

Основна школа „Стари град“ у Ужицу

ПРОГРАМ НАСТАВЕ И УЧЕЊА

предмета обавезне физичке активности за 6. разред

за период 2018-2022.године

Одељења: **6-1,2,3,4**

Наставници:

Зоран Вучићевић, Зоран Божовић,

Александар Лакетић, Марија Цупара

Напомена: Све евентуалне корекције програма наставе и учења физичког васпитања биће праћене и евидентиране кроз месечне планове и дневне припреме или на неки други одговарајући начин у складу са природом корекције.

Програм је израђен према одредбама чланова 60. и 61. ЗОСОВ-а (88/2017) и члана 26/а Закона о основном образовању у васпитању

Циљеви основног образовања и васпитања

Члан 21. ЗОСОВ

Основни циљеви основног образовања и васпитања јесу:

- 1) обезбеђивање добробити и подршка целовитом развоју ученика;
- 2) обезбеђивање подстицајног и безбедног окружења за целовити развој ученика, развијање ненасилног понашања и успостављање нулте толеранције према насиљу;
- 3) свеобухватна укљученост ученика у систем образовања и васпитања;
- 4) развијање и практиковање здравих животних стилова, свести о важности сопственог здравља и безбедности, потребне говања и развоја физичких способности;
- 5) развијање свести о значају одрживог развоја, заштите и очувања природе и животне средине и еколошке етике, заштите и добробити животиња;
- 6) континуирано унапређивање квалитета процеса и исхода образовања и васпитања заснованог на провереним научним сазнањима и образовној пракси;
- 7) развијање компетенција за сналажење и активно учешће у савременом друштву које семења;
- 8) пун интелектуални, емоционални, социјални, морални и физички развој сваког ученика, у складу са његовим узрастом, развојним потребама и интересовањима;
- 9) развијање кључних компетенција за целоживотно учење и међупредметних компетенција у складу са развојем савремене науке и технологије;
- 10) развој свести о себи, стваралачких способности, критичког мишљења, мотивације за учење, способности за тимски рад, способности за самовредновање, самоиницијативе и изражавање свог мишљења;
- 11) оспособљавање за доношење ваљаних одлука о избору даљег образовања и занимања, сопственог развоја и будућег живота;
- 12) развијање осећања солидарности, разумевања и конструктивне сарадње са другима и неговање другарства и пријатељства;
- 13) развијање позитивних људских вредности;
- 14) развијање компетенција за разумевање и поштовање права детета, људских права, грађанских слобода и способности за живот у демократски уређеном и праведном друштву;
- 15) развој и поштовање расне, националне, културне, језичке, верске, родне, полне и узрастне неравноправности, толеранције и уважавања различитости;
- 16) развијање личног и националног идентитета, развијање свести и осећања припадности Републици Србији, поштовање и неговање српског језика и матерњег језика, традиције и културе српског народа и националних мањина, развијање интеркултуралности, поштовање и очување националне и светске културне баштине;
- 17) повећање ефикасности употребе свих ресурса образовања и васпитања, завршавање образовања и васпитања у предвиђеном року са минималним продужетком трајања и смањеним напуштањем школовања;
- 18) повећање ефикасности образовања и васпитања и унапређивање образовног нивоа становништва Републике Србије као државе засноване на знању.

Циљ наставе и учења обавезних спортских активности је да ученику напређује физичке способности, моторичке вештине и знања из области физичке и здравствене културе, ради очувања здравља и примене правилног и редовног физичког вежбања у савременим условима живота и рада.

ОБАВЕЗНЕ ФИЗИЧКЕ АКТИВНОСТИ	Недељни фонд часова 1	36
2.ВАННАСТАВНЕ АКТИВНОСТИ 2.1. ОБАВЕЗНЕ ФИЗИЧКЕ АКТИВНОСТИ 2.2 СЛОБОДНЕ АКТИВНОСТИ(секције) 2.3 АКТИВНОСТИ У ПРИРОДИ 2.4 КОРЕКТИВНО-ПЕДАГОШКИ РАД 2.5 ШКОЛСКА И ДРУГА ТАКМИЧЕЊА 2.6 СПОРТСКА НЕДЕЉА	0,5 1	18 36 2 НЕДЕЉЕ (1 у првом, 1 у другом полугодишту)

Број наст. теме	Наставни садржај	Број часова	Обраде	Остали појмови	Међупредметне компетенције	Начини и поступци остваривања програма (Дидактичко-методичко упутство)	Исходи	Назив теме садржај
1	Мини рукомет	18	9	9	компетенција за учење - комуникација - рад са подацима и информацијама - Одговори на однос према здрављу	Упознавање ученика са историјатом рукомета. Примена одговарајућих методских поступака за обучавање ученика ради усвајања основних облика кретања и контроле лопте. Примена фронталног рада, индивидуалног и групног рада у савлађивању технике;	користити елементе технике у игри примењује основна правила фудбала у игри учествује унутар одељенских такмичења примени мере безбедности током вежбања, објасни својим речима значај фудбала за свестрани развој	Техника и тактика рукомета Техника хватања и додавања лопте Хватање и додавање лопте у месту и кретању Трокорак са земље Игра Трокорак скок

						упознавање са индивидуалном, групном и тимском тактиком. Примена различитих дидактичких средстава у настави (схеме, видео запис); упућивање на додатне изворе знања (спортска литература, интернет). Учење правила игре и примена знања кроз суђење на одељенским турнирима; упућивање ученика на израду панона са темама из рукомета (историјат, елементи технике, тактике, правила игре...). Одлазак на школска фудбалска такмичења и друга такмичења на нивоу града.		шут Примена наученог кроз игру
2	Кошарка	5	2	3	компетенција за учење - комуникација - рад са подацима и информацијама - Одговори на однос према здрављу	Упознавање ученика са историјатом кошарке. Примена одговарајућих методских поступака за обучавање ученика ради усвајања основних облика кретања и контроле лопте. Примена фронталног рада, индивидуалног и групног рада у савлађивању технике; упознавање са	користи елементе технике у игри примењује основна правила одбојке у игри учествује унутар одељенских такмичења примени мере безбедности током вежбања, објасни својим речима значај одбојке за свестрани развој	Контрола лопте у месту и кретању Скок шут Игра на један и два коша

						индивидуалном, групном и тимском тактиком. Примена различитих дидактичких средстава у настави (схеме, видео запис); упућивање на додатне изворе знања (спортска литература, интернет). Учење правила игре и примена знања кроз суђење на одељенским турнирима; упућивање ученика на израду паноя са темама из кошарке (историјат, елементи технике, тактике, правила игре...). Одлазак на школска кошаркашка такмичења и друга такмичења на нивоу града.		
3	СПОРТСКА ГИМНАСТИКА(ПОЛИГОН)	4	1	3	компетенција за учење - комуникација - рад са подацима и информацијама - Одговоран однос према здрављу	Упознавање ученика са појмом гимнастике, вежби на справама и тлу, историјатом гимнастике, мушким и женским гимнастичким дисциплинама. Указати на значај гимнастике за правилан психо-физички развој. Упознавање са појмовима чување, асистирање и помагање као и	одржава стабилну и динамичку равнотежу у различитим кретањима, изводи ротације тела користи елементе гимнастике у свакодневним животним ситуацијама и игри процени сопствене могућности за вежбање у гимнастички	Гимнастички полигон Полигон свестраности

						њиховим значајем за безбедност ученика и вежбача. Припрема наставника за часове, припрема и провера справа и реквизита, обезбеђивање услова за безбедан рад и вежбање. Примена одговарајућих методичких поступака у обуци и вежбању, који су пре свега, у складу са моторичким умењима и моторичким способностима ученика, као и расположивим материјално-техничким условима у школи. Примена различитих дидактичких средстава у настави (схеме, дијаграми, видео запис); упућивање на додатне изворе знања (спортска литература, интернет). Посета и праћење школских гимнастичких такмичења, као и других гимнастичких такмичења на нивоу локалне заједнице. Омогућавање међупредметне корелације (Историја - античка Грчка, Олимпијске игре; Музичка култура- ритам,	
--	--	--	--	--	--	--	--

						музика за саставе на тлу).		
4	Мини одбојка	5	0	5	компетенција за учење - комуникација - рад са подацима и информацијама - Одговори односно према здрављу	Упознавање ученика са историјатом одбојке. Примена одговарајућих методских поступака за обучавање ученика ради усвајања основних облика кретања и контроле лопте. Примена фронталног рада, индивидуалног и групног рада у савлађивању технике; упознавање са индивидуалном, групном и тимском тактиком. Примена различитих дидактичких средстава у настави (схеме, видео запис); упућивање на додатне изворе знања (спортска литература, интернет). Учење правила игре и примена знања кроз суђење на одељенским турнирима; упућивање ученика на израду панона са темама из рукомета (историјат, елементи технике, тактике, правила игре...). Одлазак на школска одбојкашка такмичења и друга одбојкашка такмичења на	користи елементе технике у игри примењује основна правила рукомета у игри учествује унутар одељенских такмичења примени мере безбедности током вежбања, објасни својим речима значај рукомета за свестрани развој	Одбијање лопте прстима Одбијање лопте чекићем и доњи сервис Игра уз примену правила и суђење

						нивоу града.		
5	ПЛЕС	2	1	1	компетен ција за учење - комуника ција -рад са подацим а и информа цијама - Одговора н однос према здрављу	Упознавање ученика са историјатом плеса, као и основним појмовима – балет, народни плесови, латино-амерички плесови, , спортски плесови, стандардни плесови. Припрема наставника за часове, примена одговарајућих методских поступака у обуци елемената технике у складу са моторичким умењима и интересовањима ученика. Примена различитих дидактичких средстава у настави (схеме, дијаграми, видео запис); упућивање на додатне изворе знања (литература, интернет). Упућивање ученика на израду паноя на задату тему (врсте плесова, историјат плесова, одећа за плесаче, народна фолклорна традиција...). Упућивање ученика на рад у паровима, формирање група са посебним задацима (извођење заједничке	– изведе кретања, вежбе и кратке саставе уз музичку пратњу – игранароднокол о по избору из краја у коме живи – изведекретања у различитом ритму – изведе основне кораке плеса из народне традиције других клтура	Плес по избору

						кореографије, одељенско такмичење у народним и стандардним плесовима). Посета наступима и концертима плесних група и фолклорних удружења на нивоу локалне заједнице. Омогућавање међупредметне кореалације – Музичка култура- музика за балет, валцер, народне плесове.		
6	ВЕЖБЕ СНАГЕ И ИЗДРЖЉИВОСТИ	2	0	2	компетенција за учење - комуникација - рад са подацима и информацијама - Одговора н однос према здрављу	Упознавање са вежбама које су прилагодљиве њима, учење основне терминологије вежбања, поштовање правила у и на просторијама за вежбање у школи и ван ње. Одговорно да се односи према објектима, справама и реквизитима у просторијама за вежбање. Уредно постављање и склањање справа и реквизита неопходних за вежбање . Упознавање ученика са нејачешћим облицима насиља у физичком васпитању и спорту, физичко вежбање и естетска(правилно обликовање тела). Препозна лепоту покрета и кретања у физичком вежбању и	редовно вежба, сам или са другима примени једноставне комплексе простих и општеприпремних вежби изведе вежбе (разноврсна природна и изведена кретања) и користи их у спорту, рекреацији и различитим животним ситуацијама	Вежбе снаге издржљивости Кружни метод станица

						спорту. Направи план дневних активности.		
	УКУПНО	36	14	21				
5	ИЗЛЕТ	12	ШЕТЊА КРОЗ ТУНЕЛЕ (у току школске године)				-примени основе оријентиринга и сналажења у природи	
6	ТАКМИЧЕЊА (СПОРТСКИ ДАН)	3	ТАКМИЧАРСКЕ ИГРЕ ИЗМЕЂУ ОДЕЉЕЊА (у току школске године)				-примени и поштује правила тимске и спортске игре у складу са етичким нормама - прихвати сопствену победу и пораз у складу са „ферплејом“	
7	РАДИОНИЦА	3	ЗДРАВА ИСХРАНА И ХИГИЈЕНА (у току школске године)				– разликује здраве и нездраве начине исхране, – направи недељни јеловник уравнотежене исхране уз помоћ наставника. – примењује здравствено-хигијенске мере пре, у току и након вежбања	
	УКУПНО	18						
УКУПНО ОФА		54						

<i>Р.б.</i>	<i>Наставна тема</i>	<i>Број часова по теми</i>	<i>Број часова</i>
-------------	----------------------	----------------------------	--------------------

<i>теме</i>			<i>Обраде</i>	<i>Остали типови</i>
1	Мини рукомет	18	6	12
2	Кошарка	5	2	3
3	Мини одбојка	5	3	2
4	Плес	2	1	1
5	Гимнастика	4	1	3
6	Вежбе снаге и издржљивости	2	0	2
	Укупно часова	36		

месеци		IX	X	XI	XII	I	II	III	IV	V	VI
наставна тема											
Мини рукомет		5	4	4	4	1					
Кошарка							4				
Плес											2
Гимнастички полигон									2	2	
Вежбе снаге и издржљивости										1	1
Мини одбојка						3	2				
Такмичења				1					2		
Радионица				2				1			
Излет			6						6		