




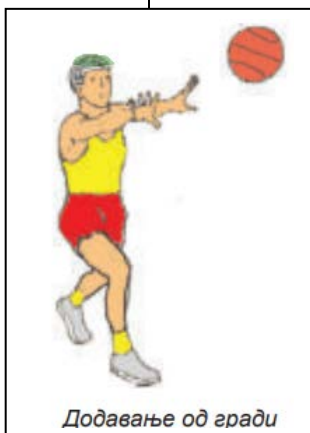
содржини (и поими)	стандарди за оценување	часови и дата на реализација	сценарио за часот	средства	следење на напредокот
<p>Кошарка - Основни кошаркарски ставови (паралелен и дијагонален).</p>	<p>Се поставува и применува основен паралелен и дијагонален кошаркарски став во место.</p>	<p>1</p>	<p>Воведни активности: Организирано собирање на учениците. Општо загревање: „Брканица“: Учениците се распоредени слободно низ просторот. Зависно од бројот на учениците во група се назначува еден или два ученици кои ќе бркаат. На знак на наставникот сите ученици трчаат слободно низ просторот. Ученикот кој брка треба да фати некој од соучениците кои бегаат. Ученикот кој ќе биде фатен продолжува да брка. Учениците изведуваат комплекс на вежби за обликување на телото. Најавување на целта (8 мин.)</p> <p>Главна активност: Учениците се запознаваат со основните кошаркарски ставови: паралелен и дијагонален.</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  <p>Паралелниот кошаркарски став</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>Дијагоналниот кошаркарски став</p> </div> </div> <p>Паралелен став: Стапалата се поставени паралелно, просторот меѓу нив е малку поширок од рамењата. Тежината на телото е рамномерно распоредена на предниот дел од двете стапала, а нозете во колената се благо свиени. Трупот е малку наведен нанапред, едната рака се поставува кон топката, а другата каде што се упатува додавањето.</p> <p>Дијагонален став: Стапалата се поставени косо (дијагонално) во однос на правецот на движење. Колената се свиткани, трупот е исправен нанапред. Предната рака е високо подигната, другата е</p>		<p>-практичната изведба на активностите за време на часот; - активната вклученост за време на часот; - соработката со соучениците во изведување на активностите; -почитувањето на правилата на однесување во спортска сала.</p>

		<p>во правец на задното колено. Движењето во паралелен став е бочно и учениците треба да внимаваат да не дојде до вкрстување на нозете и приближување на стапалата. Кај дијагоналниот кошаркарски став учениците се движат напред, назад. Учениците изведуваат основни кошаркарски ставови во место и движење. (22 мин.) Завршна активност: Учениците се наоѓаат слободно распоредени по вежбалиштето. Стапалата се во природен расчекорен став, а рацете се пред телото. Учениците изведуваат подигнување на рацете над главата и длабоко вдишуваат, ги задржуваат воздухот и положбата на рацете 2-3 секунди, а потоа ги враќаат рацете покрај телото и изведуваат издишување. (5 мин.) Рефлексија: Што работевме на овој час? Што научивме? Како се чувствувате? Дали применувате паралелен кошаркарски став? Дали применувате дијагонален кошаркарски став?... (Прашањата наставникот може да ги менува и да ги прилагоди како би добил реална слика за совладаноста на поставените стандарди) (5 мин.)</p>		
--	--	---	--	--

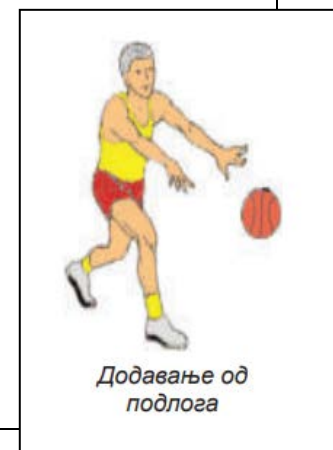
содржини (и поими)	стандарди за оценување	часови и дата на реализација	сценарио за часот	средства	следење на напредокот
<p>Кошарка - Основни кошаркарски ставови (паралелен и дијагонален).</p>	<p>Се поставува и применува основен паралелен и дијагонален кошаркарски став во место.</p>	<p>1</p>	<p>Воведни активности: Организирано собирање на учениците. Општо загревање: „2 круга со брзо одење и 2 круга трчање“. Учениците изведуваат комплекс на вежби за обликување на телото. Најавување на целта (10 мин.) Главна активност: Учениците се запознаваат со техниката на држење на кошаркарска топка со две раце. Топката се држи во висина на градите, рацете се свиени во лактите. Левата шепа се поставува на едната, а десната на другата страна на топката. Телото е во низок став, нозете се свиткани во колената.</p> <div data-bbox="757 663 1205 1098" style="text-align: center;">  <p>Држење на топката</p> </div> <p>Учениците изведуваат кошаркарска техника на држење на помала кошаркарска топка во ставови (држење на топка со две раце). Учениците се наредени во 4 групи. Две групи се со топка и вежбаат правилно држење на топка и став на тело, а другите 2 групи вежбаат паралелен и дијагонален кошаркарски став. На даден знак се менуваат улогите. (20 мин.) Завршна активност:</p>	<p>Помали и поголеми топки за спортски игри (кошаркарски).</p>	<p>-практичната изведба на активностите за време на часот; - активната вклученост за време на часот; - соработката со соучениците во изведување на активностите; -почитувањето на правилата на однесување во спортска сала.</p>

			<p>Учениците се поставени во две колони. Првиот ученик од колоната држи топка со двете раце. На даден знак ја подава топката меѓу нозете на ученикот зад него, вториот на третиот... и така до крај на колоната (топката не смее да падне на подлогата). Потоа се вртат за 180° и го повторуваат истото. Победува онаа екипа што прва ќе ја заврши задачата. (5 мин.)</p> <p>Рефлексија: Што работевме на овој час? Што научивме? Како се чувствувате? Дали правилно ја применувате техниката на држење на кошаркарската топка во ставови?... (Прашањата наставникот може да ги менува и да ги прилагоди како би добил реална слика за совладаноста на поставените стандарди) (5 мин.)</p>		
--	--	--	---	--	--

содржини (и поими)	стандарди за оценување	часови и дата на реализација	сценарио за часот	средства	следење на напредокот
<p>Кошарка - Основно фаќање/приемање и додавање на топка (во висина на гради, глава и над глава).</p>	<p>Соодветно се поставува при изведба на фаќање/приемање и додавање на топка во место во висина на гради.</p>	<p>1</p>	<p>Воведни активности: Организирано собирање на учениците. Општо загревање: „Рибарот и рипката“: Учениците се распоредени слободно низ просторот. Се назначува еден ученик кој ќе биде „рибар“, останатите ученици се „риби“ кои слободно се движат и трчаат во одреден означен простор. На знак на наставникот, „рибарот“ ги брка „рипките“. Ученикот кој ќе биде фатен или допрен од страна на „рибарот“ се фаќа за него за рака и заедно продолжуваат да ги бркаат останатите ученици. Заедно ловат следен ученик кој се фаќа за „рибарот“ и уловената „рипка“ и почнуваат да формираат мрежа. Учениците изведуваат комплекс на вежби за обликување на телото. Најавување на целта (10 мин.)</p> <p>Главна активност: Учениците се запознаваат со правилно додавање на топка со две раце. Додавањето се изведува со испружување на рацете напред и истовремено се прави чекор со едната нога напред. Учениците во парови вежбаат правилно држење и додавање на топка од гради. Учениците се запознаваат со техниката на додавање на топка од подлога. При додавањето топката се удира прецизно од подлогата за да се одбие до ученикот што треба да ја прифати топката. Учениците поделени во парови вежбаат додавање на топка со одбивање од подлога. Учениците формираат парови кои се слободно распоредени во просторот за вежбање еден спроти друг на околу 2 метри растојание. Секој пар има по една топка: Учениците ја држат топката со двете раце пред градите, ја додаваат топката кон</p>	<p>Помали и поголеми топки за спортски игри (кошаркарски).</p>	<p>-практичната изведба на активностите за време на часот; - активната вклученост за време на часот; - соработката со соучениците во изведување на активностите; -почитувањето на правилата на однесување во спортска сала.</p>



Додавање од гради

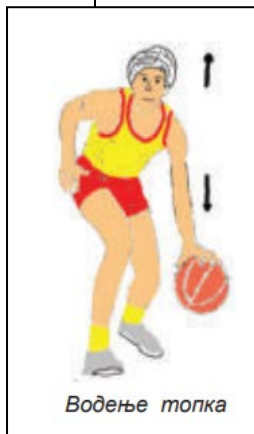


Додавање од подлога

			<p>партнерот, кој со испружување на рацете ја фаќа и ја привлекува топката кон гради. Исто, со постепено зголемување на растојанието.</p> <p>Вежбата се реализира и со додавање на топката од подлогата со постепено зголемување на растојанието. (20 мин.)</p> <p>Завршна активност:</p> <p>Учениците се наоѓаат слободно распоредени по вежбалиштето. Стапалата се во природен расчекорен став, а рацете се пред телото. Учениците изведуваат подигнување на рацете над главата и длабоко вдишуваат, ги задржуваат воздухот и положбата на рацете 2-3 секунди, а потоа ги враќаат рацете покрај телото и изведуваат издишување. (5 мин.)</p> <p>Рефлексија:</p> <p>Што работевме на овој час? Што научивме? Како се чувствувате? Дали правилно ја применувате техниката на додавање на топка од гради? Дали правилно ја додавате топката од подлога? ... (Прашањата наставникот може да ги менува и да ги прилагоди како би добил реална слика за совладаноста на поставените стандарди) (5 мин.)</p>		
--	--	--	---	--	--

содржини (и поими)	стандарди за оценување	часови и дата на реализација	сценарио за часот	средства	следење на напредокот
<p>Кошарка - Основно фаќање/приемање и додавање на топка (во висина на гради, глава и над глава).</p>	<p>Соодветно се поставува при изведба на фаќање/примање и додавање на топка во место во висина на гради.</p>	<p>1</p>	<p>Воведни активности: Организирано собирање на учениците. Општо загревање: „2 круга со брзо одење и 2 круга трчање“. Учениците изведуваат комплекс на вежби за обликување на телото. Најавување на целта (10 мин.) Главна активност: Учениците изведуваат додавање и примање на помала кошаркарска топка во место одбиена од сид (во висина на гради). На училишен сид со креда се црта правоаголник во форма на гол и се дели на 12 еднакви делови. Во секое поле се пишува по еден број и се така до бројот 12. Броевите се пишуваат измешано. Учениците се делат во две групи и се редат во две колони, оддалечени на растојание од 3 метри. Се шутира со раце. Учениците наизменично шутираат кон голот. Наставникот ги запишува поените кои ги освојуваат двете групи. Играта трае се додека една од групите не освои 51 поен. (20 мин.) Завршна активност: Учениците се слободно распоредени по вежбалиштето на нацртани линии на подлогата. На знак на наставникот заземаат едноножен став на линијата (другата нога е свиткана и потколеницата е зад телото, рацете имаат произволна положба) и го задржува колку што може подолго со помош на движења на телото и рацете. Победник е оној ученик што последен ќе го задржи едноножниот став на линијата. (5 мин.) Рефлексија: Што работевме на овој час? Што научивме? Дали играта ви беше интересна? Дали беше лесно да се погоди полето со 12 поени? Дали ви беше тешко да соберете 51 поен? Дали ви беше тешко додавањето и примањето на топка во место одбиена од сид? ... (Прашањата наставникот може да ги менува и да ги прилагоди како би добил реална слика за совладаноста на поставените стандарди) (5 мин.)</p>	<p>Помали и поголеми топки за спортски игри (кошаркарски). Креда</p>	<p>-практичната изведба на активностите за време на часот; - активната вклученост за време на часот; - соработката со соучениците во изведување на активностите; -почитувањето на правилата на однесување во спортска сала.</p>

содржини (и поими)	стандарди за оценување	часови и дата на реализација	сценарио за часот	средства	следење на напредокот
<p>Кошарка - Основно кошаркарско водење со (десна и лева рака).</p>	<p>Изведува праволиниско водење на топка во место и одење.</p>	<p>1</p>	<p>Воведни активности: Организирано собирање на учениците. Општо загревање: Учениците се наоѓаат во колона и на знак на наставникот почнуваат да трчаат околу означениот простор на вежбалиштето, задржувајќи ја цело време формацијата на колона. По одредено време, на договорен знак, наставникот задава задачи кои учениците за време на трчањето треба да ги извршуваат (на пр. скок во вис со плесок на дланките над глава, трчање со зафрлање на потколениците кон назад, трчање со високо подигнување на натколениците, странично трчање, трчање со исфрлање на потколениците кон напред...) Учениците изведуваат комплекс на вежби за оформување на телото. Најавување на целта (10 мин.)</p> <p>Главна активност: Учениците се запознаваат со техниката водење на топката во кошарката кое може да биде високо и ниско. Наставникот демонстрира водење на топката: ако топката се води со десната рака со истата се прави потискување на топката одозгора надолу кон подлогата. Левата рака се поставува во страна полусвиткана во лактот. Учениците стојат слободно распоредени во просторот за вежбање и секој има по една топка (или по 2 или 4 ученици со една топка кога вежбаат наизменично). Во фронтална организациска формација во мал расчекорен став (левата нога напред, десната назад), учениците ја водат топката со десната рака во место во континуитет, истото со другата рака со промена на ставот во расчекор, наизменично ја водат топката со десната и левата рака со промена на ставот, водење топка со десна рака со вртење околу себе во лево цел круг истото во спротивната страна, топката се води ниско, па високо (побавно и побрзо), топката се води со десната рака и лесно се движи слободно напред, назад во страна по 1 и 2 метра. Слободна игра со топка.</p>	<p>Помали и поголеми топки за спортски игри (кошаркарски).</p>	<p>-практичната изведба на активностите за време на часот; - активната вклученост за време на часот; - соработката со соучениците во изведување на активностите; -почитувањето на правилата на однесување во спортска сала.</p>

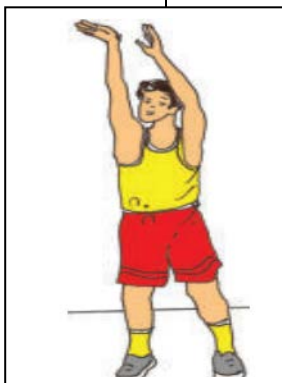


Водење топка

			<p>Учениците ја водат топките со рака. Наставникот ги набљудува движењата и креативноста: што, кој, колку и со кој може да работи. (20 мин.)</p> <p>Завршна активност: Учениците се слободно распоредени по вежбалиштето пред наставникот. Задачата е на зборот „НОК“ да бидат во положба на клек, а на зборот „ДЕН“ да заземат исправен став. Наставникот пробува да ги збунува учениците така што повремено изведува погрешни движење на кажаниот збор. Учениците што ќе заземат погрешна положба ја напуштаат играта. Победник е оној ученик што ги изведува задачите без грешка. (5 мин.)</p> <p>Рефлексија: Што работевме денес? Што научивте? Како се чувствувате? Дали применувате праволиниско водење на топка? ... (Прашањата наставникот може да ги менува и да ги прилагоди како би добил реална слика за совладаноста на поставените стандарди) (5 мин.)</p>		
--	--	--	--	--	--

содржини (и поими)	стандарди за оценување	часови и дата на реализација	сценарио за часот	средства	следење на напредокот
<p>Кошарка - Основно кошаркарско водење со (десна и лева рака).</p>	<p>Изведува праволиниско водење на топка во место и одење.</p>	1	<p>Воведни активности: Организирано собирање на учениците. Општо загревање: Учениците се наоѓаат слободно распоредени по вежбалиштето. Наставникот одредува еден ученик кој претставува „ловец“ кој има задача да ги лови останатите ученици. Првиот ученик што ќе го улови „ловецот“ станува нов „ловец“. Учениците изведуваат комплекс на вежби за обликување на телото. Најавување на целта (10 мин.)</p> <p>Главна активност: Учениците прво ќе повторат вежби за водење топка во место и движење со едната и со другата рака. Учениците се поделени во парови и секој пар има по една топка. Еден од учениците оди или слободно лесно трча по вежбалиштето (внимавајќи да не се судри со другите), а другиот ја води топката и го следи (топката ја водат со подобрата рака). По кратко време, паровите ги менуваат улогите. Од пет до шест ученици се тркаат на 10 метри водејќи топка со подобрата рака. (20 мин.)</p> <p>Завршна активност: Учениците се наоѓаат слободно распоредени по вежбалиштето. Стапалата се во природен расчекорен став, а рацете се пред телото. Учениците изведуваат подигнување на рацете над главата и длабоко вдишуваат, ги задржуваат воздухот и положбата на рацете 2-3 секунди, а потоа ги враќаат рацете покрај телото и изведуваат издишување. (5 мин.)</p> <p>Рефлексија: Што работевме на овој час? Што научивте? Како се чувствувавте? Дали применувате праволиниско водење на топка? Што ви беше најинтересно?... (Прашањата наставникот може да ги менува и да ги прилагоди како би добил реална слика за совладаноста на поставените стандарди) (5 мин.)</p>	<p>Помали и поголеми топки за спортски игри (кошаркарски).</p>	<p>-практичната изведба на активностите за време на часот; - активната вклученост за време на часот; - соработката со соучениците во изведување на активностите; -почитувањето на правилата на однесување во спортска сала.</p>

содржини (и поими)	стандарди за оценување	часови и дата на реализација	сценарио за часот	средства	следење на напредокот
<p>Кошарка - Основен шут во кош.</p>	<p>Изведува основна техника на шутирање во пониско поставен кош од место.</p>	<p>1</p>	<p>Воведни активности: Организирано собирање на учениците. Општо загревање: „Брканица“: Учениците се распоредени слободно низ просторот. Зависно од бројот на учениците во група се назначува еден или два ученици кои ќе бркаат. На знак на наставникот сите ученици трчаат слободно низ просторот. Ученикот кој брка треба да фати некој од соучениците кои бегаат. Ученикот кој ќе биде фатен продолжува да брка. Учениците изведуваат комплекс на вежби за обликување на телото. Најавување на целта (8 мин.)</p> <p>Главна активност: Учениците се запознаваат со техниката на фрлање топка во кош од место. Нозете се во расчекорен став. Ако се шутира со десна рака десната нога е напред и обратно. Телото е спуштено, колената свиткани, а тежината на предната нога. Топката се држи со двете раце свиткани на лактите и се подигнува малку над глава. Раката со која шутираме се испружува напред кон кошот. Наставникот демонстрира став на телото при шут на топката во кош од место. Учениците изведуваат шутирање во кош со помала кошаркарска од место на ниско поставен кош од помала далечина. Секој ученик треба да изведен неколку пати шут од место. (20 мин.)</p> <p>Завршна активност: Сите се во формација на круг. Наставникот избира еден ученик кој влегува во кругот и кому му се врзани очите. Ученикот со врзани очи неколкупати (2-3) се врти околу својата надолжна оска, потоа се движи кон учениците кои се поставени во круг. Кога ќе стигне до некој ученик од кругот, допирајќи му ги лицето и косата со дланките, пробува да открие за кој ученик се работи изговорувајќи го неговото име. Ако погоди кој е тој ученик, за награда останува уште еднаш во средината на кругот, а ако не го погоди името на ученикот, ги менуваат местата со него (на тој ученик му се врзуваат очите и тој доаѓа во средината на кругот). (7 мин.)</p>	<p>Помали и поголеми топки за спортски игри (кошаркарски). Ниско поставени кошови Марама</p>	<p>-практичната изведба на активностите за време на часот; - активната вклученост за време на часот; - соработката со соучениците во изведување на активностите; -почитувањето на правилата на однесување во спортска сала.</p>



			Рефлексија: Што работевме на овој час? Што научивте? Како се чувствувавте? Дали правилно ја применувате техниката на фрлање на топка во кош од место? Што ви беше најтешко? Како наученото ќе го примениме во секојдневниот живот? ... (Прашањата наставникот може да ги менува и да ги прилагоди како би добил реална слика за совладаноста на поставените стандарди) (5 мин.)		
--	--	--	--	--	--

содржини (и поими)	стандарди за оценување	часови и дата на реализација	сценарио за часот	средства	следење на напредокот
Кошарка - Основен шут во кош.	Изведува основна техника на шутирање во пониско поставен кош од место.	1	<p>Воведни активности: Организирано собирање на учениците. Општо загревање: Учениците се наоѓаат во колона и на знак на наставникот почнуваат да трчаат околу означениот простор на вежбалиштето, задржувајќи ја цело време формацијата на колона. По одредено време, на договорен знак, наставникот задава задачи кои учениците за време на трчањето треба да ги извршуваат (на пр. скок во вис со плесок на дланките над глава, трчање со зафрлање на потколениците кон назад, трчање со високо подигнување на натколениците, странично трчање, трчање со исфрлање на потколениците кон напред...) Учениците изведуваат комплекс на вежби за оформување на телото. Најавување на целта (10 мин.)</p> <p>Главна активност: Учениците се наредени во круг. Еден ученик демонстрира став на телото при шут од место, а другите ученици повторуваат (без топка). Учениците се поделени во мали групи. Секоја група има топка и обрач. Еден ученик го држи обрачот. Учениците ја фрлаат топката во обрачот и при тоа внимаваат топката да не го допре обрачот. Учениците изведуваат шутирање во кош со помала кошаркарска од место на ниско поставен кош од помала далечина. Секој ученик треба да изведен неколку пати шут од место. (20 мин.)</p> <p>Завршна активност: Учениците се наоѓаат слободно распоредени по вежбалиштето. Стапалата се во природен расчекорен став, а рацете се пред телото. Учениците изведуваат подигнување на рацете над главата и длабоко вдишуваат, ги задржуваат воздухот и положбата на рацете 2-3 секунди, а потоа ги враќаат рацете покрај телото и изведуваат издишување. (5 мин.)</p> <p>Рефлексија: Што работевме на овој час? Што научивте? Како се чувствувавте? Дали правилно ја применувате техниката на фрлање на топка во кош од место? Што ви беше најтешко? Како наученото ќе го примениме</p>	Помали и поголеми топки за спортски игри (кошаркарски). Ниско поставени кошови Обрачи	-практичната изведба на активностите за време на часот; - активната вклученост за време на часот; - соработката со соучениците во изведување на активностите; -почитувањето на правилата на однесување во спортска сала.

			во секојдневниот живот? ... (Прашањата наставникот може да ги менува и да ги прилагоди како би добил реална слика за совладаноста на поставените стандарди) (5 мин.)		
--	--	--	--	--	--

содржини (и поими)	стандарди за оценување	часови и дата на реализација	сценарио за часот	средства	следење на напредокот
<p>Кошарка</p> <p>- Основно кошаркарско водење со (десна и лева рака).</p> <p>- Основен шут во кош.</p>	<p>Изведува праволиниско водење на топка во место и одење.</p> <p>Изведува основна техника на шутирање во пониско поставен кош од место.</p>	1	<p>Воведни активности:</p> <p>Организирано собирање на учениците.</p> <p>Општо загревање: „Циклично трчање околу означен простор“:</p> <p>Учениците се наоѓаат во колона и на договорен знак почнуваат да трчаат околу означен простор на вежбалиштето задржувајќи ја цело време формацијата на колона. Учениците изведуваат комплекс на вежби за обликување на телото. Најавување на целта (7 мин.)</p> <p>Главна активност:</p> <p>Учениците се наредени во 2 колони со 4 топки. Првите 2 играчи во колоната имаат топка. Се вежба шут на ниско поставен кош од место, по шутот се зема топката и се дава на следниот играч. Секој ученик треба да изведен неколку пати шут од место.</p> <p>Од одредено растојание учениците ја водат топката со одење. Потоа застануваат на означено место и шутираат на кош. Играчот што шутира со трчање ја враќа топката. (23 мин.)</p> <p>Завршна активност:</p> <p>Учениците се наоѓаат слободно распоредени по вежбалиштето. Стапалата се во природен расчекорен став, а рацете се пред телото. Учениците изведуваат подигнување на рацете над главата и длабоко вдишуваат, ги задржуваат воздухот и положбата на рацете 2-3 секунди, а потоа ги враќаат рацете покрај телото и изведуваат издишување. (5 мин.)</p> <p>Рефлексија:</p> <p>Што работевме на овој час? Што научивме? Како се чувствувавте? Дали играта ви беше интересна? Дали ги почитувате поставените правила? Дали правилно ја применувате техниката на фрлање на топка во кош од место?... (Прашањата наставникот може да ги менува и да ги прилагоди како би добил реална слика за совладаноста на поставените стандарди) (5 мин.)</p>	<p>Помали и поголеми топки за спортски игри (кошаркарски).</p> <p>Ниско поставени кошови</p>	<p>-практичната изведба на активностите за време на часот;</p> <p>- активната вклученост за време на часот;</p> <p>- соработката со соучениците во изведување на активностите;</p> <p>-почитувањето на правилата на однесување во спортска сала.</p>

содржини (и поими)	стандарди за оценување	часови и дата на реализација	сценарио за часот	средства	следење на напредокот
<p>Кошарка - Основно фаќање/приемање и додавање на топка (во висина на гради, глава и над глава). - Основен шут во кош.</p>	<p>Соодветно се поставува при изведба на фаќање/примање и додавање на топка во место во место во висина на гради. Изведува основна техника на шутирање во пониско поставен кош од место.</p>	1	<p>Воведни активности: Организирано собирање на учениците. Општо загревање: „Циклично трчање околу означен простор“: Учениците се наоѓаат во колона и на договорен знак почнуваат да трчаат околу означен простор на вежбалиштето задржувајќи ја цело време формацијата на колона. Учениците изведуваат комплекс на вежби за обликување на телото. Најавување на целта (7 мин.)</p> <p>Главна активност: Учениците изведуваат штафетни и елементарни игри со усвоени елементи од кошарката (додавање, примање). На училишен ѕид со креда се црта правоаголник во форма на гол и се дели на 12 еднакви делови. Во секое поле се пишува по еден број и се така до бројот 12. Броевите се пишуваат измешано. Учениците се делат во две групи и се редат во две колони, оддалечени на растојание од 3 метри. Се шутира со раце. Учениците наизменично шутираат кон голот. Наставникот ги запишува поените кои ги освојуваат двете групи. Играта трае се додека една од групите не освои 51 поен. (23 мин.)</p> <p>Завршна активност: Учениците се наоѓаат слободно распоредени по вежбалиштето. Стапалата се во природен расчекорен став, а рацете се пред телото. Учениците изведуваат подигнување на рацете над главата и длабоко вдишуваат, ги задржуваат воздухот и положбата на рацете 2-3 секунди, а потоа ги враќаат рацете покрај телото и изведуваат издишување. (5 мин.)</p> <p>Рефлексија: Што работевме на овој час? Што научивме? Како се чувствувавте? Дали ги почитувате правилата на игра?... (Прашањата наставникот може да ги менува и да ги прилагоди како би добил реална слика за совладаноста на поставените стандарди) (5 мин.)</p>	<p>Помали и поголеми топки за спортски игри (кошаркарски). Ниско поставени кошови Креда</p>	<p>-практичната изведба на активностите за време на часот; - активната вклученост за време на часот; - соработката со соучениците во изведување на активностите; -почитувањето на правилата на однесување во спортска сала.</p>

содржини (и поими)	стандарди за оценување	часови и дата на реализација	сценарио за часот	средства	следење на напредокот
<p>Кошарка - Основно кошаркарско водење со (десна и лева рака).</p>	<p>Изведува праволиниско водење на топка во место и одење.</p>	<p>1</p>	<p>Воведни активности: Организирано собирање на учениците. Општо загревање: „Трчање со задачи“: Учениците се наоѓаат во колона и на знак на наставникот почнуваат да трчаат околу означениот простор на вежбашиштето задржувајќи ја цело време формацијата на колона. По одредено време, на договорен знак, наставникот задава задачи кои учениците за време на трчањето треба да ги извршуваат (на пр. скок во вис со плесок на дланките над глава, трчање со зафрлање на потколениците кон назад, трчање со високо подигнување на натколениците, странично трчање, трчање со исфрлање на потколениците кон напред, трчање со вкрстен чекор...) Најавување на целта (10 мин.) Главна активност: Учениците изведуваат штафетни и елементарни игри со усвоени елементи од кошарката (водење). Учениците стојат слободно распоредени во просторот за вежбање и секој има по една топка (или по 2 или 4 ученици со една топка кога вежбаат наизменично). Во фронтална организациска формација во мал расчекорен став (левата нога напред, десната назад), учениците ја водат топката со десната рака во место во континуитет, истото со другата рака со промена на ставот во расчекор, наизменично ја водат топката со десната и левата рака со промена на ставот, водење топка со десна рака со вртење околу себе во лево цел круг истото во спротивната страна, топката се води ниско, па високо (побавно и побрзо), топката се води со десната рака и лесно се движи слободно напред, назад во страна по 1 и 2 метра. (20 мин.) Завршна активност: Учениците изведуваат комплекс на вежби за истегнување и лабавење (5 мин.) Рефлексија: Што работевме на овој час? Што научивме? Како се чувствувавте? ... (Прашањата наставникот може да ги менува и да ги прилагоди како</p>	<p>Помали и поголеми топки за спортски игри (кошаркарски).</p>	<p>-практичната изведба на активностите за време на часот; - активната вклученост за време на часот; - соработката со соучениците во изведување на активностите; -почитувањето на правилата на однесување во спортска сала.</p>

			би добил реална слика за совладаноста на поставените стандарди (5 мин.)		
--	--	--	--	--	--

содржини (и поими)	стандарди за оценување	часови и дата на реализација	сценарио за часот	средства	следење на напредокот
<p>Кошарка - Основни кошаркарски ставови (паралелен и дијагонален). - Основно фаќање/приемање и додавање на топка (во висина на гради, глава и над глава). - Основно кошаркарско водење со (десна и лева рака). - Основен шут во кош.</p>	<p>Се поставува и применува основен паралелен и дијагонален кошаркарски став во место. Соодветно се поставува при изведба на фаќање/примање и додавање на топка во место во висина на гради. Изведува праволиниско водење на топка во место и одење. Изведува основна техника на шутирање во пониско поставен кош од место.</p>	<p>1</p>	<p>Воведни активности: Организирано собирање на учениците. Општо загревање: „Трчање со задачи“: Учениците се наоѓаат во колона и на знак на наставникот почнуваат да трчаат околу означениот простор на вежбалиштето задржувајќи ја цело време формацијата на колона. По одредено време, на договорен знак, наставникот задава задачи кои учениците за време на трчањето треба да ги извршуваат (на пр. скок во вис со плесок на дланките над глава, трчање со зафрлање на потколениците кон назад, трчање со високо подигнување на натколениците, странично трчање, трчање со исфрлање на потколениците кон напред, трчање со вкрстен чекор...) Учениците изведуваат комплекс на вежби за обликување на телото. Најавување на целта (10 мин.) Главна активност: Учениците изведуваат штафетни и елементарни игри со усвоени елементи од кошарката (додавање, примање, водење, шут во кош). Учениците се поделени во 2 групи. Играат игра: „Земи ја топката“. Учениците од едната група ја имаат топката и треба да си ја подаваат со одбивање од под или во висина на гради и да се обидат да дадат кош. А другите се обидуваат да им ја земат. Топката не смее да биде држена во рака повеќе од 5 секунди. Победник е групата која ќе постигне повеќе кошови. (20 мин.) Завршна активност: Учениците се наоѓаат слободно распоредени по вежбалиштето. Стапалата се во природен расчекорен став, а рацете се пред телото. Учениците изведуваат подигнување на рацете над главата и длабоко вдишуваат, ги задржуваат воздухот и положбата на рацете 2-3 секунди, а потоа ги враќаат рацете покрај телото и изведуваат издишување. (5 мин.) Рефлексија: Што работевме на овој час? Што научивме? Дали ги применувате правила за игра? Дали ги применувате усвоените елементи од</p>	<p>Помали и поголеми топки за спортски игри (кошаркарски).</p>	<p>- практичната изведба на активностите за време на часот; - активната вклученост за време на часот; - соработката со соучениците во изведување на активностите; - почитувањето на правилата на однесување во спортска сала.</p>

			кошарката? ... (Прашањата наставникот може да ги менува и да ги прилагоди како би добил реална слика за совладаноста на поставените стандарди) (5 мин.)		
--	--	--	---	--	--