**ОПЕРАТИВНИ ПЛАН РАДА**

**Наставни предмет: Физичко и здравствено васпитање**

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

Месец**: Мај** 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 | Изводи елементарне игре;  Изводи вежбе обликовања; | 88 | Елементарне игре по избору ученика и мерење телесне тежине и висине ученика | Пр | фронтални, индивидуални | дијалошка, демонстративна | По избору ученика | Српски језик – разговор |  |
| Mоторичке вештине спорт и спортске дисциплине | Зна шта су физичке, а шта су моторичке способности;  Изводи вежбе обликовања; | 89 | Мерење физичких моторичких способности | Пр | фронтални, индивидуални | дијалошка, демонстративна | По избору ученика | Српски језик – разговор |  |
| Mоторичке вештине спорт и спортске дисциплине | Зна исправно да баца медицинку;  Изводи вежбе обликовања; | 90 | Бацање медицинке | Пр | фронтални, индивидуални | дијалошка, демонстративна | По избору ученика, медицинка | Српски језик – разговор |  |
| Mоторичке вештине спорт и спортске дисциплине; Физичке способности | Изводи елементарне игре са скоком удаљ;  Изводи штафетне игре;  Изводи вежбе обликовања;  Изводи вежбе са скакањем удаљ; | 91 | Скок удаљиз места | Пр | фронтални, индивидуални | дијалошка, демонстративна | по избору ученика | Српски језик – разговор |  |
| Mоторичке вештине спорт и спортске дисциплине; Физичке способности | Изводи одбијање лопте од зида;  Изводи штафетне игре;  Изводи вежбе обликовања;  Изводи вежбе са одбијањем лопте од зида; | 92 | Одбијање лопте од зида | Пр | фронтални, индивидуални | дијалошка, демонстративна | Лопта,вијача | Српски језик – разговор |  |
| Mоторичке вештине спорт и спортске дисциплине; Физичке способности | Трчи из различитих стартних позиција;  Изводи штафетне и елементарне игре трчањем;  Изводи вежбе обликовања;  Изводи вежбе са брзим трчањем; | 93 | Брзо трчање на 40 метара | Пр | фронтални, индивидуални | дијалошка, демонстративна | вијаче, ластиш | Српски језик – разговор |  |
| Mоторичке вештине спорт и спортске дисциплине; Физичке способности | Трчи из различитих стартних позиција;  Изводи штафетне и елементарне игре трчањем;  Изводи вежбе обликовања;  Изводи вежбе са брзим трчањем; | 94 | Брзо трчање на 40 метара | Ув | фронтални, индивидуални | дијалошка, демонстративна | вијаче, ластиш | Српски језик – разговор |  |
| Mоторичке вештине спорт и спортске дисциплине; Физичке способности | Трчи из различитих стартних позиција;  Изводи штафетне и елементарне игре трчањем;  Изводи вежбе обликовања;  Изводи вежбе са брзим трчањем; | 95 | Брзо трчање | П | фронтални, индивидуални | дијалошка, демонстративна | лопте | Српски језик – разговор |  |
| Mоторичке вештине спорт и спортске дисциплине; Физичке способности | Изводи вежбе одузимања трака у игри;  Изводи штафетне и елементарне игре одузимањем трака;  Изводи вежбе обликовања; | 96 | Одузимање трака | О | фронтални, индивидуални | дијалошка, демонстративна | траке | Српски језик – разговор |  |
| Mоторичке вештине спорт и спортске дисциплине; Физичке способности | Изводи вежбе брзог трчања у игри;  Изводи штафетне и елементарне игре;  Изводи вежбе обликовања; | 97 | Освајање места | О | фронтални, индивидуални | дијалошка, демонстративна | по избору ученика | Српски језик – разговор |  |
| Mоторичке вештине спорт и спортске дисциплине; Физичке способности | Прескаче преко препрека;  Изводи различите вежбе уз прескакање препрека;  Изводи вежбе обликовања;  -прескаче препреке на различите начине; | 98 | Прескакање препрека у низу | Ув | фронтални, индивидуални | дијалошка, демонстративна | по избору ученика | Српски језик – разговор |  |
| Mоторичке вештине спорт и спортске дисциплине; Физичке способности | Прескаче преко препрека;  Изводи различите вежбе уз прескакање препрека;  Изводи вежбе обликовања;  -прескаче препреке на различите начине;  -изводи прескакања на полигону препрека; | 99 | Пoлигон препрека | Ув | фронтални, индивидуални | дијалошка, демонстративна | по избору ученика | Српски језик – разговор |  |
| Mоторичке вештине спорт и спортске дисциплине | Изводи елементарне игре са бацањем палица и крпењача на различите начине; Изводи штафетне игре;  Изводи вежбе обликовања; | 100 | Бацање палица и крпењача | О | фронтални, индивидуални | дијалошка, демонстративна | палице, крпењаче | Српски језик – разговор |  |

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

Оцена остварености плана:

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

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