**ОПЕРАТИВНИ ПЛАН РАДА**

**Наставни предмет: Физичко и здравствено васпитање**

**Разред и одељење: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

Месец**: Октобар** Школска**: 2022/2023. год.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Област/ Темa** | **ИСХОДИ:**  **Ученик ће бити у стању да:** | **ред.**  **бр.**  **часа** | **Наставна јединица** | **Тип часа** | **Облици**  **рада** | **Наставне методе** | **Наставна средства и помагала** | **Међупредметно повезивање** | **Евалуација квалитета испланираног** |
| Mоторичке вештине спорт и спортске дисциплине; Физичке способности | Изводи елементарне игре са бацањем лопте;  Изводи штафетне игре;  Изводи вежбе обликовања; | 14 | Додавање лопте у пару | О | фронтални, индивидуални | дијалошка, демонстративна | лопта | Српски језик - разговор |  |
| Mоторичке вештине спорт и спортске дисциплине; Физичке способности | Изводи елементарне игре са бацањем лопте;  Изводи штафетне игре;  Изводи вежбе обликовања; | 15 | Додавање лопте у пару у трчању | У | фронтални, индивидуални | дијалошка, демонстративна | лопта | Српски језик - разговор |  |
| Mоторичке вештине спорт и спортске дисциплине; Физичке способности | Изводи елементарне игре са бацањем лопте;  Изводи штафетне игре;  Изводи вежбе обликовања; | 16 | Прескакање малог козлића, разношка | О | фронтални, индивидуални | дијалошка, демонстративна | козлић | Српски језик - разговор |  |
| Mоторичке вештине спорт и спортске дисциплине; Физичке способности | Изводи елементарне игре са бацањем лопте;  Изводи штафетне игре;  Изводи вежбе обликовања;  Изводи вежбе са брзим трчањем; | 17 | Брзо трчање до 40 метара из различитих стартних позиција | О | фронтални, индивидуални | дијалошка, демонстративна | препреке | Српски језик - разговор |  |
| Mоторичке вештине спорт и спортске дисциплине; Физичке способности | Изводи елементарне игре са бацањем лопте;  Изводи штафетне игре;  Изводи вежбе обликовања;  Изводи вежбе са брзим трчањем; | 18 | Брзо трчање и игролике вежбе | Ув | фронтални, индивидуални | дијалошка, демонстративна | препреке | Српски језик - разговор |  |
| Mоторичке вештине спорт и спортске дисциплине; Физичке способности | Изводи елементарне игре са бацањем лопте;  Изводи штафетне игре;  Изводи вежбе обликовања;  Изводи вежбе са брзим трчањем; | 19 | Истрајност трчања | О | фронтални, индивидуални | дијалошка, демонстративна | препреке | Српски језик - разговор |  |
| Физичке способности; Моторичке вештине, спорт и спортске дисциплине | Изводи елементарне игре са бацањем лопте;  Изводи штафетне игре;  Изводи вежбе обликовања; | 20 | Између две ватре | У | фронтални, индивидуални | дијалошка, демонстративна | лопта | Српски језик - разговор |  |
| Mоторичке вештине спорт и спортске дисциплине; Физичке способности | Изводи елементарне игре са бацањем лопте;  Изводи штафетне игре;  Изводи вежбе обликовања;  -прескаче у пару на различите начине преко вијаче; | 21 | Прескакање вијаче у пару | О | фронтални, индивидуални | дијалошка, демонстративна | прескакањевијаче | Српски језик - разговор |  |
| Mоторичке вештине спорт и спортске дисциплине; Физичке способности | Изводи елементарне игре са бацањем лопте;  Изводи штафетне игре;  Изводи вежбе обликовања;  -прескаче на различите начине преко вијаче;  -прескаче преко вијаче у трчању; | 22 | Прескакање кратке вијаче у трчању | О | фронтални, индивидуални | дијалошка, демонстративна | вијача | Српски језик - разговор |  |
| Mоторичке вештине спорт и спортске дисциплине; Физичке способности | Изводи вежбе на двовисинском разбоју;  Изводи различите вежбе уз висове на двовисинском разбоју;  Изводи вежбе обликовања; | 23 | Двовисински разбој | О | фронтални, индивидуални | дијалошка, демонстративна | разбој | Српски језик - разговор |  |
| Mоторичке вештине спорт и спортске дисциплине; Физичке способности | Прескаче преко различитих препрека, објеката и справа;  Изводи различите облике кретања при прескакању препрека, објеката и справа;  Изводи вежбе обликовања; | 24 | Прeпрентравање различитих објеката и справа | О | фронтални, индивидуални | дијалошка, демонстративна | Лопте,справе | Српски језик - разговор |  |
| Mоторичке вештине спорт и спортске дисциплине; Физичке способности | -Провлачи се кроз оквире и окна право и вијугаво;  Изводи вежбе обликовања; | 25 | Прoвлачење кроз окна и оквире у кретанју правом и вијугавом | О | фронтални, индивидуални | дијалошка, демонстративна | Лопте,справе | Српски језик - разговор |  |

ТИП ЧАСА: О – обрада, У – утрвђивање, Ув – увежбавања, С – систематизација, Пр –провера

Оцена остварености плана:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Наставник\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**