

Недела 4 Датум: број на час 7		ПРВО ПОЛУГОДИЕ Тема 1: 8.1 Сили и движење Единица: Брзини и растојанија			Одделение VIII
Време	Цели на учење	Критериуми за успех	Активности		Доказ за постигнатото
			Опис	Форми	
5	Пресметува средна брзина и средно забрзување  Прави едноставни пресметувања	Можам да пресметам средна брзина и средно забрзување  Можам да правам едноставни пресметувања	Наставникот ги истакнува критериумите за успех. Поставува прашања преку кои се повторува наученото од претходниот час. Бара од учениците да ја напишат формулата за пресметување брзина. Проверува дали разбираат едноставни пресметки (пр. Која е брзината ако лицето поминува 4 метри за 2 секунди?).	Ц	Усни одговори на учениците  Дискусија  Заклучоци,  Точно извршени пресметки
30	Идентификува трендови и шаблони во резултатите (корелациите).  Толкува податоци од секундарни извори.  Пресметува средна брзина и средно забрзување	Можам да видам трендови во резултатите и да извлечам заклучок  Можам да толкувам податоци од секундарни извори.  Можам да пресметам средна брзина и средно забрзување	Наставникот им дава на учениците податоци за машкиот и женскиот светски рекорд во различни дисциплини.  Учениците ги користат податоците за да ја пресметаат средната брзина за секое растојание. Тие ги организираат податоците во табела или електронска табеларна пресметка.  Наставникот ги поставува следните прашања:  Дали средната брзина е побрза на пократки или подолги растојанија? Колку се побрзи најбрзите мажи од најбрзите жени?	Г=4  Г=4  Ц	Податоци за светските рекорди кај мажи и жени за следниве дисциплини: 100m, 200m, 400m, 800m, 1000m, 1500m, 5000m, 10000m, маратон (42.195 m).  Електронски табели (ако се достапни). На учениците може да им се даде да направат електронска табеларна пресметка  Точно извршени пресметки

			<p>Учениците ги користат резултите за да одговорат на поставените прашања.</p> <p>Наставникот развива дискусија по следното прашање: <i>Дали мислите дека спринтерите трчаат со иста брзина на секоја точка од патеката?</i></p> <p>Потоа го воведува поимот моментална брзина.</p>		или обична табела за пополнување.	
5	Извлекува заклучоци.	Можам да извлекувам правилен заклучок	<p>Се извлекува заклучок дека брзината може да се споредува долж различни растојанија и времиња. Може да се направат обични или електронски табели за да се организира и анализира голема количина податоци.</p>	Ц		Активноста на ученикот воекот на целиот час
<b>Организација Детали за диференцијација/ групи/ улога на возрасен ( поврзано со активностите)</b>			<b>Забелешки / можности за проширување/ домашна работа</b>			<b>Клучна терминологија</b>
<p><b>Вовед:</b> Организација на цела паралелка. Дискутирање со учениците за предзнаењата што ги имаат за брзина</p> <p><b>Групна активност:</b> Групите добиваат исти активности, кои учениците може да ги извршуваат и независно.</p> <p>Наставникот набљудува, дава поддршка и по потреба ја помага работата на учениците.</p>			<p><b>Проширување на знаењата на учениците кои завршиле:</b></p> <p>Домашна работа –прашања и задачи пр.од учебник или работен лист</p>			<p>брзина</p> <p>просечна</p> <p>растојание</p> <p>време</p> <p>табеларни пресметки средна</p> <p>моментална</p> <p>брзина</p>

## Светски рекорди кај мажи

Дисциплина	Рекорд	Атлетичар	Датум	Нагпревар	Место
<a href="#">100 m (razvoj)</a>	9.58 (+0,9 m/s)	 <a href="#">Usain Bolt</a>	16. 8. 2009.	<a href="#">Svetsko prvenstvo</a>	 <a href="#">Berlin</a>
<a href="#">200 m (razvoj)</a>	19.19 (-0,3 m/s)	 <a href="#">Usain Bolt</a>	20. 8. 2009.	<a href="#">Svetsko prvenstvo</a>	 <a href="#">Berlin</a>
<a href="#">400 m (razvoj)</a>	43.03	 <a href="#">Wayde van Niekerk</a>	14. 8. 2016.	<a href="#">Olimpiski igri</a>	 <a href="#">Rio de Janeiro</a>
<a href="#">800 m (razvoj)</a>	1:40.91	 <a href="#">David Rudisha</a>	9. 8. 2012.	<a href="#">Olimpiski igri</a>	 <a href="#">London</a>
<a href="#">1000 m (razvoj)</a>	2:11.96	 <a href="#">Noah Ngeny</a>	5. 9. 1999.	<a href="#">Miting vo Rieti</a>	 <a href="#">Rieti</a>
<a href="#">1500 m (razvoj)</a>	3:26.00	 <a href="#">Hicham El Guerrouj</a>	14. 7. 1998.	<a href="#">Golden Gala</a>	 <a href="#">Rim</a>
<a href="#">5000 m (razvoj)</a>	12:37.35	 <a href="#">Kenenisa Bekele</a>	31. 5. 2004.	<a href="#">Fanny Blankers-Koen Games</a>	 <a href="#">Hengelo</a>
<a href="#">10.000 m (razvoj)</a>	26:17.53	 <a href="#">Kenenisa Bekele</a>	26. 8. 2005.	<a href="#">Memorijal Van Damme</a>	 <a href="#">Bruxelles</a>

## Светски рекорди кај жени

Disciplina	Rekord	Atletičarka	Datum	Natprevaruvanje	Mesto
<a href="#">100 m (razvoj)</a>	10.49	 <a href="#">Florence Griffith Joyner</a>	16. 7. 1988.	<a href="#">Amerikanski olimpiski kvalifikacii</a>	 <a href="#">Indianapolis</a>
<a href="#">200 m (razvoj)</a>	21.34	 <a href="#">Florence Griffith Joyner</a>	29. 9. 1988.	<a href="#">Olimpiski igri</a>	 <a href="#">Seoul</a>
<a href="#">400 m (razvoj)</a>	47.60	 <a href="#">Marita Koch</a>	6. 10. 1985.	<a href="#">Svetski kup</a>	 <a href="#">Canberra</a>
<a href="#">800 m (razvoj)</a>	1:53.28	 <a href="#">Jarmila Kratochvílová</a>	26. 7. 1983.		 <a href="#">München</a>
<a href="#">1000 m (razvoj)</a>	2:28.98	 <a href="#">Svjetlana Masterkova</a>	23. 8. 1996.	<a href="#">Memorijal Van Damme</a>	 <a href="#">Bruxelles</a>
<a href="#">1500 m (razvoj)</a>	3:50.07	 <a href="#">Genzebe Dibaba</a>	17. 7. 2015.	<a href="#">Herculis</a>	 <a href="#">Monako</a>
<a href="#">5000 m (razvoj)</a>	14:11.15	 <a href="#">Tirunesh Dibaba</a>	6. 6. 2008.	<a href="#">Bislett igri</a>	 <a href="#">Oslo</a>
<a href="#">10.000 m (razvoj)</a>	29:17.45	 <a href="#">Almaz Ayana</a>	12. 8. 2016.	<a href="#">Olimpiski igri</a>	 <a href="#">Rio de Janeiro</a>

Изработила: Цвета Андреска ОУ „Ванчо Николески“-Лескоец

Дисциплина	Рекорд Мажи	Рекорд жени	Средна брзина (мажи)	Средна брзина (жени)
<a href="#">100 m</a>				
<a href="#">200 m</a>				
<a href="#">400 m</a>				
<a href="#">800 m</a>				
<a href="#">1000 m</a>				
<a href="#">1500 m</a>				
<a href="#">5000 m</a>				
<a href="#">10000 m</a>				

