, gibalno-funkcionalnih in v psihično sprostitiv naravnanih ciljih in nalogah, ki jih predpisuje učni načrt, uresničuje pa jih vsaka šola na svoj način (Petkovšek, 1984).

Po osamosvojitvi Slovenije so se na področju šolstva začeli pripravljati konceptualni dokumenti. V dokumentu Smernice šolske športne vzgoje so avtorji izpostavili, da je šolska športna vzgoja namenjena mlademu človeku in družbi. Nikakršen družbeni interes ne more biti pred interesom posameznika, saj so v humani družbi interesi posameznika interakcijsko povezani z interesi družbe (Kristan idr., 1992).

Kaj naj bi danes predstavljala sodobna športna vzgoja, pa je predstavljeno v uvodu trenutno veljavnega osnovnošolskega učnega načrta za ta predmet z naslednjim opisom: »Šolska športna vzgoja je nenehen proces bogatenja znanja, razvijanja sposobnosti in lastnosti ter pomembno sredstvo za oblikovanje osebnosti in odnosov med posamezniki. Z redno in kakovostno športno vadbo prispevamo k skladnemu biopsihosocialnemu razvoju mladega človeka, sprostitvi, nevtralizaciji negativnih učinkov večurnega sedenja in drugih nezdravih navad. Ob sprotni skrbi za zdrav razvoj ga vzgajamo in učimo, kako bo v vseh obdobjih življenja bogatil svoj prosti čas

s športnimi vsebinami. Z zdravim življenjskim slogom bo tako lahko skrbel za dobro počutje, zdravje, vitalnost in življenjski optimizem.« (Kovač idr., 2011, str. 4).

Vidimo, da v zadnjih petdesetih letih dejansko ni bistvenih razlik v opredelitvi predmeta, vsaj kar se tiče njegovih usmeritev v zdrav in skladen razvoj otroka, iz izrazito političnih opredelitev, usmerjenih v družbeno-politično skupnost in skrb za državo, pa smo prešli na humanistično zasnovan predmet, ki poudarja skladen razvoj posameznika.

6. Cilji in naloge predmeta

Cilji so tisti del vseh učnih načrtov, kjer je v vseh teh letih, ki so minila med prvim in zadnjim obravnavanim učnim načrtom, najbolj vidna podobnost pri splošnih, univerzalnih vrednotah (zdrav razvoj posameznika) oziroma različnost (vpliv vladajoče politike na oblikovanje programa). Že učni načrt iz leta 1946 poudarja pomen športne dejavnosti v osnovni šoli za zdravje učencev. V ospredje postavlja cilje, kot so podpirati pravilno rast, utrjevati zdravje, negovati telesne sposobnosti. To pa so tudi temeljni cilji, ki se pojavljajo v vseh naslednjih učnih načrtih. Že tedaj so se zavedali pomena, ki ga ima redna in načrtna športna dejavnost na zdravje, počutje, rast in razvoj otrok. Ideja seveda ni nova, saj je bila v ospredju že v učnih načrtih, sprejetih pred drugo svetovno vojno, ko je v njih prevladoval sokolski duh (Kompara, 2006).

Vsem učnim načrtom je skupno poudarjanje vzgojne vloge športa. Fizkultura oziroma telesna vzgoja oziroma športna vzgoja oziroma šport je bil in je eden od predmetov v šoli, kjer je vzgojni element še toliko bolj viden. Cilj je privzgojiti otrokom tiste vrednote, ki so pomembne za oblikovanje zdravega življenjskega sloga, pravilnega odnosa do narave in medsebojnih odnosov.

Je pa v starejših učnih načrtih, ki so bili potrjeni do leta 1998, velik poudarek pripadnosti svoji domovini, spoštovanju tradicij NOB in dejavnikom varnosti. Z osamosvojitvijo Slovenije leta 1991 in novim učnim načrtom, ki je stopil v veljavo leta 1998, pa v ospredje pridejo vzgojni cilji, ki predstavljajo univerzalne vrednote, kot so privzgojiti strpnost, enakopravnost, spoštovanje drugačnosti, spoštovanje človekovih pravic (Kovač, 2016).

V učnih načrtih od leta 1946 do vključno tistega iz leta 1973 so bili cilji, ki so navedeni, usmerjeni pretežno v razvoj obrambnih sposobnosti učencev, učenju discipline, pripradnosti kolektivu, povečanju delovne učinkovitosti. Zadnja dva učna načrta iz let 1998 in 2011 pa se usmerita bolj v posameznika, v njegovo individualnost, samoizraznost, kar je značilnost vseh demokratičnih sistemov.

Cilji se v učnih načrtih iz let 1998 in 2011 glede na graduacijo delijo na splošne in operativne cilje. Splošni cilji so navedeni na začetku učnega načrta in so namenjeni vsem razredom, medtem ko so operativni cilji razdeljeni v štiri skupine, ki so nato bolj natančno zapisani za vsak razred posebej (leta 1998) oziroma za posamezno vzgojno-izobraževalno obdobje (leta 2011). V starejših učnih načrtih cilji niso tako natančno razčlenjeni, še več, večkrat se med cilji pojavijo tudi zapis vsebin ali organizacijskih oblik.

Prek pregleda učnih načrtov lahko vidimo, da se število ciljev in nalog, ki jih učni načrti navajajo, povišuje. Cilji postajajo vse bolj natančno določeni, razporejeni v različne skupine ciljev. Vse to pa vsekakor pripomore, da so učitelji osredotočeni na različne vloge športa (razvojna, zdravstvena, kompenzacijska, socialna). Za namene preverjanja doseganja ciljev so v učnih načrtih iz let 1998 in 2011 zapisani tudi standardi znanja, česar v predhodnih učnih načrtov ne zasledimo. Za namene ocenjevanja pa so v nekaterih starejših učnih načrtih navedene norme, ki naj bi jih dosegal učenec oziroma učenka (npr. kako hitro mora preteči neko razdaljo, kako daleč naj bi vrgel žogico ...). Norme so namenjene preverjanju oziroma ocenjevanju sposobnosti, ne pa znanja učencev.

7. Vsebine

Po pregledu učnih načrtov od konca druge svetovne vojne pa vse do danes lahko vidimo, da so se vsebine bistveno spremenile. Spremenila so se tako pojmovanja vsebin (npr. v učnem načrtu iz leta 1998 se pojavi tako razvrščanje vsebin po njihovi težavnosti glede na razvojno stopnjo otrok), poudarek se je od enih vsebin premaknil na druge (npr. z redovnih vaj na kondicijsko pripravo), nekaterih vsebin ni več (npr. redovnih vaj, streljanja z zračno puško ...), pojavile pa so se številne nove (npr. namizni tenis, aerobika ...). Ne glede na spremembe pa lahko opazimo podobnosti.

V učnih načrtih od leta 1946 pa vse do leta 1973 so bile zelo pomembne redovne vaje. Pri redovnih vajah sta bila pomembna red in disciplina, kar je bil tudi njihov temeljni namen. Učenci so izvajali korakanja v različnih formacijah, sprejemali so in se odzivali na različna povelja. Vse to je bilo normalno, saj je šlo za povoljni čas, ko je bil vpliv vojske še vedno velik.

Učni načrt iz leta 1998, ki je nasledil tistega iz leta 1984, je bil velik napredek. Vsebine, ki so povezane z obrambo in samozaščito, se ne pojavljajo več. Učenci se niso več seznanjali z rokovanjem in streljanjem z zračno puško. Vsebine, kot so orientacija v naravi, premagovanje naravnih ovir in gibanje po razgibanem terenu, ki so bile še sestavni del učnega načrta iz leta 1984, se v učnih načrtih iz let 1998 in 2011 sicer še pojavijo, vendar je njihov namen spoznati različne športne vsebine v naravi, izletništvo, pohodništvo in gornišstvo, v ospredju torej ni več obramba domovine, temveč preživljanje prostega časa v naravi in spoštovanje narave.

Vsebine, ki se pojavljajo v vseh učnih načrtih, so si dokaj podobne, pri številnih se je spremenilo poimenovanje.

V starejših učnih načrtih je kot posebna vsebina navedena tudi telesna nega, ki so jo učenci izvajali tudi praktično. Pravilno umivanje telesa, uporaba robca, nega zob so bile vse vsebine, ki se v učnih načrtih pojavljalo vse do učnega načrta za leto 1984. Od tedaj naprej se te vsebine delno še vedno pojavljajo (splošna priporočila o osebni higieni), vendar so na urah posredovane kot teoretične vsebine.

Za razliko od učnih načrtov od leta 1946 do leta 1973, kjer so vsebine navedene za vsak razred posebej, se v učnih načrtih iz leta 1984 vsebine zaradi celovitega obravnavanja razvoja otroka prilagojene različnim življenjskim obdobjem in tako razdeljene na obdobja.

Večino vsebin, ki jih najdemo v učnem načrtu iz leta 2011, najdemo tudi v vseh drugih učnih načrtih. Veliko vsebin je skozi zgodovinski razvoj spremenilo ime. Kar so v starejših učnih načrtih imenovali talna telovadba in vaje na orodju, imenujemo danes gimnastika z ritmično izraznostjo, današnje gimnastične vaje so se včasih imenovale vaje oblikovanja, osnovne telesno spretnosti pa je zamenjal izraz atletika.

Veliko so na pomenu pridobile igre z žogo, katerim se v starejših učnih načrtih ni posvečalo toliko pozornosti.

Se pa v starejših učnih načrtih do leta 1984 kot vsebina vselej navedene tudi borilne igre, ki jih v današnjem učnem načrtu zasledimo med dodatnimi vsebinami, ki jih šola lahko ponudi učencem v drugem in tretjem vzgojno-izobraževalnem obdobju.

Poseben prostor imata v učnih načrtih iz let od 1946 in 1966 plavanje in smučanje. Obe vsebini sta bili močno odvisni od vremenskih razmer in pogojev, vendar sta prav v vsakem od učnih načrtov navedeni kot vsebini. Plavanje so izvajali tudi v bližnjih potokih. V učnem načrtu za leto 1973 je navedeno, da se od prvega do tretjega razreda, kot priporočljiva vsebina (ne obvezna), izvaja tečaj za neplavalce¹³, v četrtem razredu pa naj šola organizira desetdnevni tečaj za neplavalce. V učnem načrtu za leto 1984 pa je že navedeno, da mora šola v prvem, drugem ali tretjem razredu organizirati 25-urni tečaj plavanja, kot plavalec pa je bil spoznan tisti učenec, ki je bil sposoben preplavati 25 metrov. V zadnjih dveh učnih načrtih iz let 1998 in 2011 pa se plavalne vsebine pojavljajo bolj sistematično. V prvem vzgojno-izobraževalnem obdobju kot plavalna abeceda, v drugem vzgojno-izobraževalnem obdobju kot plavanje in nekatere vodne dejavnosti, v tretjem vzgojno-izobraževalnem obdobju pa je plavanje učencem ponujeno kot dodatna vsebina. Šola mora v drugem ali tretjem razredu organizirati 20-urni tečaj plavanja kot del rednega pouka, v drugem vzgojno-izobraževalnem obdobju pa mora šola učencem ponuditi poletno šolo v naravi. V šestem razredu mora šola preveriti plavalno znanje učencev in v sedmem razredu organizirati tečaj za neplavalce. Kot plavalec je opredeljen tisti učenec, ki preplava 50 metrov, plavanje začne s skokom na noge in med plavanjem izvede nalogo za varnost. Vse te dejavnosti država tudi posebej sofinancira (Kovač in Jurak, 2010).

Plavanje je ena od tistih športnih zvrsti, ki ima zelo ugoden vpliv na človeško telo, hkrati pa se lahko s plavanjem ukvarja vsak človek do pozne starosti. Ker družba še ni na taki stopnji razvoja, da bi za plavalno znanje otrok poskrbeli starši, je to

¹³ Vsebinska je dejansko plavanje, tečaj pa je organizacijska oblika

prenešeno na šole. Po podatkih Zavoda za šport Planica je tako delež plavalcev v slovenskih osnovnih šolah več kot 90% (Kovač in Jurak, 2012).

Je pa vsem učnim načrtom skupno še nekaj, in sicer upoštevanje sistematičnosti in postopnosti. Prav v vsakem učnem načrtu lahko lepo opazimo, kako iz razreda v razred vsebine pridobivanje na težavnosti, kako se sistematično in postopno podajajo od lažjih k težjim, od enostavnih k bolj zapletenim. V zadnjih dveh učnih načrtih to lahko zelo lepo vidimo pri igrah z žogo. V prvem vzgojno-izobraževalnem obdobju se vsebina imenuje igre z žogo, v drugem vzgojno-izobraževalnem obdobju se preimenujejo v malo košarko, malo odbojko, mali rokomet in mali nogomet, v tretjem vzgojno-izobraževalnem obdobju pa se vsebina imenuje košarka, odbojka, rokomet in nogomet.

Že v nekaterih predhodnih učnih načrtih (posebej leta 1984) so se pojavile tudi teoretične vsebine, velik poudarek pa jim je dan v zadnjih dveh učnih načrtih. Teoretične vsebine so v zadnjih dveh učnih načrtih razdeljene na splošne in specifične. Specifične teoretične vsebine so navedene za vsak šport posebej, medtem ko so splošne teoretične vsebine navedene ob koncu vsakega vzgojno-izobraževalnega obdobja. In prav te teoretične vsebine so v zadnjih dveh učnih načrtih veliko bolj natančno določene, kot je to v vseh prejšnjih učnih načrtih.

Kot novost se v učnem načrtu leta 1998 pojavi tudi medpredmetno povezovanje, prek katerega se vsebine različnih predmetov povezujejo s predmetom športna vzgoja.

V učnem načrtu leta 1998 se kot novost pojavijo tudi standardi znanja, ki jih zasledimo tudi v učnem načrtu leta 2011. Nekakšno obliko standardov znanja, ki so v učnem načrtu iz leta 1998 zapisani na koncu vsakega vzgojno-izobraževalnega obdobja, lahko v podobni obliki zasledimo že v učnem načrtu iz leta 1948, ki ob zaključku vsakega razreda določa vsebine, ki so jih učenci prikazali učitelju za ocenjevanje, največkrat so dodane tudi norme (čas teka, dolžina skoka ipd.), ločeno za fante in dekleta.

Standardi znanja pomenijo tisto stopnjo znanja, ki naj bi jo dosegli vsi učenci ob koncu določenega vzgojno-izobraževalnega obdobja. Med učenci so vidne velike

razlike v telesni zgradbi in gibalni učinkovitosti, zato ne gre pričakovati, da bodo vsi učenci gibalne naloge usvojili enako hitro. Pri nekaterih gre to hitreje, pri nekaterih počasneje. Zato je pomembno, da učitelj sproti prilagaja zahtevnost praktičnih vsebin ter razmerje med obsegom in intenzivnostjo obremenitve (Kovač idr., 2011).

Standardi znanja so v učnem načrtu iz leta 1998 za prvo in drugo vzgojno-izobraževalno obdobje pripravljeni na temeljni ravni. Temeljna raven predstavlja tisto stopnjo dosežkov in znanj, ki naj bi jih do konca vzgojno-izobraževalnega obdobja dosegli vsi učenci. Za tiste učence, ki se gibalnih nalog učijo hitreje, so standardi znanja v tretjem vzgojno-izobraževalno obdobju dodatno predpisani tudi na zahtevnejši ravni (Kovač idr., 1998).

Z razliko od učnega načrta iz leta 1998 pa so v učnem načrtu iz leta 2011 standardi znanja v vseh treh vzgojno-izobraževalnih obdobjih pripravljeni na dveh ravneh. Za prehod učenca iz 3. v 4. razred in iz 6. v 7. razred je pogoj doseganje t.i. minimalnih standardov znanja, ki so v učnem načrtu zapisani s poudarjenim tiskom (Kovač idr., 2011).

Da je pomembno, da se učencem, ki imajo težave pri doseganju temeljnih oziroma minimalnih standardov znanja, individualno posvečamo, je zapisano v obeh učnih načrtih. Učitelj jim omogoči izvedbo gibalnih nalog v prilagojenih pogojih ali jim pri izvedbi pomaga, lahko se vključijo v dopolnilni pouk.

8. Opravičevanje

V starejših učnih načrtih ne zasledimo veliko didaktičnih navodil glede opravičevanja od pouka fizikulture oziroma telesne vzgoje. Vzrok bi bil lahko ta, da je opravičevanje oziroma odsotnost od pouka opredeljena tudi v različnih pravilnikih. Iz raziskav pa vemo, da je bilo opravičevanja (popolno opravičeni za celo šolsko leto) več, kot ga je danes (Kovač in Jurak, 2012).

Tako v učnih načrtih od leta 1946 do 1966 ne zasledimo podatkov, ki bi se navezovali na opravičevanje od pouka fizikulture oziroma telesne vzgoje. Izjema je le

leto 1948, kjer je v učnem načrtu zapisano, da je pouk fizkulture obvezen za vse učence, pouk pa mora biti prilagojen sposobnostim in zdravju učencev. Noben učenec, ki lahko hodi v šolo, ne more biti popolnoma oproščen od pouka fizkulture. Za tiste učence, ki so bolni in/ali slabotni, je moral učitelj skupaj z zdravnikom pripraviti poseben program.

Učni načrt za leto 1984 pravi, da so tisti učenci, ki so začasno ali delno oproščeni pouka telesne vzgoje (manj kot 6 mesecev), prav tako kot ostali učenci dolžni prisostvovati pouku telesne vzgoje in se vključujejo v tiste aktivnosti, ki jih z ozirom na zdravstveno stanje lahko izvajajo.

Še nekoliko bolj podrobno pa opravičevanje razložita učna načrta iz let 1998 in 2011, in sicer:

- »Športna vzgoja je obvezna za vse učence. Po šolski zakonodaji so učenci lahko oproščeni sodelovanja pri posameznih oblikah športne vzgoje. Po presoji zdravnika so lahko opravičeni zaradi zdravstvenih razlogov delno ali popolno, za krajše ali daljše časovno obdobje.« (Kovač in Novak, 1998, str. 55).
- »Športna vzgoja je obvezna za vse učence. Po zdravniški presoji so lahko učenci skladno z določbami zakona oproščeni pri posamezni oblikah vzgojno-izobraževalnega dela delno ali popolno, za krajše ali daljše časovno obdobje.« (Kovač idr., 2011, str. 38).
- »Če so učenci delno oproščeni, mora športni pedagog vsakemu posamezniku z zdravstvenimi indikacijami prilagoditi proces dela skladno z napotki zdravnika. Gibanje in šport lahko v teh primerih predstavljata pomembno sredstvo kineziterapije in rehabilitacije.« (Kovač in Novak, 1998, str. 55).
- »Če so učenci delno oproščeni, mora učitelj športne vzgoje vsakemu posamezniku z zdravstvenimi ugotovitvami prilagoditi proces dela skladno z zdravniškimi napotki. Gibanje in šport sta lahko v vseh teh primerih pomembna za kineziterapijo in rehabilitacijo.« (Kovač idr., 2011, str. 38).

Ugotovitve raziskav, ki jih je Jurak s sodelavci objavil leta 2004, govorijo o tem, da se učenci največkrat opravičijo zaradi zdravstvenih razlogov. Takrat mora učenec, ki je zdravniško opravičen, prinesiti v šolo mnenje in navodilo zdravstvene službe, ki ga

mora učitelj upoštevati. Pri opravičilu staršev ali učenca pa učitelj sam presodi in se o prilagoditvi vadbe odloči v skladu s svojimi strokovnimi kompetencami (Kovač in Jurak, 2012).

Zdravniška opravičila, ki jih morajo učenci posredovati, se nanašajo na oprostitev od praktičnih vsebin. Zdravnik učenca opraviči (delno ali popolno) le športne vadbe, ne pa tudi pouka športne vzgoje (Kovač in Jurak, 2012). Ker učna načrta iz leta 1998 in 2011 poleg praktičnih vsebin opredeljujeta tudi teoretične vsebine, ni posebnega razloga, da bi bil nekdo popolnoma opravičen od športa. Pri pouku so tako lahko učenci vključeni kot pomočniki, lahko se učijo teoretičnih snovi, pripravljajo lahko didaktična gradiva, kot so plakati, učni listi, vadbeni kartoni (Kovač in Jurak, 2012).

O opravičevanju od pouka športne vzgoje je bilo narejenih že kar nekaj raziskav. Podatki kažejo, da je bilo leta 1973 popolnoma ali delno opravičenih od pouka športne vzgoje kar 3% osnovnošolcev (Vučetić-Zavrnik, 1974; Kovač in Jurak, 2012), v začetku devetdesetih let je bil ta podatek, po podatkih Zavoda RS za statistiko in Zavoda za šolstvo in šport, le približno 1% (Kovač in Jurak, 2012). V zadnjih desetih letih pa je bilo ugotovljeno, da je bilo 0,5-3% osnovnošolcev, ki so bili delno ali popolno zdravniško opravičeni (Jurak, Kovač, Strel in Starc, 2005; Kovač in Jurak, 2012).

Pomembno je, da športni pedagogi natančno vodijo zabeleške o opravičilih. Današnjim učiteljem so namenjena podrobna navodila, kako ravnati v teh primerih, v knjigi M. Kovač in G. Juraka *Izpeljeva športne vzgoje* (2012).

9. Poučevanje deklet

Šele v učnem načrtu za leto 1966 zasledimo, da se je pouk za učence in učenke od prvega do vključno četrtega razreda izvajal skupaj, od petega do osmega razreda pa je bil pouk za učenke in učence, zaradi razlik v fizioloških sposobnostih in različnega interesa, ločen po spolu. Da je pouk obvezno od 5. razreda naprej ločen po spolu, navajajajo učni načrti iz let 1966, 1973 in 1984, v zadnjih dveh učnih načrtih iz let 1998 in 2011 pa je ločenost po spolu za učence in učenke priporočljiva. V tem obdobju je bilo tudi priporočeno, naj učenke poučuje učiteljica, učence pa učitelj.

V učnih načrtih iz let 1998 in 2011 se zaradi uvedbe obveznega devetletnega šolanja ločenost po spolu iz petega razreda prestavi v šesti razred.

V tej starosti, ko učence in učenke pri športni vzgoji oziroma športu ločimo po spolu, se med učenci in učenkami namreč že pojavijo večje razlike v biološkem razvoju, v interesih in fizioloških sposobnostih.

V nekaterih učnih načrtih zasledimo nekaj razlik, ki so jih morali učitelji upoštevati pri izvedbi pouka. Te razlike so:

- učni načrt iz leta 1948 navaja od četrtega razreda naprej pri ocenjevanju različne zahteve za učence in učenke. Razlike so navedene tako v hitrosti teka na 50 m, preskočeni višini skoka, daljini skoka, dolžini meta žogice, kot tudi pri višini gredi, ki je za učenke nižja, kot za učence;
- od šestega razreda naprej so v učnih načrtih iz let 1962 in 1966 navedene razlike v teži krogle pri metu (2 kg za učenke in 3 kg za učence) in od sedmega razreda naprej izvajajo učenke elemente na visoki gredi ter dvovišinski bradlji, kar pa za učence ni navedeno;
- učni načrt iz leta 1973 navaja razlike med učenkami in učenci od petega razreda naprej, in sicer pri talni telovadbi (učenci izvajajo zahtevnejše predvaje in elemente, kot sta skok letno prek součenca in prevrat prosto naprej), vajah na orodju (učenke izvajajo elemente na visoki gredi ter dvovišinski bradlji) ter pri ritmiki in plesu, kjer učenke izvedejo tudi sestave z elementi moderne gimnastike;
- v učnem načrtu iz leta 1998 zasledimo, da naj učitelj v zadnjem vzgojno-izobraževalnem obdobju ponudi učenkam najmanj dve (čeprav ni natančno napisano, to pomeni, da nogometa šole ne ponujajo), učencem pa tri športne igre (med njimi je običajno nogomet), razlike pa se v tretjem vzgojno-izobraževalnem obdobju pojavljajo tudi pri vsebini gimnastika z ritmično izraznostjo (učenke izvajajo praktične vsebine na gredi in naj bi bile ob koncu tretjega triletja na temeljni ravni sposobne prikazati povezavo hoje, obrata in sescoka; na višji ravni pa poljubne vaje) in pri ritmiki (ob koncu triletja naj bi bile sposobne prikazati vajo s poljubnim pripomočkom), medtem ko za učence te vsebine niso predpisane);

- v učnem načrtu iz leta 2011 se razlike v tretjem vzgojno-izobraževalnem obdobju pojavijo pri vsebini gimnastika z ritmični izraznostjo, kjer učenke izvajajo različne skoke (mačji, strižni, skok visoko in daleč), obrate (sonožno, na eni nogi), sestave z glasbeno spremljavo z obročem, kolebnico, žogo ali trakom, kar izvedejo posamično ali v skupini, učenci pa izvajajo različne skoke s kolebnico; učni načrt pa dopušča učitelju izbiro dveh športnih iger, ki jih ponuja v zadnjem vzgojno-izobraževalnem obdobju (nogomet tudi za dekleta).

10. Navodila o nošenju opreme

V prvih dveh učnih načrtih, ki sta obravnavana v tem diplomskem delu, in sicer iz let 1946 in 1948, je navedeno, da mora učitelj vedno, ko je to mogoče, nositi športno opremo in biti s tem vzgled vsem učencev.

V učnem načrtu iz leta 1948 je kot oprema, ki naj bi jo nosili učenci, navedeno: hlače, majica (bluza), obute pa naj imajo copate ali pa so bosi. Nekaj podobnega navaja tudi učni načrt iz leta 1946, ki kot opremo v poletnem času navaja hlačke, učenci pa naj bi bili bosi in brez majice.

Vendar pa v naslednjih učnih načrtih ni več zaslediti podatkov, kjer bi bilo navedeno, kaj naj bi učenci na urah nosili in kaj je primerna športna oprema. Verjetno zato, ker je z leti postajalo vse bolj samoumevno, da učenci obiskujejo pouk športne vzgoje v primerni opremi. Tudi vsakdanja oblačila otrok danes postajajo vse bolj podobna športnim oblačilom za razliko od preteklosti, ko je večina imela pri pouku kratke črne hlače in belo majico s kratkimi rokavi, dekleta pa tudi črn telovadni dres.

V učnem načrtu za leto 1998 je zapisano nekaj več glede opreme. Vendar gre v tem učnem načrtu zgolj za teoretične vsebine, s katerimi naj bi se seznanili učenci. Ni pa posebej navedeno, kaj predstavlja ustrezno športno opremo.

Učni načrt iz leta 2011 gre še nekoliko dlje. V prvem vzgojno-izobraževalnem obdobju se učenci s pomočjo tega učnega načrta spoznajo s primerno športno opremo, ki jo šola opredeli tudi v svojem hišnem redu. V drugem vzgojno-izobraževalnem obdobju pa gre že za teoretične vsebine razumevanja prednosti

primerne športne opreme v različnih pogojih (v telovadnici, na igrišču, na tekmovanju).

V zadnjih petnajstih letih šole opredelijo športno opremo večinoma v hišnem redu, starše pa o tem obvestijo v publikaciji za starše.

11. Navodila glede izvedbe pouka

Prav vsi učni načrti poudarjajo, da mora vsak učitelj izdelati letno pripravo (podroben program za celo šolsko leto), ki ga mora imeti vedno pri sebi. V starejših učnih načrtih je celo navedeno, da ga lahko pregleda nadzornik.

Temelj za pripravo učiteljevega letnega delovnega načrta in njegove letne priprave na pouk je učni načrt. Pri načrtovanju letne priprave mora učitelj upoštevati materialne, kadrovske, geografske in podnebne razmere ter tradicijo šole. Poleg posebnosti šole mora učitelj upoštevati tudi posebnosti učencev, ki jih poučuje (Kovač idr., 2011).

V učnem načrtu iz leta 1973 je poudarjeno, da se ur telesne vzgoje praviloma ne sme združevati, medtem ko v učnih načrtih iz let 1998 in 2012 združevanje ni prepovedano, ni pa priporočljivo. Pred letom 1973 v učnih načrtih ne zasledimo priporočil za združevanje ur.

Velik del izvedbe pouka telesne oziroma športne vzgoje oziroma športa se izvaja v športnih dvoranh. Prostori, orodje in oprema morajo ustrezati higiensko-zdravstvenim načelom (predvsem je treba zagotoviti svež zrak in čistost tal) in zagotavljati varnost učencem in učiteljem. V učnih načrtih, ki so bili sprejeti po letu 1953, opazimo težnjo k izvajanju čim večjega števila ur telesne oziroma športne vzgoje v naravnem okolju.

V preteklosti so se morale šole spoprijemati s problemom pomanjkanja opreme in pripomočkov. V učnem načrtu iz leta 1950 je zapisano, da lahko pomanjkanje vesnega in opornega orodja ter drugih pripomočkov učitelji in šola rešijo tako, da iščejo možnosti, da si izdelajo primitivno orodje in pripomočke in tako nadomestijo

tovarniško izdelanega. Pomanjkanje prostorov (telovadnice) ne sme biti ovira pri izvedbi učnega načrta.

Posebna pozornost je v vseh učnih načrtih namenjena varnosti, ki jo vsi učni načrti postavljajo na pomembno mesto; ne le varnost na izletih, športnih dnevih, ampak tudi v športni dvorani pri postavljanju in pospravljanju orodja. Učna načrta iz let 1998 in 2011 navajata, da mora učitelj za dosego varnosti:

- spoštovati normative (velikost vadbene skupine),
- upoštevati osnovna načela varnosti (prilagoditi vsebine, metodične postopke, organizacijo vadbe in obremenitev sposobnostim in predznanju učencev, zaščititi vadbeni prostor),
- imeti nadzor nad učenci,
- seznaniti učence z nevarnostmi pri vadbi v telovadnici, na igrišči, v gorah, na smučišču, v vodi in ob njej (Kovač idr., 1998, Kovač idr., 2011).

Učitelj mora vsako leto opraviti meritve za športno-vzgojni karton. Z zakonodajo iz leta 1996 naprej potrebuje za izvedbo meritev pisno dovoljenje staršev.

Športno-vzgojni karton je nacionalni program za spremljanje telesnega in gibalnega razvoja otrok in mladine. Vanj so vključene vse slovenske osnovne in srednje šole. S pomočjo podatkov lahko otroci in njihovi starši spremljajo telesni in gibalni razvoj, učitelji športne vzgoje pa pridobijo pomembne informacije, na podlagi katerih otrokom in mladostnikom strokovno pomagajo pri njihovem razvoju (Strel idr., 1996).

Velik poudarek je že od učnega načrta iz leta 1946 namenjen načrtovanju ure. Že v učnem načrtu iz leta 1946 zasledimo, da mora biti učna ura sestavljena iz treh delov, in sicer iz uvoda (ogrevanje in priprava celotnega organizma na vadbo v glavnem delu), glavnega dela in zaključka (umirjanje). Deli morajo biti med seboj logično povezani.

Učenci so si v svojih gibalnih sposobnostih zelo različni. Zato je pomembno, da jim glede na njihove zmožnosti in druge posebnosti prilagajamo pouk tako v fazi načrtovanja, organizacije in izvedbe kot tudi pri preverjanju in ocenjevanju znanja

(Kovač idr., 2011). Individualizacija in diferenciacija sta še bolj poudarjeni v zadnjem učnem načrtu.

Na podlagi spremljanja gibalne učinkovitosti učencev in dejavnikov sodelovanja, učitelj strokovno načrtuje svoje delo in lahko za svoje učence sam določi standarde znanja za vsako leto posebej. Ti standardi znanja morajo biti v okviru standardov, ki jih za določeno vzgojno-izobraževalno obdobje določa učni načrt (Kovač idr., 2011)

V učnem načrtu iz leta 1998 se kot novost pojavi medpredmetno povezovanje. Gre za povezovanje vsebin športne vzgoje z vsebinami drugih predmetov. Z medpredmetnim povezovanjem skušajo učitelji obravnavati vsebine čim bolj celostno. Pri tem si učitelj lahko pomaga tudi z uporabo informacijsko-komunikacijske tehnologije, ki poveča nazornost, preglednost, zanimivost in učinkovitost pouka (Kovač in Jurak, 2012).

Že v učnem načrtu iz leta 1946 zasledimo, da naj na urah vlada sproščeno vzdušje, učitelj naj bo na urah živahen, aktiven in vživet. Omenjene lastnosti učitelja v zadnjih učnih načrtih morda niso posebej navedena, so pa vsekakor zelo pomembne.

Učitelj je tisti, ki učne cilje in vsebine prilagaja učencem. Učni cilji in vsebine so učiteljem sicer dani od zunaj, kako pa jih bo učno povezoval s svojimi cilji, kako bo izbiral vsebine in jih prilagajal razredu, pa je odvisno od njega (Strmičnik, 2001).

Učitelj lahko s svojim načinom dela, s svojo osebnostjo, zgledom močno vpliva na to, ali se bodo učenci s športom ukvarjali tudi zunaj šole, v svojem prostem času. Zato je pomembno, da zna učitelj učence ustrezno motivirati, jih pritegniti za pouk športa. Če učitelju to uspe, obstaja veliko večja verjetnost, da se bodo učenci zavedali pomembnosti športne dejavnosti za zdravje tudi v kasnejših življenjskih obdobjih.

12. Navodila glede izvedbe dodatnih programov

Dodatni programi se pojavljajo v takšni ali drugačni obliki v vseh učnih načrtih. Skozi zgodovino so se nekateri obdržali, nekateri dodali, nekateri pa se v današnjem učnem načrtu ne pojavljajo več.

V vseh učnih načrtih zasledimo organizacijo športnih dni. Število in obseg le-teh pa se je spreminjal. Učni načrt iz leta 1948 pravi, da je v vsakem šolskem letu organiziranih pet športnih dni. Gre za izlete, ki jih je lahko učitelj izvedel med rednim poukom in so tako trajali le eno uro, lahko pa jih je izvedel tudi zunaj rednega pouka, kar pomeni, da so bili lahko dolgi tudi več kot dve uri.

Pomembna sprememba je bila uvedba mesečnega športnega dne, ki ga je predvideval učni načrt iz leta 1953. Mesečni športni dan je bil del obveznega pouka v višjih razredih osnovne šole, njegov namen pa je bil vzgajati mladino k športnim dejavnostim v njihovem prostem času ("Zbornik Fakultete za šport, 2010") in ne pravilno izvajanje športnih dni. Šolska telesna vzgoja v tistem času še ni bila vsebinsko in tehnično dovolj dobro pripravljena (Stepišnik, 1970).

V učnem načrtu iz leta 1962 zasledimo, da mora šola med letom organizirati nekaj izletov, ki morajo biti po obsegu prilagojeni starosti učencev. Že učni načrt iz leta 1966 bolj natančno določa športne dni. Določa jih namreč sedem, določa pa tudi njihov program. Po učnem načrtu iz leta 1973 je šola dolžna organizirati štiri športne dneve, vsak izmed njih pa mora trajati najmanj 240 minut. V učnem načrtu iz leta 1984 je v programu en športni dan več. Peti je organiziran v okviru obrambnih dejavnosti. Športni dan mora trajati najmanj 6 šolskih ur. Učna načrta iz let 1998 in 2011 določata šolam organizacijo petih športnih dni v vsakem šolskem letu, kjer mora biti vsak dolg najmanj 4 ure.

Leta 1948 zasledimo, da so šole izvajale t.i. skupne dnevne vaje. Le-te so bile izvedene 5-10 minut pred začetkom rednega pouka ali kot vaje osvežitve po potrebi med poukom. Skupne dnevne vaje so zajemale snov iz splošne telesne vzgoje in iger. Nekaj podobnega zasledimo tudi v danes aktualnem učnem načrtu, ki kot dodatna programa navaja minuto za zdravje in rekreativni odmor. Minuta za zdravje je namenjena krajši gibalni prekinitvi med urami drugih predmetov. Rekreativni odmor pa je daljši odmor, namenjen gibanju in športnim dejavnostim.

Tako minuta za zdravje kot rekreativni odmor se pojavita v učnem načrtu iz leta 1984. Kot novost sta se pojavila v času t.i. celodnevne osnovne šole, ki so jo sicer vpeljali v nekatere slovenske šole leta 1975 (Šimec, 2004).

Posebnost učnega načrta iz leta 1973 so šolska športna društva (ŠŠD). Gre za program, katerega namen je bil dodatna možnost ukvarjanja s športnimi dejavnostmi. Organizacija tovrstnih društev je bila določena z zakonom. Dejavnosti v društvih so ob pomoči mentorjev vodili učenci sami, tako da so bila šolska športna društva tudi pomemben element vzgojnega procesa. Šolska športna društva zasledimo tudi v učnem načrtu iz leta 1984, kasneje pa jih v učnih načrtih iz let 1998 in 2011 nadomestijo interesne dejavnosti. Športne interesne dejavnosti obogatijo športno vzgojo oziroma šport in ponujajo učencem možnost vsakodnevnega športnega udejstvovanja. Šola ponudi različne interesne dejavnosti v vsakem od treh vzgojno-izobraževalnih obdobj, ki naj potekajo skozi celotno šolsko leto. Podrobnejša navodila za učitelje so predstavljena v knjigi Izpeljava športne vzgoje (Kovač in Jurak, 2012).

Novost, ki jih prinašata zadnja dva učna načrta iz let 1998 in 2011, sta športna programa Zlati sonček in Ciciban planinec, ki sta namenjena učencem prvega vzgojno-izobraževalnega obdobja, in športna programa Krpan in Mladi planinec, ki sta namenjena učencem drugega vzgojno-izobraževalnega obdobja. Učencem tretjega vzgojno-izobraževalnega obdobja sta namenjena obvezna izbirna predmeta Šport in Plesne dejavnosti. Če učenec izbere enega od izbirnih predmetov, ima v 7. in 8. razredu 35 ur dodatnega športnega programa oziroma v 9. razredu, zaradi krajšega šolskega leta, 32 dodatnih ur. Od leta 2014 pa je učencem drugega vzgojno-izobraževalnega obdobja namenjen neobvezni izbirni predmet Šport (ena ura tedensko). Učencem osnovne šole pa lahko šole ponujajo tudi program Zdrav življenjski slog z dvema dodatnima urama tedensko.

13. Priporočila za delo z nadarjenimi športniki

Priporočila za delo z nadarjenimi športniki se v učnih načrtih ne pojavijo vse do učnega načrta iz leta 1984. Tam je prvič omenjeno, da je nadarjenim učencem v

okviru dodatnih programov namenjen dodatni pouk telesne vzgoje, prek katerega se lahko dodatno vključujejo v športne dejavnosti.

Učni načrt iz leta 1998 navaja, da je s Pravilnikom o prilagajanju šolskih obveznosti določeno, da mora šola vsem nadarjenim športnikom nuditi ustrezno pomoč in jim prilagoditi obveznosti vzgojno-izobraževalnega procesa.

V učnem načrtu iz leta 2011 pa je zapisano, da šola nadarjenim športnikom nudi ustrezno pomoč tako, da jim dodeli status športnika, s pomočjo katerega jim prilagodi obveznosti vzgojno-izobraževalnega programa v skladu z veljavno zakonodajo.

V današnjem šolskem sistemu je nadarjenim športnikom torej omogočeno, da lahko usklajujejo svoje šolske in športne obveznosti. Zato imajo možnost pridobitve posebnega statusa, statusa športnika, ki jim pri tem pomaga. Imajo pa nadarjeni športniki tudi možnost vključevanja v športne oddelke (t.i. oddelki z dodatno športno ponudbo) na nekaterih osnovnih šolah. Namen tovrstnih oddelkov v osnovni šoli ni toliko usklajevanje šolskih obveznosti in procesa treninga, ampak so namenjeni tistim učencem in njihovim staršem, ki si želijo več športa (Kovač in Jurak, 2010).

Država bi morala spodbujati šole, ki želijo učencem ponuditi višjo kakovost šolskih programov. Ker so oddelki z dodatno športno ponudbo del nadstandardnih programov, so trenutno velik dejavnik uspešnosti delovanja teh programov tudi starši, ki navadno sofinancirajo tovrstne programe. Tako so za nadaljni razvoj teh oddelkov potrebni interes staršev, podpora lokalne skupnosti in tudi države (Kovač in Jurak, 2012).

7 SKLEP

Ugotovimo lahko, da so se učni načrti v letih med 1946 in 1966 dopolnjevali oziroma spreminjali veliko pogosteje, kot smo temu priča danes. Hitrejše pojavljanje novih oziroma dopolnjenih učnih načrtov je bila tudi posledica velikih sprememb, ki so se dogajale v tistem povojnem času. Je pa to tudi pomenilo, da je šola rastla in se razvijala v skladu z razvojem nove družbene ureditve.

Čas po koncu druge svetovne vojne je pomenil čas sprememb. Slovenija je šla od časa po vojni do danes skozi številne spremembe, tako politične, ekonomske kot tudi družbene.

Spreminjal pa se je tudi predmet, ki danes v učnem načrtu nosi naziv šport. V učnih načrtih, ki so bili pregledani, se pojavljajo imena vse od fizkulture, telesne vzgoje, športne vzgoje do današnjega imena šport. Strokovno najbolj utemeljeno poimenovanje je bila športna vzgoja, za kar si je dolga leta prizadeval Silvo Kristan. Današnje poimenovanje vnaša zmedo v strokovnem izrazoslovju, pa tudi razumevanju področja športne vzgoje.

Velik napredek je bil dosežen glede na položaj, ki ga ima v zdajšnjem predmetniku predmet šport. V preteklosti se predmetu ni pripisovalo pomembne vloge v šolskih programih. Danes pa postaja enakovreden predmet v šolskih programih.

Cilji, ki se pojavljajo v starejših učnih načrtih, so splošni cilji. Gre za cilje, kot so podpirati pravilno rast in razvoj učencev, odstranjevati negativne posledice dolgega sedenja in utrudljivega umskega dela, navajati učence na vsakodnevno telesno vadbo. Ti cilji so se ohranili vse do učnega načrta, ki je v uporabi danes: ustrezna gibalna učinkovitost in oblikovanje zdravega življenjskega sloga, razumevanje koristnosti rednega gibanja in športa, pozitivno doživljanje športa. Se pa v učnih načrtih iz let 1998 in 2011, poleg splošnih ciljev, pojavijo tudi operativni cilji. Ti so razvrščeni v štiri skupine in so opredeljeni za vsak razred posebej (1998) oziroma za triletno obdobje (2011).

Vsebine, ki se v učnih načrtih pojavljajo, so bile prav tako deležne številnih sprememb. Nekatere se v novejših učnih načrtih ne pojavljajo več (npr. redovne vaje, rokovanje in streljanje z zračno puško), saj za njih ni več potrebe. Druge so spremenile imenovanje in so še vedno del aktualnega učnega načrta (talna telovadba je danes poznana pod imenom gimnastika, vaje oblikovanja se danes imenujejo gimnastične vaje in telesne spretnosti se danes imenujejo atletika). Spet druge pa so se pojavile na novo in s tem omogočajo učencem, da se seznaniijo z večjim številom različnih športov. Veliko so na pomenu pridobile predvsem športne igre, katerim v starejših učnih načrtih ni bilo namenjene toliko pozornosti.

Pomembna je uvedba standardov znanja, ki predstavljajo tisto stopnjo znanja, ki naj bi jo dosegli vsi učenci ob koncu določenega vzgojno-izobraževalnega obdobja.

V zadnjem desetletju opazamo veliko sprememb v konceptu učnega načrta za športno vzgojo oziroma šport ter v družbenih okoliščinah in potrebah. Veliko večji je poudarek na teoretičnem znanju in medpredmetnemu povezovanju (Jurak in Kovač, 2009).

Učenci so danes v celotnem obdobju osnovnošolskega šolanja deležni 834 ur rednega pouka športa (tri ure na teden v prvih šestih razredih in dve uri na teden v sedmem, osmem in devetem razredu, imajo pa možnost, da v drugem in tretjem vzgojno-izobraževalnem obdobju izberejo enega od dodatnih izbirnih predmetov, ki jim jih ponuja šola in si s tem število ur športa na teden povišajo), kar je v primerjavi z eno uro na teden iz učnega načrta iz leta 1946 bistveno več. So se pa v preteklosti otroci veliko več gibal v svojem prostem času. Danes je na cestah veliko več avtomobilov, s kolesom se vozi manj otrok. Zato se danes večja potreba po organizirani športni dejavnosti za mlade in število ur, namenjenih športu v šolah, se bi znalo v prihodnosti še povišati.

8 VIRI

- Andersen, L.B., Harro, M., Sardinha, L. B., Froberg, K., Ekelund, U., Brage, S. in Anderssen, S. A. (2006). Physical activity and clustered cardiovascular risk in children: a cross-sectional study (The European Youth Heart Study). *Lancet*, 368(9532), 299–304.
- Cankar, A., Kovač, M., Horvat, L., Zupančič, M., Strel, J. (1994). *Cilji šolske športne vzgoje. Uvodna izhodišča*. Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo in šport.
- Cugmas, Z. in Burjak, V. (2008). Odnos osnovnošolcev do športne vzgoje in športnih dejavnosti. *Pedagoška obzorja*, 23(1), 36–52.
- Dietz, H. (1998). Health consequences of obesity in youth: Childhood predictors of adult disease. *Pediatrics*, 101, 518–525.
- Doupona, M. in Petrovič, K. (2000). *Šport in družba – sociološki vidiki*. Ljubljana: Florin d.o.o..
- Ekelund, U., Anderssen, S. A., Froberg, K., Sardinha, L. B., Andersen, L. B. in Brage, S. (2007). Independent associations of physical activity and cardiorespiratory fitness with metabolic risk factors in children: The European youth heart study. *Diabetologia*, 50(9), 1832–1840.
- Hardman, K., (2000). W(h)ither Physical Education? The Future Ain't What it Used To Be!. V M. Kovač (ur.), G. Jurak (ur.) in G. Starc (ur.), *Proceeding of the 5th International Congress Youth Sport 2010* (str. 45–58). Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Hriberšek, M. (2006). Zaton klasičnega šolstva: 1945-1958. *Kerla* 8(1), 73–101.
- Jurak, G. in Kovač, M. (2007). *Priporočila za izpeljavo športnovzgojnega procesa: opravičevanje, učenje plavanja, športni oddelki in spremljava telesnega in gibalnega razvoja*. Univerza v Ljubljani: Fakulteta za šport.
- Jurak, G. in Kovač, M. (2009). Ali kurikularne spremembe dohajajo spremembe v življenjskem slogu otrok? *Sodobna pedagogika*, 60(126), 318-333.
- Jurak, G. in Kovač, M. (2010). Back to the future of PE. V M. Kovač (ur.), G. Jurak (ur.) in G. Starc (ur.), *Proceedings of the 5th international Congress Youth sport 2010* (str. 61–72). Ljubljana: Fakulteta za šport.

- Jurak, G. in Kovač, M. (2011). Opravičevanje med poukom športne vzgoje v osnovni šoli. *Didactica Slovenica*, 26(4), str. 18–31.
- Jurak, G., Kovač, M. in Strel, J. (2004). Predlog organizacije športnih oddelkov v devetletki. *Šport* 52(3), 16–20.
- Jurak, G., Kovač, M., Strel, J. in Starc, G. (2005). Analiza opravičevanja pri športni vzgoji. *Šport*, 53(3), 13–20.
- Kimovec, M. (2008). *Primerjava učnih načrtov športne vzgoje iz leta 1973, 1984 in 1998*. (Diplomsko delo). Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Ljubljana.
- Kompara, A., (2006). *Gimnastika v učnih načrtih športne vzgoje osnovnih in srednjih šol do leta 1941*. (Diplomsko delo). Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Ljubljana.
- Kovač, M. in Jurak, G. (2010). *Izpeljava športne vzgoje: didaktični pojavi, športni programi in učno okolje*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Kovač, M. in Jurak, G. (2011). Opravičevanje pri športni vzgoji. V ospredju – dekleta. *Šport mladih*, 19(163), 30–31.
- Kovač, M. in Jurak, G. (2012). *Izpeljava športne vzgoje: didaktični pojavi, športni programi in učno okolje*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Kovač, M. in Novak, D. (1998). *Učni načrt: Program osnovnošolskega izobraževanja. Športna vzgoja*. Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo, znanost in šport. Zavod Republike Slovenije za šolstvo.
- Kovač, M. in Novak, D. (2001). *Učni načrt. Izbirni predmet: program osnovnošolskega izobraževanja. Šport: šport za zdravje, izbrani šport, šport za sprostitve*. Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo, znanost in šport: Zavod RS za šolstvo.
- Kovač, M. in Strel, J. (2002). Kurikulum. Pridobljeno 23.7.2016 iz http://www.student-info.net/sis-mapa/skupina_doc/fsport/knjiznica_datoteke/935713_5_kurikulum4.11.ppt#256,1,KURIKULUM.
- Kovač, M., Jurak, G. in Starc, G. (2015). Koncept oblikovanja neobveznega izbirnega predmeta v drugem vzgojno-izobraževalnem obdobju šole. *Šport*, 63(1/2), 12–17.
- Kovač, M., Strel, J. in Jurak (2004). Učiteljeva letna priprava na pouk športne vzgoje v prvem in drugem triletju devetletne osnovne šole. V M. Kovač (ur.), *Nekatera*

- poglavja didaktike športne vzgoje v prvem in drugem triletju osnovne šole (str. 73-98). Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Kovač, M., Strel, J., Jurak, G., Bučar Pajek, M., Starc, G., Majerič, M. in Pajek, J. (2004). Nekatera poglavja didaktike športne vzgoje v prvem in drugem triletju osnovne šole. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Kovač, M., Markun Puhan, N., Lorenci, B., Novak, L., Planinšec, J., Hrastar, I., ... Muha, V. (2011). *Učni načrt. Program osnovna šola. Šport*. Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo, znanost in šport. Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo in šport: Zavod RS za šolstvo.
- Kovač, M., Markun Puhan, N., Sotošek, G., Kolander, A., Krevh, A., Novak, B., ... Bračič, T. (2015). Športna vzgoja na razpotju med potrebami mladih in možnostmi okolja. V Š. Bergoč (ur.), *Posodobitev pouka v osnovnošolski praksi. Športna vzgoja, šport* (str. 15–25). Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo.
- Kristan, S. (1987). Ali je zdajšnji učni načrt telesne vzgoje res tako dober kot se oznanja? *Telesna kultura*, 35(2), 9-12.
- Kristan, S. (1991). *Pogledi na zdajšnjo in prihodnjo šolsko športno vzgojo*. Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo in šport.
- Kristan, S. (2013). *Filozofija športa-prepovedana tema na Fakulteti za šport*. Podkoren: Samozaložba.
- Kristan, S., Cankar, A., Kovač, M. in Praček, T. (1992). *Smernice šolske športne vzgoje*. Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo in šport.
- Kroflič, R. (1997). Učno-ciljno in procesno-razvojno načrtovanje kurikula. V Barle Lakota, A (ur.) in Bergant, K. (ur.), *Kurikularna prenova* (str. 97-216). Ljubljana: Nacionalni kurikularni svet.
- Kroflič, R. (2002). *Izbrani pedagoški spisi: vstop v kurikularne teorije*. Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo.
- Križnar, I., Beslič, J., Bizjak, U., Erbežnik, D., Erznožnik, M., Glonar, J., ... Ulaga, D. (1973). *Osnovna šola: Vsebine vzgojnoizobraževalnega dela*. Ljubljana: Zavod za šolstvo SRS.
- Ministrstvo za Prosveto LRS (1948). *Učni načrt za osnovne šole, nižje razrede sedemletk in višje osnovne šole*. Ljubljana: Državna založba Slovenije.
- Nacionalni program športa v Republiki Sloveniji 2014-2023. (2014). Pridobljeno 8.8.2016 iz

http://www.zdus-zveza.si/docs/KOMISIJA%20ZA%20%C5%A0PORT,%20REKR/NACIONALNI_PROGRAM_SPORTA_V_RS_2014-2023.pdf.

Objave sveta za prosveto in kulturo LRS (1953). Ljubljana: Izvršni svet ljudske skupščine LRS.

Objave (1966). Ljubljana: Republiški sekretariat za prosveto in kulturo SRS.

Owen, C. G., Nightingale, C. M., Rudnicka, A. R., Sattar, N., Cook, D. G., Ekelund, U. in Whincup, P. H. (2010). Physical activity, obesity and cardiometabolic risk factors in 9- to 10-year-old UK children of white european, South Asian and black African-Caribbean origin: Child Heart And Health Study in England (CHASE). *Diabetologia*, 53(8), 1620-1630.

Petkovšek, M. (1984). *Odnos učencev četrtilh razredov do telesnovzgojnih dejavnosti v celodnevni osnovni šoli in njihova motiviranost za ukvarjanje s športom*. Ljubljana: Fakulteta za telesno kulturo.

Predmetnik in učni načrt za osnovne šole (1962). Ljubljana: Zavod za napredek šolstva LR Slovenije.

Predmetnik in učni načrt za osnovno šolo (1969). Ljubljana: Prosvedni delavec.

Rozman, M. (1982). Novi učni načrt za telesno vzgojo v osnovni šoli. *Telesna kultura* 30(3-4), 16-17.

Sluga, S. (1971). *Telesna vzgoja za nižje razrede osnovne šole. Priročnik za razredne učitelje*. Ljubljana: Mladinska knjiga.

Starč, G. in Kovač, M. (2007). Življenjski slogi otrok in mladine med izbiro in določenostjo. V M. Kovač in G. Starč (ur.), *Šport in življenjski slogi otrok in mladine* (str. 29–30). Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za kineziologijo in Zveza društev športnih pedagogov Slovenije.

Stettler, N., Signer, T.M., Suter, P.M. (2004). Electronic games and environmental factors associated with childhood obesity in Switzerland. *Obesity Research*, 12 (6), 896-903.

Stepišnik, D. (1970). *Ob stoletnici obvezne telesne vzgoje v osnovnih šolah na Slovenskem*. Ljubljana: Slovenski šolski muzej.

Strel, J., Rozman, M., Pirc, M., Vauhnik, J., Ferjan, M., Pezdich, J. in Križnar, I. (1984). *Predmetnik in učni načrt osnovne šole*. Ljubljana: Zavod SRS za šolstvo.

- Strel, J., Ambrožič, F., Kovač, M., Senica, D., Slana, N., Kondrič, M., ... Šturm, J. (1996). *Športnovzgojni karton*. Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo in šport.
- Strmičnik, F. (2001). *Didaktika: osrednje teoretične teme*. Ljubljana: Znanstveni inštitut Filozofske fakultete.
- Šimec, M. (2004). *Uvajanje devetletne osnovne šole – študija primera*. Diplomsko delo, Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Športna vzgoja (2. Stopnja) – temeljni podatki o programu. Pridobljeno 10.8.2016 iz <http://www.fakultetazasport.si/studij/mag-2-stopnja/sportna-vzgoja/>.
- te Velde, S. J., De Bourdeaudhuij, I., Thorsdottir, I., Rasmussen, M., Hagstromer, M., Klepp, K. I. in Brug, J. (2007). Patterns in sedentary and exercise behaviour and associations with overweight in 9-14-old boys and girls-q cross-sectional study. *BMC Public Health*, 7, 16.
- Učni načrt: Predmetnik in navodila za osnovne šole* (1950). Ljubljana: Državna založba Slovenije.
- Učni načrt za osnovne šole, nižje razrede sedemletk in višje osnovne šole* (1948). Ljubljana: Državna založba Slovenije.
- Učni načrt za nižje razrede osnovnih šol* (1946). Ljubljana: Državna založba Slovenije.
- Uradni list Ljudske republike Slovenije za leto 1946. Pridobljeno 13.9.2016 iz <http://www.sistory.si/publikacije/prenos/?target=pdf&urn=SISTORY:ID:658>
- Vloga športa v izobraževanju. (13.11.2007). Evropski parlament. Pridobljeno 16.8.2016 iz <http://www.europarl.europa.eu/sides/getDoc.do?pubRef=-//EP//TEXT+TA+P6-TA-2007-0503+0+DOC+XML+V0//SL&language=SL>.
- Vučetič-Zavrnik, L. (1974). *Vzroki oprostitve od šolske telesne vzgoje v SR Sloveniji*. (Magistrska naloga). Ljubljana: Inštitut za kineziologijo Visoke šole za telesno kulturo.
- Začasni učni načrt za višje osnovne šole* (1946). Ljubljana: DZS.
- Začasni učni načrt za osnovne šole*. Objave Sveta za prosveto in kulturo LRS, 8.10.1953, št. U-64753.
- Zakon o osnovni šoli* (ZOsn). (22.2.1996). Pridobljeno 27.7. 2016 iz [https://www.uradni-list.si/1/content?id=9307#!Zakon-o-osnovni-soli-\(ZOsn\)](https://www.uradni-list.si/1/content?id=9307#!Zakon-o-osnovni-soli-(ZOsn)).
- Zakon o spremembah in dopolnitvah zakona o osnovni šoli* (Zosn-H). (27.10.2011). Pridobljeno 27.7.2016 iz

[https://www.uradni-list.si/1/content?id=105682#!/Zakon-o-spremembah-in-dopolnitvah-Zakona-o-osnovni-soli-\(ZOsn-H\)](https://www.uradni-list.si/1/content?id=105682#!/Zakon-o-spremembah-in-dopolnitvah-Zakona-o-osnovni-soli-(ZOsn-H)).

Zbornik Fakultete za šport Univerze v Ljubljani 1960-2010 (2010). Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.

World Health Organization (2010). *Global recommendations on physical activity for health*. Geneva: World Health Organization. Slovenije.