Предмет: Физичко и здравствено образование					
Тема: Спортски игри Вкупно часови 58 Време за реализација:					
Изготвиле:				Од ООУ:	
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 при изведба на елементи од ракометната техника (примање, додавање, водење, шутирање). Изведува техники на шутирање во гол од место и во одење.	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 техники на примање и додавање топка во место и движење во парови.	3	Учениците, поделени во парови и групи, изведуваат додавање и примање на топка во место, Учениците изведуваатсо тркалање на топка по подлога во висина на гради, над глава и одбиена од подлога Учениците изведуваат	топка	

resursi.literatura.mk

			додавање и примање на топка одбиена од ѕид (во висина на гради, над глава и одбиена од подлога).		
Ракометно водење.	Изведува техники на праволиниско ракометно водење во одење и трчање со промена на брзина	3	Учениците изведуваат водење на топка во место и праволиниско движење (со подобрата, со послабата рака и наизменично – 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).	топка	
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 ракометни елементи во игра со примена на елементарни правила.	3	Учениците изведуваат штафетни и елементарни игри со усвоени елементи од ракомет (додавање, примање, водење, погодување на цел, во		Практична изведба Примена на елементарни правила

			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		
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 при изведба на елементи од кошаркарската игра (примање, додавање, водење и шутирање). Изведува техники на праволиниско кошаркарско водење во место и движење со промена на правец и брзина со застанување. Изведува техника на шутирање во кош од место и од движење	4	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

	со застанување. • Применува кошаркарски елементи во игра на еден и два коша со примена на елементарни правила				
Фаќање и додавање на топка	Изведува техники на примање и додавање топка во место и движење во парови.	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 техники на примање и додавање топка во место и движење во парови	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	топка	

			змијулесто водење на топка и во разни правци (помеѓу поставени пречки, со командно насочување соразлична брзина).		
Шутирање во кош	Изведува техники на праволиниско кошаркарско водење во место и движење со промена на правец и брзина со застанување. 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	Применува		Учениците изведуваат		Практични изведби ; Координација во

resursi.literatura.mk

Основни одбојкарски ставови и движења (одбојка, топка, одбивање, техники на одбивање со прсти, подлактица,„чекан)	паралелен и дијагонален одбојкарски став во место и движење.	3	основни одбојкарски ставови во место Учениците изведуваат движење во разни правци.		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 ѕид (одбивање со постепено зголемување на дистанцата од ѕидот).	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 ѕид 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)	3	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,	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	Топка, гол, конуси, обрачи / хоризонтални и вертикални мети	Практични изведби ; Координација во простор; Брзина на усвојување на зададено барање; Степен на совладана техника;

resursi.literatura.mk

гол, примање додавање – „полн рис „ - водење на топка			ѕид, индивидуално и во парови). Учениците изведуваат додавање и примање на топка со средниот дел на стапалото – „полн рис" (на помало и поголемо растојание од ѕид, индивидуално и во парови).		Соработка со наставник и соученици; Придржување кон правила на игра
Водење на топка	Изведува праволиниско водење на топка во одење и трчање.	3	Учениците изведуваат праволиниско 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.	2	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