

INTERESNA DEJAVNOST – **ROKOMET** St. fantje in st. dekleta (35 ur)



Razred:

- Fantje (8. + 9. razred)
- Dekleta (8.+9. razred)

Cilji, ki jih želimo z dejavnostjo doseči:

- ✚ Razvijati gibalne sposobnosti
- ✚ Spopolnjevati tehnične in taktične elemente
- ✚ Razvijati sproščeno igro
- ✚ Razvijati medsebojno sodelovanje (» timski duh «)
- ✚ Spodbujati zdravo tekmovalnost
- ✚ Spoštovati pravila športnega obnašanja

PROGRAM :

Vsebina (po posameznih sklopih)	Čas	Število planiranih ur
<p>➤ <u>Učenje in vadba rokometne tehnike :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Vodenje žoge • Sprejemanje žoge • Podajanje žoge • Strel na gol • Preigravanje 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ september ▪ oktober ▪ november ▪ december 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 10
<p>➤ <u>Učenje in vadba rokometne taktike – taktični elementi :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Pravila • Igra v obrambi (pokrivanje, varovanje, conska in posamezna obramba) • Igra v napadu (odkrivanje, blokada, igra na krožnega napadalca , protinapad...) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ september ▪ oktober ▪ november ▪ december 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 10
<p>➤ <u>Igra :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Igra 7:7 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ september ▪ oktober ▪ november ▪ december 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 10
<p>➤ Udeležba na medobčinskem rokometnem tekmovanju (približno 12 učenk in učencev)</p> <p>➤ Udeležba na regijskem tekmovanju (ekipa šole)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ November ▪ December ▪ Januar 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 5