

Предмет: Физичко и здравствено образование					
Тема: Спортски игри		Вкупно часови 52		Време за реализација:	
Изготвиле: Стручен актив на IV одделение				Од Битола	
Адаптирале:				Од ООУ:	
содржини (и поими)	стандарди за оценување	часови	активности	средства	следење на напредокот
Ракомет Основни ракометни ставови и движење (ракомет, топка мрежа, гол, додавање, водење, шутирање, игра, правила)	Применува паралелен и дијагонален ракометен став во место и движење.	3	Учениците изведуваат основни ракометни ставови во место и движење во разни правци Учениците изведуваат техника на држење на топка во основни ставови држење на топка со две и една рака; Учениците изведуваат кружни движења со топка околу телото, главата и нозете.	топка	Практични изведби; Координација во простор; Брзина на усвојување на зададено барање; Степен на совладана техника; Соработка со наставник и соученици; Придржување кон правила на игра
Примање и додавање на топка	Изведува основна техника на примање и додавање на топка во место и движење.	3	Учениците, поделени во парови и групи, изведуваат додавање и примање на топка во место, Учениците изведуваат тркалање на топка по подлога во висина на гради, над глава и одбиена од подлога Учениците изведуваат додавање и примање на топка одбиена од ѕид (во висина на гради, над глава и одбиена од подлога).	топка	
Ракометно водење.	Изведува праволинско о водење во	2	Учениците изведуваат водење на топка во место и праволинско движење (со подобрата, со послабата рака и наизменично	топка	

	место, одење и трчање		– комбинирано, со помала и поголема брзина). Учениците изведуваат змијулесто водење на топка во разни правци (помеѓу поставени пречки, со различна брзина во одење и трчање).		
Шутирање во гол.	Изведува шутирање на гол од место	2	Учениците изведуваат шут на гол од место (со подобрата и послабата рака, од помала и поголема далечина). Учениците изведуваат шут на гол со погодување на одредена цел со подобрата и послабата рака	обрач, маркер, мал гол, голем гол, хоризонтални и вертикални мети.	
Мини ракомет.	Применува основни елементи во игра (мини ракомет).	3	Учениците изведуваат штафетни и елементарни игри со усвоени елементи од ракомет (додавање, примање, водење, погодување на цел, во комбинација со елементи од други спортови). Учениците во движење изведуваат додавање на топка (основни додавања и примање на различни растојанија и со различна брзина). Учениците играат мини ракомет 3 : 3 и 4 : 4, со примена на научени елементи		Практична изведба Примена на елементарни правила
Кошарка Основни кошаркарски ставови и движења (кошарка, кош, додавање, прифаќање, водење топка, двочекор, игра, правила на игра)	Применува паралелен и дијагонален кошаркарски став во место и движење	2	Учениците изведуваат основни кошаркарски ставови во место и движење во разни правци – хоризонтално, дијагонално со различно темпо Учениците изведуваат кошаркарска техника на држење на топка во ставови (држење на топка со две и една рака, кружење со топка околу телото, главата и нозете).	Топка, кош, обрач, хоризонтални и вертикални мети	Практични изведби; Координација во простор; Брзина на усвојување на зададено барање; Степен на совладана техника; Соработка со наставник и

					соученици; Придржување кон правила на игра
Фаќање и додавање на топка	Изведува основна техника на примање и додавање на топка во место и движење	3	Учениците изведуваат додавање и примање на топка во место (со тркалање на топка по подлога, во висина на гради, над глава и одбиена од подлога, со две и една рака). Учениците изведуваат додавање и примање на топка во место одбиена од ѕид (во висина на гради, над глава и одбиена од подлога, со две и една рака).	топка	
Кошаркарско водење	Изведува праволинско водење во место, одење и трчање	3	Учениците изведуваат кошаркарско водење на топка во место и движење (со подобрата и послабата рака, наизменично и комбинирано со промена на брзината). Учениците изведуваат змијулесто водење на топка и во разни правци (помеѓу поставени пречки, со командно насочување соразлична брзина).	топка	
Шутирање во кош	Изведува шутирање во кош од место	3	Учениците изведуваат шут во кош од место (на ниско поставен кош од различна далечина). Учениците изведуваат шут во кош со двочекор Учениците изведуваат шут во кош (од различни позиции и далечини).	топка / кош	
Мини кошарка	Применува основни елементи во игра (мини кошарка).	3	Учениците изведуваат штафетни и елементарни игри со усвоени елементи од кошарката (додавање, примање, водење, шут во кош, во комбинација со елементи од други спортови). Учениците играат мини кошарка 2 : 2 и 3 : 3 со примена на научени елементи /		

			Натпревар (примена на елементарни правила).		
Одбојка Основни одбојкарски ставови и движења (одбојка, топка, одбивање, техники на одбивање со прсти, подлактица, „чекан“)	Применува паралелен и дијагонален одбојкарски став во место и движење.	2	Учениците изведуваат основни одбојкарски ставови во место Учениците изведуваат движење во разни правци.		Практични изведби; Координација во простор; Брзина на усвојување на зададено барање; Степен на совладана техника; Соработка со наставник и соученици; Придржување кон правила на игра
Одбивање топка.	Изведува правилно поставување и основна техника на одбивање на топка со прсти и подлактица.	3	Учениците индивидуално со потфрлување изведуваат одбивање на топка со прсти над глава (во слободен простор одбиваат топка со потфрлување на различни висини). Учениците изведуваат потфрлување и одбивање на топка преку техника на одбивање на топка со подлактици – „чекан“ Учениците индивидуално изведуваат одбивање на топка со прсти одбиена од сид (одбивање со постепено зголемување на дистанцата од сидот).	Топка	

	Изведува основна техника на одбивање на топка со прсти и подлактица преку мрежа на помала висина.	2	Учениците изведуваат додавање на топка со подлактици, во парови и во групи (на различни растојанија) Учениците во парови, тројки и во поголема група изведуваат одбивање на топка со прсти и подлактици (активноста може да се реализира без мрежа и преку ниско поставена мрежа).		
Школско сервирање	Изведува основна техника на школски сервис.	3	Учениците изведуваат школски сервис на помало и поголемо растојание во сид Учениците изведуваат школски сервис во парови без и преку ниско поставена мрежа).	Топка / мрежа	
Мини одбојка	Применува основни елементи во игра на мрежа (мини одбојка)	2	Учениците играат мини одбојка 2 : 2 и 3 : 3, со примена на научени елементи	Топка / мрежа	Примена на елементарни правила
Фудбал Примање и додавање на топка (фудбал, топка, гол, примање додавање – „полн рис“ - водење на топка	Изведува основна техника на примање и додавање на топка.	3	Учениците изведуваат елементарна техника на додавање и примање на топка во фудбал со внатрешниот дел на стапалото (на помало и поголемо растојание од сид, индивидуално и во парови). Учениците изведуваат додавање и примање на топка со средниот дел на стапалото – „полн рис“ (на помало и поголемо растојание од сид, индивидуално и во парови).	Топка, гол, конуси, обрачи / хоризонтални и вертикални мети	Практични изведби; Координација во простор; Брзина на усвојување на зададено барање; Степен на совладана техника; Соработка со наставник и соученици; Придржување кон правила на игра

Водење на топка	Изведува праволинско о водење на топка во водење и трчање.	3	Учениците изведуваат праволинско водење на топка со средниот дел на стапалото (на помало и поголемо растојание и со помала и поголема брзина). Учениците изведуваат змијулесто водење на топка со внатрешниот дел на стапалото (на помало и поголемо растојание и со помала и поголема брзина). Учениците изведуваат комбинирано водење на топка со поставени пречки во даден простор		
Жонглирање	Изведува жонглирање со нозе.	1	Учениците изведуваат жонглирање со десна и лева нога (индивидуално жонглирање во слободен простор според можностите).		
Шутирање во гол	Изведува шутирање на гол од место.	3	Учениците изведуваат шут на гол од место со средниот и внатрешниот дел на стапалото од различни растојанија Учениците изведуваат шут на гол со мал залет Учениците изведуваат шут на гол со погодување на одредена цел - (обрач, маркер, мал гол, голем гол, хоризонтални и вертикални мети).	топка / гол	
Мини фудбал	Применува основни елементи во игра (мини фудбал).	3	Учениците изведуваат штафетни и елементарни игри со усвоени елементи од фудбал (штафетни игри со додавање, примање, водење, погодување на цел, елементарни игри, на пример, „игра во средина“), Учениците играат мини фудбал 2 : 2, 3 : 3 и 4 : 4, со примена на елементарни правила. / Натпревар	Топка, спортски реквизити, препреки и сл.	Практични изведби на терен со почит кон елементарни правила на игра