

ОШ „Први мај“, Влајковци

ГОДИШЊИ (ГЛОБАЛНИ) ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА

за школску 2021/2022. годину

Наставни предмет: ФИЗИЧКО И ЗДРАВСТВЕНО ВАСПИТАЊЕ

Разред: трећи

Одељење: III₂

Недељни фонд часова: 3

Годишњи фонд часова: 108

План урађен на основу Правилника објављеног у „Сл. Гласнику РС“ - Просветни гласник, број 5/2019 и 1/2020.

ОБЛАСТ/ТЕМА		МЕСЕЦ										ОБУЧА ВАЊЕ	УВЕЖ БАВА ЊЕ	СВЕГА
		IX	X	X I	XI I	I	II	III	I V	V	V I			
1.	ФИЗИЧКЕ СПОСОБНОСТИ Батерија тестова за праћење физичког развоја и моторичких способности	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	НА СВИМ ЧАСОВИМА		
										2	4	66		
2.	МОТОРИЧКЕ ВЕШТИНЕ, СПОРТ И СПОРТСКЕ ДИСЦИПЛИНЕ													
	1. Атлетика	7	3	3		3		1	7	6		11	19	30
	2. Спортска гимнастика	2		4	5	3	3	7	3	1		14	14	28
	3. Основе тимских, спортских и елементарних игара	5	6	2	2	3		3			3	9	15	24
	4. Плес и ритмика		3	1	6		2	1	2		1	8	8	16
	5. Полигони		1		1			1			1		4	4
3.	ФИЗИЧКА И ЗДРАВСТВЕНА КУЛТУРА													
	1. Култура вежбања и играња	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	НА СВИМ ЧАСОВИМА		
	2. Здравствена култура													
УКУПНО		14	13	10	14	9	5	13	12	9	9	42	66	108

Р.БР.	ОБЛАСТ/ТЕМА	МЕЂУПРЕДМЕТН Е КОМПЕТЕНЦИЈЕ	СТАНДАРДИ ПОСТИГНУЋА УЧЕНИКА	ИСХОДИ
1.	ФИЗИЧКЕ СПОСОБНОСТ И	- КОМПЕТЕНЦИЈА ЗА ЦЕЛОЖИВОТНО УЧЕЊЕ - ЕСТЕТСКА КОМПЕТЕНЦИЈА - БРИГА ЗА ЗДРАВЉЕ	ФВ.1.1.1.Унапређује моторичке способности ФВ.1.1.2.Правилно изводи једноставније вежбе обликовања, са и без реквизита ФВ.1.1.3.Разуме значај правилног држања тела за здравље ФВ.2.1.1.Примењује самостално научени комплекс јутарње гимнастике ФВ.3.1.1.Правилно изводи најмање један комплекс вежби обликовања и приказује вежбе за поједине делове тела	- примени једноставне двоставне општеприпремне вежбе (вежбе обликовања); - прати промене у тежини и висини код себе и других; мај - коригује сопствено држања тела на основу савета наставника; - правилно држи тело;
2.	МОТОРИЧКЕ ВЕШТИНЕ, СПОРТ И СПОРТСКЕ ДИСЦИПЛИНЕ	- КОМПЕТЕНЦИЈА ЗА ЦЕЛОЖИВОТНО УЧЕЊЕ - ВЕШТИНА КОМУНИКАЦИЈЕ - РЕШАВАЊЕ ПРОБЛЕМА - ЕСТЕТСКА КОМПЕТЕНЦИЈА - ВЕШТИНА САРАДЊЕ	ФВ.1.2.1.Правилно трчи варијантама технике трчања на кратке, средње и дуге стазе и мери резултат ФВ.1.2.2.Зна правилно да скаче удаљ згрчком варијантом технике и мери дужину скока ФВ.1.2.3.Зна правилно да скаче увис варијантом технике маказице ФВ.1.2.4.Правилно изводи вежбе на тлу ФВ.1.2.5.Правилно изводи вежбе на греди и шведској клупи	- правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања; - комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу; - одржава равнотежу у различитим кретањима; - правилно подиже, носи и спушта терет; - изведе кретања, вежбе и саставе уз музичку пратњу; - изведе дечји и народни плес; - правилно изводи и контролише покрете у различитим кретањима;

			ФВ.1.2.6.Познаје правила спортских елементарних игара ФВ.2.2.1.Правилно изводи прескоке ФВ.2.2.2.Правилно изводи вежбе на вратилу ФВ.2.2.3.Игра Мини - рукомет, “Футсал”- мали фудбал и “Између четири ватре”, примењујући основну технику, неопходна правила и сарађује са члановима екипе изражавајући сопствену личност уз поштовање других ФВ.2.2.4.Правилно изводи основне ритмичке вежбе са лоптом и вијачом ФВ.2.2.5.Правилно изводи плес и народно кола предвиђена за трећи разред ФВ.3.2.1.Игра Мини - рукомет, “Футсал”- мали фудбали “Између четири ватре”, примењујући виши ниво технике, већи број правила, једноставније тактичке комбинације и уз висок степен сарадње са члановима екипе изражава сопствену личност уз поштовање других	
3.	ФИЗИЧКА И ЗДРАВСТВЕНА КУЛТУРА	- ВЕШТИНА КОМУНИКАЦИЈЕ - ВЕШТИНА ЗА ЖИВОТ У ДЕМОКРАТСКОМ ДРУШТВУ - ЕСТЕТСКА КОМПЕТЕНЦИЈА	ФВ.1.3.1.Зна основне појмове везане за физичко вежбање ФВ.1.3.2.Познаје основна начела безбедности у сали, на игралишту и учионици ФВ.1.3.3.Примењује здравствено-хигијенске мере	- користи терминологију вежбања; - поштује правила понашања на вежбалиштима; - поштује мере безбедности током вежбања; - одговорно се односи према објектима, справама и реквизитима; - примени правила игре; - навија и бодри учеснике у игри на начин који никога не вређа;

		- ВЕШТИНА САРАДЊЕ - БРИГА ЗА ЗДРАВЉЕ	ФВ.2.3.1.Зна основна правила Мини - рукомета, “Футсала” и “Између четири ватре” ФВ.2.3.2.Позитивно вреднује успешне потезе и уложени труд свих учесника у игри, уз подстицање свих учесника у игри ФВ.3.3.1.Зна утицај физичког вежбања	- прихвати победу и пораз као саставни део игре и такмичења; - уредно одлаже своје ствари пре и након вежбања и у другим ситуацијама; - препозна здравствено стање када не треба да вежба; - примењује здравствено - хигијенске мере пре, у току и након вежбања и у другим животним ситуацијама; - уредно одржава простор у коме живи и борави; - користи здраве намирнице у исхрани; - повезује различита вежбања са њиховим утицајем на здравље; - препозна лепоту покрета у вежбању; - се придржава правила вежбања; - вреднује сопствена и туђа постигнућа у вежбању;
--	--	---	--	---

Одељењски старешина:
 Тијана Милисављевић III₂