**ОШ „Први мај“, Влајковци**

**ГОДИШЊИ (ГЛОБАЛНИ) ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА**

**за школску 2020/2021. годину**

**Наставни предмет: ФИЗИЧКО И ЗДРАВСТВЕНО ВАСПИТАЊЕ**

Разред: трећи

Одељење: III2, III3

Недељни фонд часова: 3

Годишњи фонд часова: 108

План урађен на основу Правилника објављеног у „Сл. Гласнику РС“- Просветни гласник, број [5/2019](javascript:void(0);) и 1/2020.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ОБЛАСТ/ТЕМА** | | МЕСЕЦ | | | | | | | | | | ОБУЧАВАЊЕ | УВЕЖБАВАЊЕ | СВЕГА |
| IX | X | XI | XII | I | II | III | IV | V | VI |
| 1. | **ФИЗИЧКЕ СПОСОБНОСТИ**  Батерија тестова за праћење  физичког развоја и моторичких способности | х | х | х | х | х | х | х | х | х  2 | х  4 | НА СВИМ ЧАСОВИМА  6 6 | | |
| 2. | **МОТОРИЧКЕ ВЕШТИНЕ, СПОРТ И**  **СПОРТСКЕ ДИСЦИПЛИНЕ**  1. Атлетика  2. Спортска гимнастика  3. Основе тимских, спортских и елементарних игара  4. Плес и ритмика  5. Полигони | 7  2  5 | 3  6  3  1 | 3  4  2  1 | 5  2  6  1 | 3  3  3 | 3  2 | 1  7  3  1  1 | 7  3  2 | 6  1 | 3  1  1 | 11  14  9  8 | 19  14  15  8  4 | 30  28  24  16  4 |
| 3. | **ФИЗИЧКА И ЗДРАВСТВЕНА КУЛТУРА**  1. Култура вежбања и играња  2. Здравствена култура | х | х | х | х | х | х | х | х | х | х | НА СВИМ ЧАСОВИМА | | |
| **УКУПНО** | | 14 | 13 | 10 | 14 | 9 | 5 | 13 | 12 | 9 | 9 | 42 | 66 | **108** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Р.БР. | **ОБЛАСТ/ТЕМА** | **МЕЂУПРЕДМЕТНЕ**  **КОМПЕТЕНЦИЈЕ** | **СТАНДАРДИ ПОСТИГНУЋА УЧЕНИКА** | **ИСХОДИ** |
| 1. | **ФИЗИЧКЕ**  **СПОСОБНОСТИ** | - КОМПЕТЕНЦИЈА ЗА ЦЕЛОЖИВОТНО УЧЕЊЕ  - ЕСТЕТСКА КОМПЕТЕНЦИЈА  - БРИГА ЗА ЗДРАВЉЕ | ФВ.1.1.1.Унапређује моторичке способности  ФВ.1.1.2.Правилно изводи једноставније вежбе обликовања, са и без реквизита  ФВ.1.1.3.Разуме значај правилног држања тела за здравље  ФВ.2.1.1.Примењује самостално научени комплекс јутарње гимнастике  ФВ.3.1.1.Правилно изводи најмање један комплекс вежби обликовања и приказује вежбе за поједине делове тела | - примени једноставне двоставне општеприпремне вежбе (вежбе обликовања);  - прати промене у тежини и висини код себе и других; мај  - коригује сопствено држања тела на основу савета наставника;  - правилно држи тело; |
| 2. | **МОТОРИЧКЕ**  **ВЕШТИНЕ,**  **СПОРТ И**  **СПОРТСКЕ ДИСЦИПЛИНЕ** | - КОМПЕТЕНЦИЈА ЗА ЦЕЛОЖИВОТНО УЧЕЊЕ  - ВЕШТИНА КОМУНИКАЦИЈЕ  - РЕШАВАЊЕ ПРОБЛЕМА  - ЕСТЕТСКА КОМПЕТЕНЦИЈА  - ВЕШТИНА САРАДЊЕ | ФВ.1.2.1.Правилно трчи варијантама технике трчања на кратке, средње и дуге стазе и мери резултат  ФВ.1.2.2.Зна правилно да скаче удаљ згрчном варијантом технике и мери дужину скока  ФВ.1.2.3.Зна правилно да скаче увис варијантом технике маказице  ФВ.1.2.4.Правилно изводи вежбе на тлу  ФВ.1.2.5.Правилно изводи вежбе на греди и шведској клупи  ФВ.1.2.6.Познаје правила спортских елементарних игара  ФВ.2.2.1.Правилно изводи прескоке  ФВ.2.2.2.Правилно изводи вежбе на вратилу  ФВ.2.2.3.Игра Мини - рукомет, “Футсал”- мали фудбал и “Између четири ватре”, примењујући основну технику, неопходна правила и сарађује са члановима екипе изражавајући сопствену личност уз поштовање других  ФВ.2.2.4.Правилно изводи основне ритмичке вежбе са лоптом и вијачом  ФВ.2.2.5.Правилно изводи плес и народно кола предвиђена за трећи разред  ФВ.3.2.1.Игра Мини - рукомет, “Футсал”- мали фудбали “Између четири ватре”, примењујући виши ниво технике, већи број правила, једноставније тактичке комбинације и уз висок степен сарадње са члановима екипе изражава сопствену личност уз поштовање других | - правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;  - комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;  - одржава равнотежу у различитим кретањима;  - правилно подиже, носи и спушта терет;  - изведе кретања, вежбе и саставе уз музичку пратњу;  - изведе дечји и народни плес;  - правилно изводи и контролише покрете у различитим кретањима; |
| 3. | **ФИЗИЧКА И**  **ЗДРАВСТВЕНА**  **КУЛТУРА** | - ВЕШТИНА КОМУНИКАЦИЈЕ  - ВЕШТИНА ЗА ЖИВОТ У ДЕМОКРАТСКОМ ДРУШТВУ  - ЕСТЕТСКА КОМПЕТЕНЦИЈА  - ВЕШТИНА САРАДЊЕ  - БРИГА ЗА ЗДРАВЉЕ | ФВ.1.3.1.Зна основне појмове везане за физичко вежбање  ФВ.1.3.2.Познаје основна начела безбедности у сали, на игралишту и учионици  ФВ.1.3.3.Примењује здравствено-хигијенске мере  ФВ.2.3.1.Зна основна правила Мини - рукомета, “Футсала” и “Између четири ватре”  ФВ.2.3.2.Позитивно вреднује успешне потезе и уложени труд свих учесника у игри, уз подстицање свих учесника у игри  ФВ.3.3.1.Зна утицај физичког вежбања | - користи терминологију вежбања;  - поштује правила понашања на вежбалиштима;  - поштује мере безбедности током вежбања;  - одговорно се односи према објектима, справама и реквизитима;  - примени правила игре;  - навија и бодри учеснике у игри на начин који никога не вређа;  - прихвати победу и пораз као саставни део игре и такмичења;  - уредно одлаже своје ствари пре и након вежбања и у другим ситуацијама;  - препозна здравствено стање када не треба да вежба;  - примењује здравствено - хигијенске мере пре, у току и након вежбања и у другим животним ситуацијама;  - уредно одржава простор у коме живи и борави;  - користи здраве намирнице у исхрани;  - повезује различита вежбања са њиховим утицајем на здравље;  - препозна лепоту покрета у вежбању;  - се придржава правила вежбања;  - вреднује сопствена и туђа постигнућа у вежбању; |

Одељењске старешине:

Слађана Дринић III3

Сенка Вукајловић III2