**NASTAVA TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE U VIRTUALNOM OKRUŽENJU**

**A – teorija (povijest sporta, olimpizam, pravila sportskih igara)**

Prije svega bih želio napomenuti da je jedna od najvećih kvaliteta ovog predmeta ta da se njegovo djelovanje učenicima ne dodaje na njihovo dnevno opterećenje, već se oduzima od istoga. Sadržaji ovoga tipa biti će smanjeni na najmanju moguću mjeru.

**B – praćenje učenika pomoću sport trackera (ENDOMONDO)**

Prije 2 godine učenici naše škole umreženi su sa Under Armourovom aplikacijom ENDOMONDO. Sprijateljeni su sa profilom školskog kluba i međusobno. Njihove aktivnosti su viđene, a i oni se vide međusobno. Ishod je praćenje vanškolskih postignuća (pješačenje, trčanje, biciklizam, planinarenje itd.)

Ovdje će biti primijenjen strogo individualni pristup, s obzirom na mjesto stanovanja učenika i svakako aktualiziran sa trenutačnim propisanim naputcima o izolaciji. Učenici koji nisu umreženi u Endomondo aplikaciji dobiti će potrebne tutoriale za pristup.

**C – Fitness Blender (online workouts company)**

Rutine i trenažni operatori na YouTubeu, razvrstane po topološkim skupinama. Sa timerima i zvučnim signalima na ekranu.

**D – gledanje sportskih poučnih filmova**

Gledanje biografskog filma o Draženu Petroviću, Janici Kostelić i sl. Nakon toga diskusija u virtualnoj učionici.

Kombinacija ova četiri gore navedena poglavlja čini okvirni plan predmeta TZK u virtualnom okruženju.

Sportski pozdrav,

Mladen Nedov, prof.,savj.