

## KRITERIJ OCENJEVANJA ZNANJA PRI PREDMETU:

- ŠPORT,
- IZBIRNI PREDMET ŠPORT ZA ZDRAVJE,
- ŠPORT ZA SPROSTITEV,
- IZBRANI ŠPORT ODBOJKA,
- NEOBVEZNI IZBIRNI PREDMET ŠPORT

### Prilagojena merila ocenjevanja znanja v času epidemije

Dokument je nastal v skladu z dokumentoma Izobraževanje na daljavo v posebnih razmerah: priporočila za ocenjevanje znanja v osnovni šoli (Št. 091-10/2020-1, z dne 16.4. 2020) in s Sklepom o ukrepih za nemoteno opravljanje vzgojno- izobraževalnega dela v osnovnih šolah v šolskem letu 2019/2020 (št. 6034-14/2020, z dne 17.4. 2020). V dokumentu so merila ocenjevanja za športno vzgojo, pri kateri je prišlo do sprememb v merilih zaradi izredne situacije.

Ker je v času izrednih razmer prišlo do spremenjenih oblik poučevanja in posledično tudi oblik ocenjevanja ter števila načrtovanih ocenjevanj, so učitelji po posameznih predmetih pripravili načrt ocenjevanja v izrednih razmerah, ki vsebuje število pridobljenih ocen in način pridobivanja le-teh.

### Učne vsebine

Preverjali bomo temeljne učne vsebine in osnovne standarde znanja z ozirom na starostno stopnjo otrok.

Pri poučevanju svojih predmetov na daljavo/ v šoli na daljavo **uresničujemo splošne cilje** športne vzgoje v osnovnošolskem programu skozi:

- a. osvajanje spretnosti in znanj, ki omogočajo sodelovanje v različnih športnih dejavnostih (seznanjanje z varnim in odgovornim športnim udejstvovanjem; spodbujanje gibalne ustvarjalnosti),
- b. razumevanje koristnosti rednega gibanja in športa ter njune vloge pri kakovostnem preživljanju prostega časa.

Učno snov smo v vseh razredih, ki jih poučujemo, podajali na **šolski spletni strani**.

Učenci in učenke, ki morajo pridobiti še oceno, bodo **oceno dobili iz nalog, ki smo jim jo preko spletne strani posredovali v tednih dela na daljavo**.

## KRITERIJ OCENJEVANJA

Aktiv učiteljev športne vzgoje je na sestanku, dne 5. 5. 2020, (korespondenčna seja profesorjev športne vzgoje), sprejel prilagojene kriterije za ocenjevanje dela na daljavo v času epidemije.

Aktiv učiteljev športne vzgoje je na podlagi usmeritev MIZŠ (ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport) sprejel odločitev, da je dovolj, da učenec pridobi najmanj eno oceno v drugi konferenci. V kolikor učenec/ka ni pridobil/a ocene do 16. 3. 2020, lahko to pridobi z delom na daljavo.

### Aktiv je sprejel sledeče kriterije:

Učenec je tedensko dejaven vsaj tolikokrat in toliko časa, da je aktivnost primerljiva s številom in trajanjem ur pouka v urniku.

### Kriteriji za ocenjevanje:

| OCENA | OPISNIKI  |
|-------|---|
| 5     | Učenec/učenka redno in pravočasno daje povratne informacije o svojih športno-gibalnih nalogah, ki so objavljena na spletni strani šole. Z učiteljico/učiteljem komunicira preko redne in pravočasne objave. |
| 4     | Učenec/učenka daje povratne informacije o svojih športno-gibalnih nalogah in komunicira z učiteljico/učiteljem, a občasno pozabi na oddajo povratne informacije.  |
| 3     | Učenec/učenka povratne informacije o svojih športno-gibalnih nalogah ne piše redno in samo občasno komunicira z učiteljico/učiteljem ter večkrat zamudi z oddajo ali pozabi na oddajo povratne informacije. |
| 2     | Učenec/učenka ne daje povratne informacije o svojih športno-gibalnih nalogah, ne piše redno in ne sporoča učiteljici/učitelju ter redno pozablja na oddajo povratne informacije.                            |
| Nzd   | Učenec/učenka ne daje povratnih informacij in ne komunicira z učiteljico/učiteljem.   |

Učenec si lahko izboljša oceno bodisi z opravljenimi več nalogami, kot je zahtevano, bodisi z izvedbo dodatne športne aktivnosti izven ur potrebnih za šport.

V času izrednih razmer se pri zaključevanju ob koncu leta upošteva vse ocene, pridobljene v obeh ocenjevalnih obdobjih. Zaključuje se v učenčevo dobro.

Učenec/učenka, ki je v tem času poškodovan, je dolžan učitelju predložiti opravičila za oprostitev dejavnosti.

Prav tako je učenec/učenka, dolžan/dolžna sporočiti odsotnost zaradi bolezni, kar je pogoj, da se mu/ji opraviči trenutno neodzivnost.

Učitelji: Boštjan Brnot, Milan Lukan, Ines Sadar, Renata Vinčec

# ŠPORT 5. K

(od 18. 5. do 22. 5.)

Kdor še ni poslal SLIK ali POSNETKA vaj preverjanja, naj to opravi, saj bo to eden od kriterijev za pridobitev ocene!

Če imaš kakšno vprašanje, mi piši na mail: [vincec.renata1@gmail.com](mailto:vincec.renata1@gmail.com)

|                      | <b>Ponedeljek, 18. 5.</b>   | <b>Sreda, 20. 5.</b>   | <b>Petek, 22. 5.</b>  |
|----------------------|---|--|---|
| <b>Priporočljivo</b> | Sprehod s starši > 30 min.  | Sprehod s starši > 30 min.   | Sprehod s starši > 30 min.  |
| <b>Vsebina ure</b>   | <p>Danes mi pošlji slike, če jih do sedaj še nisi!</p> <p>Tisti, ki ste obveznosti že opravili, imate danes športne aktivnosti <u>po lastni izbiri</u>.</p> | <p>Odrivna noga – ponovi</p> <p>Met Vorteksa - ponovi</p>  | <p><b>VAJE ZA MOČ mix</b> - delaj po lastnih zmožnostih</p> <p>OGREVANJE</p> <p>VADBA:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Počep 8x</li><li>- Skoki s kolebnico 10x</li><li>- Veslanje s palico 5x</li><li>- Trebušnjaki 10x</li><li>- Bočni poskoki 10x</li><li>- Perutnička 8x</li></ul> <p>RAZTEZNE VAJE</p> |
| <b>Video vsebina</b> | Klikni: <a href="#">OGREVANJE</a><br>Klikni: <a href="#">RAZTEZNE VAJE</a>  | Klikni: <a href="#">OGREVANJE</a><br>Klikni: <a href="#">ODRIVNA NOGA</a><br>Klikni: <a href="#">MET VORTEKSA</a><br>Klikni: <a href="#">RAZTEZNE VAJE</a> | Klikni: <a href="#">VAJE ZA MOČ mix</a>   |

# NIP ŠPORT

Pošlji mi svojo sliko, ko si športno aktiven/aktivna na mail: [vincec.renata1@gmail.com](mailto:vincec.renata1@gmail.com)

Danes naredi vaje za razvoj koordinacije, ki jih prikazuje učitelj Blaž:

## KOORDINACIJA

Ne pozabi na sproščanje mišic z žogico. Če je nimaš, naredi raztezne vaje.



**DVOMINUTNA  
SAMOMASAŽA ZA  
ODPRAVLJANJE  
NAPETOSTI IN BOLEČIN  
V HRBTU z žogico.**

Za masažo lahko uporabiš katero koli manjšo žogico. S tršo žogico, kot je teniška, bo masaža močnejša in zato bolj učinkovita.

Prilagodila: Katarina Bizjak Slanič  
Fotografije: <https://blog.paleohacks.com/>

Vir: Katarina Bizjak Slanič

# RAP ŠPORT

Gibanje na svežem zraku v skladu z navodili NIJZ (zdravstva).



V primeru slabega vremena ti predlagam, da

pokličeš svojega prijatelja ali prijateljico, kot vam bo v videu prikazal učitelj Bor:

[TELEFON](#)

Poskusiš na podoben način izračunati poljuben račun:

[KALKULATOR](#)

Predlagam tudi športne aktivnosti po lastni izbiri.



Športni pozdrav,  
učiteljica Renata