Основна школа „\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_“ ,\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ шк. 2022/2023.год.

ГЛОБАЛНИ ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА

Наставни предмет*:* **Физичко и здравствено васпитање**

Наставник: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Разред и одељење: ПРВИ разред, одељење \_\_\_\_\_\_\_

Недељни фонд: 3 часа Годишњи фонд: 108 часова

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Област/тема** | **Месец** | **Тип часа** | **Укупно** |
| **Ред.број** | **Назив** | **Исходипредмета** | **IX** | **X** | **XI** | **XII** | **I** | **II** | **III** | **IV** | **V** | **VI** | **Об** | **Утврђ** |  |
| 1. | Физичке способности | - примени једноставне, двоставне опште -припремне вежбе (вежбе обликовања);- правилно изведе вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;- разликује правилно од неправилног држања тела и правилно држи тело;- примењује правилну технику дисања приликом вежбања;- користи основну терминологију вежбања;- поштује правила понашања на просторима за вежбање;- поштује мере безбедности током вежбања;- одговорно се односи према објектима, справама и реквизитима у просторима за вежбање; | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |  |  | 10 |
| 2. | Моторичке вештине | Ходање | - комбинује и користи усвојене моторичке вештине у игри и у свакодневном животу;- одржава равнотежу у различитим кретањима;- изведе кретања, вежбе икратке саставе уз музичку пратњу;- игра дечји и народни плес; | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 |  | 2 | 1 | 1 | 1 |  |  | 80 |
| Скакања и прескакања | 2 | 2 | 2 |  | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 |
| Бацања и хватања | 1 | 1 | 2 | 1 |  | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 |
| Пузања, вишења, упори и пењања | 1 | 1 | 1 | 1 |  | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| Вежбенатлу | 1 | 1 | 1 |  |  | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| Вежберавнотеже | 1 | 1 | 1 | 1 |  |  | 1 |  | 2 | 1 |
| Вежбесареквизитима | 1 |  | 1 |  | 1 |  |  | 1 | 1 | 1 |
| Плес и ритмика | 1 | 1 | 1 | 1 |  |  |  |  | 1 |  |
| Полигони |  |  |  |  |  |  | 2 |  | 1 |  |
|  | Физичка и здравствена култура | Култура вежбања и играња | - поштује правила игре;- навија фер и бодри учеснике у игри;- прихвати сопствену победу и пораз;- уредно одлаже своје ствари пре и након вежбања;- наведе делове свога тела и препозна њихову улогу;- уочи промену у расту код себе и других;- уочи разлику између здравог и болесног стања;- примењује здравствено-хигијенске мере пре, у току и након вежбања;- одржава личну хигијену;- учествује у одржавању простора у коме живи и борави;- схвати значај коришћења воћа у исхрани;- правилно се понаша за столом. | 1 | 2 |  | 3 | 1 | 3 |  | 1 |  |  |  |  | 18 |
| Здравствено васпитање | 1 | 1 | 1 |  |  | 3 |  |  | 1 |  |
| **Укупно** | 13 | 12 | 12 | 10 | 7 | 11 | 14 | 8 | 13 | 8 |  |  | 108 |