

UNIVERZA V LJUBLJANI  
FAKULTETA ZA ŠPORT  
Športna vzgoja

**DODATNI ŠPORTNI PROGRAMI OTROK S  
POSEBNIMI POTREBAMI NA OSNOVNI ŠOLI MUTA**

MAGISTRSKO DELO

Avtor dela  
RENATO ČERU

Ljubljana, 2017



UNIVERZA V LJUBLJANI  
FAKULTETA ZA ŠPORT  
Športna vzgoja

**DODATNI ŠPORTNI PROGRAMI OTROK S POSEBNIMI  
POTREBAMI NA OSNOVNI ŠOLI MUTA**

MAGISTRSKO DELO

MENTOR

prof. dr. Damir Karpljuk

SOMENTOR

doc. dr. Vedran Hadžić

RECENZENT

prof. dr. Mateja Videmšek

KONZULTANT

Stanko Špegelj, prof. šp. vzg.

Avtor dela  
RENATO ČERU

Ljubljana, 2017

## IZJAVA

*Spodaj podpisan Renato Čeru, rojen 16. 02. 1990, študent Fakultete za šport Univerze v Ljubljani, program Športna vzgoja, izjavljam, da je magistrsko delo z naslovom **Dodatni športni programi otrok s posebnimi potrebami na Osnovni šoli Muta** – pri mentorju prof. dr. Damirju Karpljuku, somentorju doc. dr. Vedranu Hadžiću in recenzentki prof. dr. Mateji Videmšek – avtorsko delo. Viri in literature so ustrezno navedeni.*

## **ZAHVALA**

Zahvaljujem se svoji družini, ki me je podpirala in mi zaupala skozi celoten študij.

Prav tako se zahvaljujem svoji puncu Klavdiji za vso pomoč in potrpljenje tekom študijskih dni.

Zahvala gre tudi mojemu mentorju prof. dr. Damirju Karpljuku in recenzentki prof. dr. Mateji Videmšek za koristne napotke in usmerjanje pri nastajanju magistrskega dela.

**Ključne besede:** dodatni športni program, otrok, posebne potrebe, osnovna šola, učna priprava

## **DODATNI ŠPORTNI PROGRAMI OTROK S POSEBNIMI POTREBAMI NA OSNOVNI ŠOLI MUTA**

**Renato ČERU**

### **IZVLEČEK**

Namen magistrskega dela je bil predstaviti dodatni športni program za otroke s posebnimi potrebami na Osnovni šoli Muta. Eden izmed glavnih ciljev je bil predstaviti program več šolam in zavodom z namenom, da bi ta program vključili v svoj učni načrt. S tem bi otroke spodbudili, da bi se v večjem številu pričeli ukvarjati s športom tudi izven šole in v nadaljnjem življenju. Otroci bi se naučili medsebojnega spoštovanja, pomoči, športnega obnašanja ter bi izboljšali svoj nivo gibalnih sposobnosti.

Pri pisanju magistrskega dela je bila uporabljena predvsem deskriptivna metoda, v pomoč pa so bile tudi izkušnje učitelja športne vzgoje na Osnovni šoli Muta.

V magistrskem delu so bile predstavljene skupine otrok s posebnimi potrebami, in sicer glede na pogostost posamezne motnje. Predstavljen je bil tudi pomen gibanja in ukvarjanja s športom ter različni programi, prilagojeni otrokom v predšolskem in šolskem obdobju. Gibanje v tem obdobju je zelo pomembno, saj se otrok v tem obdobju razvija tako gibalno kot tudi psihično. Predstavljen je bil tudi dodatni program športa v obliki učnih priprav, ki so obsegale 20 ur in vsebovale 5 različnih športov.

Pravice ljudi na svetu naj bi bile enake za vse in tako imajo tudi otroci s posebnimi potrebami pravico do ukvarjanja s športom. Večina otrok s posebnimi potrebami se želi ukvarjati s športom. To jim mora po svojih najboljših močeh omogočiti družba oziroma ustrezne ustanove.

**KEY WORDS:** extracurricular sports programme, child, special needs, primary school, lesson plan

## **EXTRACURRICULAR SPORTS PROGRAMMES FOR CHILDREN WITH SPECIAL NEEDS AT MUTA PRIMARY SCHOOL**

**Renato ČERU**

### **ABSTRACT**

The purpose of this master's thesis was to present extracurricular/additional sports programme for children with special needs at Muta Primary School. One of the main aims was to present the programme to as many schools and institutions as possible where it may be included in their curriculum. This would encourage larger numbers of children to do sports outside of school and later on in their lives. Children learn mutual respect, help to each other, sportsmanlike conduct and improve their level of physical ability.

Descriptive method was used writing this thesis, and we also used experiences of the PE teacher at Muta Primary School.

The thesis presents groups of special needs children according to the frequency of their disability. It also presents the significance of physical activity and doing sports and other programmes adapted to preschool and schoolchildren. Physical activity at this stage is very important as it is a period of both physical and mental development of children. We also presented the extracurricular sports programme in the form of lesson plans that covered 20 lessons and 5 different sports.

Human rights should be the same for all. Therefore, special needs children also have the right to do sports. Most special needs children want to do sports. Society or appropriate institutions should provide such activities according to their best capability.

# KAZALO

1	UVOD .....	11
1.1	Otroci s posebnimi potrebami .....	13
1.1.1	Otroci z motnjami v duševnem razvoju.....	14
1.1.2	Slepi in slabovidni .....	15
1.1.3	Gluhi in naglušni .....	16
1.1.4	Otroci z govorno-jezikovnimi motnjami .....	17
1.1.5	Gibalno ovirani otroci .....	17
1.1.6	Dolgotrajno bolni otroci .....	18
1.1.7	Otroci s primanjkljaji na posameznih področjih učenja.....	18
1.1.8	Otroci z motnjami vedenja in osebnosti .....	18
1.1.9	Otroci z več motnjami .....	18
1.2	Usmerjanje otrok s posebnimi potrebami.....	19
1.3	Vzgoja in izobraževanje otrok s posebnimi potrebami v Sloveniji .....	19
1.3.1	Predšolsko obdobje .....	20
1.3.2	Šolsko obdobje.....	20
1.3.3	Načela in cilji obveznega in nadaljevalnega programa: .....	22
1.3.4	Vrtci, šole in zavodi s prilagojenim programom v Sloveniji .....	23
1.4	Osnovna šola Muta.....	24
1.5	Problem in cilji .....	25
2	METODE DELA.....	27
3	RAZPRAVA .....	28
3.1	Izvajalci programa .....	28
3.2	Sodelovanje s starši .....	28
3.3	Odnosi do učencev s prilagojenim programom na šoli .....	28
3.4	Športno - didaktični pripomočki.....	29
3.5	Financiranje programa.....	29
3.6	Potek programa.....	30
3.7	Dodatni športni program na Osnovni šoli Muta .....	30
3.7.1	Učna priprava.....	32
3.7.2	Učna priprava.....	34
3.7.3	Učna priprava.....	36
3.7.4	Učna priprava.....	38
3.7.5	Učna priprava.....	40
3.7.6	Učna priprava.....	42

3.7.7	Učna priprava.....	44
3.7.8	Učna priprava.....	46
3.7.9	Učna priprava.....	48
3.7.10	Učna priprava.....	50
3.7.11	Učna priprava.....	52
3.7.12	Učna priprava.....	54
3.7.13	Učna priprava.....	56
3.7.14	Učna priprava.....	58
3.7.15	Učna priprava.....	60
3.7.16	Učna priprava.....	62
3.7.17	Učna priprava.....	65
3.7.18	Učna priprava.....	68
3.7.19	Učna priprava.....	71
3.7.20	Učna priprava.....	74
3.8	Analiza dodatnega športnega programa .....	77
3.9	Pomen uporabe dodatnega športnega programa za otroke s posebnimi potrebami .....	79
4	SKLEP.....	80
5	VIRI.....	81

## **KAZALO SLIK**

<i>Slika 1.</i>	Splošni razvojni trendi v vzgoji in izobraževanju (Galeša, 1995).....	19
<i>Slika 2.</i>	Poligon (naravne oblike gibanja). .....	33
<i>Slika 3.</i>	Organizacija vadbe po postajah (naravne oblike gibanja).....	35
<i>Slika 4.</i>	Organizacija vadbe po postajah (gimnastika, naravne oblike gibanja). .....	41
<i>Slika 5.</i>	Organizacija vadbe atletike. ....	43
<i>Slika 6.</i>	Organizacija vadbe atletike (skok v daljino).....	45
<i>Slika 7.</i>	Organizacija vadbe atletike (skok v višino). ....	47
<i>Slika 8.</i>	Organizacija vadbe atletike (met žogice). ....	49
<i>Slika 9.</i>	Organizacija tekmovanja po postajah. ....	51
<i>Slika 10.</i>	Organizacija vadbe badmintona (2. in 5. metodična enota). ....	53
<i>Slika 11.</i>	Organizacija vadbe badmintona. ....	55
<i>Slika 12.</i>	Organizacija vadbe tenisa (4. in 5. metodična enota).....	57
<i>Slika 13.</i>	Organizacija vadbe namiznega tenisa. ....	59

Slika 14. Organizacija vadbe hokeja (2., 3. in 5. metodična enota). .....	61
Slika 15. Organizacija vadbe košarke (2., 3. in 4. metodična enota). .....	63
Slika 16. Organizacija vadbe po postajah odbojke (2., 3., 5., 6. in 7. metodična enota).....	66
Slika 17. Organizacija vadbe rokometu (2., 3. in 4. metodična enota).....	69
Slika 18. Organizacija vadbe nogometu (2., 3. in 4. metodična enota). .....	72
Slika 19. Organizacija »iger brez meja«.....	76

## **KAZALO TABEL**

Tabela 1 .....	25
----------------	----

# 1 UVOD

Vzgoja in izobraževanje sta pomembna za vsakega človeka, še posebej to velja za leta odraščanja. V času odraščanja pridobimo razgledanost, disciplino, bonton, moralo, samozavest in še veliko več. Šolanje je obdobje, ki je pomembno za vsakega otroka in za njegove starše. V času šolanja se razvije otrokov karakter, na stvari začne gledati na drugačen način, seveda pa se mu med šolanjem razvije njegovo telo, zaradi česar je v času šolanja in tudi v nadaljevanju življenja pomembna telesna aktivnost. Dr. Valerija Bužan pravi: »/.../ da je gibanje oziroma športno udejstvovanje zelo pomembno od zgodnjega otroštva do pozne starosti, saj je eden od temeljev celovitega razvoja otrok in mladostnikov, v obdobju zrelosti in starosti pa ima velik vpliv na uveljavljanje zdravega življenjskega sloga« (Karpljuk idr., 2013, str. 5).

Človeško telo je ustvarjeno za gibanje, saj to potrebo občuti vsak. Že majhni otroci za premikanje po prostoru uporabijo naravne oblike gibanja, kot so plazenje, lazenje, plezanje, skoki itd. Prva stvar, ki jo otrok zna narediti, je gib. To pomeni, da vsak otrok z gibanjem raziskuje svet okoli sebe in izpolnjuje svojo samopodobo. Otrok skozi gibanje oblikuje svoj lasten jaz, se nauči tekmovalnosti, kontrole svojega telesa, spozna prijatelje ...

Gibanje nas spremlja celo življenje, ne samo v otroštvu. Odrasli so se začeli ukvarjati z gibanjem oziroma športom iz različnih razlogov. To so zdravstveni razlogi, užitek, sprostitev, poklicna usmerjenost in še bi lahko naštevali. Gibanje dobro vpliva na naše zdravje, počutje in duha. Dokazano je, da šport spodbuja samozavest in odločnost, krepi prijateljstvo in tekmovalnega duha (Princes, 2003).

Po definiciji Svetovne zdravstvene organizacije je telesna dejavnost kakršno koli gibalno oziroma telesno gibanje, ki ga naredijo človeške mišice v telesu in katerega rezultat je poraba energije, ki je različna od nivoja mirovanja. Kot posebna vrsta telesne dejavnosti se obravnava šport, ki je organizirana in načrtovana vadba, ki vključuje tudi določeno obliko tekmovanja (Drev, 2014).

Vse več ljudi se odloča za vodeno vadbo v skupinah, predvsem ženske. Moški se več udeležujejo moštvenih športov in tudi obiska fitnesa.

Po priporočilih Svetovne zdravstvene organizacije (2016) bi otroci in mladostniki, stari med 5 in 17 let, morali vsak dan izvajati vsaj 60 minut zmerno intenzivne telesne aktivnosti, vsaj trikrat tedensko naj bi izvajali tudi dejavnosti, ki krepijo mišice in kosti. Vsakršna gibalna aktivnost nad 60 minut bo zagotovila dodatne koristi za zdravje.

»Osnove gibanja v športu so področje, ki obravnava osnove gibanja v različnih športnih dejavnostih človeka, istočasno pa želijo prikazati vpliv gibanja na razvoj človeškega telesa in njegovih gibalnih sposobnosti« (Pistotnik, 2011, str. 8).

Človek je odvisen od gibanja, saj mora, če hoče nekam priti, hoditi oziroma se premikati. Gibanje je del vsakdana. Ločiti pa moramo med športnim udejstvovanjem in telesnim gibanjem.

Še posebej pa je telesna aktivnost pomembna za otroke s posebnimi potrebami. To so otroci, ki pri vzgoji in seveda tudi v nadaljnjem življenju potrebujejo pomoč druge osebe. To pomoč lahko z vzgojo, z gibanjem in s socialnim vključevanjem v družbo zelo omilimo. Pomembno je, da otroka skozi igro naučimo, da bo s telesno aktivnostjo dosti bolj sproščen, umirjen, premišljen, družaben. Pokazati in naučiti ga moramo, da je kljub svoji pomanjkljivosti sposoben doseči veliko več, kot od njega pričakuje okolica. Pri vsem tem pa moramo paziti, da ne prekoračimo meje otrokove zmožnosti, saj bi mu na tak način bolj škodili, kot pa mu pomagali. Otroci s posebnimi potrebami z gibanjem ohranjajo svoje gibalne sposobnosti. Gibanje jim pomaga tudi pri vključevanju v družbo in spoznavanju samega sebe, svojih sposobnosti in zmožnosti.

Na svetu smo si ljudje različni in imamo različne lastnosti. Vsak človek je torej edinstven, je izjemen. Kriterij, na podlagi katerega se določa izjemnost ljudi (Bečaj, 1988, str. 36–46):

- »izstopanje iz »okvira običajnosti« oz. biti nekaj posebnega,
- obstoj posebnih, neobičajnih razlogov oz. vzrokov,
- ogroženost nadaljnjega psihosocialnega razvoja,
- uporaba posebnega strokovnega znanja, pomoči«.

Mnogi ljudje, med njimi tudi strokovnjaki, povsod po svetu otroke s posebnimi potrebami bolj ali manj označujejo negativno. Najpogostejše negativne oznake otrok s posebnimi potrebami so, da so ti otroci moteni, prizadeti, defektni, otroci z motnjami v razvoju, otroci z učnimi težavami itd. Tisti, ki manj negativno in hkrati najbolj pravilno uporabljajo izraz za te otroke, jih poimenujejo otroci s posebnimi vzgojno – izobraževalnimi potrebami (Krapše, 2004).

Otrok s posebnimi potrebami je tak kot vsak drug otrok. Ima oči, ušesa, lase, srce. Morda je navzven drugačen od ostalih otrok, saj je zaradi svoje bolezni »prikrajšan«, a ne v pravem pomenu besede. Je drugačen, a na svoj način. Ima svoje vrline in svoje sposobnosti, ki morda niso enake sposobnostim ljudi z normalnim razvojem. Otrok s posebnimi potrebami čuti in doživlja svet skozi svoje oči. Morda zna ljubiti in biti ljubljen bolj kot kdorkoli drug. Lahko je nadarjen športnik, glasbenik, filozof. Samo prepoznati je potrebno otrokovo vrlino in jo razvijati naprej, jo nadgrajevati in spodbujati. Pri otrocih s posebnimi potrebami je zelo pomembna inkluzija oz. vključevanje. Vključevanju je potrebno nameniti posebno pozornost že v času otroštva, prav tako kasneje – v mladih letih. V Sloveniji se inkluziji v zadnjih letih posveča kar veliko pozornosti. Otroke s posebnimi potrebami začnejo usmerjati že v vrtcih, s posebnimi programi. Med letoma 2000 in 2009 se je število vključenih otrok s posebnimi potrebami v program za predšolske otroke s prilagojenim izvajanjem zelo povečalo (Opara idr., 2010).

To je dokaz, da se stvari na področju otrok s posebnimi potrebami izboljšujejo in premikajo naprej. Vključevanje otrok s posebnimi potrebami se prične že doma, pri sprejemanju takšnega otroka s strani staršev. Pomembno je, da se vsak starš otroka s posebnimi potrebami zaveda, da ima ob sebi nekoga, ki ga ima brezpogojno rad. Pomembno je, da mu to ljubezen vrača v enaki meri, kot mu jo nameni tak otrok. In tu se pot šele začne. Starši so tisti, ki otroku pokažejo pravo pot. Takoj za njimi pa ga po tej poti vodijo tudi pedagoški delavci in okolje. Skozi šport je usmerjanje otrok s posebnimi potrebami veliko lažje in uspešnejše.

Naloga staršev in tudi učiteljev ter ostalih pedagoških delavcev je, da obliko in intenzivnost športa prilagodijo vsakemu posamezniku ter mu tako omogočijo, da se počuti sprejetega in uspešnega. Zato je pomembno, da razvijamo programe, ki bi tem otrokom še dodatno izboljšali in olajšali življenje.

## **1.1 OTROCI S POSEBNIMI POTREBAMI**

Vsi ljudje na svetu smo si različni oziroma drugačni. In prav ta drugačnost nas naredi zanimive. Vsak človek na svetu, naj bo takšen ali drugačen, si zasluži pravico do dobrega življenja. Tudi ljudje, ki imajo drugačne potrebe in različne težave v gibalnem ter psihičnem smislu.

Govorimo torej o otrocih s posebnimi potrebami. To so osebe, ki imajo težave pri razumevanju, odzivanju na dražljaje, razumevanju, sproščanju, gibanju in pri komuniciranju s socialnim okoljem zaradi osebnostnih, funkcionalnih, telesnih okvar, razvojnih zaostankov ali slabih socialnih in materialnih razmer (Skalar, 1999).

11. člen Zakona o osnovni šoli (ZOsn) opredeli otroke s posebnimi potrebami kot otroke »/.../ z motnjami v duševnem razvoju, slepe in slabovidne otroke, gluhe in naglušne otroke, otroke z govornimi motnjami, gibalno ovirane otroke, dolgotrajno bolne otroke in otroke z motnjami vedenja in osebnosti, ki potrebujejo prilagojeno izvajanje izobraževalnih programov z dodatno strokovno pomočjo ali prilagojene izobraževalne programe oziroma posebne programe vzgoje in izobraževanja, ter učence z učnimi težavami in posebej nadarjene učence« (»Zakon o osnovni šoli«, 2011).

V Sloveniji je po nekaterih podatkih v šolski populaciji okoli 25 % otrok s posebnimi potrebami. Na koncu šolskega leta 1992/93 je bilo od 1. do 8. razreda v dopolnilne pouke vključenih 27 % otrok, enako je bilo tudi v šolskem letu 1993/94 in kasneje še v šolskem letu 1997/98 (Galeša, 2003).

Učenci s posebnimi potrebami potrebujejo v šoli velikokrat individualen pristop. To pomeni, da se oblike dela in metode prilagajajo, uporabljajo se različni oziroma posebni pripomočki, uporablja se interdisciplinarna obravnava in različne časovne prilagoditve (Filipčič, 2009).

Pri otrocih s posebnimi potrebami je še posebej pomembno gibanje, saj s tem ohranjajo svoje gibalne sposobnosti in vzdržljivost. Pri teh otrocih je potrebno športno aktivnost dodatno spodbujati, saj se sami težko zavedajo, da jim to koristi. Izbrana športna aktivnost mora biti prilagojena vsakemu posamezniku posebej, in sicer glede na njegove zmožnosti. Za vzgojno delo s temi otroki je potrebna vzpostavitev in ohranjanje ustreznega osebnega odnosa. Otroka je potrebno sprejeti takšnega, kot je, saj otroci s posebnimi potrebami potrebujejo več časa in več naše pozornosti, kot večina otrok. Naj bo ta čas kakovostno in koristno porabljen, saj se bodo ti otroci le tako počutili bolj samozavestno, pomembno in enako drugim.

Ti otroci se lahko s pomočjo dodatne športne vadbe lažje in bolj samozavestno integrirajo oziroma vključujejo v šolstvo ter s tem neposredno tudi v družbo.

Sprinthall (1990, v Galeša, 1995, str. 41–42) je sestavil skupine učencev s posebnimi potrebami v odstotkih, glede na pogostost posamezne motnje:

- »/.../ učne težave (37 %),
- govorne težave (30 %),
- duševno zaostali (18 %),
- emocionalne težave (8 %),
- kombinirane težave (1 %),
- ortopedske težave (1 %),
- gluhi (1 %),
- slepi (0,5 %),
- gluhi in slepi (0,05 %),
- ostali (3 %)«.

V prvih štirih skupinah jih večina obiskuje redno osnovno šolo in v teh skupinah je preko 90 % otrok.

### ***1.1.1 Otroci z motnjami v duševnem razvoju***

Ti so najštevilčnejša skupina otrok s posebnimi potrebami. Delimo jih v (Opara, 2005, str. 41–42) naslednje skupine:

- »/.../ otroci s težkimi motnjami v duševnem razvoju,
- otroci s težjimi motnjami v duševnem razvoju,
- otroci z zmernimi motnjami v duševnem razvoju in
- otroci z lažjimi motnjami v duševnem razvoju«.

Otroci s težkimi motnjami v duševnem razvoju potrebujejo stalno nego, varstvo, pomoč, vodenje in so omejeni v gibanju. Lahko sodelujejo le pri posameznih aktivnostih. Tem otrokom sledijo otroci s težjimi motnjami v razvoju, ki pogosto potrebujejo pomoč drugih, razumejo enostavna navodila in potrebujejo varstvo. Opravljajo lahko le nezahtevna opravila.

Otroci z zmernimi motnjami v duševnem razvoju lahko sodelujejo v enostavnem pogovoru, lahko usvojijo osnovne pisanja in branja, a kljub temu vse življenje potrebujejo vodenje, pomoč drugih. Najlažje znotraj skupine otrok z motnjami v duševnem razvoju je otrokom, ki imajo lažje motnje. Ti otroci se lahko, če se ustrezno šolajo, izšolajo za manj zahtevno poklicno delo, čeprav imajo znižano sposobnost za učenje. Vseeno pa še vedno potrebujejo veliko naklonjenosti in podpore.

### ***1.1.2 Slepi in slabovidni***

Slabovidnost je v današnjem času kar pogost pojav, slepota se pa pojavlja bolj redko. Otroci, ki so slepi in slabovidni, so tisti, ki imajo okvaro vidnega polja, očesa ali vida. Razlikujejo se glede na nastop slepote: bodisi so slepi od rojstva bodisi postanejo slepi pozneje. Dobro je, če slepoto oziroma slabovidnost odkrijemo čimprej, saj lahko močno vpliva na otrokov razvoj. Takoj ko se odkrije takšna bolezen, se je treba povezati z ustreznimi strokovnimi in medicinskimi ustanovami. Tisti, ki so slepi že od rojstva, nimajo nobenih predstav, kakšno je okolje okoli njih, kako izgledajo ljudje oziroma kakšen je svet. Ostali ohranijo neko podobo o tem, kakšno je okolje okoli njih, kakšni so ljudje, predvsem ljubljani. Mnogim slepim se izboljšalo ostala čutila kot sta sluh in tip, ta dva jim omogočita boljše in lažje življenje. Tako se lahko bolje vklopijo v družbo in socialno okolje. V zadnjem času se vse več slabovidnih in slepih vključuje v redne vrtce in šole. Delimo jih na slepe in slabovidne (Opara, 2005).

#### ***a) Slabovidni:***

- *Otroci z zmerno slabovidnostjo:* vidijo samo 10–30 %. V vrtcih in šolah uporabljajo pripomočke in delajo po metodi za slabovidne.
- *Otroci s težjo slabovidnostjo:* vidijo samo 5–9,9 %. Za te otroke je zelo pomembna primerna osvetlitev in ustrezni pripomočki. V šoli delajo po metodi za slabovidne. Pri delu so lahko počasnejši, saj traja dlje, da lahko stvari razločijo oziroma dojamajo. Težave imajo tudi pri delu z majhnimi predmeti.

#### ***b) Slepi:***

- *Slepi otroci z ostankom vida:* vidijo samo 2–4,9 %. Razvijati morajo ostanke vida, pišejo večinoma v Braillovi pisavi. Normalne pisave ne morejo brati in zaradi tega tudi zelo težko pišejo. Pri različnih opravilih potrebujejo primerno osvetlitev.
- *Slepi otroci z minimalnim ostankom vida:* vidijo samo do 1,9 %. Ti ljudje vidijo samo sence in obrise večjih predmetov. Pišejo v Braillovi pisavi. Za vsakdanje življenje potrebujejo prilagojene pripomočke in specialni trening.
- *Popolnoma slepi otroci:* preživeti morajo s pomočjo drugih čutil (sluh, tip). Potrebujejo stalni specialni trening, učne pripomočke. Pišejo v Braillovi pisavi. Ti otroci potrebujejo pomoč druge osebe skozi celotno življenje.

### 1.1.3 *Gluhi in naglušni*

Otroci, ki ne slišijo dobro oziroma sploh ne slišijo, so naglušni oziroma gluhi. To so okvare, ki vključujejo uho in njegove funkcije. Za razliko od slabovidnosti in slepote sta gluhoti in naglušnosti bolj razširjeni. V smislu komunikacije je težje naglušnim oziroma gluhim kot slepim in slabovidnim. Razvoj mišljenja in govora je specifičen. Otroci, ki še niso slišali kako zvenijo besede oziroma samo zvok, zelo težko komunicirajo z govorjenjem. Zato je pomembno, da se morebitna bolezen hitro ugotovi in se starši že zelo zgodaj povežejo z ustreznimi strokovnimi in medicinskimi ustanovami, saj lahko potem v veliki meri otroku pomagajo pri komunikaciji z okoljem. Pri vzgoji in izobraževanju uporabljajo posebne pripomočke in aparature. Delimo jih na gluhe in naglušne (Opara, 2005):

- a) *Naglušni*: mednje prištevamo tiste, ki imajo pri frekvencah 500, 1000, 2000 Hz izgubo sluha manj kot 91 dB. Ti imajo težave pri komunikaciji. Delimo jih na:
- *Otroke z lažjo izgubo sluha (26–40 dB)*: imajo težave z orientacijo, lahko imajo težko izgubo sluha na enem ušesu, drugo uho je lahko zdravo ali lažjo izgubo sluha na obeh ušesih. Imajo težave pri sporazumevanju z ostalimi.
  - *Otroke z zmerno izgubo sluha (41–55 dB)*: imajo težave pri sporazumevanju in pri orientaciji. Lahko imajo zmerno poškodovan sluh na obeh ušesih ali popolnoma poškodovan oziroma izgubljen sluh na enem ušesu. Možno je tudi moteno vedenje.
  - *Otroke s težjo izgubo sluha (56–70 dB)*: imajo lahko ovirano sporazumevanje, lahko je moteno vedenje in tudi orientacija. Ti otroci imajo težjo obojestransko izgubo sluha, se pravi težjo izgubo sluha na obeh ušesih.
  - *Otroke s težko izgubo sluha (71–90 dB)*: ti otroci imajo težave pri socializaciji, imajo težave z vedenjem in orientacijo. Imajo težko izgubo sluha v obeh ušesih. Imajo težave pri sporazumevanju in poslušanju govora.
- b) *Gluhi*: to so otroci oziroma ljudje, ki imajo pri frekvencah 500, 1000, 2000 Hz izgubo sluha 91 dB in več. Tem otrokom ne pomaga če je zvok povečan oziroma ojačan. Razlikujemo:
- *Otroke z najtežjo izgubo sluha*: imajo težave pri pridobivanju znanja, pri orientaciji in socializaciji, ne slišijo govora in v veliko primerih jim ne pomaga niti slušni aparat. Pojavljajo se tudi težave pri vedenju.
  - *Otroke s popolno izgubo sluha*: imajo težave pri orientaciji, vključevanju v družbo, pridobivanju znanja. Imajo težave pri sporazumevanju, govora ne morejo slišati niti s pomočjo slušnega aparata. Pojavljajo se težave pri vedenju in telesni neodvisnosti.

V današnjem času je na voljo veliko slušnih aparatov, ki pomagajo otrokom in tudi vsem ljudem, ki so naglušni (seveda je odvisno kakšno stopnjo izgube sluha ima posameznik). S slušnimi aparati lahko te osebe bolje slišijo, saj jim ti aparati okrepijo zvoke okolja. Pri tistih, ki imajo popolno izgubo sluha je lahko način komunikacije jezik znakov in branje z ustnic.

#### **1.1.4 Otroci z govorno-jezikovnimi motnjami**

Ti otroci imajo težave pri govorjenju ter pri usvajanju in razumevanju. Te težave niso posledica motenj v duševnem razvoju ali posledica sluha. Posebnosti teh otrok so zelo različne in so posledice različnih okvar. Delimo jih v štiri skupine (Opara, 2005):

- a) Otroci z lažjimi govorno-jezikovnimi motnjami: s prilagajanjem so sposobni pisno komunicirati. Od vrstnikov izstopajo zaradi izgovarjave. Če uporabljajo dopolnilno komunikacijo, lahko dobro izražajo znanje.
- b) Otroci z zmernimi govorno-jezikovnimi motnjami: pri pisni komunikaciji so omejeni. Zaostajajo v govorno-jezikovnem razvoju, zato težko komunicirajo z drugimi. Lahko uporabljajo dopolnilno komunikacijo.
- c) Otroci s težjimi govorno-jezikovnimi motnjami: niso samostojni, potrebujejo stalno vodenje. Težje komunicirajo z okolico. Komunikacija z osebami iz okolja je omejena na uporabo dopolnilne komunikacije.
- d) Otroci s težkimi govorno-jezikovnimi motnjami: dopolnilna komunikacija je pri teh otrocih zelo omejena. Da se lahko sporazumevajo, večinoma uporabljajo govoroico telesa. Intelktualne sposobnosti so ohranjene, za komunikacijo z okoljem po navadi uporabljajo nazorne predmete.

#### **1.1.5 Gibalno ovirani otroci**

To so otroci, ki se težje gibljejo. Poškodbe gibalnega aparata ali živčevja oziroma gibalne okvare so lahko prirojene ali pridobljene. Delimo jih na okvare gibalnega aparata, ki so prirojene ali pridobljene in okvare centralnega živčevja, kar se kaže kot cerebralna paraliza. To bolezen povzročajo različne poškodbe možganov. Poznamo tudi okvare, ki nastanejo zaradi poškodbe hrbtenjače (nesreče, poškodbe). Tem okvaram pravimo periferne okvare. Razlikujemo več vrst gibalne oviranosti (Opara, 2005):

- a) Lažje gibalno ovirani otroci: to so otroci, ki potrebujejo manjše prilagoditve. Lahko samostojno hodijo, pri teku pa lahko imajo malo težav. Samostojni so skoraj pri vseh opravilih.
- b) Zmerno gibalno ovirani otroci: to so otroci, ki lahko na krajše razdalje po ravnem terenu hodijo brez pomoči, če pa je razdalja večja in teren razgiban, potrebujejo za pot različne pripomočke. Lahko so počasnejši, v šoli pa večkrat potrebujejo pomoč druge osebe. Motena je lahko tudi fina gibalna sposobnost rok.
- c) Težje gibalno ovirani otroci: pri teh otrocih je že hoja na kratke razdalje težavna, hoja po stopnicah ni možna. Za hojo uporabljajo različne pripomočke. Fina gibalna

sposobnost je poškodovana, prav tako v šoli potrebujejo pomoč druge osebe. Ti otroci imajo v šoli že pravico do spremljevalca.

- d) *Težko gibalno ovirani otroci*: ti otroci so odvisni od drugih oseb in imajo velike oziroma hude motnje gibanja. Za vse potrebujejo posebne pripomočke, tudi za sedenje. Samostojno gibanje teh otrok sploh ni mogoče. Ti otroci imajo pravico do spremljevalca. Nekateri potrebujejo tudi sonde za prilagoditev hranjenja.

Gibalno ovirani otroci potrebujejo pri vadbi velik in viden prostor za gibanje, uporabljati je potrebno prilagojene didaktične pripomočke iz primernih materialov. Takšne otroke je potrebno dobro pripraviti in motivirati za vadbo. Pri vadbi mora biti učitelj vedno pozoren na otroke, ki so gibalno ovirani, ker se lahko hitro poškodujejo.

### ***1.1.6 Dolgotrajno bolni otroci***

Težava teh otrok je dolgotrajna oziroma kronična bolezen. Kronično bolni otroci so lahko različno omejeni v svojih aktivnostih. Te bolezni jih lahko ovirajo pri vsakdanjem življenju, v šoli in pri gibanju. Simptomi se ne spremenijo od enega do drugega dne. Za dolgotrajno bolezen se tretira tista, ki ne preneha v obdobju treh mesecev (Opara, 2005).

### ***1.1.7 Otroci s primanjkljaji na posameznih področjih učenja***

S temi otroki je potrebno delati prilagojeno oziroma drugače. Da lahko razvijejo svoje sposobnosti, jim je potrebno prilagoditi različne metode. Ločimo jih na otroke z nekritičnimi učnimi težavami in otroke s kritičnimi učnimi težavami (Opara, 2005).

### ***1.1.8 Otroci z motnjami vedenja in osebnosti***

To so otroci, ki imajo motnje vedenja in ne upoštevajo pravil, otroci, ki imajo v družbi različne konflikte z ostalimi otroki, ter otroci, ki so živeli v neprimernem družinskem okolju. Ti otroci lahko uživajo alkohol in mamila in se težko vključijo v družbo. Pogost pojav pri takšnih otrocih je agresija. Za te otroke je velik problem tudi prilagajanje. Ti otroci potrebujejo toplino in prostor, kjer se bodo počutili varne. Zato je treba s temi otroki ravnati še posebej previdno in premišljeno (Opara, 2005).

### ***1.1.9 Otroci z več motnjami***

To so otroci, ki imajo več težav, primanjkljajev oziroma bolezni. Pri teh otrocih se je potrebno najprej ukvarjati s tisto motnjo, ki otroka najbolj ovira (Opara, 2005).

## 1.2 Usmerjanje otrok s posebnimi potrebami

Usmeritev otrok, mladostnikov in odraslih oseb s posebnimi potrebami se določa z Zakonom o usmerjanju otrok s posebnimi potrebami (ZUOPP-1).

Postopek usmeritve otroka s posebnimi potrebami se začne s pisno zahtevo staršev, katero se vložijo na območni enoti Zavoda Republike Slovenije za šolstvo. Ko na Zavodu Republike Slovenije za šolstvo prejmejo popolno zahtevo se sproži postopek. Svetovalec, ki je zadolžen za določeno območje vodi usmeritev otroka s posebnimi potrebami. Svetovalec, kateri je bil dodeljen za določenega otroka, prosi za strokovno mnenje pristojno komisijo. Pristojna komisija, ki je sestavljena iz psihologa, logopeda, zdravnika in specialnega pedagoga poda strokovno mnenje. V strokovnem mnenju je podano, kaj otrok potrebuje, kakšno institucijo naj bi obiskoval, kakšno je njegovo psihofizično stanje, motnje ki jih ima otrok ... Na podlagi tega mnenja svetovalec izda odločbo o usmeritvi. Zavod Republike Slovenije za šolstvo nato obravnava zahtevo in usmeri otroka («Zakon o usmerjanju otrok s posebnimi potrebami», 2011).

## 1.3 Vzgoja in izobraževanje otrok s posebnimi potrebami v Sloveniji

Težave oziroma problemi teh otrok so zelo različni, zato se je v preteklosti veliko šol in zavodov začelo »razvijati« v tej smeri. Bilo je nujno razviti diferenciacijo in individualizacijo. Tako je lažje potekala inkluzija in so z njimi lahko lažje delali. Razvila se je tudi edukacija in sicer pedagogika, defektologija in specialna pedagogika.



Slika 1. Splošni razvojni trendi v vzgoji in izobraževanju (Galeša, 1995).

Na sliki 1 so prikazani splošni razvojni trendi v vzgoji in izobraževanju, ki jih bo omogočila informatizacija. Ti razvojni trendi so štirje.

Opara (2005) je opisal, da bodo programi vzgoje in izobraževanja za otroke s posebnimi potrebami potekali na način predšolskega in šolskega obdobja.

### **1.3.1 Predšolsko obdobje**

To je čas, ko se otrok navaja na družbo, socializacijo in se psihofizično razvija. Je čas, ki je za vsakega otroka zelo pomemben, saj zamujeno kasneje težko nadomesti. V tem času imamo za otroke s posebnimi potrebami dva programa (Opara, 2005):

- a) Program za predšolske otroke s prilagojenim izvajanjem in z dodatno strokovno pomočjo: to je najmanjša stopnja prilagajanja tem otrokom. V tem programu je kurikulum mogoče prilagoditi otrokom s posebnimi potrebami, saj je sestavljen v tej smeri. V ta program se bodo usmerjali otroci z govorno-jezikovnimi motnjami, slepi in slabovidni, otroci z mejnimi intelektualnimi sposobnostmi, gluhi in naglušni, otroci z lažjimi in zmernimi motnjami v duševnem razvoju, gibalno ovirani in dolgotrajno bolni otroci.
- b) Prilagojen program za predšolske otroke: za otroke, ki imajo težje motnje v razvoju oziroma imajo težje posebne potrebe, je predviden prilagojen program za predšolske otroke. Ta program je namenjen tistim otrokom, za katere je splošni kurikulum pretežek in potrebujejo poseben kurikulum. V ta program se bodo usmerjali otroci z zmernimi, s težjimi in težkimi motnjami v duševnem razvoju, slepi in slabovidni, gluhi in naglušni in gibalno ovirani otroci.

### **1.3.2 Šolsko obdobje**

To obdobje zajema osnovno in srednješolsko izobraževanje. Izobraževanje v osnovni šoli je obvezno, kar pomeni, da je vanj vključena celotna populacija. V tem obdobju imamo štiri izobraževalne programe (Opara, 2005).

- a) Izobraževalni programi s prilagojenim izvajanjem in z dodatno strokovno pomočjo: v ta program se bodo vključevali učenci in dijaki, ki bodo dosegali minimalne standarde znanja in bodo dovolj sposobni za doseganje ciljev izobraževanja in vzgoje, za katere bo komisija ocenila da so zmožni doseči učne in razvojne cilje oziroma zmožnosti. Prilagaja se lahko organizacija, način preverjanja znanja in urnik pouka. V ta program se lahko usmerjajo slepi in slabovidni, dolgotrajni bolni, gibalno ovirani, otroci z motnjami vedenja in osebnosti, gluhi in naglušni, otroci z jezikovnimi motnjami in otroci s primanjkljaji na posameznih področjih učenja.

- b) Prilagojeni izobraževalni programi: tisti, ki se ne bodo mogli usmeriti v prejšnji program, se bodo morali vključiti oziroma usmeriti v prilagojeni izobraževalni program. To so tisti otroci, ki jim pogoji v prejšnjem programu ne zadoščajo. Ti otroci potrebujejo več pomoči in prilagoditev. V teh programih se lahko prilagajajo predmetnik, trajanje, organizacija, urnik, način preverjanja in napredovanje. Ta program delimo še na dve vrsti, in sicer na program z enakovrednim izobraževalni standardom (vanj se usmerjajo slepi in slabovidni, gluhi in naglušni, otroci z govorno-jezikovnimi motnjami in gibalno ovirani otroci) in program z nižjim izobraževalnim standardom (vanj se usmerjajo otroci z lažjimi motnjami v duševnem razvoju in otroci z več motnjami, ki imajo lažje motnje v duševnem razvoju).
- c) Posebni programi vzgoje in izobraževanja: v te programe so vključeni otroci, ki v te programe spadajo glede na sposobnosti in so zanje drugi programi preveč zahtevni. Otroci, vključeni v te programe, vse življenje potrebujejo nekakšno vzgojo. Usposobijo se lahko samo za neka enostavna dela. Sem se vključujejo otroci z zmernimi, težjimi in težkimi motnjami v duševnem razvoju in otroci, pri katerih se pojavi neka potreba za vključitev v rehabilitacijske programe. To so otroci z izrazitimi motnjami. Program zajema štiri področja, gre za rehabilitacijske programe, ki jih lahko izvajajo le specializirane šole in zavodi (Opara, 2005, str. 39):
- »področje skrbi za samega sebe,
  - razvoj delovnih sposobnosti,
  - področje komunikacije,
  - področje razvijanja socialnih veščin«.
- d) Vzgojni program: v ta program spadajo otroci, ki so neprilagojeni in večkrat povzročajo interakcije med sošolci in učitelji. S tem jezijo in vznemirjajo učitelje in vzgojitelje. Predvidena sta naslednja programa: vzgojni program v izobraževalnem programu z dodatno strokovno pomočjo in v programu s prilagojenim izvajanjem in vzgojni program v zavodu. Dodatna strokovna pomoč v prvem primeru je v obliki preventivnih, socialno-integrativnih, vzgojnih in korekcijskih programov. Tisti otroci, ki zaradi svojih motenj ogrožajo ljudi okoli sebe in svoj razvoj, pa potrebujejo vzgojo v zavodu za vzgojo in izobraževanje otrok s posebnimi potrebami.

Vsi ti otroci in mladostniki, ki imajo težave oziroma posebne potrebe, imajo ohranjene osnovne sposobnosti za razvoj na različnih področjih, kot so samooskrba, socializacija, zaposlitev. Ampak ti otroci oziroma mladostniki za uresničevanje omenjenih področij vse življenje potrebujejo različne stopnje pomoči. Zato so vsi takšni otroci in mladostniki vključeni v različne programe. Vzgojni program se deli na več delov (Grubešič, 2014, str. 4):

- »/.../ obvezni del, ki traja devet let in vključuje tri stopnje: prvo (I.), drugo (II.) in tretjo (III.) stopnjo,
- nadaljevalni del, ki traja tri leta in vključuje četrto (IV.) stopnjo,

- nadaljevalni del, ki traja osem let – raven Učenje za življenje in delo – in vključuje peto (V.) in šesto (VI.) stopnjo«.

### ***1.3.3 Načela in cilji obveznega in nadaljevalnega programa:***

Z dosego spodaj naštetih načel in ciljev poskušamo otroku približati družbo, jim omogočiti, da so čim manj odrinjeni od družbe, da lažje sprejemajo sebe in so bolj samostojni v nadaljnjem življenju. Načela in cilji obveznega in nadaljevalnega programa do 18. leta so (Grubešič, 2014, str. 5–6):

#### **Načela:**

- »Čim zgodnejša ter kontinuirana vključenost v izobraževanje, ki zagotavlja učencem sistematično strokovno pomoč že v najzgodnejšem življenjskem obdobju in se neprekinjeno nadaljuje na vseh ravneh vzgoje in izobraževanja.
- Zagotavljanje enakih možnosti ob upoštevanju različnosti pomeni glede na posebne potrebe vsakega posameznika z ustreznimi prilagoditvami vsebin, oblik in metod dela zagotoviti možnost vstopa v izobraževalni sistem in udeležbo v njem.
- Interdisciplinarnost in timsko delo sta pogoja za strokovno pomoč pri učencih, ki imajo posebne potrebe na zdravstvenem, vzgojno-izobraževalnem, socialnem, delovnem in drugih področjih življenja.
- Individualizacija vzgojno-izobraževalnih programov je nujna glede na inter- in intraindividualne razlike učencev; v okviru predvidenih vsebin je treba prilagoditi oblike, postopke, metodiko in didaktiko.
- Aktivnost v procesu izobraževanja – kar je treba s specialnopedagoškimi sredstvi zagotoviti tudi učencem z najnižjimi učnimi potenciali.
- Celovitost vzgojno-izobraževalnega dela, ki naj pri vsakem učencu skladno z njegovimi potrebami zagotavlja skrb za uravnoteženo telesno, čustveno, duševno in socialno rast.
- Sodelovanje učencev – to pri tej skupini ni samo po sebi razumljivo, zato je treba razvijati metode, ki usposobijo učence za sodelovanje v odločanju tako pri načrtovanju svojega šolskega dela kot kasneje (vsaj delno neodvisnega) življenja.
- Razvijanje kulture inkluzije, kar pomeni spodbujati v šolskem in vseh drugih okoljih aktivno sprejemanje različnosti – tudi učencev s posebnimi potrebami –ko individualne posebnosti niso več ovira, temveč so kvaliteta«.

#### **Cilji:**

- »Spodbujati razvoj učenca na zaznavnem, gibalnem, čustvenem, miselnem, govornem in socialnem področju;
- navajati na skrb za zdravje in samostojno življenje;
- pridobivati osnovna znanja in spretnosti;
- navajati na čim bolj aktivno, delno samostojno vključevanje v okolje«.

V tem programu (obvezni in nadaljevalni del – IV. stopnja) imamo več predmetov oziroma smeri. Te smeri so razvijanje samostojnosti, splošna poučenost, gibanje in športna vzgoja, glasbena vzgoja, likovna vzgoja, delovna vzgoja, podaljšano bivanje, jutranje in popoldansko varstvo. Če se osredotočimo na predmet gibanje in športna vzgoja, mora učitelj na I. stopnji imeti znanja s področja defektologije in specialne – rehabilitacijske pedagogike s poudarkom na pedagogiki za osebe z motnjami v duševnem razvoju in motnjami v telesnem in gibalnem razvoju. Učitelj, delujoč od II. do V. stopnje, pa mora imeti znanja s področja defektologije, specialne – rehabilitacijske pedagogike s poudarkom na pedagogiki za osebe z motnjami v duševnem razvoju in motnjami v telesnem in gibalnem razvoju ter znanja s področja visokošolskega izobraževanja športne vzgoje.

#### ***1.3.4 Vrtci, šole in zavodi s prilagojenim programom v Sloveniji***

##### *a) Vrtci s prilagojenim programom (razvojni oddelki):*

Takšnih vrtecev je bilo v šolskem letu 2013/2014 31. To so Vrtec Bled, Vrtec Brežice, Vrtec Tezno Maribor, Vrtec Murska Sobota, Vrtec Ptuj, Vrtec Krško, Vrtec Litija, Ciciban Ljubljana ... Med vsemi vrtci so imeli največ otrok vrtec Najdihojca Ljubljana – 12, Krajnski vrtci – 30, OŠ Gustava Šiliha Maribor – 40 in zavod za gluhe in naglušne – 28.

##### *b) Samostojne osnovne šole s prilagojenim programom*

Teh šol je v Sloveniji 28. Nekatere izmed njih so: Osnovna šola Helene Puhar Kranj, dvojezična Osnovna šola Lendava II., Dom Antona Skale Maribor, Osnovna šola Kozara Nova Gorica, Osnovna šola Stanka Vraza Ormož, Tretja osnovna šola Slovenj Gradec, Osnovna šola Ljudevita Pivka Ptuj, Osnovna šola Ana Gale Sevnica, Osnovna šola Roje Domžale, Osnovna šola Ana Gale Sevnica ...

##### *c) Osnovne šole s prilagojenim programom pri osnovnih šolah*

Takšnih šol je v Sloveniji 21. Med temi so Osnovna šola Brežice, Osnovna šola Lenart, Osnovna šola Stična, Osnovna šola Mirna OŠPP, Osnovna šola Lenart, Osnovna šola Gornja Radgona OŠPP, Osnovna šola Primoža Trubarja Laško, Osnovna šola Ivana Cankarja Vrhnika, Osnovna šola Muta OŠPP ...

##### *d) Zavodi za vzgojo in izobraževanje otrok in mladostnikov s posebnimi potrebami*

Skupno število zavodov v Sloveniji je 16. Med temi so Vzgojni zavod Slivnica pri Mariboru, Vzgojni zavod Kranj, Vzgojni zavod Planina, Center za izobraževanje, rehabilitacijo in usposabljanje Vipava, Center za sluh in govor Maribor, Mladinski dom Jarše Ljubljana, Zavod za vzgojo in izobraževanje Logatec ...

V Sloveniji imamo tudi *centre za usposabljanje, delo in varstvo*. Teh centrov je 5, in sicer Center za usposabljanje, delo in varstvo Črna na Koroškem, Center za usposabljanje, delo in varstvo Dolfke Boštjančič Draga Ig, Center za usposabljanje, delo in varstvo Dobrna, Center za usposabljanje, delo in varstvo Matevža Langusa Radovljica in Center za usposabljanje, delo in varstvo dr. Marijana Borštnarja Dornava.

## **1.4 Osnovna šola Muta**

Osnovna šola Muta je bila ustanovljena leta 1966 na redni seji občinskega sveta Občine Muta. Osnovna šola Muta zagotavlja in uresničuje potrebe na več področjih. Obdana je z naravnim okoljem in zagotavlja učencem mirno in sproščujoče učno okolje. Zagotavlja potrebe po osnovnošolskem izobraževanju, vzgoji in varstvu predšolskih otrok na območju in izobraževanju otrok s posebnimi potrebami. Ravnateljica Osnovne šole Muta je Anita Ambrož, prof., pomočnica ravnateljice pa Jelka Furman.

Šolo s prilagojenim programom obiskujejo otroci iz občin Muta, Vuzenica, Radlje ob Dravi, Podvelka, Ribnica na Pohorju in Dravograd. Šolski okoliš šole s prilagojenim programom je prilagodljiv in odvisen od potreb otrok, ki jo obiskujejo. V tem šolskem letu šolo obiskujejo otroci iz petih občin, in sicer: Muta, Vuzenica, Radlje ob Dravi, Podvelka in Dravograd. Organiziran prevoz je za vse učence tako za tiste, ki so bolj oddaljeni, kot tudi za tiste, ki so doma bližje šoli.

Osnovna šola s prilagojenim programom je povezana z Osnovno šolo, in sicer predvsem na materialnem in finančnem področju. Pedagoško delo je organizirano samostojno ter v povezavi z matično šolo z vsemi izobraževalnimi in vzgojnimi organizacijami v nekdanji Občini Radlje ob Dravi, tudi zavodi za usposabljanje v Koroški regiji. Povezana in vključena pa je tudi v sistem zavodov v Sloveniji, ki izobražujejo in usposablajo otroke s posebnimi potrebami.

Pri vključitvi v šolo, otroke s posebnimi potrebami pregleda tudi logoped. Logoped preveri in oceni komunikacijo, izgovorjavo, besednjak, način dihanja in razumevanje jezika. Učenci, pri katerih se ugotovi neko odstopanje oziroma se ugotovijo nekakšne težave, obiskujejo logopeda enkrat tedensko. Za vsakega posameznega otroka se sestavi program po katerem se dela. Terapija poteka večinoma prek igre. Obravnave otrok so večinoma individualne.

Šola je vključena tudi v veliko projektov, kot so: EU shema šolskega sadja in zelenjave, Tradicionalni slovenski zajtrk, Okolju prijazna šola, Fit Slovenija – FIT4KID, Zdrava šola, Krpan in Zlati sonček ter Bio vrt. Učenci v okviru interesnih dejavnosti ali rednega pouka izvajajo tudi krajše projekte, ki so načrtovani v letnih pripravah. Učenci imajo na razpolago tudi izbirne predmete, kot primer v šolskem letu 2016/2017 računalništvo.

Strokovni organi šole so učiteljski zbor šole, oddelčni učiteljski zbor (razredna stopnja, predmetna stopnja, učiteljski zbor OŠPP), razredniki in strokovni aktivni. V oddelkih Osnovne

šole Mute s prilagojenim programom je zaposlenih 7 stalnih učiteljev in 5 učiteljev z Osnovne šole Muta, ki poučujejo različne predmete.

Šolsko leto je razdeljeno na dve ocenjevalni obdobji. Prvo obdobje traja od 1. septembra do 31. januarja, drugo pa od 1. februarja do 24. junija. Pouk je organiziran v dopoldanskem času.

Tabela 1

*Organiziranost pouka na OŠPP Muta*

ŠOLSKA URA	ČAS	ODMOR	ČAS ODMORA
predura	7.30–8.15		
1. ura	8.20–9.05	1. odmor	9.05–9.10
2. ura	9.10–9.55	2. odmor	9.55–10.15
3. ura	10.15–11.00	3. odmor	11.00–11.05
4. ura	11.05–11.50	4. odmor	11.50–11.55
5. ura	11.55–12.40	5. odmor	12.40–12.55
6. ura	12.45–13.30	6. odmor	13.40–13.55
7. ura	13.30–14.15		

Tabela 1 prikazuje organiziranost pouka na OŠPP Muta. Prikazano je, kdaj se učencem začne pouk, kdaj imajo odmore in kdaj konec pouka. Kot vidimo, imajo lahko učenci tudi preduro. Pouk poteka od 8.20 ure do 14.15 ure. Trije odmori so daljši od ostalih, dva sta dolga 15 minut in eden 20 minut.

## 1.5 Problem in cilji

Vse več ljudi se zaveda, da ukvarjanje s športom pozitivno vpliva na človekovo zdravje. Zato se vedno več ljudi ukvarja s športom. Prav tako pa bi ukvarjanje s športom pozitivno vplivalo na »hendikepirane« otroke oziroma ljudi. V Sloveniji imamo kar nekaj šol in zavodov, ki jih obiskujejo otroci s posebnimi potrebami. Zaradi tega moramo poskušati program izobraževanja teh otrok venomer izboljševati. Veliko je otrok, ki nimajo dobrih gibalnih sposobnosti, in prav z dodatnimi programi želimo to popraviti, poleg tega pa te otroke čim bolj vključiti v družbo. Namen magistrskega dela je izdelati dodatni športni program, ki bi ga lahko obiskovali otroci s posebnimi potrebami. Možnosti za izvedbo takšnih programov zagotovo obstajajo, toda potrebna je poglobitev in iskanje možnosti, ki bi bile za izvedbo najboljše.

Cilj magistrskega dela je, da bi dodatni športni program, ki je podan v tem magistrskem delu, v svoj program vključilo čim več šol oziroma zavodov v Sloveniji. S tem bi po vsej verjetnosti izboljšali gibalno in tudi psihično pripravljenost pri velikem številu otrok s posebnimi potrebami. Želimo zadovoljiti tudi otrokove potrebe po aktivnosti, druženju ter izboljšati dodatne športne programe za otroke s posebnimi potrebami, in sicer s tem da bi se

vse več teh otrok ukvarjalo s športom. Vedno več ljudi bi se lahko udeleževalo na specialni olimpijadi, s čimer bi izboljševali svoje osebne dosežke oziroma rekorde. To bi dodatno spodbudilo otroke za ukvarjanje s športom. Te otroke želimo navdušiti za vsakodnevne aktivnosti.

## **2 METODE DELA**

Magistrsko delo je monografsko. Pri pisanju magistrskega dela sta uporabljeni vsaj dve znanstveno-raziskovalni metodi: metoda deskripcije za opisovanje posameznih pojmov iz teoretičnega dela ter metoda kompilacije – povzemanje citatov in spoznanj drugih avtorjev. Vsebina magistrskega dela temelji na izkušnjah učitelja športne vzgoje na Osnovni šoli Muta, ki je svetoval pri sestavljanju programa. Uporabljena je tudi metoda zbiranja dokumentacijskega gradiva, tako knjižnega kot tudi elektronskega.

## **3 RAZPRAVA**

### **3.1 Izvajalci programa**

Izvajalci dodatnih programov za otroke s posebnimi potrebami morajo biti ustrezno izobraženi. Če niso, mora biti pri izvajanju dodatnega programa športa prisoten specialni pedagog.

Program bi izvajala dva športna pedagoga, zaposlena na osnovni šoli. Pri uri bi bil neprestano prisoten specialni pedagog, ki je zadolžen za tisti oddelek, ki izvaja dodatni športni program. V primeru, da bi bila potrebna pomoč pri izvajanju športnih prvin, bi lahko na pomoč pristopil specialni pedagog, ki bi mu učitelj športa z ustreznim prijemom oz. načinom pokazal, kako katera vaja poteka, kakšno je varovanje, kakšna je postavitev itd. Izredno pomembna je organizacija časa, saj se mora učencem zagotoviti dovolj časa za pripravo na uro, za izvajanje različnih nalog in za preoblačenje ter odhod iz dvorane po koncu ure. Če organizacija časa ni dobro izpeljana, bi lahko otroci občutili nekakšen časovni pritisk.

Hkratno sodelovanje obeh učiteljev športa bi bilo odvisno od števila učencev, ki bi sodelovali pri uri oziroma programu. Dva učitelja bi se lahko tedensko menjavala pri izvajanju ur, vendar je kljub temu priporočljivo, da program izvede isti učitelj športa, in sicer v primeru, če je število otrok primerno za enega športnega učitelja. Učenci se navadijo in navežejo na osebo, ki jih prva sprejme in z njimi prva naveže stik.

### **3.2 Sodelovanje s starši**

Velikega pomena za izvedbo programa in za izvajalce, je sodelovanje staršev in izvajalcev programa. Informacije, ki jih lahko starši prenesejo izvajalcem (vedenjski vzorci, navade, interesi) lahko pomembno vplivajo na odnose med strokovnimi delavci, na odnose med otroki s posebnimi potrebami in ostalimi otroki na šoli, kjer se izvaja program. Zelo pomembno je, da informacijo o zdravju otroka (epileptični napad ...) starši posredujejo izvajalcu programa, saj lahko tako zmanjšamo odstotek težav, ki bi se pojavile ob morebitnem zapletu. Odnos med starši in izvajalci programa je pomemben tudi za določitev ciljev in dela.

### **3.3 Odnosi do učencev s prilagojenim programom na šoli**

Na Osnovni šoli Muta so učenci rednega programa osnovne šole učencev s posebnimi potrebami že vajeni in pri srečanju ni nobenih težav. Večkrat imajo učenci rednega programa osnovne šole pouk skupaj z učenci, ki prihajajo s šole s prilagojenim programom.

Predsodki se lahko pojavljajo v drugih šolah, kamor učenci odhajajo na vadbo, tam pa otrok s posebnimi potrebami niso vajeni. Zato je potrebno pred izvajanjem takšnega programa učence

osnovne šole seznaniti in poučiti o otrocih posebnimi potrebami. Učencem je treba ponuditi čim več odgovorov na njihova vprašanja in jim podati informacije o otrocih s posebnimi potrebami.

Okolje mora biti otrokom s posebnimi potrebami čim prijetnejše, da se bodo v takem okolju počutili varne ter sprejete.

### **3.4 Športno - didaktični pripomočki**

Športni pripomočki morajo biti prilagojeni vrsti prizadetosti in starosti otroka. Prilagojeni športni pripomočki morajo biti varni za uporabo. Pomembno je, da prilagojenim športnim pripomočkom namenimo veliko pozornosti. S prilagojenimi športnimi pripomočki lahko pripeljemo otroke s posebnimi potrebami do tega, da lahko sčasoma uporabljajo standardne pripomočke za športe (npr.: na začetku mehka žoga za odbojko in nato normalna odbojcarska žoga). Športni pripomočki morajo motivirati otroke. Športno didaktične pripomočke lahko uporabljamo pri različnih športnih aktivnostih in pri izvajanju različnih športnih dejavnosti. Pri igrah z žogo lahko uporabljamo mehkejšje žoge iz pene, plastične stožce ... Pri atletiki, gimnastiki in naravnih oblikah gibanja lahko uporabljamo različne plastične ovire, mehke žogice, blazine, obroče ... Igre z loparji lahko izvajamo s prilagojenimi plastičnimi loparji, mehкими in lahкими žogicami ... Uporaba prilagojenih športno didaktičnih pripomočkov je odvisna predvsem od vrste prizadetosti otroka. Pri gibalno oviranih bomo uporabljali počasnejše in mehkejšje pripomočke, pri slepih oziroma slabovidnih pa mehkejšje pripomočke in pripomočke, ki oddajajo zvok (Košir, 2008).

### **3.5 Financiranje programa**

Pristojno ministrstvo za področje športa, Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport, delno financira športno vzgojo otrok in mladine s posebnimi potrebami. Strokovno izobražen kader, ki izvaja gibalne programe otrok in mladine s posebnimi potrebami, pa se sofinancira s strani LPŠ, tj. letni program športa (Jurak in Pavletič Samardžija, 2014).

Če občina potrdi sofinanciranje programa, se program financira s strani občine in šole (sklad šole) hkrati, v primeru, da občina ne odobri sofinanciranja, pa se program financira zgolj in samo s strani šole (sklad šole) in staršev, ki bi se za to odločili. Če želi šola uvesti dodatni program športa, mora to vprašanje rešiti skupaj s starši na sestanku, ki ga skliče pobudnik programa. Nato se vsi skupaj (šola in predstavniki staršev) sestanejo še z organi občine, ki ta program potrdi ali zavrne.

### **3.6 Potek programa**

Celoten program je sestavljen iz 20 ur. Ure bi se izvajale enkrat tedensko (npr. sredo), takoj po pouku. Za čas izvajanja ur se bi dogovorila šola in starši. Ure bi predvidoma potekale v športni dvorani, če je lepo vreme, pa bi lahko nekateri sklopi potekali tudi zunaj v športnem parku. Šola ima zunanje nogometno igrišče, košarkarsko igrišče, odbojgarsko igrišče ter igrišče za tenis. Ura športa bi v celoti trajala 45 minut. Učence bi na uro pripeljal specialni pedagog, ki bi učencem pomagal pri preoblačenju v športno opremo in jih potem predal učitelju športa. Specialni pedagog bi ostal prisoten pri uri. Po koncu ure po učence pridejo starši ali jih specialni pedagog in učitelj športa odpeljeta do organiziranega prevoza, ki jih pelje domov.

### **3.7 Dodatni športni program na Osnovni šoli Muta**

Dodatni program športa je predstavljen v obliki učnih priprav, s katerimi si bodo lahko šole pomagale pri izvedbi dodatnih športnih programov. Učna priprava je priprava na pouk. V njej določimo cilje, ki jih želimo doseči, dejavnosti učencev, organizacijo ure in pripomočke, ki jih bomo pri uri potrebovali (Kovač, 2012).

Dodatni program športa je sestavljen iz 20 ur. Vsaka posamezna ura traja 45 min. Pripravljalni del traja 15 minut, glavni del 25 minut, sledi mu sklepni del, ki traja 5 minut. Ura se začne s pripravljanim delom, ki je sestavljen iz uvoda, splošnega ogrevanja in nato specialnega ogrevanja. Nadaljuje se z glavnim delom, ki je sestavljen iz opredelitev vsebin, ciljev, organizacije dela in količinske priprave. Konča se s sklepnim delom, v katerem se učence umiri, nato se opravi še analiza ure. Teh 20 ur je sestavljenih iz štirih sklopov, v katere je vključenih 10 športov. Trije sklopi vsebujejo 5 ur športa, razen sklop igre z žogo, ki vsebuje 4 ure. Pet ur je gimnastike, pet ur atletike, pet ur iger z loparji (tenis, namizni tenis, badminton), štiri ure iger z žogo (košarka, rokomet, nogomet, odbojka) in na koncu ena ura »Igre brez meja«. Zadnja ura je sestavljena iz več športov skupaj, s čimer povzamemo vse prejšnje sklope in vidimo morebiten pa če tudi zelo majhen napredek posameznega učenca.

Dodatna športna programa za nogomet in igre na snegu sta v svojih diplomskih delih sestavila tudi Vanja Zelenc in Adi Markač. Odziv vadečih je bil glede na analizo omenjenih avtorjev dober, saj sta na vprašanja o programu dobila zelo pozitivne odgovore.

Dodatni program športa je sestavljen posebej za otroke oddelkov šole s prilagojenim programom. Omenjeni program lahko uporabljajo vse šole oziroma zavodi, ki želijo tem otrokom poskušati izboljšati življenje, poskrbeti za njihove gibalne sposobnosti in njihovo sposobnost delovanja v skupini.

Dodatni športni program je zastavljen tako, da bi učenci najprej razvili svoje gibalne sposobnosti s poudarkom na gimnastiki, atletiki, brez učnih pripomočkov, kasneje pa bi nadaljevali s športi, pri katerih morajo rokovati s pripomočki, kot so loparji, žoge.

Pri učnih pripravah je nekaj poudarka tudi na teoriji, in sicer z namenom, da bi se učenci naučili pravil raznih športov medsebojne pomoči, sodelovanja in športnega obnašanja.

### 3.7.1 Učna priprava

--

Šola	OŠPP Muta	Prostor:	Športna dvorana
Starostna skupina:	12 – 15 let	Datum:	10. februar
Število vadečih:	9	Zaporedna številka ure:	1
Spol:	Fantje in dekleta		

Vsebina vadbene ure: Gimnastika, naravne oblike gibanja
Stopnja učnega procesa: UTR

<b>Cilji:</b>	Spoznavni cilji (povezani s praktičnimi vsebinami)
	Premagovanje različnih ovir, skakati v omejenem prostoru, plezati nekoliko višje od tal, hoditi po ozki površini, teči med ovirami
	Spoznavni cilji (povezani s teoretičnimi vsebinami)
	Spoznavati različne pripomočke, ki sestavljajo poligon
	Razvoj telesnih značilnosti in gibalnih sposobnosti
	Razvijati koordinacijo, moč rok in nog, ravnotežje in vzdržljivost
	Motivacijski/socialni cilji
	Medsebojna pomoč pri hoji po klopeh
	<b>Metodične enote:</b> hoja, tek, skoki, plazenje, lazenje, plezanje
	<b>Prevladujoče učne oblike:</b> frontalna vadba
	<b>Prevladujoče učne metode:</b> razlaga in prikaz
	<b>Orodja in športni pripomočki:</b> klopi, obroči, blazine, švedske klopi, letvenik, klobučki
	<b>Pomagala:</b> radio
	<b>Učila:</b>

<b>PRIPRAVLJALNI DEL</b>	<b>Trajanje: 15 min</b>
Uvod: Pozdrav vadečih, preverjanje športne opreme in pogovor o prihajajoči uri.	
Splošno ogrevanje:  Lovljenje v okviru igre »bratec reši me«. Lovec ima v rokah mehko žogo in ko se dotakne katerega izmed bežečih, ta zmrzne in se ne sme premakniti. Ostali bežeči ga lahko rešijo tako, da se ga dotaknejo.	Specialno ogrevanje:  Ogrevanje »od glave do pet«: - kroženje z glavo 10 x, - kroženje z rokami naprej – nazaj 10 x, - kroženje z boki 10 x, - kroženje s kolene 10 x, - kroženje z gležnji in zapestji hkrati 10 x, - 10 počepov, - 10 sonožnih skokov.

<b>GLAVNI DEL</b>		<b>Trajanje: 25 min</b>	
<b>Vsebinska priprava:</b>			
<p>Gimnastika se je pojavila že v antični Grčiji in že takrat je bila del olimpijskih iger. V današnjem času se gimnastika deli na športno gimnastiko in ritmično gimnastiko. Pri izvajanju gimnastičnih elementov potrebuje posameznik veliko moči, gibljivosti, eksplozivnosti in seveda natančnosti. Na polovici dvorane naredimo poligon. Ta poligon naj vsebuje naravne oblike gibanja kot so plazenje, lazenje, hojo, tek, plezanje in skoke. Poligon različnih gibanj dobro vpliva na temeljne gibalne sposobnosti, kot so koordinacija, ravnotežje, moč, gibljivost, hitrost, natančnost in vzdržljivost.</p>			
<b>Metodična priprava:</b>		<b>Količinska in organizacijska priprava:</b>	
Zaporedje didaktičnih korakov:		Količina:	Organizacija:
Dejavnosti učitelja:  Prikaz in razlaga vaj/nalog.  Pomoč vadečim.  Nadzor nad vadečimi.	Dejavnosti učencev:  Poslušajo in upoštevajo navodila učitelja.  Sodelujejo pri vadbenem procesu.  1. Hoja po širši klopi. 2. Plazenje pod okvirjem švedske skrinje. 3. Lazenje čez blazino. 4. Plezanje po letveniku 5. Tek med klopučki. 6. Skoki v obročih.	Učenci opravljajo naloge na poligonu 25 min.	<p>Slika 2. Poligon (naravne oblike gibanja).</p>

<b>SKLEPNI DEL</b>		<b>Trajanje: 5 min</b>	
Sproščanje ob glasbi in pogovor o uri.			

Slika 2 prikazuje postavitev poligona za naravne oblike gibanja, na katerem bodo vadeči izvajali 6 različnih vaj, ki vplivajo na utrjevanje gibalnih sposobnosti.

### 3.7.2 Učna priprava


--

Šola:	OŠPP Muta	Prostor:	Športna dvorana
Starostna skupina:	12 - 15	Datum:	17. februar
Število vadečih:	9	Zaporedna številka ure:	2
Spol:	Fantje in dekleta		

Vsebina vadbene ure: Gimnastika, naravne oblike gibanja
Stopnja učnega procesa: UTR

<b>Cilji:</b>	Spoznavni cilji (povezani s praktičnimi vsebinami)
	Utrjevati pravilno hojo, utrjevati ravnotežje, hoditi v ritmu, viseti na letveniku, izvajati sproščeno plezanje
	Spoznavni cilji (povezani s teoretičnimi vsebinami)
	Naučiti se različnih prijemov (viličasti ...)
	Razvoj telesnih značilnosti in gibalnih sposobnosti
	Razvijati moč mišic celega telesa, razvijanje gibljivosti, pridobivati občutek za višino, razvijati samozavest
	Motivacijski/socialni cilji
	Pomoč sošolcem, preplezati čim večjo dolžino
	<b>Metodične enote:</b> stoja na nogah, hoja po ožji klopi, hoja po zmanjšani podporni površini, plezanje
	<b>Prevladujoče učne oblike:</b> frontalna vadba
	<b>Prevladujoče učne metode:</b> razlaga in prikaz
	<b>Orodja in športni pripomočki:</b> blazine, klopi, stožci, letveniki
	<b>Pomagala:</b> radio
	<b>Učila:</b>

<b>PRIPRAVLJALNI DEL</b>	<b>Trajanje: 15 min</b>
Uvod: Pozdrav vadečih, preverjanje športne opreme in pogovor o prihajajoči uri.	
Splošno ogrevanje:  Vadeči tečejo po prostoru, medtem ko igra glasba. Ko se glasba ustavi oziroma utihne, se vsak učenec ustavi na mestu. Ko se glasba ponovno začne, lahko tečejo naprej.	Specialno ogrevanje:  - kroženje z glavo 10 x, - kroženje z rokami naprej – nazaj 10 x, - kroženje z boki 10 x, - kroženje s koleni 10 x, - kroženje z gležnji in zapestji hkrati 10 x, - 10 počepov, - 10 sonožnih skokov.

<b>GLAVNI DEL</b>		<b>Trajanje: 25 min</b>	
<b>Vsebinska priprava:</b>			
<p>Gimnastika se je pojavila že v antični Grčiji in že takrat je bila del olimpijskih iger. V današnjem času se gimnastika deli na športno gimnastiko in ritmično gimnastiko. Pri izvajanju gimnastičnih elementov potrebuje posameznik veliko moči, gibljivosti, eksplozivnosti in seveda natančnosti. Krožna vadba po postajah. Učenci na različnih postajah nekaj časa opravljajo naloge in nato na znak zamenjajo postajo. Na postajah opravljajo različne naloge: stoja na mehki blazini, hoja po lestvi, plezanje po letveniku, hoja po klopi ... S temi nalogami utrjujemo in razvijamo gibalne sposobnosti.</p>			
<b>Metodična priprava:</b>		<b>Količinska in organizacijska priprava:</b>	
Zaporedje didaktičnih korakov:		Količina:	Organizacija:
Dejavnosti učitelja:  Prikaz in razlaga vaj/nalog.  Pomoč vadečim.  Nadzor nad vadečimi.	Dejavnosti učencev:  Poslušajo in upoštevajo navodila učitelja.  Sodelujejo pri vadbenem procesu.  1. postaja: stoja na mehki blazini z zaprtimi očmi. 2. postaja: hoja po ožji klopi. 3. postaja: hoja preko lestve s pomočjo rok. 4. postaja: plezanje po letveniku.	Na vsaki postaji so učenci 3 min in potem na znak zamenjajo postajo.	 <p>Slika 3. Organizacija vadbe po postajah (naravne oblike gibanja).</p>

<b>SKLEPNI DEL</b>		<b>Trajanje: 5 min</b>	
<p>Igra »korenčki«. Učenci se uležejo na trebuh v krog in se močno primejo za roke. Učitelj oziroma »zajček« poskuša »korenčke« iztrgati iz zemlje za noge. Pri tem lahko uporablja različne načine, kot so tresenje, žgečkanje... Igra je za otroke zabavna in zanimiva.</p>			

Iz slike 3 je razvidna organizacija vadbe po postajah, ki vključujejo naravne oblike gibanja (stoja, hoja, plezanje). Učenci se gibljejo od postaje do postaje glede na čas.

### 3.7.3 Učna priprava

--

Šola:	OŠPP Muta	Prostor:	Športna dvorana
Starostna skupina:	12 - 15	Datum:	24. februar
Število vadečih:	9	Zaporedna številka ure:	3
Spol:	Fantje in dekleta		

Vsebina vadbene ure: Gimnastika, naravne oblike gibanja
Stopnja učnega procesa: UTR

<b>Cilji:</b>	Spoznavni cilji (povezani s praktičnimi vsebinami)
	Utrjevati pravilen tek, tek čez mehke blazine, pravilen ritem teka, utrjevati tek med ovirami
	Spoznavni cilji (povezani s teoretičnimi vsebinami)
	Naučiti se pomena vzdržljivosti
	Razvoj telesnih značilnosti in gibalnih sposobnosti
	Razvijati koordinacijo celega telesa, razvijati vzdržljivost, razvijati odzivnost, razvijati hitrost
	Motivacijski/socialni cilji
	Izboljšati vzdržljivost
	<b>Metodične enote:</b> tek, tek čez mehke blazine, lovljenje, tek med ovirami, tek na znak
	<b>Prevladujoče učne oblike:</b> frontalna vadba
	<b>Prevladujoče učne metode:</b> razlaga in prikaz
	<b>Orodja in športni pripomočki:</b> blazine, klobučki, stožci, markirke
	<b>Pomagala:</b> radio
	<b>Učila:</b>

<b>PRIPRAVLJALNI DEL</b>		<b>Trajanje: 15 min</b>
Uvod: Pozdrav vadečih, preverjanje športne opreme in pogovor o prihajajoči uri.		
Splošno ogrevanje:	Specialno ogrevanje:	
Vadeči tečejo po prostoru, medtem ko igra glasba. Ko se glasba ustavi oziroma utihne, se vsak učenec ustavi na mestu in stoji pri miru. Ko se glasba ponovno začne, lahko tečejo naprej do takrat ko glasba spet utihne.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- kroženje z glavo 10 x,</li> <li>- kroženje z rokami naprej – nazaj 10 x,</li> <li>- kroženje z boki 10 x,</li> <li>- kroženje s kolena 10 x,</li> <li>- kroženje z gležnji in zapestji hkrati 10 x,</li> <li>- 10 počepov,</li> <li>- 10 sonožnih skokov.</li> </ul>	

<b>GLAVNI DEL</b>		<b>Trajanje: 25 min</b>	
<b>Vsebinska priprava:</b>			
<p>Tek vključujemo v naravne oblike gibanja, saj se s tekom srečamo že kot majhni otroci. Tek je za mladega človeka zelo pomemben. Tek je ena izmed najcenejših in najkvalitetnejših oblik ukvarjanja s športom. Tek vpliva na koordinacijo celega telesa, na hitrejše odzivanje in boljše obvladovanje telesa. Zelo dobro vpliva na naše zdravje, saj z njim pospešimo krvožilni sistem hitrost srčnega utripa se nam poveča, kar odlično vpliva na naše zdravje. V večini primerov tek uporabljamo za ogrevanje telesa pred določeno aktivnostjo.</p>			
<b>Metodična priprava:</b>		<b>Količinska in organizacijska priprava:</b>	
Zaporedje didaktičnih korakov:		Količina:	Organizacija:
Dejavnosti učitelja:	Dejavnosti učencev:	- 4 min	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Na začetku tek vadečih od črte na eni strani dvorane do črte na drugi strani dvorane, in sicer na znak učitelja.</li> <li>2. Tek okoli ovir, klobučkov, stožcev, ki so postavljeni, vračanje po drugi strani v lahkotnem teku.</li> <li>3. Tek čez položene mehke blazine, vračanje po drugi strani v lahkotnem teku.</li> <li>4. Izvajanje igre »pika stoj«, dokler igra glasba.</li> <li>5. Tek po prostoru do ustavitve glasbe. Ko se glasba spet začne, vadeči začnejo teči.</li> </ol>
Prikaz in razlaga vaj/nalog.	Poslušajo in upoštevajo navodila učitelja.	- 4 min	
Pomoč vadečim.		- 5 min	
Nadzor nad vadečimi.	Sodelujejo pri vadbenem procesu.	- 6 min	
		- 6 min	
<b>SKLEPNI DEL</b>		<b>Trajanje: 5 min</b>	
<p>Vadeči se uležejo na hrbet, pokrčijo noge in jih nežno stresajo, krčijo in raztezajo. Pogovor z učenci o uri.</p>			

### 3.7.4 Učna priprava

--

Šola:	OŠPP Muta	Prostor:	Športna dvorana
Starostna skupina:	12 – 15 let	Datum:	2. marec
Število vadečih:	9	Zaporedna številka ure:	4
Spol:	Fantje in dekleta		

Vsebina vadbene ure: Gimnastika, naravne oblike gibanja
Stopnja učnega procesa: PNV, UTR

<b>Cilji:</b>	Spoznavni cilji (povezani s praktičnimi vsebinami)
	Naučiti se pravilnega odskoka in doskoka, utrjevati tehniko skakanja
	Spoznavni cilji (povezani s teoretičnimi vsebinami)
	Naučiti se pomena besed in pojmov pri skokih
	Razvoj telesnih značilnosti in gibalnih sposobnosti
	Razvijati koordinacijo, razvijati ravnotežje, razvijati odzivno moč, razvijati samostojnost in pogum
	Motivacijski/socialni cilji
	Vzpodbujati sošolce pri izvajanju skokov, pomagati sošolcem
	<b>Metodične enote:</b> skoki po eni nogi, skoki po dveh nogah, skoki čez ovire, skoki v globino
	<b>Prevladujoče učne oblike:</b> frontalna vadba
	<b>Prevladujoče učne metode:</b> razlaga in prikaz
	<b>Orodja in športni pripomočki:</b> švedska skrinja, blazine, kloбуčki, ovire, vrvi, talne oznake
	<b>Pomagala:</b> radio
	<b>Učila:</b>

<b>PRIPRAVLJALNI DEL</b>	<b>Trajanje: 15 min</b>
Uvod: Pozdrav vadečih, preverjanje športne opreme in pogovor o prihajajoči uri.	
Splošno ogrevanje:  Učenci tečejo po prostoru. Učitelj je čarovnik s čarobno palico in ko učitelj reče: »Čirula čarola, hokus pokus spremenite se v npr.: zajčke.«, učenci začnejo oponašati zajčke in skakati po prostoru. Učitelj spreminja učence v različne živali, kot so: kača, kuža, žaba,...	Specialno ogrevanje:  - kroženje z glavo 10 x, - kroženje z rokami naprej – nazaj 10 x, - kroženje z boki 10 x, - kroženje s koleno 10 x, - kroženje z gležnji in zapestji hkrati 10 x, - 10 počepov, - 10 sonožnih skokov.

<b>GLAVNI DEL</b>		<b>Trajanje: 25 min</b>	
<b>Vsebinska priprava:</b>			
Skoki so del vsakdanjega življenja človeka. Predvsem pa skoki spremljajo otroke, ki skačejo čez različne ovire, luknje, luže, ko je zunaj dež in seveda pri igri. Za otroke z različnimi motnjami lahko skoki predstavljajo zelo zahtevno obliko gibanja, zato je otrokom pomembno omogočiti čim več skakanja na različne načine, kot so skoki v obroče, skoki čez ovire, skoki v globino, skoki čez klopi, skoki po eni nogi, skoki po obeh nogah.			
<b>Metodična priprava:</b>		<b>Količinska in organizacijska priprava:</b>	
Zaporedje didaktičnih korakov:		Količina:	Organizacija:
Dejavnosti učitelja:	Dejavnosti učencev:	1. 3 min 2. 5 min 3. 7 min 4. 10 min	1. Poskoki po eni in obeh nogah po polovici dvorane. 2. Poskoki po eni in obeh nogah po talnih oznakah. 3. Poskoki po eni in obeh nogah čez klopučke in ovire. 4. Skoki s švedske skrinje na blazine (od najmanjše do največje višine).
Prikaz in razlaga vaj/nalog.	Poslušajo in upoštevajo navodila učitelja.		
Pomoč vadečim.	Sodelujejo pri vadbenem procesu.		
Nadzor nad vadečimi.			
<b>SKLEPNI DEL</b>		<b>Trajanje: 5 min</b>	
Igra »tihan telefon«. Vadeči se usedejo v krog. Učitelj si izmisli eno besedo, ki jo pove prvemu učencu. Le-ta slišano besedo tiho pove na uho naslednjemu učencu in tako naprej. Zadnji učenec mora na glas povedati, katero besedo je slišal. Če je beseda prava, je vse potekalo pravilno, če ni, pa so se učenci nekje zmotili. Nato igro začnemo pri kateremu od učencev.			

### 3.7.5 Učna priprava

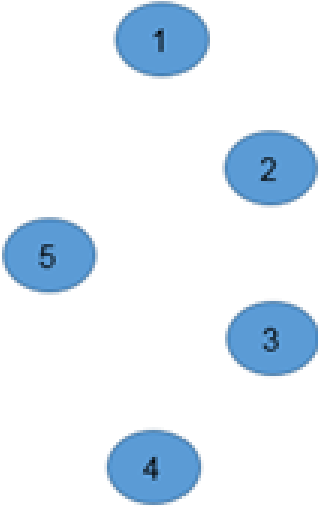
--

Šola:	OŠPP Muta	Prostor:	Športna dvorana
Starostna skupina:	12 – 15 let	Datum:	9. marec
Število vadečih:	9	Zaporedna številka ure:	5
Spol:	Fantje in dekleta		

Vsebina vadbene ure: Gimnastika, naravne oblike gibanja
Stopnja učnega procesa: PNV, UTR

<b>Cilji:</b>	Spoznavni cilji (povezani s praktičnimi vsebinami)
	Spoznavati stojo na lopaticah, utrjevati plezanje
	utrditi hojo po ožji podporni površini, utrditi skoke, utrditi tehniko teka
	Spoznavni cilji (povezani s teoretičnimi vsebinami)
	Spoznati, kaj pomeni stoja na lopaticah,
	utrjevati pojme, ki se pojavljajo pri uri
	Razvoj telesnih značilnosti in gibalnih sposobnosti
	Razvijati ravnotežje, razvijati moč celega telesa,
	razvijati koordinacijo
	Motivacijski/socialni cilji
	Pomagati sošolcu pri izvedbi stoje na lopaticah
	<b>Metodične enote:</b> stoja na lopaticah, plezanje po letvenikih, hoja po ožji klopi, sonožni skoki po blazinah, tek med klobučki
	<b>Prevladujoče učne oblike:</b> vadba po postajah
	<b>Prevladujoče učne metode:</b> razlaga in prikaz
	<b>Orodja in športni pripomočki:</b> letveniki, blazine, klopi, obroči, klobučki
	<b>Pomagala:</b> vadbeni kartoni po postajah, radio
	<b>Učila:</b>

<b>PRIPRAVLJALNI DEL</b>	<b>Trajanje: 15 min</b>
Uvod: Pozdrav vadečih, preverjanje športne opreme in pogovor o prihajajoči uri.	
Splošno ogrevanje:  Vadeči se razporedijo v pare in se primejo za roke. Lovec oziroma eden izmed parov lovi tako, da se drži za roke in se med lovljenjem ne sme izpustiti. Ko ujame naslednji par, ulovljen par nadaljuje z lovljenjem.	Specialno ogrevanje:  - kroženje z glavo 10 x, - kroženje z rokami naprej – nazaj 10 x, - kroženje z boki 10 x, - kroženje s koleni 10 x, - kroženje z gležnji in zapestji hkrati 10 x, - 10 počepov, - 10 sonožnih skokov.

<b>GLAVNI DEL</b>		<b>Trajanje: 25 min</b>	
<b>Vsebinska priprava:</b>			
<p>Gimnastika se je pojavila že v antični Grčiji in že takrat je bila del olimpijskih iger. V današnjem času se gimnastika deli na športno gimnastiko in ritmično gimnastiko. Pri izvajanju gimnastičnih elementov potrebuje posameznik veliko moči, gibljivosti, eksplozivnosti in seveda natančnosti. Učenci pri uri utrjujejo naravne oblike gibanja (hoja, tek, skoki, plezanje) in spoznavajo stoji na lopaticah. Tako utrjujejo ravnotežje, koordinacijo, preciznost, moč ... To jim pomaga pri kvalitetnejšem življenju. Vadba na uri je sestavljena po postajah, kjer vadeči določen čas izvajajo naloge na določeni postaji, nato na znak učitelja zamenjajo postajo.</p>			
<b>Metodična priprava:</b>		<b>Količinska in organizacijska priprava:</b>	
Zaporedje didaktičnih korakov:		Količina:	Organizacija:
Dejavnosti učitelja:	Dejavnosti učencev:	Vadeči izvajajo naloge na vsaki postaji 4 min. Med menjavanjem postaje je 1 min odmora.	 <p>Slika 4. Organizacija vadbe po postajah (gimnastika, naravne oblike gibanja).</p>
Prikaz in razlaga vaj/nalog.	Poslušajo in upoštevajo navodila učitelja.		
Pomoč vadečim.	Sodelujejo pri vadbenem procesu.		
Nadzor nad vadečimi.	Izvajajo vadbo po postajah.		
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. postaja: plezanje po letveniku.</li> <li>2. postaja: hoja po ožji klopi.</li> <li>3. postaja: sonožni poskoki v obročih, položenih po blazinah.</li> <li>4. postaja: tek med klobučki.</li> <li>5. postaja: stoji na lopaticah (če ne zmore sam, prosi za pomoč učitelja).</li> </ol>		

<b>SKLEPNI DEL</b>		<b>Trajanje: 5 min</b>	
Pogovor o pojmi, o katerih smo se pogovarjali pri uri in sprostitev ob tihi glasbi.			

Na sliki 4 je prikazana vadba po postajah, ki je sestavljena iz 5 postaj, na katerih vadeči izvajajo gimnastične prvine, ki v grobem povzamejo prejšnje ure gimnastike in naravnih oblik gibanj.

### 3.7.6 Učna priprava

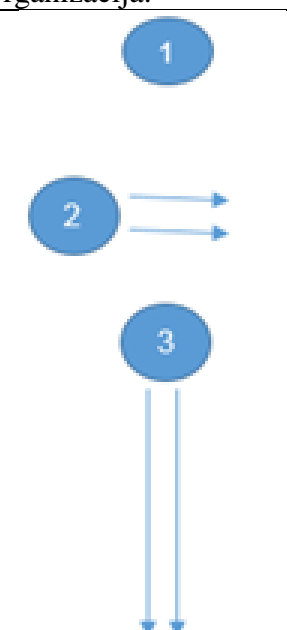
--

Šola:	OŠPP Muta	Prostor:	Športna dvorana
Starostna skupina:	12 – 15 let	Datum:	16. marec
Število vadečih:	9	Zaporedna številka ure:	6
Spol:	Fantje in dekleta		

Vsebina vadbene ure: Atletika
Stopnja učnega procesa: UTR

<b>Cilji:</b>	Spoznavni cilji (povezani s praktičnimi vsebinami)
	Utrditi štartni položaj in štart, utrditi tek na 30 m, naučiti se teka čez ovire
	Spoznavni cilji (povezani s teoretičnimi vsebinami)
	Naučiti se pojmov, ki se navezujejo na tek čez ovire
	Razvoj telesnih značilnosti in gibalnih sposobnosti
	Razvijati hitrost, razvijati vzdržljivost, razvijati koordinacijo
	Motivacijski/socialni cilji
	Izboljšati svoj prejšnji rezultat
	<b>Metodične enote:</b> štartni položaj, štart s štartnega položaja na znak, tek čez ovire
	<b>Prevladujoče učne oblike:</b> frontalna vadba
	<b>Prevladujoče učne metode:</b> razlaga in prikaz
	<b>Orodja in športni pripomočki:</b> ovire
	<b>Pomagala:</b> piščalka
	<b>Učila:</b>

<b>PRIPRAVLJALNI DEL</b>		<b>Trajanje:</b> 15 min
Uvod: Pozdrav vadečih, preverjanje športne opreme in pogovor o prihajajoči uri.		
Splošno ogrevanje:  Tek okoli kroga, nato pa na znak učitelja, učenci oponašajo različne živali, npr.: žabe, zajčka, kača, kužka ...	Specialno ogrevanje:  Vsak učenec poskuša pokazati eno vajo: - kroženje z glavo 10 x, - kroženje z rokami naprej – nazaj 10 x, - kroženje z boki 10 x, - kroženje s koleni 10 x, - kroženje z gležnji in zapestji hkrati 10 x, - 10 počepov, - 10 sonožnih skokov.	

<b>GLAVNI DEL</b>		<b>Trajanje: 25 min</b>	
<b>Vsebinska priprava:</b>			
Tek čez ovire je atletska disciplina. Tekači lahko tečejo čez ovire na različne razdalje. Tekači poskušajo preskočiti vse ovire, če pa jim to ne uspe (podrejo kakšno oviro), zaradi tega niso diskvalificirani, pač pa lahko tečejo naprej. Če podrejo oviro, jih to že samo upočasni in izgubijo nekaj dragocenega časa. Tek čez ovire lahko izvajajo zunaj ali v dvorani. Višina ovir je na največjih tekmovanjih in pri profesionalcih točno določena. Pri izvajanju športne vzgoje, dodatnih programov ali amaterski prireditvi tekmovanja, lahko sami določimo višino ovire, toliko kot so lahko vadeči ali tekmovalci zmožni v teku preskočiti.			
<b>Metodična priprava:</b>		<b>Količinska in organizacijska priprava:</b>	
Zaporedje didaktičnih korakov:		Količina:	Organizacija:
Dejavnosti učitelja:	Dejavnosti učencev:	1. 5 min 2. 8 min 3. 12 min	 <p>Slika 5. Organizacija vadbe atletike.</p>
Prikaz in razlaga vaj/nalog.  Pomoč vadečim.  Nadzor nad vadečimi.	Poslušajo in upoštevajo navodila učitelja.  Sodelujejo pri vadbenem procesu.  1. Izvajajo štartni položaj na mestu. 2. Štart iz štartnega položaja na znak. 3. Tek čez ovire.		
<b>SKLEPNI DEL</b>		<b>Trajanje: 5 min</b>	
Vadeči se uležejo na hrbet. Sledi sproščanje ob glasbi.			

S slike 5 je razviden potek ure atletike. Ura je razdeljena na tri metodične enote oziroma sklope (štart na mestu, štart na znak in tek čez ovire). Na začetku se izvaja štart na mestu, nato štart iz štartnega položaja na znak in na koncu tek čez ovire.

### 3.7.7 Učna priprava

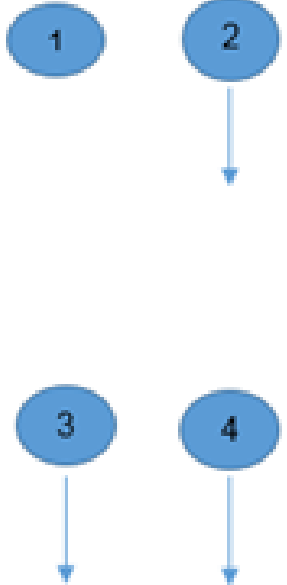
--

Šola:	OŠPP Muta	Prostor:	Športna dvorana
Starostna skupina:	12 – 15 let	Datum:	23. marec
Število vadečih:	9	Zaporedna številka ure:	7
Spol:	Fantje in dekleta		

Vsebina vadbene ure: Atletika
Stopnja učnega procesa: PNV, UTR

<b>Cilji:</b>	Spoznavni cilji (povezani s praktičnimi vsebinami)
	Ponoviti sonožni odziv, naučiti se odziva, leta in doskoka
	Spoznavni cilji (povezani s teoretičnimi vsebinami)
	Spoznavati pravila pri skoku v daljino
	Razvoj telesnih značilnosti in gibalnih sposobnosti
	Razvijati odzivno moč nog, razvijati koordinacijo
	krepiti mišice celega telesa
	Motivacijski/socialni cilji
	Pomagati sošolcu, izboljšati svoj prejšnji rezultat
	<b>Metodične enote:</b> začetni položaj, skok v daljino z mesta (imitiranje), skok v daljino z mesta iz višjega položaja,
	skok v daljino z mesta na blazini, skok v daljino z mesta na preprogi
	<b>Prevladujoče učne oblike:</b> frontalna vadba
	<b>Prevladujoče učne metode:</b> razlaga in prikaz
	<b>Orodja in športni pripomočki:</b> blazine, preproga, švedska skrinja
	<b>Pomagala:</b> piščalka
	<b>Učila:</b>

<b>PRIPRAVLJALNI DEL</b>	<b>Trajanje: 15 min</b>
Uvod: Pozdrav vadečih, preverjanje športne opreme in pogovor o prihajajoči uri.	
Splošno ogrevanje:  Eden izmed vadečih ima mehko žogo, s katero poskuša zadeti ostale bežeče »zajčke«. Vsak, ki ga lovec ulovi, mora narediti en počep, nato pa lahko nadaljuje s tekom. Učitelj nato določi drugega lovca.	Specialno ogrevanje:  Vsak učenec poskuša pokazati eno vajo: - kroženje z glavo 10 x, - kroženje z rokami naprej – nazaj 10 x, - kroženje z boki 10 x, - kroženje s kolene 10 x, - kroženje z gležnji in zapestji hkrati 10 x, - 10 počepov, - 10 sonožnih skokov.

<b>GLAVNI DEL</b>		<b>Trajanje: 25 min</b>	
<b>Vsebinska priprava:</b>			
Skoki so sestavni del odraščanja otrok. Otroci že sami radi skačejo, zato je dobro, če jim to še dodatno omogočimo. Skok v daljino je atletska disciplina, ki sodi med naravna gibanja. Ni preveč zapleten, saj niso potrebna dodatna znanja in se ga otrok lahko hitro nauči. Na skok v daljino najbolj vplivajo vzletna in odzivna hitrost ter višina težišča telesa pri odzivu. Skok v daljino obstaja že dolgo, saj so ga poznali že stari Grki, ki so ga vključili v svoja tekmovanja. Tudi sedaj je skok v daljino olimpijska disciplina, gre za skok v daljino iz zaleta.			
<b>Metodična priprava:</b>		<b>Količinska in organizacijska priprava:</b>	
Zaporedje didaktičnih korakov:		Količina:	Organizacija:
Dejavnosti učitelja:	Dejavnosti učencev:	1. 3 min 2. 6 min 3. 6 min 4. 10 min	 <p>Slika 6. Organizacija vadbe atletike (skok v daljino).</p>
Prikaz in razlaga vaj/nalog.	Poslušajo in upoštevajo navodila učitelja.		
Pomoč vadečim.	Sodelujejo pri vadbenem procesu.		
Nadzor nad vadečimi.	1. Imitiranje skoka v daljino z mesta. 2. Skok v daljino z mesta iz višjega položaja. 3. Skok v daljino z mesta na blazini. 4. Skok v daljino z mesta na preprogi.		

**SKLEPNI DEL**

**Trajanje: 5 min**

Vadeči se uležijo na hrbet in ob sproščujoči glasbi stresajo noge in roke. Pogovor o uri in o pravih glede skoka v daljino z mesta.

Na sliki 6 vidimo organizacijo vadbe atletike, in sicer skoka v daljino. Vadba je razdeljena na 4 sklope. Sklopi se izvajajo od številke 1 do 4.

### 3.7.8 Učna priprava

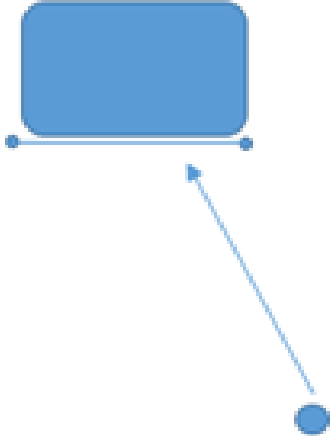
--

Šola:	OŠPP Muta	Prostor:	Športna dvorana
Starostna skupina:	12 – 15 let	Datum:	30. marec
Število vadečih:	9	Zaporedna številka ure:	8
Spol:	Fantje in dekleta		

Vsebina vadbene ure: Atletika
Stopnja učnega procesa: PNV, UTR

<b>Cilji:</b>	Spoznavni cilji (povezani s praktičnimi vsebinami)
	Naučiti se izmere zaleta za skok v višino, naučiti se odriava pri skoku v višino, naučiti se faz leta pri skoku v višino
	Spoznavni cilji (povezani s teoretičnimi vsebinami)
	Naučiti se pravila pri skoku v višino
	Razvoj telesnih značilnosti in gibalnih sposobnosti
	Razvijati koordinacijo, razvijati odzivno moč, razvijati moč celega telesa
	Motivacijski/socialni cilji
	Izboljšati samozavest, pomagati sošolcu, izboljšati svoj prejšnji dosežek
	<b>Metodične enote:</b> izmera zaleta, imitacija zaleta in odriava, skok v višino z mesta, skok v višino iz teka, skok v višino iz teka čez vrvico
	<b>Prevladujoče učne oblike:</b> frontalna vadba, individualno delo
	<b>Prevladujoče učne metode:</b> razlaga in prikaz
	<b>Orodja in športni pripomočki:</b> mehke blazine, vrvica, stojala
	<b>Pomagala:</b> tablični računalnik

<b>PRIPRAVLJALNI DEL</b>	<b>Trajanje: 15 min</b>
Uvod: Pozdrav vadečih, preverjanje športne opreme in pogovor o prihajajoči uri.	
Splošno ogrevanje:  Vadeči tečejo po prostoru, ko se vklopi glasba po navodilih učitelja delajo različne vaje, npr.: skiping, skoki, hoja po prstih, po petah, po kolenih, kroženje z rokami v hoji, mačka lovi miško (prisunski koraki) ... Ko se glasba ustavi, se tudi učenci ustavijo in začnejo znova ko se glasba spet začne.	Specialno ogrevanje:  - kroženje z glavo 10 x, - kroženje z rokami naprej – nazaj 10 x, - kroženje z boki 10 x, - kroženje s koleni 10 x, - kroženje z gležnji in zapestji hkrati 10 x, - 10 počepov, - 10 sonožnih skokov.

<b>GLAVNI DEL</b>		<b>Trajanje: 25 min</b>	
<b>Vsebinska priprava:</b>			
<p>Skok v višino je zelo atraktivna atletska disciplina. Za skok v višino si morajo tekmovalci točno določiti in izmeriti dolžino zaleta in odskočno mesto. Pri skoku v višino poznamo dve tehniki: prekoračna tehnika in tehnika flop. Pri slednji tehniki pristaneš na zgornjem delu hrbta, pri prekoračni tehniki pa pristaneš na nogah. Zalet za obe tehniki je pod kotom 45°. Odriv pri skoku v višino ne sme biti sonožen, zadnji korak mora biti izredno hiter in krajši od ostalih. Skakalec oziroma tekmovalec mora pri skoku v višino preskočiti letvico, ki je na stojalih. Lahko se je dotakne, ampak letvica ne sme pasti s stojal. Pri tej uri se bo uporabljala prekoračna tehnika.</p>			
<b>Metodična priprava:</b>		<b>Količinska in organizacijska priprava:</b>	
Zaporedje didaktičnih korakov:		Količina:	Organizacija:
Dejavnosti učitelja:	Dejavnosti učencev:	1. 3 min 2. 2 min 3. 3 min 4. 7 min 5. 10 min	 <p><i>Slika 7. Organizacija vadbe atletike (skok v višino).</i></p>
Prikaz in razlaga vaj/nalog.	Poslušajo in upoštevajo navodila učitelja.		
Pomoč vadečim.	Sodelujejo pri vadbenem procesu.		
Nadzor nad vadečimi.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Izmera zaleta.</li> <li>2. Imitacija zaleta in odriva.</li> <li>3. Skok v višino z mesta.</li> <li>4. Skok v višino iz teka.</li> <li>5. Skok v višino iz teka čez vrvico.</li> </ol>		

<b>SKLEPNI DEL</b>		<b>Trajanje: 5 min</b>	
<p>Na koncu ure se vadeči usedejo v krog in si podajajo majhno žogo z nogami tako, da jo porinejo s podplatom do drugega vadečega. Podajanje mora biti nežno in rahlo, da se ob podaji mišice nog sproščajo. Nato sledi še pogovor o uri.</p>			

Iz slike 7 je razviden potek in položaj postavitve pripomočkov za izvajanje skoka v višino. Vadeči si izmerijo zalet in si točko začetka tudi označijo.

### 3.7.9 Učna priprava

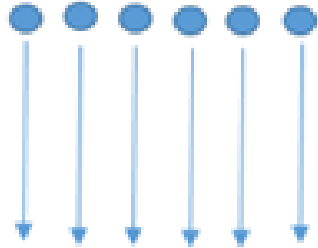
--

Šola:	OŠPP Muta	Prostor:	Šolsko igrišče
Starostna skupina:	12 – 15 let	Datum:	6. april
Število vadečih:	9	Zaporedna številka ure:	9
Spol:	Fantje in dekleta		

Vsebina vadbene ure: Atletika
Stopnja učnega procesa: PNV, UTR

<b>Cilji:</b>	Spoznavni cilji (povezani s praktičnimi vsebinami)
	Naučiti se pravilne drže žogice v roki, naučiti se pravilnega začetnega položaja, naučiti se pravilnega meta žogice
	Spoznavni cilji (povezani s teoretičnimi vsebinami)
	Naučiti se osnovnih pravil pri metu žogice
	Razvoj telesnih značilnosti in gibalnih sposobnosti
	Razvijati mišice rok, razvijati koordinacijo, razvijati natančnost pri usmerjanju meta
	Motivacijski/socialni cilji
	Pomagati sošolcu, izboljšati svoj prejšnji dosežek, naučiti se sprejemati uspehe in poraze
	<b>Metodične enote:</b> začetni položaj pri metu žogice, imitacija meta žogice, metanje različnih pripomočkov, met žogice z mesta
	<b>Prevladujoče učne oblike:</b> frontalna vadba
	<b>Prevladujoče učne metode:</b> razlaga in prikaz
	<b>Orodja in športni pripomočki:</b> žogice, majhne plišaste igrače
	<b>Pomagala:</b> piščalka
	<b>Učila:</b>

<b>PRIPRAVLJALNI DEL</b>	<b>Trajanje: 15 min</b>
Uvod: Pozdrav vadečih, preverjanje športne opreme in pogovor o prihajajoči uri.	
Splošno ogrevanje:  Izvajanje igre »avioni, potres, poplava in atomi«. Učenci prosto tečejo po prostoru, na učiteljevo znamenje in besedo pa naredijo dogovorjeno nalogo. Če učitelj reče avioni, vadeči skočijo visoko v zrak, če reče potres, se postavijo s hrbtom ob steno, če reče poplava, vsi stečejo v nogometni gol, in če reče atomi in zraven število npr. tri, se po trije vadeči primejo za roke. Kdor je pri nalogi zadnji, mora pokazati eno nalogo za specialno ogrevanje.	Specialno ogrevanje:  Učenci med igro kažejo naloge za specialno ogrevanje. Vsak učenec pokaže eno izmed nalog, kot so: kroženje z rokami, kroženje z boki,...

<b>GLAVNI DEL</b>		<b>Trajanje: 25 min</b>	
<b>Vsebinska priprava:</b>			
Tehniko meta žogice delimo na štiri faze: zalet, položaj za izmet, izmet, zaustavljanje in ohranjanje ravnotežja. Žogico držimo na blazinicah prstov, palec in mezinec sta ob strani, preostali trije prsti pa objamejo žogico od zadaj. Met začnemo z uvodnimi tekalnimi koraki, ki jim sledijo metalni koraki: korak, križni korak in položaj za izmet. Roka z žogico je v višini glave. Pri uri bomo uporabljali met žogice z mesta, kjer poteka met tako: z zamahom zasučemo telo in stopimo z nogo, ki je zadaj, naprej brez prenosa teže. Takrat sledi izmet žogice z iztegnitvijo prstov.			
<b>Metodična priprava:</b>		<b>Količinska in organizacijska priprava:</b>	
Zaporedje didaktičnih korakov:		Količina:	Organizacija:
Dejavnosti učitelja:	Dejavnosti učencev:	1. 2 min 2. 3 min 3. 8 min 4. 12 min	 <p>Slika 8. Organizacija vadbe atletike (met žogice).</p>
Prikaz in razlaga vaj/nalog.	Poslušajo in upoštevajo navodila učitelja.		
Pomoč vadečim.	Sodelujejo pri vadbenem procesu.		
Nadzor nad vadečimi.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Začetni položaj pri metu žogice.</li> <li>2. Imitacija meta žogice.</li> <li>3. Metanje različnih pripomočkov.</li> <li>4. Met žogice z mesta.</li> </ol>		
<b>SKLEPNI DEL</b>		<b>Trajanje: 5 min</b>	
Učenci se ob glasbi usedejo v krog na tla in si podajajo žogico z rokami, tako da si najprej podajajo žogico po tleh in nato mečejo. Sledi še pogovor o uri.			

Na sliki 8 je prikazana učna oblika meta žogice (postavitev učencev in smer meta). Postavitev in smer meta je enaka kot na sliki pri vseh štirih metodičnih enotah (začetni položaj pri metu žogice, imitacija meta žogice, metanje različnih pripomočkov in met žogice z mesta).

### 3.7.10 Učna priprava

--

Šola:	OŠPP Muta	Prostor:	Športna dvorana
Starostna skupina:	12 – 15 let	Datum:	13. april
Število vadečih:	9	Zaporedna številka ure:	10
Spol:	Fantje in dekleta		

Vsebina vadbene ure: Atletika
Stopnja učnega procesa: UTR

<b>Cilji:</b>	Spoznavni cilji (povezani s praktičnimi vsebinami)
	Utrditi tek čez ovire, utrditi skok v daljino, utrditi met žogice, utrditi skok v višino
	Spoznavni cilji (povezani s teoretičnimi vsebinami)
	Utrditi osnovna pravila vseh disciplin
	Razvoj telesnih značilnosti in gibalnih sposobnosti
	Razvijati moč celega telesa, razvijati koordinacijo, razvijati telesno vzdržljivost
	Motivacijski/socialni cilji
	Izboljšati svoj osebni dosežek, sprejema zmage in poraze, osvojiti čim boljše mesto in pri tem pošteno sodelovati
	<b>Metodične enote:</b> tek čez ovire, skok v višino, skok v daljino, met žogice
	<b>Prevladujoče učne oblike:</b> frontalna vadba
	<b>Prevladujoče učne metode:</b> razlaga in prikaz
	<b>Orodja in športni pripomočki:</b> blazine, stojala, žogice, ovire
	<b>Pomagala:</b> tekmovalni kartonček, piščalka, štoparica, meter
	<b>Učila:</b>

<b>PRIPRAVLJALNI DEL</b>	<b>Trajanje: 15 min</b>
Uvod: Pozdrav vadečih, preverjanje športne opreme in pogovor o prihajajoči uri.	
Splošno ogrevanje:  Izvajanje igre »ribič lovi ribe«. Dva vadeča se primeta za roke in gresta na eno stran dvorane, ostali so na nasprotni strani. Na znak stečeta ribiča na eno stran in ribe na drugo stran. Če se ribiča, ribe samo dotakneta, je riba ujeta in se pridruži ribičema. Tečejo lahko le naravnost in levo, medtem ko desno in nazaj ne smejo teči. Tako nadaljujejo dokler niso vse ribe ujete.	Specialno ogrevanje:  - kroženje z glavo 10 x, - kroženje z rokami naprej – nazaj 10 x, - kroženje z boki 10 x, - kroženje s koleno 10 x, - kroženje z gležnji in zapestji hkrati 10 x, - 10 počepov, - 10 sonožnih skokov.

<b>GLAVNI DEL</b>		<b>Trajanje: 25 min</b>	
<b>Vsebinska priprava:</b>			
Tekmovanje v štirih disciplinah – četverboj. Vadeči bodo tekmovali v skoku v višino, skoku v daljino, teku čez ovire in metu žogice. Vsak izmed učencev bo imel tekmovalni kartonček, na katerega mu bo učitelj napisal rezultat, dosežen pri določeni disciplini. Na koncu se bodo točke seštele. Na koncu ure bo vsak izmed vadečih dobil diplomu o sodelovanju na tekmovanju.			
<b>Metodična priprava:</b>		<b>Količinska in organizacijska priprava:</b>	
Zaporedje didaktičnih korakov:		Količina:	Organizacija:
Dejavnosti učitelja:	Dejavnosti učencev:	1. Vsak vadeči ima 1 poskusa.	<p>Slika 9. Organizacija tekmovanja po postajah.</p>
Prikaz in razlaga vaj/nalog.	Poslušajo in upoštevajo navodila učitelja.	2. Vsak vadeči ima 2 poskusa.	
Pomoč vadečim.	Sodelujejo pri vadbenem procesu.	3. Vsak vadeči ima 2 poskusa.	
Nadzor nad vadečimi.	Sodelujejo na tekmovanju	4. Vsak vadeči ima 2 poskusa.	
Meritev rezultatov	1. Tek čez ovire.		
Seštevanje točk	2. Skok v daljino.		
Podelitev diplom	3. Skok v višino. 4. Met žogice.		

<b>SKLEPNI DEL</b>		<b>Trajanje: 5 min</b>	
Pogovor o rezultatih in podelitev diplom. Učence učimo, da je najpomembnejše sodelovanje, športno obnašanje, pomoč sotekmovalcem in ne zmaga.			

Na sliki 9 je razvidna struktura tekmovanja, ki je sestavljeno iz različnih postaj. Vidimo postavitve pripomočkov in smer izvajanja različnih metodičnih enot. Tekmovanje poteka na vsaki postaji posebej.

### 3.7.11 Učna priprava



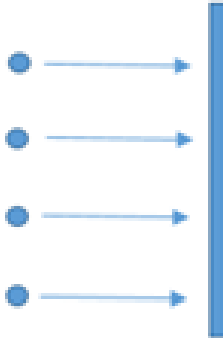
--

Šola:	OŠPP Muta	Prostor:	Športna dvorana
Starostna skupina:	12 – 15 let	Datum:	20. april
Število vadečih:	9	Zaporedna številka ure:	11
Spol:	Fantje in dekleta		

Vsebina vadbene ure: Badminton
Stopnja učnega procesa: PNV, UTR

<b>Cilji:</b>	Spoznavni cilji (povezani s praktičnimi vsebinami)
	Utrjevati pravilen prijem loparja, naučiti se odbijanja lahkih žog v zrak, naučiti se rokovati z loparjem in žogicami
	Spoznavni cilji (povezani s teoretičnimi vsebinami)
	Naučiti se osnovnih pravil pri badmintonu, naučiti se imen različnih pripomočkov
	Razvoj telesnih značilnosti in gibalnih sposobnosti
	Razvijati koordinacijo celega telesa, razvijati moč rok, razvijati orientacijo v prostoru
	Motivacijski/socialni cilji
	Doseči čim več odbojev, pomagati sošolcu
	<b>Metodične enote:</b> pravilna drža loparja, prenašanje pripomočkov s pomočjo loparja (štafetna igra), vodenje žogic po črtah v dvorani s pomočjo loparja, odbijanje različnih žog in balonov v zrak na različne načine, odbijanje žoge v steno
	<b>Prevladujoče učne oblike:</b> frontalna vadba
	<b>Prevladujoče učne metode:</b> razlaga in prikaz
	<b>Orodja in športni pripomočki:</b> baloni, mehke žogice, loparji
	<b>Pomagala:</b> piščalka, radio
	<b>Učila:</b>

<b>PRIPRAVLJALNI DEL</b>	<b>Trajanje: 15 min</b>
Uvod: Pozdrav vadečih, preverjanje športne opreme in pogovor o prihajajoči uri.	
Splošno ogrevanje:  Ko se začne glasba, vadeči tečejo po prostoru. Če se glasba ustavi, se ustavijo tudi vadeči in okamenijo kot kamni. Ko se glasba spet začne, lahko začnejo vadeči spet teči. Ko glasba utihne, lahko učitelj izbira različne položaje (počep, drža v mostu z rokami spredaj, stoja na eni nogi ...). In ko se glasba spet začne, lahko vadeči spet tečejo.	Specialno ogrevanje:  - kroženje z glavo 10 x, - kroženje z rokami naprej – nazaj 10 x, - kroženje z boki 10 x, - kroženje s kolena 10 x, - kroženje z gležnji in zapestji hkrati 10 x, - 10 počepov, - 10 sonožnih skokov.

<b>GLAVNI DEL</b>		<b>Trajanje: 25 min</b>	
<b>Vsebinska priprava:</b>			
Badminton je od leta 1992 olimpijska disciplina. Badminton je igra z loparji in pernato žogico. Igralec poskuša udariti žogico in jo s tem poslati čez mrežo v omejeno polje nasprotnika. Mreža je visoka 1,55 metra. Pri badmintonu so pomembni hitri refleksi, eksplozivno gibanje in tudi vzdržljivost. Badmintonska žogica dosega velike hitrosti, lahko tudi prek 150 km/h. Badmintonska žogica ima v začetni fazi leta zelo visoko hitrost. Badminton se lahko igra tudi v paru oziroma v dvojicah. Ta šport je za otroke s prilagojenim programom zelo zanimiv šport in ga imajo zelo radi.			
<b>Metodična priprava:</b>		<b>Količinska in organizacijska priprava:</b>	
Zaporedje didaktičnih korakov:		Količina:	Organizacija:
Dejavnosti učitelja:	Dejavnosti učencev:	1. 1 min	<p>2.</p>  <p>3. 4 min</p>  <p>5.</p>  <p>Slika 10. Organizacija vadbe badmintona (2. in 5. metodična enota).</p>
Prikaz in razlaga vaj/nalog.	Poslušajo in upoštevajo navodila učitelja.	2. 6 min (oz. vsak vadeči prenaša enkrat)	
Pomoč vadečim.	Sodelujejo pri vadbenem procesu.	4. 8 min	
Nadzor nad vadečimi.		5. 5 min	
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pravilen prijem loparja.</li> <li>2. Prenašanje pripomočkov s pomočjo loparja (štafetna igra).</li> <li>3. Vodenje žogic po črtah v dvorani.</li> <li>4. Odbijanje različnih žogic in balonov v zrak po prostoru.</li> <li>5. Odbijanje žogic v steno.</li> </ol>		

<b>SKLEPNI DEL</b>		<b>Trajanje: 5 min</b>	
Vadeči se usedejo na tla, v rokah pa držijo lopar. Njihova naloga je, da poskušajo čim dlje obdržati žogico na loparju. Če jim to dobro uspeva, lahko poskušajo vstati in se spet usesti, ampak brez padca žogice z loparja.			

Slika 10 prikazuje 2. in 5. metodično enoto pri organizaciji vadbe badmintona. Prikazuje postavitev vadečih, smer nošnje žogice in smer udarjanja žogice.

### 3.7.12 Učna priprava

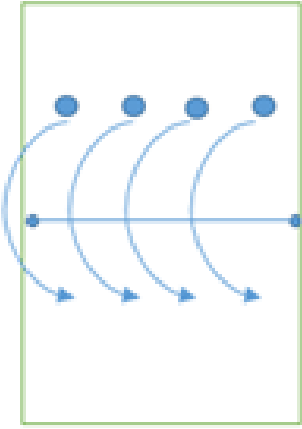
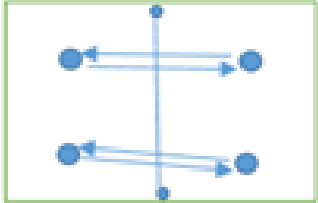
--

Šola:	OŠPP Muta	Prostor:	Športna dvorana
Starostna skupina:	12 - 15 let	Datum:	27. april
Število vadečih:	9	Zaporedna številka ure:	12
Spol:	Fantje in dekleta		

Vsebina vadbene ure: Badminton
Stopnja učnega procesa: PNV, UTR

<b>Cilji:</b>	Spoznavni cilji (povezani s praktičnimi vsebinami)
	Naučiti se spodnjega odboja, naučiti se servisa iznad glave, naučiti se podajanja v parih
	Spoznavni cilji (povezani s teoretičnimi vsebinami)
	Naučiti se osnovnih pravil badmintona
	Razvoj telesnih značilnosti in gibalnih sposobnosti
	Razvijati koordinacijo celega telesa, razvijati eksplozivnost nog in rok, razvijati hitre reakcije, razvijati preciznost
	Motivacijski/socialni cilji
	Dobro sodelovanje s partnerjem, pomagati sošolcem
<b>Metodične enote:</b>	spodnji odboj čez mrežo, servis iznad glave čez mrežo v polje, podajanje v paru čez mrežo
<b>Prevladujoče učne oblike:</b>	frontalna vadba, vadba v parih
<b>Prevladujoče učne metode:</b>	razlaga in prikaz
<b>Orodja in športni pripomočki:</b>	stojala za mreže, mreže, loparji, žogice
<b>Pomagala:</b>	piščalka, radio
<b>Učila:</b>	

<b>PRIPRAVLJALNI DEL</b>	<b>Trajanje: 15 min</b>
Uvod: Pozdrav vadečih in pogovor o prihajajoči uri.	
Splošno ogrevanje:  Vadeči bodo potiskali žogice po črtah v dvorani, dokler poteka glasba. Ko glasba utihne, morajo žogico pobrati s tal in jo začeti odbijati v zrak na mestu. Ko glasba spet začne igrati, dajo žogice na tla in jih v teku spet potiskajo po črtah v dvorani.	Specialno ogrevanje:  - kroženje z glavo 10 x, - kroženje z rokami naprej – nazaj 10 x, - kroženje z boki 10 x, - kroženje s koleni 10 x, - kroženje z gležnji in zapestji hkrati 10 x, - 10 počepov, - 10 sonožnih skokov.

<b>GLAVNI DEL</b>		<b>Trajanje: 25 min</b>	
<b>Vsebinska priprava:</b>			
Badminton je od leta 1992 olimpijska disciplina. Badminton je igra z loparji in pernatu žogico. Igralec poskuša udariti žogico čez mrežo v omejeno polje nasprotnika. Mreža je visoka 1,55 metra. Pri badmintonu so pomembni hitri refleksi, eksplozivno gibanje in tudi vzdržljivost. Badmintonska žogica dosega velike hitrosti, lahko tudi prek 150 km/h. Badmintonska žogica ima v začetni fazi leta zelo visoko hitrost. Badminton se lahko igra tudi v paru oziroma v dvojicah. Ta šport je za otroke s prilagojenim programom zelo zanimiv šport in ga imajo zelo radi.			
<b>Metodična priprava:</b>		<b>Količinska in organizacijska priprava:</b>	
Zaporedje didaktičnih korakov:		Količina:	Organizacija:
Dejavnosti učitelja:	Dejavnosti učencev:	1. 4 min 2. 4 min 3. 4 min 4. 4 min 5. 9 min	1.,2.,3.,4.  5. 
Prikaz in razlaga vaj/nalog.	Poslušajo in upoštevajo navodila učitelja.		
Pomoč vadečim.	Sodelujejo pri vadbenem procesu.		
Nadzor nad vadečimi.	1. Spodnji odboj čez mrežo (2 m od mreže). 2. Spodnji odboj čez mrežo (4 m od mreže). 3. Servis iznad glave čez mrežo (2 m od mreže). 4. Servis iznad glave čez mrežo (4 m od mreže). 5. Podajanje v parih čez mrežo.		<i>Slika 11. Organizacija vadbe badmintona.</i>

<b>SKLEPNI DEL</b>		<b>Trajanje: 5 min</b>	
Učenci se uležijo na tla, zaprejo oči, pokrčijo noge, roke dvignejo v zrak jih stresajo in med tem poslušajo tiho glasbo. Sledi pogovor o uri.			

Na sliki 11 vidimo potek vadbene ure badmintona. Prikazuje nam, kako učenci izvajajo spodnji odboj, servis in podajanje v parih čez mrežo. Potek prvih štirih metodičnih enot je prikazan na sliki kot prvi, peta metodična enota pa je prikazana kot druga na sliki.

### 3.7.13 Učna priprava

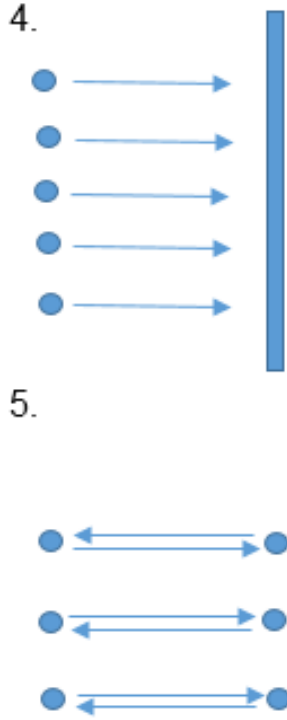
--

Šola:	OŠPP Muta	Prostor:	Športna dvorana
Starostna skupina:	12 – 15 let	Datum:	4. maj
Število vadečih:	9	Zaporedna številka ure:	13
Spol:	Fantje in dekleta		

Vsebina vadbene ure: Tenis
Stopnja učnega procesa: PNV, UTR

<b>Cilji:</b>	Spoznavni cilji (povezani s praktičnimi vsebinami)
	Utrditi pravilen prijem loparja, naučiti se odboja žogice v zrak (v različnih položajih), naučiti se odboja žogice v steno, naučiti podajanje žogice v parih
	Spoznavni cilji (povezani s teoretičnimi vsebinami)
	Naučiti osnovna pravila tenisa, naučiti osnovne izraze v tenisu
	Razvoj telesnih značilnosti in gibalnih sposobnosti
	Razvijati koordinacijo celega telesa, razvijati moč rok, razvijati orientacije v prostoru, razvijati preciznost
	Motivacijski/socialni cilji
	Pomagati sošolcem, doseči čim več odbojev, dobro sodelovati s partnerjem
	<b>Metodične enote:</b> pravilen prijem loparja, odboj žogice v zrak na različne načine (stoje, sede ...), odbijati žogico v zrak v hoji/teku, odbijanje žogice v steno, podajanje žogice v paru
	<b>Prevladujoče učne oblike:</b> frontalna vadba, vadba v parih
	<b>Prevladujoče učne metode:</b> razlaga in prikaz
	<b>Orodja in športni pripomočki:</b> žogice, loparji
	<b>Pomagala:</b> piščalka, radio
	<b>Učila:</b>

<b>PRIPRAVLJALNI DEL</b>	<b>Trajanje: 15 min</b>
Uvod: Pozdrav vadečih, preverjanje športne opreme in pogovor o prihajajoči uri.	
Splošno ogrevanje:  Vadeči bodo potiskali žogice po črtah dvorane, dokler poteka glasba. Ko glasba utihne, morajo žogico pobrati s tal in jo začeti odbijati v zrak na mestu. Ko glasba spet začne igrati, dajo žogice na tla in jih v teku spet potiskajo po črtah dvorane.	Specialno ogrevanje:  - kroženje z glavo 10 x, - kroženje z rokami naprej – nazaj 10 x, - kroženje z boki 10 x, - kroženje s koleno 10 x, - kroženje z gležnji in zapestji hkrati 10 x, - 10 počepov, - 10 sonožnih skokov.

<b>GLAVNI DEL</b>		<b>Trajanje: 25 min</b>	
<b>Vsebinska priprava:</b>			
<p>Tenis je olimpijska disciplina. Izhaja iz 19. stoletja. Je šport, pri katerem se uporabljajo loparji in žogice. Lahko se igra kot igra posameznikov ali kot igra dvojic. Nasprotnika morata udarjati žogico čez mrežo v polje, omejeno s črtami. Žoga se lahko na nasprotnikovi strani odbije samo enkrat. Tenis se lahko igra na več različnih podlagah, kot so: trava, umetna masa, pesek. Tako kot pri badmintonu so tudi pri tenisu pomembni hitri refleksi, eksplozivno gibanje in vzdržljivost. Hitrost žogice pri servisu dosega tudi do 250 km/h.</p>			
<b>Metodična priprava:</b>		<b>Količinska in organizacijska priprava:</b>	
Zaporedje didaktičnih korakov:		Količina:	Organizacija:
Dejavnosti učitelja:	Dejavnosti učencev:	1. 1 min 2. 4 min 3. 4 min 4. 6 min 5. 10 min	 <p>4.</p> <p>5.</p>
<p>Prikaz in razlaga vaj/nalog.</p> <p>Pomoč vadečim.</p> <p>Nadzor nad vadečimi.</p>	<p>Poslušajo in upoštevajo navodila učitelja.</p> <p>Sodelujejo pri vadbenem procesu.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pravilen prijem loparja.</li> <li>2. Odboj žogice v zrak (sede, stoje ...).</li> <li>3. Odboj žogice v zrak (hoja, tek).</li> <li>4. Odboj žogice v steno.</li> <li>5. Podajanje v parih.</li> </ol>		
<p><i>Slika 12. Organizacija vadbe tenisa (4. in 5. metodična enota).</i></p>			

<b>SKLEPNI DEL</b>		<b>Trajanje: 5 min</b>	
<p>Vadeči imajo žogico na loparju in sedijo na tleh. Na znak učitelja poskušajo vstati in vsaj malo skočiti brez padca žogice na tla. Tisti, ki jim to uspe, se lahko poskuša usesti brez, da bi mu žogica padla na tla. Pogovor o uri.</p>			

Na sliki 12 sta razvidni 4. in 5. metodična enota vadbene ure tenisa. Pri 4. metodični enoti vadeči odbijajo žogico v steno, pri 5. metodični enoti pa si žogico podajajo v parih.

### 3.7.14 Učna priprava

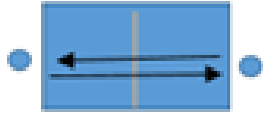
--

Šola:	OŠPP Muta	Prostor:	Športna dvorana
Starostna skupina:	12 – 15 let	Datum:	11. maj
Število vadečih:	9	Zaporedna številka ure:	14
Spol:	Fantje in dekleta		

Vsebina vadbene ure: Namizni tenis
Stopnja učnega procesa: PNV, UTR

<b>Cilji:</b>	Spoznavni cilji (povezani s praktičnimi vsebinami)
	Utrditi pravilen prijem loparja, utrditi odboj žogice v zrak, naučiti se servisa, naučiti se podajanje v paru
	Spoznavni cilji (povezani s teoretičnimi vsebinami)
	Naučiti se osnovnih pravila namiznega tenisa, naučiti se osnovnih izrazov v namiznem tenisu
	Razvoj telesnih značilnosti in gibalnih sposobnosti
	Razvijati orientacijo z loparjem, razvijati koordinacijo celega telesa, razvijati natančnost in preciznost
	Motivacijski/socialni cilji
	Pomagati sošolcem, dobro sodelovati s partnerjem
	<b>Metodične enote:</b> pravilen prijem loparja, odboj žogice v zrak, servis, podajanje v paru na namiznoteniški mizi brez mreže in z mrežo
	<b>Prevladujoče učne oblike:</b> frontalna vadba, vadba v parih
	<b>Prevladujoče učne metode:</b> razlaga in prikaz
	<b>Orodja in športni pripomočki:</b> namiznoteniška miza, loparji, žogice
	<b>Pomagala:</b> piščalka
	<b>Učila:</b>

<b>PRIPRAVLJALNI DEL</b>	<b>Trajanje: 15 min</b>
Uvod: Pozdrav vadečih, preverjanje športne opreme in pogovor o prihajajoči uri.	
Splošno ogrevanje:  Igra »repki« ali »Tom in Jerry«. Eden izmed vadečih je lovec oziroma Tom, ostali so bežeči oziroma Jerryji. Vsi bežeči si zadaj za hlače oziroma kratke hlače zataknejo trakce iz blaga (tako, da izgleda kot repek). Lovec ima določen čas, ki ga meri učitelj, da ulovi čim več repkov. Bežeči oziroma Jerryji ne smejo braniti repkov z rokami. Ko je bežeči oziroma Jerry ujet, se umakne iz polja, kateri je določen za lovljenje.	Specialno ogrevanje:  - kroženje z glavo 10 x, - kroženje z rokami naprej – nazaj 10 x, - kroženje z boki 10 x, - kroženje s koleni 10 x, - kroženje z gležnji in zapestji hkrati 10 x, - 10 počepov, - 10 sonožnih skokov.

<b>GLAVNI DEL</b>		<b>Trajanje: 25 min</b>	
<b>Vsebinska priprava:</b>			
Namizni tenis je že od leta 1988 olimpijska disciplina. Najbolj razvit je na Kitajskem. Pri namiznem tenisu se uporabljajo loparji, žogica iz celuloida in seveda namiznoteniška miza z mrežo. Igralca igrata namizni tenis na 274 cm dolgi mizi, kjer se lahko žogica na strani igralca odbije samo enkrat, nato jo mora vrniti nasprotniku. Je tudi zelo zahtevna igra, saj so pomembni hitri refleksi in hitri gibi.			
<b>Metodična priprava:</b>		<b>Količinska in organizacijska priprava:</b>	
Zaporedje didaktičnih korakov:		Količina:	Organizacija:
Dejavnosti učitelja:	Dejavnosti učencev:	1. 1 min 2. 4 min 3. 8 min 4. 12 min	3., 4.  Slika 13. Organizacija vadbe namiznega tenisa.
Prikaz in razlaga vaj/nalog.	Poslušajo in upoštevajo navodila učitelja.		
Pomoč vadečim.	Sodelujejo pri vadbenem procesu.		
Nadzor nad vadečimi.	1. Pravilen prijem loparja. 2. Odboj žogice v zrak. 3. Servis. 4. Podajanje v paru (brez mreže in na koncu z mrežo).		

<b>SKLEPNI DEL</b>		<b>Trajanje: 5 min</b>	
Vadeči imajo žogico na loparju in sedijo na tleh. Na znak učitelja poskušajo vstati in vsaj malo skočiti brez padca žogice na tla. Tisti, ki mu to uspe, se lahko poskuša usesti brez, da bi mu žogica padla na tla. Pogovor o uri.			

Slika 13 prikazuje vadbene uro namiznega tenisa. Vidimo lahko 3. in 4. metodično enoto, pri katerima je že vključena namiznoteniška miza.

### 3.7.15 Učna priprava

--

Šola:	OŠPP Muta	Prostor:	Športna dvorana
Starostna skupina:	12 – 15 let	Datum:	18. maj
Število vadečih:	9	Zaporedna številka ure:	15
Spol:	Fantje in dekleta		

Vsebina vadbene ure: Hokej
Stopnja učnega procesa: PNV, UTR

<b>Cilji:</b>	Spoznavni cilji (povezani s praktičnimi vsebinami)
	Utrditi pravilen prijem palice, utrditi vodenje žogic po prostoru (brez ovir in z ovirami),
	utrditi podajanje v paru, naučiti se streljati na gol, igrati hokej
	Spoznavni cilji (povezani s teoretičnimi vsebinami)
	Naučiti se osnovnih pravil hokeja, naučiti se osnovnih izrazov pri hokeju
	Razvoj telesnih značilnosti in gibalnih sposobnosti
	Razvijati koordinacijo celega telesa, razvijati natančnost in preciznost,
	razvijati vzdržljivost
	Motivacijski/socialni cilji
	Pomagati sošolcem, dobro sodelovati z ostalimi vadečimi
	<b>Metodične enote:</b> pravilen prijem palice, vodenje žoge po prostoru (brez ovir in z ovirami), podajanje v paru, streljanje na gol, igra
	<b>Prevladujoče učne oblike:</b> frontalna vadba
	<b>Prevladujoče učne metode:</b> razlaga in prikaz
	<b>Orodja in športni pripomočki:</b> palice, žoge, plošček, majhni goli, stožci
	<b>Pomagala:</b> piščalka, radio
	<b>Učila:</b>

<b>PRIPRAVLJALNI DEL</b>	<b>Trajanje: 15 min</b>
Uvod: Pozdrav vadečih, preverjanje športne opreme in pogovor o prihajajoči uri.	
Splošno ogrevanje:  Lovljenje v sklopu igre »bratec reši me«. Lovec ima v rokah mehko žogo in ko se dotakne katerega izmed bežečih, ta zmrzne in se ne sme premakniti. Ostali bežeči ga lahko rešijo tako, da se ga dotaknejo. Druga različica igre je, da tisti ki je ujet zmrzne v razkoraku in se ne sme premakniti. Ostali ga lahko rešijo tako, da mu gredo skozi noge.	Specialno ogrevanje:  - kroženje z glavo 10 x, - kroženje z rokami naprej – nazaj 10 x, - kroženje z boki 10 x, - kroženje s kolene 10 x, - kroženje z gležnji in zapestji hkrati 10 x, - 10 počepov, - 10 sonožnih skokov.

<b>GLAVNI DEL</b>		<b>Trajanje: 25 min</b>	
<b>Vsebinska priprava:</b>			
<p>Obstaja zelo veliko različic hokeja. Ene izmed teh so: hokej na travi, hokej na ledu, hokej v dvorani ... Pri uri se bomo spoznali s hokejem v dvorani oziroma hokejem na parketu. To je zimska različica hokeja na travi. Igrajo ga štirje igralci in vratar. Polje je omejeno s stenami, ogrado oziroma bando in dvema goloma. Igra se s palicami in plastičnim ploščkom. Strelni prostor je omejen na 9-metrski polkrog okoli gola. Velikost polja je enaka rokometnemu.</p>			
<b>Metodična priprava:</b>		<b>Količinska in organizacijska priprava:</b>	
Zaporedje didaktičnih korakov:		Količina:	Organizacija:
<p>Dejavnosti učitelja:</p> <p>Prikaz in razlaga vaj/nalog.</p> <p>Pomoč vadečim.</p> <p>Nadzor nad vadečimi.</p>	<p>Dejavnosti učencev:</p> <p>Poslušajo in upoštevajo navodila učitelja.</p> <p>Sodelujejo pri vadbenem procesu.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pravilen prijem palice.</li> <li>2. Vodenje žoge po prostoru (brez ovir in z ovirami).</li> <li>3. Podajanje v paru.</li> <li>4. Streljanje na gol.</li> <li>5. Igra.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 1 min</li> <li>2. 5 min</li> <li>3. 4 min</li> <li>4. 5 min</li> <li>5. 10 min</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>2. </li> <li>3. </li> <li>5. </li> </ol> <p><i>Slika 14. Organizacija vadbe hokeja (2., 3. in 5. metodična enota).</i></p>

<b>SKLEPNI DEL</b>		<b>Trajanje: 5 min</b>	
<p>Učenci se uležijo na tla. Zaprejo oči in si predstavljajo nekaj lepega. Med tem pokrčijo noge in jih stresajo, prav tako tudi roke. Sledi pogovor o uri.</p>			

Na sliki 14 vidimo organizacijo vadbe hokeja. Prikazuje 2., 3. in 5. metodično enoto. 2. metodična enota prikazuje vodenje žogice med ovirami, pri 3. metodični enoti pa je prikazano podajanje v paru. Pri 5. metodični enoti prikazuje igro hokeja 3 : 3.

### 3.7.16 Učna priprava

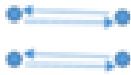
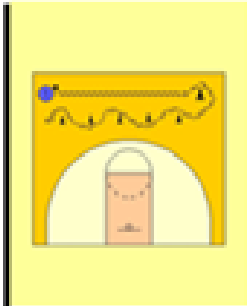
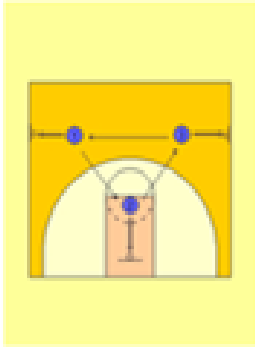
--

Šola:	OŠPP Muta	Prostor:	Športna dvorana
Starostna skupina:	12 – 15 let	Datum:	25. maj
Število vadečih:	9	Zaporedna številka ure:	16
Spol:	Fantje in dekleta		

Vsebina vadbene ure: Košarka
Stopnja učnega procesa: PNV, UTR

<b>Cilji:</b>	Spoznavni cilji (povezani s praktičnimi vsebinami)
	Utrditi lovljenje in podajanje košarkarske žoge, naučiti se vodenja košarkarske žoge,
	utrditi met na koš
	Spoznavni cilji (povezani s teoretičnimi vsebinami)
	Naučiti se osnovnih pravil pri košarki, naučiti se osnovnih izrazov v košarki
	Razvoj telesnih značilnosti in gibalnih sposobnosti
	Razvijati koordinacijo nog in rok, razvijati natančnost in preciznost,
	razvijati moč rok in ramenskega obroča
	Motivacijski/socialni cilji
	Dobro sodelovati s partnerjem, pomagati sošolcem,
	spoštovati fairplay
	<b>Metodične enote:</b> rokovanje s košarkarsko žogo (vrtenje žoge, preprijemanje žoge, metanje žoge v zrak ...), podajanje in lovljenje košarkarske žoge izpred prsi, vodenje košarkarske žoge, met na koš (različne višine)
	<b>Prevladujoče učne oblike:</b> frontalna vadba, vadba v parih
	<b>Prevladujoče učne metode:</b> razlaga in prikaz
	<b>Orodja in športni pripomočki:</b> košarkarske žoge, različni koši
	<b>Pomagala:</b> piščalka
	<b>Učila:</b> tablični računalnik

<b>PRIPRAVLJALNI DEL</b>	<b>Trajanje: 15 min</b>
Uvod: Pozdrav vadečih, preverjanje športne opreme in pogovor o prihajajoči uri.	
Splošno ogrevanje:  Vsak od učencev dobi svojo košarkarsko žogo. Učenci na različne načine (kot jim to pokaže učitelj) rokujejo z žogo. Kotalijo jo po črtah, mečejo v zrak, tečejo z njo, poskušajo odbijati v tla ...	Specialno ogrevanje:  Vsak izmed učencev pokaže eno vajo:  - kroženje z glavo 10 x, - kroženje z rokami naprej – nazaj 10 x, - kroženje z boki 10 x, - kroženje s kolene 10 x, - kroženje z gležnji in zapestji hkrati 10 x, - 10 počepov, - 10 sonožnih skokov.

<b>GLAVNI DEL</b>		<b>Trajanje: 25 min</b>	
<b>Vsebinska priprava:</b>			
<p>Košarka je kolektivna igra. Je zelo priljubljena pri otrocih. Je eden izmed najbolj gledanih športov na svetu. Je šport, pri katerem sta si nasprotnika dve petčlanski ekipi. Zmagovalka je tista ekipa, ki večkrat zadane nasprotnikov koš in s tem posledično doseže več točk. Če je rezultat po regularnem času neodločen, se igra podaljšek. Žogo se čez igrišče prenaša z vodenjem (odbijanje žoge ob tla). Napake pri vodenju se imenujejo koraki, dvojno vodenje in nošena žoga. Nedovoljen kontakt se imenuje osebna napaka. Ko igralec doseže 5 osebnih napak, je izključen iz igre. Igrišče je dolgo 28 metrov in široko 15 metrov. Obroč je od tal oddaljen 3,05 metra.</p> <p>Na začetku ure bo učitelj s pomočjo tabličnega računalnika vadečim pokazal, kako izgledajo podaja in lovljenje izpred prsi, vodenje in met na koš.</p>			
<b>Metodična priprava:</b>		<b>Količinska in organizacijska priprava:</b>	
<b>Zaporedje didaktičnih korakov:</b>		<b>Količina:</b>	<b>Organizacija:</b>
<p>Dejavnosti učitelja:</p> <p>Prikaz in razlaga vaj/nalog.</p> <p>Pomoč vadečim.</p> <p>Nadzor nad vadečimi.</p>	<p>Dejavnosti učencev:</p> <p>Poslušajo in upoštevajo navodila učitelja.</p> <p>Sodelujejo pri vadbenem procesu.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Poigravanje z žogo (vrtenje žoge okoli vratu, med nogami, okoli bokov ...).</li> <li>Podajanje in lovljenje žoge izpred prsi.</li> <li>Vodenje košarkarske žoge (najprej naravnost, nato med stožci ali klobučki).</li> <li>Met košarkarske žoge na koš (v parih tako, da eden sklene roke, drugi cilja, nato na spuščeni koš, in na koncu na pravilno višino koša).</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>3 min</li> <li>5 min</li> <li>10 min</li> <li>7 min</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li></li> <li></li> <li></li> </ol> <p><i>Slika 15. Organizacija vadbe košarke (2., 3. in 4. metodična enota).</i></p>

**SKLEPNI DEL****Trajanje: 5 min**

Učenci se razvrstijo v pare. Eden v paru se uleže na trebuh, drugi ga s košarkarsko žogo rahlo masira po hrbtu. Ko da učitelj znak, zamenjata vloge. Pogovor o uri.

Na sliki 15 je razvidna vadba košarke, ki je sestavljena iz 4. metodičnih enot. Na sliki so prikazane samo 2., 3., in 4. metodična enota.

### 3.7.17 Učna priprava


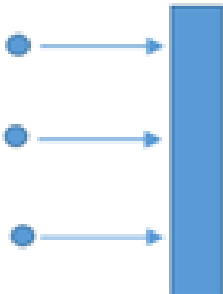
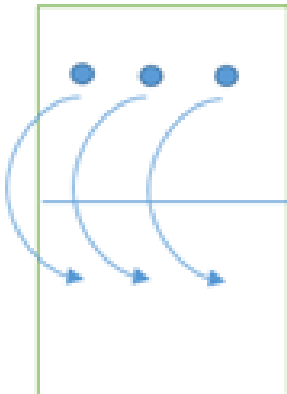
--

Šola:	OŠPP Muta	Prostor:	Športna dvorana
Starostna skupina:	12 – 15 let	Datum:	1. junij
Število vadečih:	9	Zaporedna številka ure:	17
Spol:	Fantje in dekleta		

Vsebina vadbene ure: Odbojka
Stopnja učnega procesa: PNV, UTR

<b>Cilji:</b>	Spoznavni cilji (povezani s praktičnimi vsebinami)
	Utrditi zgornji odboj, naučiti se spodnjega servisa, naučiti se spodnji odboj
	Spoznavni cilji (povezani s teoretičnimi vsebinami)
	Naučiti se osnovnih pravil v odbojki, naučiti se izrazov v odbojki
	Razvoj telesnih značilnosti in gibalnih sposobnosti
	Razvijati koordinacijo nog in rok, razvijati natančnost in preciznost, razvijati moč rok in ramenskega obroča, razvijati hitre reflekse
	Motivacijski/socialni cilji
	Dobro sodelovati s partnerjem, pomagati sošolcem, spoštovati fairplay
	<b>Metodične enote:</b> zgornji odboj, spodnji odboj, spodnji servis
	<b>Prevladujoče učne oblike:</b> frontalna vadba, vadba v paru
	<b>Prevladujoče učne metode:</b> razlaga in prikaz
	<b>Orodja in športni pripomočki:</b> odbojkarske žoge, mreža, tarče
	<b>Pomagala:</b> piščalka
	<b>Učila:</b> tablični računalnik

<b>PRIPRAVLJALNI DEL</b>	<b>Trajanje: 15 min</b>
Uvod: Pozdrav vadečih, preverjanje športne opreme in pogovor o prihajajoči uri.	
Splošno ogrevanje:  Učenci tečejo po prostoru. Učitelj je čarovnik s čarobno palico in ko učitelj reče: »Čirula čarola, hokus pokus spremenite se v npr.: zajčke.«, učenci začnejo oponašati zajčke in skakati po prostoru. Učitelj spreminja učence v različne živali, kot so: kača, kuža, žaba,...	Specialno ogrevanje:  Vsak izmed učencev pokaže eno vajo:  - kroženje z glavo 10 x, - kroženje z rokami naprej – nazaj 10 x, - kroženje z boki 10 x, - kroženje s koleni 10 x, - kroženje z gležnji in zapestji hkrati 10 x, - 10 počepov, - 10 sonožnih skokov.

<b>GLAVNI DEL</b>		<b>Trajanje: 25 min</b>	
<b>Vsebinska priprava:</b>			
<p>Odbojka je moštvena igra. V vsaki ekipi je na igrišču po šest igralcev, ki poskušajo žogo spraviti z največ tremi odboju čez mrežo in pri tem doseči točko tako, da žoga pade na tla. Poznamo tudi mini odbojko, kjer so v vsaki ekipi trije igralci, in malo odbojko, kjer so v vsaki ekipi štirje igralci. Igra se začne s servisom preko mreže v nasprotnikovo polje. Ko ekipa doseže 25 točk, je niz končan. Ekipa, ki prva doseže 3 nize, zmagaja. Igrišče je dolgo 18 metrov in široko 9 metrov. Na začetku lahko pri vadečih uporabimo mehkejše žoge, nato pa uporabimo prave odbojarske žoge.</p> <p>Vadečim na začetku ure pokažemo elemente odbojke na tabličnem računalniku.</p>			
<b>Metodična priprava:</b>		<b>Količinska in organizacijska priprava:</b>	
Zaporedje didaktičnih korakov:		Količina:	Organizacija:
<p>Dejavnosti učitelja:</p> <p>Prikaz in razlaga vaj/nalog.</p> <p>Pomoč vadečim.</p> <p>Nadzor nad vadečimi.</p>	<p>Dejavnosti učencev:</p> <p>Poslušajo in upoštevajo navodila učitelja.</p> <p>Sodelujejo pri vadbenem procesu.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zgornji odboj na mestu (vsak sam).</li> <li>2. Zgornji odboj v parih (eden žogo meče, drugi izvaja zgornji odboj, nato zamenjata).</li> <li>3. Zgornji odboj v paru.</li> <li>4. Spodnji odboj na mestu (vsak sam).</li> <li>5. Spodnji odboj v parih (eden žogo meče, drugi izvaja spodnji odboj, nato zamenjata).</li> <li>6. Spodnji odboj v paru.</li> <li>7. Spodnji servis (v zaveso – 3 m od mreže, izza črte čez mrežo)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 2 min</li> <li>2. 4 min</li> <li>3. 3 min</li> <li>4. 2 min</li> <li>5. 4 min</li> <li>6. 3 min</li> <li>7. 7 min</li> </ol>	<p>2., 3., 6., 7.</p>  <p>7.</p>   <p>Slika 16. Organizacija vadbe po postajah odbojke (2., 3., 5., 6. in 7. metodična enota).</p>

<b><i>SKLEPNI DEL</i></b>	<b><i>Trajanje: 5 min</i></b>
Vadeči se usedejo na tla v obliko kroga in se grede igro »tihi telefon«. Na začetku se igra začne pri učitelju, nato pa poljubno pri kateremkoli učencu. Pogovor o uri.	

Vadbena ura odbojke je prikazana na sliki 16, ampak samo 2., 3., 5., 6. in 7. metodična enota. Te enote so sestavljene iz zgornjega odboja, spodnjega odboja in spodnjega servisa.

### 3.7.18 Učna priprava




--

Šola:	OŠPP Muta	Prostor:	Športna dvorana
Starostna skupina:	12 – 15 let	Datum:	8. junij
Število vadečih:	9	Zaporedna številka ure:	18
Spol:	Fantje in dekleta		

Vsebina vadbene ure: Rokomet
Stopnja učnega procesa: UTR, PNV

<b>Cilji:</b>	Spoznavni cilji (povezani s praktičnimi vsebinami)
	Utrditi rokovanje z žogo, utrditi komolčno podajo in lovljenje žoge, naučiti se meta na gol, naučiti se vodenja žoge
	Spoznavni cilji (povezani s teoretičnimi vsebinami)
	Naučiti se osnovnih pravil v rokometu, naučiti se izrazov v rokometu
	Razvoj telesnih značilnosti in gibalnih sposobnosti
	Razvijati koordinacijo rok in nog, razvijati natančnost in preciznost, razvijati moč mišic rok in ramenskega obroča
	Motivacijski/socialni cilji
	Dobro sodelovati s partnerjem, pomagati sošolcem, spoštovati fairplay
	<b>Metodične enote:</b> rokovanja z žogo, komolčna podaja in lovljenje, met na gol (zadevanje cilja), vodenje žoge
	<b>Prevladujoče učne oblike:</b> frontalna vadba, vadba v paru
	<b>Prevladujoče učne metode:</b> razlaga in prikaz
	<b>Orodja in športni pripomočki:</b> rokometne žoge, tarča v obliki gola, gol, stožci
	<b>Pomagala:</b> piščalka
	<b>Učila:</b> tablični računalnik

<b>PRIPRAVLJALNI DEL</b>	<b>Trajanje:</b> 15 min
Uvod: Pozdrav vadečih, preverjanje športne opreme in pogovor o prihajajoči uri.	
Splošno ogrevanje:  Igra »avioni, potres, poplava in atomi«. Učenci prosto tečejo po prostoru, na učiteljevo znamenje in besedo naredijo dogovorjeno nalogo. Če učitelj reče avioni, vadeči skočijo visoko v zrak, če reče potres, se postavijo s hrbtom ob steno, če reče poplava, vsi stečejo v nogometni gol, in če reče atomi in zraven število npr. tri, se po trije vadeči primejo za roke. Kdor je pri nalogi zadnji, mora pokazati eno nalogo za specialno ogrevanje.	Specialno ogrevanje:  Vsak izmed učencev pokaže eno vajo:  - kroženje z glavo 10 x, - kroženje z rokami naprej – nazaj 10 x, - kroženje z boki 10 x, - kroženje s koleni 10 x, - kroženje z gležnji in zapestji hkrati 10 x, - 10 počepov, - 10 sonožnih skokov.

<b>GLAVNI DEL</b>		<b>Trajanje: 25 min</b>	
<b>Vsebinska priprava:</b>			
<p>Rokomet je igra, ki se igra z rokami. Je moštvena igra, pri kateri si nasproti stojita dve moštvi s po sedmimi igralci na igrišču. Eden je v голу ostalih šest pa v polju. Je ena izmed najbolj nevarnih in grobih moštvenih iger. Igra poteka dvakrat po 30 min. Igralci poskušajo doseči zadetek tako, da ne prestopijo 6-metrskega vratarjevega prostora. Tista ekipa, ki doseže več zadetkov, zmaga. Igralci žogo prenašajo po igrišču z vodenjem žoge in podajnanji med seboj. V obrambi igralci postavijo obrambno formacijo okoli vratarjevega prostora. Igrišče je dolgo 40 metrov in široko 20 metrov. Gol, v katerem je vratar, je pravokotne oblike, širok je 3 metre in visok 2 metra. Rokometna žoga je manjša kot nogometna. Igralci za boljši prijem žoge uporabljajo smolo.</p> <p>Vadečim na začetku pokažemo elemente rokometna na tabličnem računalniku.</p>			
<b>Metodična priprava:</b>		<b>Količinska in organizacijska priprava:</b>	
Zaporedje didaktičnih korakov:		Količina:	Organizacija:
Dejavnosti učitelja:	Dejavnosti učencev:	1. 3 min 2. 5 min 3. 10 min 4. 7 min	2.  3.  4. 
Prikaz in razlaga vaj/nalog.	Poslušajo in upoštevajo navodila učitelja.		
Pomoč vadečim.	Sodelujejo pri vadbenem procesu.		
Nadzor nad vadečimi.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rokovanja z žogo (vrtenje okoli glave, bokov, okoli nog ...).</li> <li>2. Komolčna podaja in lovljenje v paru.</li> <li>3. Met na gol in tarčo v obliki gola.</li> <li>4. Vodenje žoge.</li> </ol>		
			<p><i>Slika 17. Organizacija vadbe rokometna (2., 3. in 4. metodična enota).</i></p>

<b>SKLEPNI DEL</b>		<b>Trajanje: 5 min</b>	
<p>Učenci se razporedijo v pare. Eden v paru se uleže na trebuh, drugi ga z rokometno žogo rahlo masira po hrbtu. Ko da učitelj znak, zamenjata vlogi.</p>			

Slika 17 prikazuje potek vadbene ure rokometa. Na sliki so 2., 3. in 4. metodična enota, pri katerih učenci podajajo, mečejo na gol in vodijo žogo po prostoru.

### 3.7.19 Učna priprava

--

Šola:	OŠPP Muta	Prostor:	Športna dvorana
Starostna skupina:	12 – 15 let	Datum:	15. junij
Število vadečih:	9	Zaporedna številka ure:	19
Spol:	Fantje in dekleta		

Vsebina vadbene ure: Nogomet
Stopnja učnega procesa: UTR, PNV

<b>Cilji:</b>	Spoznavni cilji (povezani s praktičnimi vsebinami)
	Utrditi vodenje žoge, utrditi podajanje in sprejem žoge, naučiti se streljati na gol oziroma zadevati cilj
	Spoznavni cilji (povezani s teoretičnimi vsebinami)
	Naučiti se osnovnih pravil v nogometu, naučiti se izrazov v nogometu
	Razvoj telesnih značilnosti in gibalnih sposobnosti
	Razvijati koordinacijo nog, razvijati natančnost in preciznost,
	Motivacijski/socialni cilji
	Dobro sodelovati s partnerjem, pomagati sošolcu, spoštovati fairplay

**Metodične enote:** vodenje žoge po poligonu, podajanje in sprejem žoge v paru, strel v cilj oziroma na gol

**Prevladujoče učne oblike:** frontalna vadba, vadba v paru



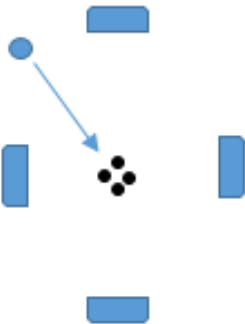
**Prevladujoče učne metode:** razlaga in prikaz

**Orodja in športni pripomočki:** stožci, klobučki, palice, nogometne žoge, tarča v obliki gola, gol

**Pomagala:** piščalka

**Učila:** tablični računalnik

<b>PRIPRAVLJALNI DEL</b>	<b>Trajanje:</b> 15 min
Uvod: Pozdrav vadečih, preverjanje športne opreme in pogovor o prihajajoči uri.	
Splošno ogrevanje:  Eden izmed vadečih ima mehko žogo, s katero poskuša zadeti ostale bežeče »zajčke«. Vsak, ki ga lovec ulovi, mora narediti en počep, nato pa lahko nadaljuje s tekom. Učitelj nato določi drugega lovca.	Specialno ogrevanje:  Vsak izmed učencev pokaže eno vajo: - kroženje z glavo 10 x, - kroženje z rokami naprej – nazaj 10 x, - kroženje z boki 10 x, - kroženje s koleni 10 x, - kroženje z gležnji in zapestji hkrati 10 x, - 10 počepov, - 10 sonožnih skokov.

<b>GLAVNI DEL</b>		<b>Trajanje: 25 min</b>	
<b>Vsebinska priprava:</b>			
<p>Nogomet je ekipna igra, ki se igra z nogometno žogo večinoma z nogami. Je najpopularnejši šport na svetu (razen na področju Severne Amerike). Igralci lahko igrajo z vsemi deli telesa, samo z rokami ne. V vsaki ekipi je na igrišču po 11 igralcev, eden izmed njih je vratar. Poznamo tudi manjše različice, ki se igrajo v dvorani ali zunaj na asfaltu – imenujejo se futsal. Pri futsalu so v ekipi na igrišču štirje igralci in en vratar. Futsal se igra s polodbojno žogo, nogomet pa z odbojno žogo. Pri obeh so žoge usnjene. Pri nogometu je igrišče dolgo od 100 do 110 metrov ter široko od 64 do 75 metrov. Pri futsalu pa je igrišče veliko manjše, in sicer dolžina igrišča med 38 in 42 metri, širina pa med 20 in 25 metri. Pri nogometu je gol visok 2,44 m in širok 7,32 m, pri futsalu pa je gol visok 2 m in širok 3 m.</p> <p>Vadečim na začetku na tabličnem računalniku pokažemo razliko med nogometom in futsalom, nato pa še različne elemente nogometa.</p>			
<b>Metodična priprava:</b>		<b>Količinska in organizacijska priprava:</b>	
<b>Zaporedje didaktičnih korakov:</b>		<b>Količina:</b>	<b>Organizacija:</b>
<p>Dejavnosti učitelja:</p> <p>Prikaz in razlaga vaj/nalog.</p> <p>Pomoč vadečim.</p> <p>Nadzor nad vadečimi.</p>	<p>Dejavnosti učencev:</p> <p>Poslušajo in upoštevajo navodila učitelja.</p> <p>Sodelujejo pri vadbenem procesu.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Vodenje žoge po črtah v dvorani.</li> <li>2. Vodenje žoge med stožci in zaustavljanje na koncu.</li> <li>3. Podajanje in sprejem žoge v parih.</li> <li>4. Elementarna igra »strel na štiri gole« (Vadeči ima na sredini igralne površine na voljo štiri žoge. Z vsako posebej poskuša zadeti gol.).</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 3 min</li> <li>2. 6 min</li> <li>3. 6 min</li> <li>4. 10 min</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>2. </li> <li>3. </li> <li>4. </li> </ol> <p><i>Slika 18. Organizacija vadbe nogometa (2., 3. in 4. metodična enota).</i></p>

<b>SKLEPNI DEL</b>	<b>Trajanje: 5 min</b>
Vadeči se usedejo na tla tako, da iztegnejo noge in se s svojo žogo masirajo po nogah. Pogovor o uri.	

Na sliki 18 vidimo, kako potekajo 2., 3. in 4. metodična enota pri vadbeni uri nogometa. Prikazuje postavitev pripomočkov in smer gibanja vadečih. Učenci pri teh metodičnih enotah vodijo žogo po prostoru, podajajo in zaustavljajo žogo, ter izvajajo elementarno igro »strel na štiri gole«.

### 3.7.20 Učna priprava


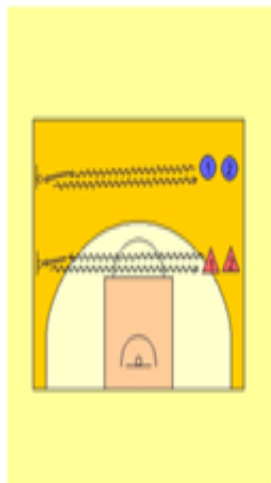
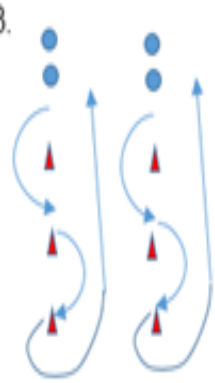
--

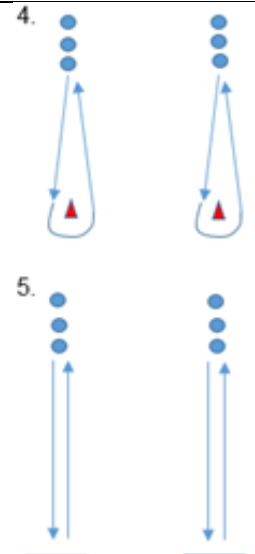
Šola:	OŠPP Muta	Prostor:	Športna dvorana
Starostna skupina:	12 – 15 let	Datum:	22. junij
Število vadečih:	9	Zaporedna številka ure:	20
Spol:	Fantje in dekleta		

Vsebina vadbene ure: »Igre brez meja«
Stopnja učnega procesa: UTR

<b>Cilji:</b>	Spoznavni cilji (povezani s praktičnimi vsebinami)
	Utrditi tehniko meta, utrditi tehniko iger z loparji,
	utrđiti tehniko kegljanja, utrditi tehniko strela z nogo
	Spoznavni cilji (povezani s teoretičnimi vsebinami)
	Utrđiti osnovna pravila iger
	Razvoj telesnih značilnosti in gibalnih sposobnosti
	Razvijati koordinacijo celega telesa, razvijati natančnost in preciznost,
	razvijati mišice rok in nog, razvijati orientacijo v prostoru
	Motivacijski/socialni cilji
	Sodelovati s sošolci, spoštovati fairplay
	<b>Metodične enote:</b> kegljanje z žogo, vodenje košarkarske žoge in met na koš, vodenje nogometne žoge in podaja sošolcu, prenašanje balonov z loparjem za badminton, drsanje po časopisnem papirju
	<b>Prevladujoče učne oblike:</b> frontalna vadba
	<b>Prevladujoče učne metode:</b> razlaga in prikaz
	<b>Orodja in športni pripomočki:</b> keglji, nogometna žoga, košarkarska žoga, baloni, loparji za badminton, časopis
	<b>Pomagala:</b> piščalka
	<b>Učila:</b>

<b>PRIPRAVLJALNI DEL</b>	<b>Trajanje: 10 min</b>
Uvod: Pozdrav vadečih, preverjanje športne opreme in pogovor o prihajajoči uri.	
Splošno ogrevanje:  Igra »repki« ali »Tom in Jerry«. Eden izmed vadečih je lovec oziroma Tom, ostali so bežeči oziroma Jerryji. Vsi bežeči si zadaj za hlače oziroma kratke hlače zataknejo trakce iz blaga (tako, da izgleda kot repek). Lovec ima določen čas, ki ga meri učitelj, da ulovi čim več repkov. Bežeči oziroma Jerryji ne smejo braniti repkov z rokami. Ko je bežeči oziroma Jerry ujet, se umakne iz polja, kateri je določen za lovljenje.	Specialno ogrevanje:  Vsak izmed učencev pokaže eno vajo: - kroženje z glavo 10 x, - kroženje z rokami naprej – nazaj 10 x, - kroženje z boki 10 x, - kroženje s koleni 10 x, - kroženje z gležnji in zapestji hkrati 10 x, - 10 počepov, - 10 sonožnih skokov.

<b>GLAVNI DEL</b>		<b>Trajanje: 25 min</b>	
<b>Vsebinska priprava:</b>			
Igre brez meja so raznovrstne igre, v okviru katerih tekmuje več ekip ali posameznikov. V ekipi lahko sodeluje različno število tekmovalcev.			
Ura bo sestavljena iz petih iger, ki bodo v obliki štafet. Sodelovali bosta 2 ekipi, in sicer prva ekipa s štirimi tekmovalci in druga ekipa s petimi tekmovalci. V prvi ekipi bo moral eden izmed tekmovalcev nalogo izvajati dvakrat (vedno bodo lahko izbrali drugega izvajalca). Učitelj bo sešteval točke in na koncu razglasil zmagovalno ekipo.			
<b>Metodična priprava:</b>		<b>Količinska in organizacijska priprava:</b>	
Zaporedje didaktičnih korakov:		Količina:	Organizacija:
Dejavnosti učitelja:	Dejavnosti učencev:	1. 5 min 2. 5 min 3. 5 min 4. 5 min 5. 5 min	<p>1. </p> <p>2. </p> <p>3. </p>
Prikaz in razlaga vaj/nalog.	Poslušajo in upoštevajo navodila učitelja.		
Pomoč vadečim.	Sodelujejo pri vadbenem procesu.		
Nadzor nad vadečimi.	Sodelujejo na tekmovanju		
Sojenje.	1. Kegljanje z žogo (vsak vadeči enkrat vrže žogo).		
Seštevanje točk.	2. Vodenje košarkarske žoge in met na koš, nato vadeči vzame žogo in jo hitro vodi do naslednjega v koloni.		
Razglasitev rezultatov in podelitev diplom.	3. Vodenje nogometne žoge med stožci in nato nazaj do naslednjega v koloni.		
	4. Vsaka ekipa ima en balon in lopar. Vadeči da balon na lopar in ga prenese na drugo stran in nazaj. Nato lopar in balon preda naslednjemu. Če balon pade na tla, ga mora vadeči		

	<p>pobrati in stopiti en korak nazaj.</p> <p>5. Vsak vadeči v ekipi dobi polovico lista časopisnega papirja. Ta papir si dajo pod stopala. Na znak začne prvi v koloni drsati na drugo stran in nazaj. Z dotikom po rami lahko začne naslednji.</p>		 <p><i>Slika 19. Organizacija »iger brez meja«.</i></p>
--	---	--	--

<b>SKLEPNI DEL</b>	<b>Trajanje: 5 min</b>
<p>Razglasitev rezultatov, pogovor o uri in podelitev diplom. Sledi še pogovor o programu, počutju vadečih pred začetkom programa, počutju med izvajanjem programa in počutju po koncu programa.</p>	

Na sliki 19 je razvidna zadnja ura dodatnega športnega programa, ki se imenuje »igre brez meja«. Slika prikazuje potek vseh 5. nalog, ki jih morajo opraviti vadeči. Vsaka postaja oziroma igra poteka posebej (vsi vadeči oziroma obe ekipi tekmujeta pri isti igri).

### 3.8 Analiza dodatnega športnega programa

Dodatni športni program je zasnovan tako, da otrokom predstavimo, kako lahko izboljšajo svoje gibalne sposobnosti v poglavitnih športnih panogah, ki jih izvajamo pri športni vzgoji. Predstavljeni so bili štirje sklopi (gimnastika, atletika, igre z loparji in igre z žogo) ter ena ura iger brez meja.

Kot prvi sklop je bil izbran sklop **gimnastike**. V sklopu gimnastike so učencem predstavljene preproste gimnastične prvine. Sklop sestoji iz preprostih elementov in naravnih oblik gibanja z namenom, da se učenci privadijo telesnih naporov, ki jih v vsakdanjem življenju niso vajeni. Vsaka naslednja ura se nadaljuje s težjimi vajami, ki se kasneje vsako uro tudi stopnjujejo. Pri učencih se utrjujejo oziroma izboljšujejo naravne oblike gibanja, kot so hoja, tek, skoki, poskoki, plezanje, plazenje itd. V zadnji uri, spadajoči v sklop gimnastike, stremimo k uresničitvi naslednjega cilja: vadeči naj bi poskušali brez pomoči »priti čez stopnje«, ki vsebujejo različne naloge, kot so stoja na lopaticah, poskoki, pravilen tek okoli klobučkov, plezanje po letveniku. Učence se skozi cel sklop opozarja na pojmovanje različnih prvin, pomen besed in seveda na medsebojno pomoč. Pri gimnastiki je izredno pomembna varnost, saj lahko brez ustrezno zagotovljene varnosti hitro pride do poškodbe. Zaradi tega moramo biti pozorni glede varnosti pri vsaki prvini, ki jo izvajajo učenci. V programu so v sklopu gimnastike dodane blazine in prijemi, ki pripomorejo k večji varnosti.

Drugi sklop predstavlja **atletika**. Pri tem sklopu so najprej predstavljeni osnovni elementi atletike, kot so začetni položaj pri startu, start pri teku, tek čez nizke ovire, kasneje so predstavljeni še kompleksnejši elementi, kot sta skok v višino in met žogice. Gre za elemente, ki jih pojmuje kot že sestavljena gibanja in s katerimi želimo pri otrocih izboljšati gibalne sposobnosti, kot so preciznost, vzdržljivost, natančnost, eksplozivnost,... Pri zadnji uri tega sklopa želimo utrditi vse štiri glavne elemente, ki so bili obravnavani tekom prejšnjih štirih ur. Zato so ti štirje elementi združeni v tekmovanje.

Sledi tretji sklop, **igre z loparji**. Cilj tega sklopa je bil, da vadeči spoznajo tiste najbolj značilne športe oziroma igre, ki se igrajo s pripomočkom – lopar, palica. Vadečim je najprej predstavljeno rokovanje z loparjem, ki je ključnega pomena za nadaljevanje in za vse naslednje ure v tem sklopu. Kot prva igra je bil v dveh urah predstavljen badminton. Badminton je otrokom s posebnimi potrebami zanimiv šport in ga v večini radi igrajo. V teh dveh urah je učencem predstavljeno rokovanje in premikanje s pripomočkom. Sklop se nadaljuje z malo hitrejšo različico oz. hitrejšim športom, to je tenis. Čeprav je hitrejša žogica pri badmintonu, je tenis šport, kjer se žogica glede na dolžino leta hitreje giblje in s tem se mora tudi igralec hitreje in bolj eksplozivno gibati v polju. Pri tenisu je žogica glede na dolžino leta hitrejša, kar pri vadečem spodbuja hitrejšo reakcijo ter občutek za udarec žogice. Sledi namizni tenis, kjer je poudarek na utrditvi še večje preciznosti in natančnosti. Na koncu sklopa je bil predstavljen še šport s palico - hokej. S hokejem se utrjuje preciznost, vzdržljivost in ekipno sodelovanje. Na koncu sklopa se torej že navajamo vadeče na

sodelovanje s soigralci in na ekipni šport, kjer je pomembno sodelovanje in medsebojna pomoč.

V zadnjem sklopu so bile predstavljene **igre z žogo**. Sklop sestavljajo štiri ure. V ta sklop so bili vključeni športi z žogo, ki so v svetu najbolj priljubljeni in najbolj gledani. Predstavljeni so bili ekipni športi, s katerimi vadeče navadimo na sodelovanje, jih vključujemo v družbo (socializiramo) in jih učimo športnega obnašanja. To so nogomet, rokomet, košarka in odbojka. Pri vseh teh športih razvijamo in utrjujemo gibalne sposobnosti. V zadnjih urah so bila za vadeče izbrana tudi kompleksnejša gibanja, pri katerih morajo hkrati nadzirati gibanje svojega telesa in pripomočka. Pri nogometu razvijamo koordinacijo nog in občutek udarjanja žoge z nogami. Pri ostalih treh športih pa razvijamo natančnost in koordinacijo rok v povezavi z nogami.

Dodatno je bila predstavljena ena sama ura, **ura iger brez meja**. Vanjo je bilo vključenih več športov, ki zajemajo celoten program hkrati. Na zadnji uri se ocenjuje, kolikšen je bil napredek v primerjavi s prvo uro. Pri tej uri smo spoznali, koliko so otroci napredovali tako v gibalnih sposobnostih kot tudi pri vključevanju v družbo, športnemu obnašanju in poznavanju teorije. Igre oziroma elementi iger so zasnovani tako, da je jasno razvidno, ali je bil od prve ure dodatnega programa športa narejen napredek.

V celoti dodatni športni program zajema športe, ki so najbolj običajni in s katerimi vadeči učenci najbolj izboljšajo gibalne sposobnosti, in sicer brez pripomočka ali z njim. V programu so najprej izbrane osnove, naravne oblike gibanja pri gimnastiki, osnove se nadgrajujejo s kompleksnejšim gibanjem, s tekom in različnimi skoki pri atletiki. Na koncu sta sklopa, pri katerih je poleg svojega telesa potrebno nadzorovati tudi različne pripomočke, kot so loparji, palice in žoge različnih velikosti. Pri tem vadeče učimo medsebojnega sodelovanja, ekipne igre in pomoči drugim. V program je vključena tudi teorija. Vadeče tako učimo pravil različnih športov, ki jih obravnavamo na uri, in pomena različnih pojmov. Od drugih dodatnih programov športa, se ta program razlikuje tako, da vsebuje več različnih športov hkrati.

Pri izvajanju dodatnega programa športa je potrebno poskrbeti tudi za varnost, in sicer z uporabo blazin, s stalnim nadzorom vadečih, primerno športno opremo (obutev), skrbno izbranimi pripomočki, ki so prilagojeni (mehke žoge ...). Veliko je odvisno od samega učitelja oz. izvajalca programa, saj učenje otrok s posebnimi potrebami zahteva nenehno prilagajanje aktivnosti in improvizacijo. Učitelj mora otroke ves čas vzpodbujati, kar pri otrocih vzpodbudi zavzetost, motiviranost in trud. Pri tem pa je treba veliko pozornosti posvetiti tudi obremenjenosti otrok, saj moramo paziti, da pri izvajanju športnih aktivnosti ne postanejo preutrujeni.

S programom želimo vplivati na izboljšanje gibalnih sposobnosti otrok s posebnimi potrebami, na njihovo hitrejše vključevanje v družbo in na izboljšanje njihove samodiscipline. Želimo, da bi ta program čim več šol in zavodov spoznalo za koristnega ter ga začelo uporabljati. V primerjavi z ostalimi programi športa je prednost tega programa vključevanje

več različnih športov hkrati. Pri tem programu športa vadeči začnejo z naravnimi oblikami gibanja (enostavne naloge), ki se stopnjujejo do kompleksnejših gibanj z uporabo pripomočkov. Tako se gibalne sposobnosti razvijajo, utrjujejo in izboljšujejo postopoma.

### **3.9 Pomen uporabe dodatnega športnega programa za otroke s posebnimi potrebami**

Namen magistrskega dela je bil predstaviti dodatni športni program, ki bi ga uporabljalo oziroma spoznalo čim več šol in zavodov, ki jih obiskujejo otroci s posebnimi potrebami.

Pri otrocih s posebnimi potrebami moramo vzpodbujati ukvarjanje s športom, saj jim ukvarjanje s športom polepša dan. Mnogim otrokom s posebnimi potrebami, ki se redno ukvarjajo s športom, nekoč uspe ustvariti zavidljivo športno kariero, tudi z nastopom na paraolimpijskih igrah, na katerih dosežejo odlične rezultate, s katerimi se dokažejo tako sebi kot drugim. Eden izmed ciljev magistrskega dela je bil navdušiti katerega izmed otrok za pogostejše ukvarjanje s športom oziroma za treniranje enega izmed predstavljenih športov.

Po analizi in podatkih Evropske agencije za razvoj izobraževanja na področju posebnih potreb je bil delež otrok s posebnimi potrebami v osnovnošolskem izobraževanju v Sloveniji leta 2008 med 4.01 % – 6.0 %. To Slovenijo uvršča v sredino v primerjavi z drugimi Evropskimi državami. To nam pove, da bi lahko na področju športa naredili še veliko več, s čimer bi izboljšali življenje otrok s posebnimi potrebami (Opara, 2010).

Prav zaradi tega je pomembno, da izobraževanje otrok s posebnimi potrebami vedno znova izboljšujemo in nadgrajujemo. To pa bomo dosegli z razvijanjem in uporabo programa športa, ki je bil prikazan tekom prejšnjih poglavij.

## 4 SKLEP

Otroci s posebnimi potrebami so kljub svojim »pomanjkljivostim« še vedno otroci, od katerih se lahko marsikaj naučimo. Naučijo nas prijaznega odnosa in zavedanja, da lahko kljub svojim težavam veliko dosežejo. Za to je potreben trud posameznika ter podpora pedagoga, sprejetost in angažiranost družbe, okolja, predvsem pa je pomembna podpora in zavzetost staršev. Nekateri starši se svojih otrok, ki imajo kakršno koli pomanjkljivost, sramujejo, jih odmikajo, izolirajo od socialnega sveta, najbolj pogosto so "zaščitniški" in zmotno mislijo, da jih s tem varujejo. Svojega otroka se ne bi smeli sramovati ali ga "varovati", temveč bi ga morali čim prej in čim več vključevati v družbo, v različne programe in ga spodbujati v vsem, kar počne. S tem bi otroku pomagali, da se vsestransko razvija, da krepí svojo samopodobo, da je uspešen v vsem, kar počne in se tega veseli. S svojo angažiranostjo bi veliko prispevali tudi k temu, da otrok v svojem razvoju ne bi stagniral ali celo nazadoval, temveč bi ohranjal, utrjeval in nadgrajeval že usvojene veščine, znanja in sposobnosti. Prednostno pa bi se morali zavedati pomena gibanja in vključevanja v različne športne aktivnosti, ki bi naj bile prilagojene vsakemu posamezniku, glede na specifično njegovega psiho-gibalnega statusa. Le tako bodo otroci s posebnimi potrebami v svojem življenju ohranjali svoje gibalne sposobnosti, s tem pa tudi zdravje, dobro počutje in samostojnost.

V Sloveniji je za dodatne športne programe, namenjene otrokom s posebnimi potrebami, še premalo poskrbljeno. Čeprav se tem otrokom posveča vse več pozornosti in se jim poskuša šport čim bolj približati tudi z različnimi prilagoditvami, je pri nas še vedno premalo dodatnih športnih programov. Nekaj programov je že izdelanih, vendar moramo na tem področju še veliko storiti. Zaradi svojih ugotovitev, do katerih sem prišel tekom študija, sem se odločil, da svoj magistrski študij posvetim izdelavi kvalitetnega programa za skupino otrok s posebnimi potrebami.

To magistrsko delo predstavlja program, ki bi ga šole lahko uporabljale, in sicer v celoti, torej vseh 20 ur, ali pa samo izvlečke. Šole bi omenjen program lahko tudi razširile. Magistrsko delo je tudi nekakšna vzpodbuda šolam s takšnimi oddelki oziroma programi, v smislu, da vključijo več športa v vsakdanjik otrok s posebnimi potrebami. Mogoče bi lahko s takšnim programom za polovični ali nekaj urni delovnik zaposlili dodatnega športnega pedagoga, tako kot pri Zdravem življenjskem slogu ...

Delo z otroki s posebnimi potrebami zahteva nenehno prilagajanje različnih dejavnosti, potrpežljivost in seveda korektnost. Vsi strokovni delavci, ki delajo z otroki s posebnimi potrebami, bi morali biti v stiku s starši otrok. S starši obravnavanih otrok bi morali sodelovati tudi zdravstveni delavci, saj zaradi odsotnosti dobre komunikacije in medsebojnega sodelovanja ter zaupanja lahko hitro pride do različnih "šumov" v komunikaciji, nezaupanja ter drugih težav in nevšečnosti, kar se posledično odraža na rezultatih dela, predvsem pa škodi razvoju otrok, ki jim je ta program namenjen.

## 5 VIRI

- Bečaj, J. (1988). Potrebe in možnosti posebne obravnave otrok v šoli. *Vzgoja in izobraževanje: revija za teoretična in praktična vprašanja vzgojno izobraževalnega dela*, letn. 19, 6 (1988), str. 36-46.
- Drev, A. (2013). *Gibanje. Telesno dejavni vsak dan*. Pridobljeno 3. 5. 2016 s: [http://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/publikacije-datoteke/gibanje\\_telesno\\_dejavni\\_vsak\\_dan.pdf](http://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/publikacije-datoteke/gibanje_telesno_dejavni_vsak_dan.pdf)
- Galeša, M. (1995). *Specialna metodika individualizacije*. Celje: Didakta.
- Galeša, M. (2003). *Ocenjevanje zmožnosti in posebnih potreb otrok v osnovni šoli ter načrtovanje individualiziranih programov: praktični pristop*. Celje: Valmar.
- Grubešič, S. (2014). *Posebni program vzgoje in izobraževanja*. Pridobljeno 14. 5. 2016 s: [http://www.mizs.gov.si/fileadmin/mizs.gov.si/pageuploads/podrocje/posebne\\_potrebe/programi/posebni\\_program/Posebni\\_program\\_vzgoje\\_in\\_izob.pdf](http://www.mizs.gov.si/fileadmin/mizs.gov.si/pageuploads/podrocje/posebne_potrebe/programi/posebni_program/Posebni_program_vzgoje_in_izob.pdf)
- Jurak, G. in Pavletič Samardžija, P. (2014). *Nacionalni program športa v Republiki Sloveniji : 2014-2023*. Ljubljana: Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport: Zavod za šport RS Planica.
- Karpljuk, D., Nuzdorfer, P., Usenik, R., Videmšek, M., Hadžić, V., Florjančič, M., ... Meško, M. (2013). *Športna dejavnost otrok in mladostnikov s posebnimi potrebami*. Ig: CUDV Draga.
- Košir, S. (2008). *Otroci s primanjkljaji na posameznih področjih učenja: navodila za prilagojeno izvajanje programa osnovne šole z dodatno strokovno pomočjo*. Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo.
- Kovač, M., Jurak, G. (2012). *Izpeljava športne vzgoje: didaktični pojavi, športni programi in učno okolje*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
- Krapše, Š. (2004). *Otroci s posebnimi potrebami*. Nova Gorica: Educa.
- Filipčič, T. (2009). *Otroci s posebnimi potrebami pri pouku športne vzgoje*. Pridobljeno 14. 5. 2016 s: <http://www.os-hpuhar.si/mobilna/Dokumenti%20v%20skupni%20rabi/gradivo-ucenci-s-posebnimi-potrebami-09.doc>
- Opara, B. (2005). *Otroci s posebnimi potrebami v vrtcih in šolah: vloga in naloga vrtcev in šol pri vzgoji in izobraževanju otrok s posebnimi potrebami: uresničevanje vzgojno-izobraževalnih programov s prilagojenim izvajanjem in z dodatno strokovno pomočjo: priložnik*. Ljubljana: Centerkontura.

- Opara, B., Barle Lakota, A., Globačnik, B., Kobal Grum, D., Košir, S., Macedoni Lukšič, M., ..., Klavžar, K. (2010). *Analiza vzgoje in izobraževanja otrok s posebnimi potrebami v Sloveniji*. Ljubljana: JRZ Pedagoški Inštitut.
- Osnovna šola Muta, enota s prilagojenim programom (2016). *Šolski zvonec*. Pridobljeno 6. 6. 2016 s: <http://ospmmuta.splet.arnes.si/ucenci/solski-zvonec/>
- Pistotnik, B. (2011). *Osnove gibanja v športu: osnove gibalne izobrazbe*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Princes, T. (2003). Program treninga športnih aktivnosti za otroke s kombiniranimi motnjami. *Defektologica slovenica: revija defektologov in specialnih pedagogov Slovenije*, letnik 11, št. 3 (december 2003), str. 56-66.
- Skalar, V. (1999). Osebe s posebnimi potrebami – konceptualne iztočnice. *Sodobna pedagogika*, let. 50, št. 1 (1999), str. 120-137.
- Zakon o osnovni šoli*. (1996). Uradni list RS, št. 12/1996 z dne 29. 2. 1996.
- Zakon o usmerjanju otrok s posebnimi potrebami*. (2011). Uradni list Republike Slovenije, št. 58/2011 z dne 22. 7. 2011.