

ПЛАНИРАЊЕ ЗА ТЕМА 3

Предмет: Физичко и здравствено образование III (трето) одделение

Тема: **ОСНОВИ НА СПОРТСКИ ИГРИ**

Вкупно часови: 56 (19 недели)

Време за реализација: Во текот на учебната година

Изготвила: Снежана Тренчева

од ООУ: „Никола Карев“ - Радовиш

Адаптирале:

од ОУ:

содржини (и поими)	стандарди за оценување	часови	активности	средства	следење на напредокот
<b>Ракомет</b> - Основни ракометни ставови (паралелен и дијагонален). - Основно фаќање/примање и додавање на топка (во висина на гради, глава и колкови). - Основно ракометно водење (во место и одење). - Основен шут (удар) на гол.	Се поставува и применува основен паралелен и дијагонален ракометен став во место.	2	Учениците изведуваат основни ракометни ставови во место и движење.  Учениците изведуваат техника на држење на топка во основни ставови (држење на топка со две и една рака.	Помали и поголеми топки за спортски игри (ракометни).	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.
	Соодветно се поставува при изведба на фаќање/примање и додавање на топка во место во висина на гради.	2	Учениците, поделени во парови и групи, изведуваат додавање и примање на топка во место (со тркалање на топка по подлога, во висина на гради).  Учениците изведуваат додавање и примање на помала ракометна топка одбиена од сид (во висина на гради).	Помали и поголеми топки за спортски игри (ракометни).	
	Изведува праволиниско водење на топка во место и одење.	2	Учениците изведуваат водење на помала ракометна топка во место и праволиниско движење во одење со помала и поголема брзина.	Помали и поголеми топки за спортски игри (ракометни).	
	Изведува основна техника на шутирање на гол од место.	8	Учениците шутираат на гол со помала ракометна топка од место.  Учениците шутираат со помала ракометна топка погодувајќи одредена цел (обрач, маркер, мал гол).  Учениците изведуваат штафетни и елементарни	Помали и поголеми топки за спортски игри (ракометни). ракометни голови обрач, маркер, мал гол	

ПЛАНИРАЊЕ ЗА ТЕМА 3

			игри со усвоени елементи од ракомет (додавање, примање, водење во одење, погодување на цел).		
<b>Кошарка</b> - 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.	Се поставува и применува основен паралелен и дијагонален кошаркарски став во место.	2	Учениците изведуваат основни кошаркарски ставови во место и движење.  Учениците изведуваат кошаркарска техника на држење на помала кошаркарска топка во ставови (држење на топка со две и една рака).	Помали и поголеми топки за спортски игри (кошаркарски).	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.
	Соодветно се поставува при изведба на фаќање/примање и додавање на топка во место во висина на гради.	2	Учениците изведуваат додавање и примање на помала кошаркарска топка во место (со тркалање на топка по подлога, во висина на гради).  Учениците изведуваат додавање и примање на помала кошаркарска топка во место одбиена од сид (во висина на гради).	Помали и поголеми топки за спортски игри (кошаркарски).	
	Изведува праволиниско водење на топка во место и одење.	2	Учениците изведуваат кошаркарско водење со помала кошаркарска топка во место и движење во одење.	Помали и поголеми топки за спортски игри (кошаркарски).	
	Изведува основна техника на шутирање во пониско поставен кош од место.	8	Учениците изведуваат шутирање во кош со помала кошаркарска од место на ниско поставен кош од помала далечина.  Учениците изведуваат штафетни и елементарни игри со усвоени елементи од кошарката (додавање, примање, водење, шут во кош).	Помали и поголеми топки за спортски игри (кошаркарски). Ниско поставени кошеви.	
<b>Одбојка</b> - Основни одбојкарски ставови (паралелен и дијагонален). - Основна техника на одбивање топка	Се поставува и применува основен паралелен и дијагонален одбојкарски став.	2	Учениците изведуваат основни одбојкарски ставови во место и движење.	Помали и поголеми топки за спортски игри (одбојкарски).	практичната изведба на активностите за време на часот; - активната вклученост за време на часот;
	Изведува основно одбивање на топка со прсти и подлактица.	8	Учениците индивидуално во место со потфрлување изведуваат одбивање на помала одбојкарска топка со прсти над глава.	Помали и поголеми топки за спортски игри (одбојкарски). ниско поставена	

ПЛАНИРАЊЕ ЗА ТЕМА 3

<p>со прсти и со подлактица (“чекан”). - Основи на сервирање (школски сервис).</p>			<p>Учениците индивидуално изведуваат одбивање на помала одбојкарска топка со прсти одбиена од сид (од помало растојание).</p> <p>Учениците изведуваат одбивање на топка со прсти, во парови.</p> <p>Учениците индивидуално во место со потфрлување изведуваат одбивање на помала одбојкарска топка со подлактица – “чекан”.</p> <p>Учениците индивидуално изведуваат одбивање на помала одбојкарска топка со подлактица одбиена од сид (од помало растојание).</p> <p>Учениците изведуваат одбивање на топка со подлактица во парови од помало растојание.</p> <p>Учениците во парови изведуваат одбивање на топка со прсти и подлактици од помало растојание (активноста може да се реализира без мрежа и преку ниско поставена мрежа).</p>	<p>одбојкарска мрежа.</p>	<p>- соработката со соучениците во изведување на активностите; - почитувањето на правилата на однесување во спортска сала.</p>
	<p>Изведува основен школски сервис.</p>	<p>4</p>	<p>Учениците изведуваат школски сервис со помала одбојкарска топка на помало растојание (во парови без и преку ниско поставена мрежа).</p>	<p>Помали и поголеми топки за спортски игри (одбојкарски). ниско поставена одбојкарска мрежа.</p>	
<p><b>Фудбал</b> - Основно приемање и додавање на топка (со внатрешен и надворешен дел на стапало). - Основно</p>	<p>Изведува примање и додавање на топка во место со внатрешен и надворешен дел на стапалото.</p>	<p>2</p>	<p>Учениците изведуваат елементарна техника на додавање и примање на фудбалска топка со внатрешниот и надворешен дел на стапалото на топка одбиена од сид.</p> <p>Учениците изведуваат елементарна техника на додавање и примање на фудбалска топка со внатрешниот и надворешен дел на стапалото на</p>	<p>Помали и поголеми топки за спортски игри (фудбалски топки).</p>	<p>практичната изведба на активностите за време на часот; - активната вклученост за време на часот;</p>

ПЛАНИРАЊЕ ЗА ТЕМА 3

фудбалско водење (со внатрешен и надворешен дел на стапало). - Основен шут (удар) на гол со внатрешен дел на стапало.	Изведува праволиниско водење на топка во одење со внатрешен и надворешен дел на стапалото.	2	Учениците изведуваат праволиниско водење на фудбалска топка во одење со внатрешен и надворешен дел на стапалото.	Помали и поголеми топки за спортски игри (фудбалски топки).	- соработката со соучениците во изведување на активностите; - почитувањето на правилата на однесување во спортска сала.
	Изведува шутирање на гол со внатрешен дел на стапалото	10	Учениците изведуваат шутирање на гол од место со внатрешниот дел на стапалото од помало растојание.  Учениците изведуваат шут на гол со погодување на одредена цел (обрач, маркер, мал гол) - натпревар.  Учениците изведуваат штафетни и елементарни игри со усвоени елементи од фудбал (штафетни игри со додавање, примање, водење, погодување на цел).  Учениците играат мини фудбал.	Помали и поголеми топки за спортски игри (фудбалски топки). мали голови обрач, маркер	
Оценување на постигањата на учениците	<ul style="list-style-type: none"> <li>- За да се овозможи учениците да ги постигнат очекуваните стандарди за оценување, наставникот континуирано ги следи активностите на учениците за време на поучувањето и учењето, прибира информации за напредокот на секој ученик и истите ги заведува во ученичките портфолија. За време на учеството во активностите учениците добиваат повратна информација од наставниците за нивните постигања.</li> <li>- На почетокот на учебната година наставниците спроведуваат иницијално мерење на секој ученик со цел, врз основа на неговиот моторички и физички развој, да го распоредат во едно од трите нивоа: натпросечно, просечно и потпросечно. Наставникот ги дозира вежбите на часот со почитување на определеното ниво на развој на секој ученик (една иста вежба некои ученици ќе ја повторуваат 20, други 15, а трети 10 пати).</li> <li>- Сумативната оценка ја формираат двајцата наставници коишто работат во тандем. Таа не се формира врз основа на нивото на моторички и физички развој во кое припаѓа ученикот. При оценување на учениците наставникот го следи индивидуалното напредување на секој ученик во рамки на неговото ниво на развој. Тоа значи дека и ученик за кој иницијалното мерење покажало дека припаѓа во потпросечно ниво може да добие оценка 5 доколку ангажирано вежба, согласно насоките дадени од наставникот, и покажува интерес да напредува.</li> </ul>				

ПЛАНИРАЊЕ ЗА ТЕМА 3

	<p>- Наставникот го информира родителот за нивото на развој на неговото дете и дава насоки за дополнително вежбање дома (доколку спаѓа во потпросечно ниво на моторичкиот и физичкиот развој) или дава препорака за вклучување на детето во спортски клуб (доколку спаѓа во натпросечното ниво). На крајот од учебната година ученикот добива бројчана сумативна оценка.</p>
--	--