



POKRENIMO NAŠU DECU

aqua
viva



Обука

ПРОЈЕКАТ

Имплементација програма
„Покренимо нашу децу“
којим уводимо

додатну свакодневну 15-о минутну физичку активност
за ученике од 1. до 4. разреда у свим основним школама
у Републици Србији.

НОСИОЦИ ПРОЈЕКТА

- **ПОКРОВИТЕЉ**

Министарство просвете, науке и технолошког развоја (МПНТР)

- **ДОНАТОР**

Бренд “Аqua Viva” компаније Књаз Милош

- **КООРДИНАТОР И РЕАЛИЗАТОР ПРОЈЕКТА**

Српски савез професора физичког васпитања и спорта (ССПФВС).



МИНИСТАРСТВО ПРОСВЕТЕ,
НАУКЕ И ТЕХНОЛОШКОГ РАЗВОЈА



SSPFVS



ЦИЉЕВИ ПРОЈЕКТА

1

Промоција
здравља и физичке
активности
у циљу
СМАЊЕЊА
ДЕФОРМИТЕТА
код деце
од 1.- 4. разреда
основне школе.

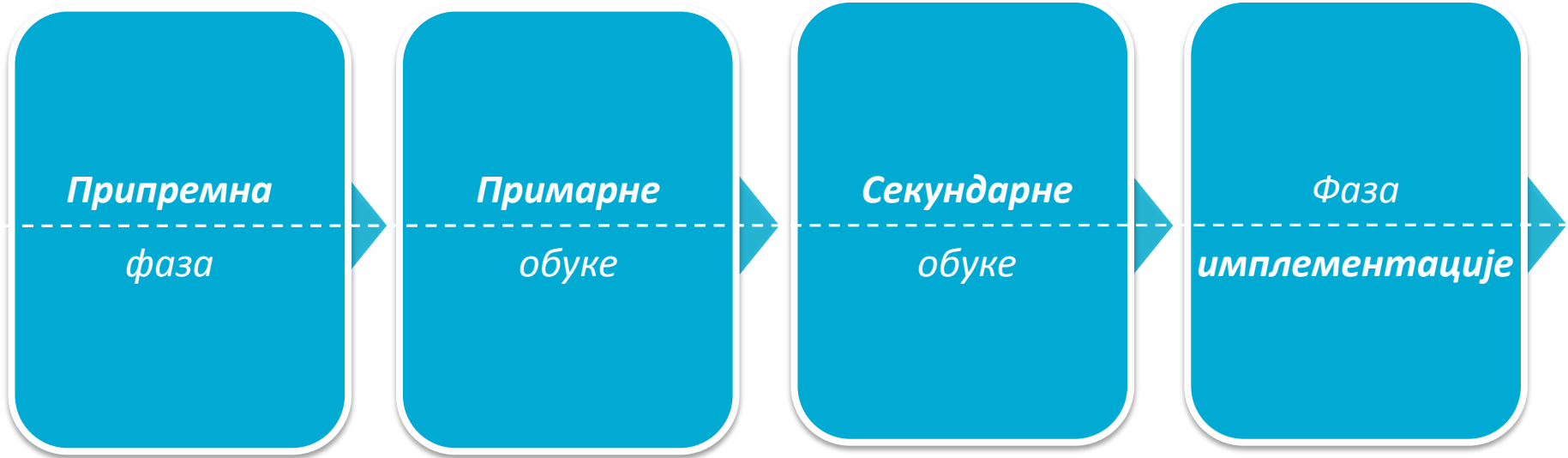
2

Развијање
компетенција
наставника разредне
наставе да применом
програма утичу на
ПРАВИЛАН
ПСИХОФИЗИЧКИ
РАЗВОЈ ДЕЦЕ.

3

УНАПРЕЂИВАЊЕ
ДИДАКТИЧКО-МЕТОДИЧКЕ
КОМПЕТЕНЦИЈЕ
наставника разредне
наставе за програмирање
и планирање
програма вежби
превенције код ученика
од 1.- 4. разреда
основне школе.

ФАЗЕ ПРОЈЕКТА



ПРОГРАМ „ПОКРЕНИМО НАШУ ДЕЦУ”

ПРВИ МОДЕЛ

- А** | „Весела столица“
- Б** | „Причам ти причу“
- В** | „Здрава стопалца“
- Г** | „Разиграна палица“

ДРУГИ МОДЕЛ

- А** | „Музичка гимнастика 1“
- Б** | „Музичка гимнастика 2“
- В** | „Плеши и заледи се“

ТРЕЋИ МОДЕЛ

- А** | „Јесење играрије“
- Б** | „Зимске играрије“
- В** | „Пролећне играрије“



УВОД

ПРЕМА НЕКИМ ИСТРАЖИВАЊИМА

70%

деце у Србији
је недовољно
физички активно.*

**Недовољна физичка активност:*

Стручни рад “Физичка неактивност и гојазност
деце основношколског узраста”,
Драгољуб Вишњић, Мирослав Марковић,
Бојан Митровић

СВАКО ПЕТО

дете у Србији
има лоше држање тела.*

**Лоше држање:*

Извештај систематских прегеда у Републици
Србији за 2015. годину, Институт за јавно
здравље Србије „Др Милан Јовановић Батут”

СВАКО ЧЕТВРТО

дете је гојазно.*

**Гојазност:*

Праћење физичких способности ученика
основне школе у настави физичког васпитања,
Ивана Милановић, Снежана Радисављевић
Јанић, Факултет спорта и физичког васпитања



УВОД

Стефан
&
Софија



**УПОЗНАЈТЕ
СТЕФАНА И
СОФИЈУ,
ВАШЕ ДРУГАРЕ
КОЈИ ЋЕ ВАС
ПРОВЕСТИ КРОЗ
ОВАЈ ПРОГРАМ
И УЧИНИТИ ГА
ДИНАМИЧНИМ И
ИНСПИРАТИВНИМ.**

ОСНОВНИ ПОЈМОВИ И ПРИКАЗ СТАЊА

Физичка
активност

Гојазност

Лоше држање
тела и телесни
деформитети

Физичка активност



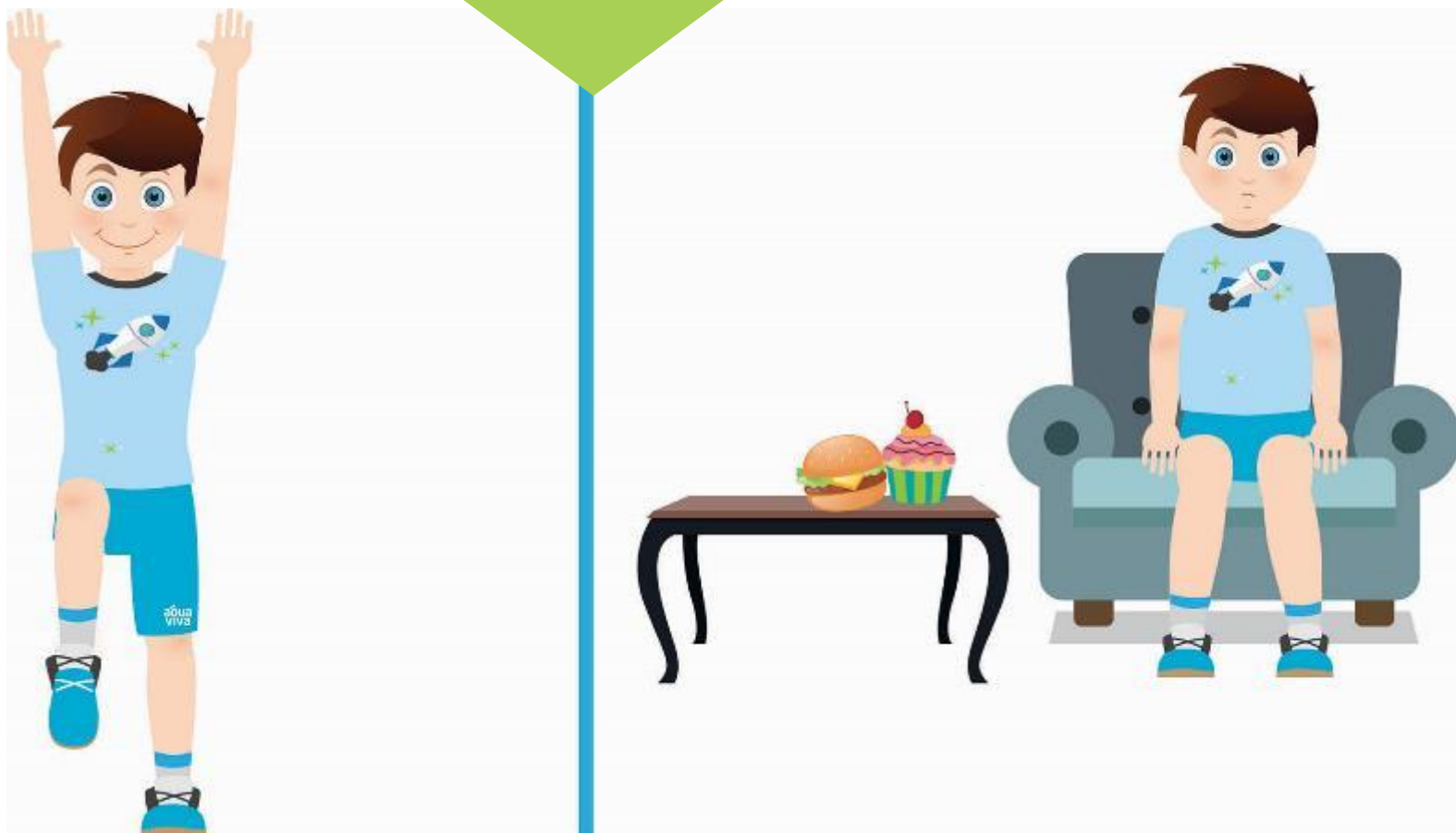
Физичка активност

ФИЗИЧКА АКТИВНОСТ

се може дефинисати као свако телесно кретање,
настало радом скелетних мишића,
а резултат тог рада је енергетска потрошња
и она обухвата активности свих интензитета.

физичка активност ≠ физичко вежбање

Гојазност



Гојазност

Пораст броја деце са
ПРЕКОМЕРНОМ МАСОМ ТЕЛА
и гојазне деце у Србији последица је
лоших навика у исхрани
и недовољне физичке активности,
што је уједно и значајан
здравствени проблем.

Лоше држање тела и телесни деформитети



Лоше држање тела и телесни деформитети

- РАВНА СТОПАЛА
- ЛОРДОЗА
- СКОЛИОЗА
- КИФОЗА

ПОРЕМЕЋАЈИ ПОСТУРАЛНОГ СТАТУСА

(“лоше” држање тела)

као и мање изражени деформитети локализовани на кичменом стубу код деце школског узраста се могу кориговати одређеним вежбама, правилним седењем и правилним држањем тела при ходу и раду, упражњавањем физичких активности у виду пливања, гимнастике, атлетике и других спортских грана.

УЗРАСНЕ КАРАКТЕРИСТИКЕ УЧЕНИКА ОД 1. ДО 4. РАЗРЕДА ОСНОВНЕ ШКОЛЕ

- Морфофункционални систем
- Кардиоваскуларни систем
- Респираторни систем
- Централни нервни систем

МЕТОДИЧКО – ДИДАКТИЧКИ ПРИНЦИПИ РАДА СА ДЕЦОМ У ОВОМ УЗРАСТУ

СЕНЗИТИВНИ ПЕРИОДИ

у развоју моторичких способности
јесу они у којима специфичан утицај
на организам (тренинг) изазива појачану реакцију,
и у којима се као резултат те реакције
могу добити оптимални ефекти
на развој појединих моторичких способности.

МЕТОДИЧКО – ДИДАКТИЧКИ ПРИНЦИПИ РАДА СА ДЕЦОМ У ОВОМ УЗРАСТУ

СПОСОБНОСТ		ГОДИНЕ СТАРОСТИ					
		6	7	8	9	10	11
БРЗИНА	Реакције						
	Појединачног покрета						
	Фреквенција покрета						
	Убрзање						
	Максимална брзина						
ИЗДРЖЉИВОСТ	Аеробна						
	Анаеробна						
АГИЛНОСТ							
СИЛА / СНАГА	Брзинска						
	Максимална						
	Издржљивост у снази						
ГИПКОСТ / ФЛЕКСИБИЛНОСТ							
КООРДИНАЦИЈА							



МОДЕЛИ ПРОГРАМА

ПРВИ МОДЕЛ

A

„Весела столица“



Опис: овај модел обухвата вежбе у учионици са столицом, и представља основни модел овог пројекта.
Ниво активности II
Време трајања: 15 минута.

B

„Причам ти причу“



Опис: драматизација (вођена фантазија)
Ниво активности II
Време трајања: 15 минута.

B

„Здрава стопалца“



Опис: превентивне вежбе за стопало.
Ниво активности II
Време трајања: 15 минута.

Г

„Разиграна палица“



Опис: вежбе са палицом.
Ниво активности II
Време трајања: 15 минута

Легенда пиктограма:



ВЕЖБЕ У САЛИ



АКТИВНОСТИ
НАПОЉУ



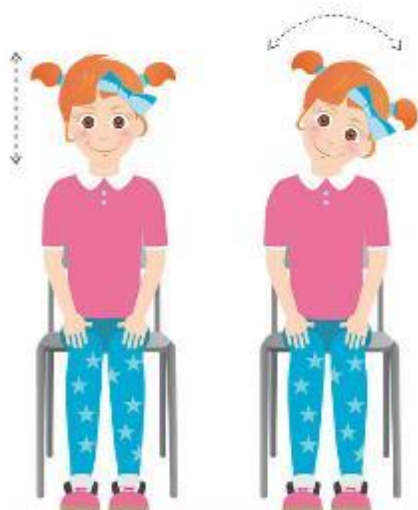
ВЕЖБЕ У
УЧИОНИЦИ



ВЕЖБЕ У ПРОСТОРИЈАМА
КОЈЕ ИСПУЊАВАЈУ ЗДРАВСТВЕНО
ХИГИЈЕНСКЕ УСЛОВЕ

Весела столица

ПРВИ МОДЕЛ / А



1

РАЗГИБАВАМО ВРАТ.

Седећи на столици,
руке поред тела,
глава лево-десно, горе-доле.



2

ЈАЧАМО РАМЕНА.

Седећи на столици,
одручити, описивати
бочне кругове
у једну, а затим
у другу страну.



3

ИСТЕЖЕМО ЛЕЂА.

Седећи на столици,
руке спојене иза
главе, изводити засуке
трупом у једну па у
другу страну.



4

ИСТЕЖЕМО БОЧНИ ДЕО ЛЕЂА И ТРУПА.

Седећи на столици
изводити отклоне
трупом, наизменично у
једну па у другу страну.

Весела столица

ПРВИ МОДЕЛ / А



5

ЈАЧАМО СТОМАЧНЕ МИШИЋЕ.

Седећи на столици,
засуци трупом са
додиром лакат-колена
(супротно – лева рука –
десна нога)

6

ЈАЧАМО СТОМАК И ЛЕЂА.

Седећи на ивици
столице, ноге пружене,
рукама ослоњени о
столицу-подизање
кукова у упор пред рукама.

7

ИСТЕЖЕМО НОГЕ И ЈАЧАМО ЛЕЂА И СТОМАК.

Седећи на столици,
одручити, подизати
наизменично једну
па другу пружену ногу,
а рукама пљеснути испод колена.

8

ЈАЧАМО РАМЕНА И РУКЕ.

Седећи на столици,
шаке стиснуте у
песницу ударци испред
себе (имитирање бокса).

Весела столица

ПРВИ МОДЕЛ / А



9

**ЈАЧАМО НОГЕ И СТОМАК.
РАЗВИЈАМО АЕРОБНИ
КАПАЦИТЕТ.**

Стојећи став иза столице, руке
руке ослоњене о наслон
столице. Трчати у месту,
високо подижући колена.



10

ЈАЧАМО НОГЕ.

Из раскорачног става
иза столице, руке
ослоњене на наслон
столице. Изводити
дубок чуњањ.



11

**ЈАЧАМО СПОЉНЕ
МИШИЋЕ НОГУ.**

Стојећи став иза столице,
руке ослоњене на наслон
столице. Узмахивати једном,
затим другом
ногом у једну, а затим
у другу страну.



12

**РАЗВИЈАМО АЕРОБНИ
КАПАЦИТЕТ. ЈАЧАМО НОГЕ.**

Стојећи став,
пored столице,
лагано трчање око
столице, или поскоци
на једној ноzi.

Весела столица

ПРВИ МОДЕЛ / А



13

ЈАЧАМО И ИСТЕЖЕМО НОГЕ.

Стојећи став, испред столице, руке ослоњене на седиште столице преносити тежиште тела са једне на другу ногу кроз чучањ.



14

ЈАЧАМО ЛЕЂА.

Стојећи став, иза столице, претклон, руке у узручењу ослоњене на наслон столице, заножење ногом, супротна рука у узручењу.



15

ЈАЧАМО МИШИЋЕ НОГУ.

Стојећи став, испред столице, руке ослоњене на седиште столице, поскоци опруженим коленима.



16

ИСТЕЖЕМО ЛЕЂА И РАМЕНА.

Стојећи став, иза столице, руке ослоњене на наслон столице, претклон под углом од 90 степени ноге - труп, спуштати ситним покретима труп према доле.

Причамајти причу

ПРВИ МОДЕЛ / Б

1



ОБЛАЧИМО СЕ И ВЕЗУЈЕМО ПЕРТЛЕ.

2



ИДЕМО НАПОЉЕ.

3



ИМА ЛИ АВИОНА НАПОЉУ?

4



КАКО ЈЕ ВИСОКО АВИОН,
А И МНОГО ПТИЦА
ЛЕТИ НЕБОМ.

Причама њи причу

ПРВИ МОДЕЛ / Б

5



ИДЕМО У ВОЋЊАК,
СТАБЉИКЕ ЈАБУКЕ (ДРВЕЋЕ)
СЕ ЊИШУ НА ВЕТРУ.

6



БЕРЕМО ЈАБУКЕ И
СТАВЉАМО У КОРПУ.

7



ВЕЛИКИ СМО КАО ДИВОВИ
И МАЛИ СМО КАО ПАТУЉЦИ
И ХОДАМО ИЗМЕЂУ ДРВЕЋА.

8



ГРАНЕ ДРВЕЋА СЕ ПОВИЈАЈУ,
А СУНЦОКРЕТ У ПОЉУ
СЕ ОКРЕЋЕ ПРЕМА СУНЦУ.

Причамајти причу

ПРВИ МОДЕЛ / Б

9



ИЗ ДАЉИНЕ ЈЕ ДОЛЕТЕЛА РОДА
И СТОЈИ НА ЈЕДНОЈ НОЗИ .

10



ИДЕМО У ШУМУ. ХОДАМО КАО
МЕДВЕДИ НА ЧЕТИРИ НОГЕ;
СКАКУЈЕМО КАО ВРАПЧИЋИ...

11



...СКАЧЕМО КАО ЗЕЧЕВИ;
ТРЧИМО ИЗ ШУМЕ ПРЕКО
ЛИВАДЕ КАО КОЊИЋИ.

12



ПРЕСКАЧЕМО МАЛЕ И
ЗАБИЛАЗИМО ВЕЛИКЕ ЖБУНОВЕ .

Причамајти причу

ПРВИ МОДЕЛ / Б

13



СТИГЛИ СМО ИСПРЕД
НАШЕ КУЋЕ.

14



ЈОШ ЈЕДНОМ УДИШЕМО
СВЕЖ ВАЗДУХ...

15



...И ИСПИСУЈЕМО БРОЈЕВЕ
НОГОМ ПО ТЛУ 1,2,3...

16



А САД НА ПРЕСВЛАЧЕЊЕ
ИДЕМО СВИ ...

Здрава стојалца

ПРВИ МОДЕЛ / В



1

Котрљати оловку стопалима у смеру напред-назад или је вући прстима ногу.



2

Деца "плету" оловкама које држе прстима ногу.



3

Дете држећи оловку прстима ногу "пише" слова или бројеве; потпише се.



4

ШТАФЕТНЕ ИГРЕ преношењем оловке од једног ка другом крају простора за игру или из ноге до ноге.

Здрава стојалца

ПРВИ МОДЕЛ / В



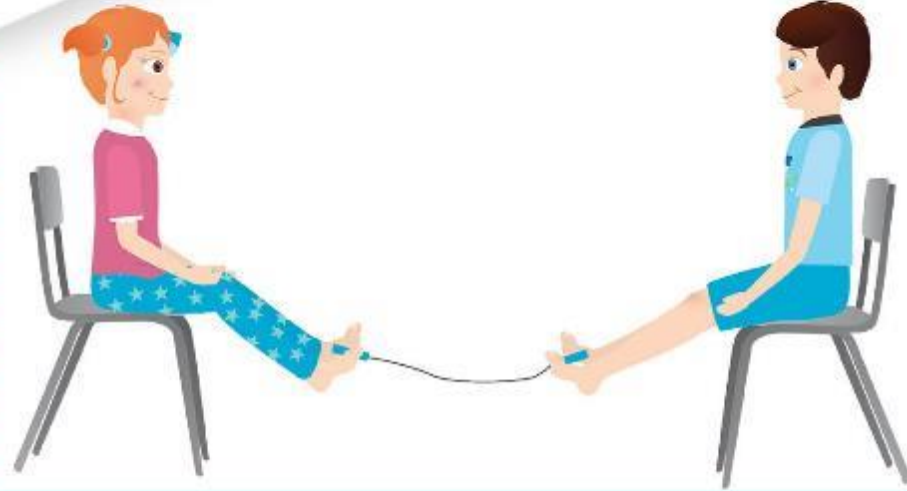
5

Извући пертлу из патике ногом.



6

Везати чвор на пертли ногом, седећи на столици.



7

“Везивати” пертлу на различите начине; деца надвлаче пертлу држећи је рисом стопала; деца надвлаче пертлу држећи је стопалима.

Здрава стојалца

ПРВИ МОДЕЛ / В



8

Гужвати мараму прстима ногу па је онда исправити.



9

Стопалима стати на мараму подизати се на прсте па на пете.

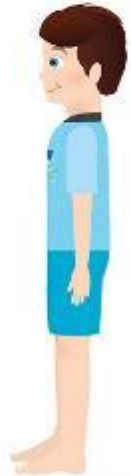
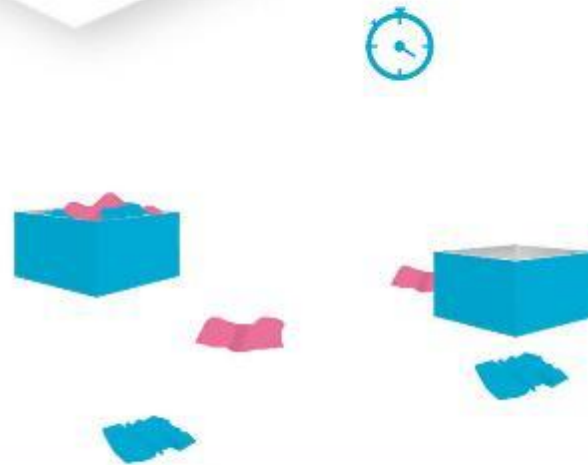


10

Ухватити мараму прстима ногу, подићи је и пустити да падне па исто поновити другом ногом.

Здрава стоголца

ПРВИ МОДЕЛ / В



11

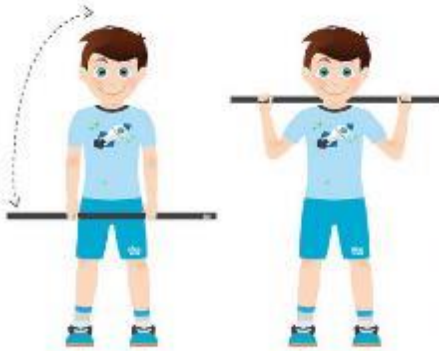
ШТАФЕТА
МАРАМИЦОМ
Пребацивања
марамича од ноге
до ноге.

12

КРАЂА МАРАМИЦА.
Деца су подељена у две групе.
Све марамиче се налазе расуте по простору за игру.
На знак васпитача ногама се хватају марамиче и
преносе у одговарајуће кутије.

Разиграна палица

ПРВИ МОДЕЛ / Г



1

ВЕЖБА ЗА ЈАЧАЊЕ РАМЕНОГ ПОЈАСА И МИШИЋА ГОРЊЕГ ДЕЛА ЛЕЂА

Раскорачни став, држати палицу испред тела, предручити и преместити је иза врата.



2

ВЕЖБА ЗА ЈАЧАЊЕ РУКУ И РАМЕНОГ ПОЈАСА

Обема рукама држати један крај палице и описивати кругове у ваздуху изнад главе.



3

ВЕЖБА ЗА ЈАЧАЊЕ РАМЕНОГ ПОЈАСА И МИШИЋА ЛЕЂА

Премештати палицу испред и иза тела све време држећи крајеве палице.



4

ВЕЖБА ЗА ЈАЧАЊЕ БОЧНИХ ТРЕБУШНИХ МИШИЋА И ИСТЕЗАЊЕ МИШИЋА ЛЕЂА И ЗАДЊЕ ЛОЖЕ НАТКОЛЕНИЦЕ.

Раскорачни став, обема рукама држати један крај палице, у претклону исписивати полукруг по тлу.

Разиграна палица

ПРВИ МОДЕЛ / Г



5

ВЕЖБА ЗА ИСТЕЗАЊЕ ГРУДНОГ КОША, МИШИЋА ДОЊЕГ ДЕЛА КИЧМЕНОГ СТУБА И ЗАДЊЕ ЛОЖЕ НАТКОЛЕНИЦЕ.

Стојећи став, држати палицу иза тела, максимално се истезати у закљону и дубоком преткљону.



6

ВЕЖБА ЗА ИСТЕЗАЊЕ МИШИЋА РАМЕНОГ ПОЈАСА И ЗАДЊЕ ЛОЖЕ НАТКОЛЕНИЦЕ И ЈАЧАЊЕ МИШИЋА ДОЊЕГ ДЕЛА КИЧМЕНОГ СТУБА.

Стојећи став, држати палицу иза тела, преткљон трупом.



7

ВЕЖБА ЗА ЈАЧАЊЕ БОЧНИХ ТРБУШНИХ МИШИЋА.

Раскорачни став, палица иза врата, засуци трупом у једну и у другу страну.



8

ВЕЖБА ЗА ЈАЧАЊЕ БОЧНИХ ТРБУШНИХ МИШИЋА И ИСТЕЗАЊЕ ЗАДЊЕ ЛОЖЕ НАТКОЛЕНИЦЕ.

Раскорачни став, палица иза врата, засуци у преткљону у једну и у другу страну.

Разиграна палица

ПРВИ МОДЕЛ / Г



9

ВЕЖБА ЗА ИСТЕЗАЊЕ МИШИЋА КИЧМЕНОГ СТУБА, ЈАЧАЊЕ ТРБУШНИХ МИШИЋА И ПРЕГИБАЧА У ЗГЛОБУ КУКА.

Стојећи став, узручити на ногу. држати палицу са обе руке, наизменично подизати колена (прав угао подколеница - натколеница).



10

ВЕЖБА ЗА ЈАЧАЊЕ ТРБУШНИХ МИШИЋА И ПРЕГИБАЧА У ЗГЛОБУ КУКА.

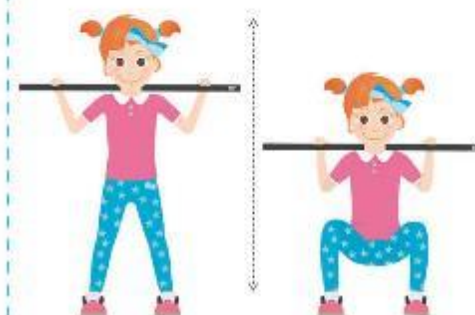
Стојећи став, држати палицу иза тела, прекорачити палицу низменично, напред – назад.



11

ВЕЖБА ЗА ЈАЧАЊЕ МИШИЋА НОГУ

Држати палицу иза врата, радити искорак у страну.



12

ВЕЖБА ЗА ЈАЧАЊЕ МИШИЋА НОГУ И МИШИЋА КАРЛИЧНОГ ПОЈАСА

Раскорачни став, палица иза врата, чучњеви.

Разиграна палица

ПРВИ МОДЕЛ / Г



13

**ВЕЖБА ЗА ЈАЧАЊЕ
МИШИЋА ПОТКОЛЕНИЦЕ.**

Поскоцима наизменично
мењати положај,
са ноге на ногу.



14

**ВЕЖБА ЗА ЈАЧАЊЕ МИШИЋА
НАТКОЛЕНИЦЕ И МИШИЋА
КАРЛИЧНОГ ПОЈАСА.**

Поскоцима из чучња
прескакати палицу бочно.



15

**ВЕЖБА ЗА ЈАЧАЊЕ
МИШИЋА ЛЕЂА.**

Лежећи на стомаку, палица иза
тела, подизати труп са палицом
увис и враћање у почетни положај.



16

**ВЕЖБА ЗА ЈАЧАЊЕ ТРБУШНИХ
МИШИЋА И МИШИЋА
РАМЕНОГ ПОЈАСА.**

Седећи држати палицу
у узручењу, провлачити
ноге преко палице и
враћање у почетни положај.

ДРУГИ МОДЕЛ

A

„Музичка гимнастика 1“



Опис: модел садржи елементарне покрете, кретања – аеробик за децу.
Ниво активности III
Време трајања: 15 минута.

B

„Музичка гимнастика 2“



Опис: модел садржи елементарне покрете, кретања – аеробик за децу.
Ниво активности III
Време трајања: 15 минута.

B

„Плеши и заледи се“



Опис: представља имитацију различитих спортова кроз игру.
Ниво активности III
Време трајања: 15 минута.

Легенда пиктограма:



ВЕЖБЕ У САЛИ



АКТИВНОСТИ НАПОЉУ



ВЕЖБЕ У УЧИОНИЦИ



ВЕЖБЕ У ПРОСТОРИЈАМА КОЈЕ ИСПУЊАВАЈУ ЗДРАВСТВЕНО ХИГИЈЕНСКЕ УСЛОВЕ

ТРЕЋИ МОДЕЛ

А	„Јесење играрије“	 Опис: комплекс се састоји од три игре које се играју на отвореним теренима. Ниво активности III Време трајања: 15 минута.	<i>Хваталица са ометањем Вук и овце Огледало</i>
Б	„Зимске играрије“	 Опис: комплекс се састоји од три игре које се играју на отвореним теренима. Ниво активности III Време трајања: 15 минута	<i>Направи Снешка Погоди Снешка Ходај мојим траговима</i>
В	„Пролећне играрије“	 Опис: комплекс се састоји од три игре које се играју на отвореним теренима. Ниво активности III Време трајања: 15 минута.	<i>Змијин реп Кошење Лишће и плодови</i>

Легенда пиктограма:



ВЕЖБЕ У САЛИ



АКТИВНОСТИ
НАПОЉУ



ВЕЖБЕ У
УЧИОНИЦИ



ВЕЖБЕ У ПРОСТОРИЈАМА
КОЈЕ ИСПУЊАВАЈУ ЗДРАВСТВЕНО
ХИГИЈЕНСКЕ УСЛОВЕ

1

Хваталица са ометањем

Сви ученици налазе се у ограниченом простору. Учитељ одређује ловца и ученика којег ће ловац да јури. Остали ученици су у слободној формацији у задатом простору. На договорени знак, ловац покушава да ухвати свог противника, а остали ученици га ометају изводећи блокаде телом, са рукама на леђима. Ловац нема право да одгурује рукама ученике који га блокирају, већ их само може заобилазити. Када ловац ухвати бегунца, он постаје ловац, а други ученик се бира за бегунца. Могу се одредити и два ловца који хватају бегунца. Игра је одлична као вежба кретања играча у одбрани у спортским играма: рукомету, кошарци или фудбалу.



2

Вук и овце

На одбојкашком терену простор од три метра је шума, а ван тога је пашњак. У шуми је вук, остали су овце. Овце покушавају да протрче кроз поље. Ухваћени постају вукови и заједно са првим вуком лове остале.



3

Огледало

Ученици стоје у паровима окренути један према другом, лицем у лице, а између себе држе обруч. Један од њих изводи све покрете и гримасе као његов пар који „гледа у огледало”. Ко се засмеје, губи поен. Улоге се мењају.



1

Направи Снешка

Деца су подељена на групе од 4-5 ученика. Циљ игре је да се направи Снешко Белић висине које одреди наставник. Максимално време трајања игре одређује наставник. Група која прва направи Снешка је победник.

Варијанта 2: Победник је група која направи најлепшег Снешка по мишљењу свих ученика.



2

Погоди Снешка

Деца заједно са наставником праве два једнака Снешка Белића. Наставник дели ученике у две једнаке групе. По један ученик из групе ког наставник прозове гађа Снешка грудвом са дистанце коју одреди наставник. Свака група броји погодке. Победник је група која има више погодака. Варијанта 2: Уколико Снешко има капу на глави (лончић, конзерва и сл.) екипа ученика који успе грудвом да скине капу Снешку добија два бода. Након погодка капа се враћа на главу Снешка.



3

Ходај мојим траговима

Ученици су подељени у парове, на простору који одреди наставник. Један ученик креће се по снегу, а други га следи, пратећи сваки његов траг (стопа, руку и ногу). Уколико погреши, ученик се враћа на претходни траг. Након тога улоге се мењају. Победник је онај који направи најмање грешака.



1

Змијин реп

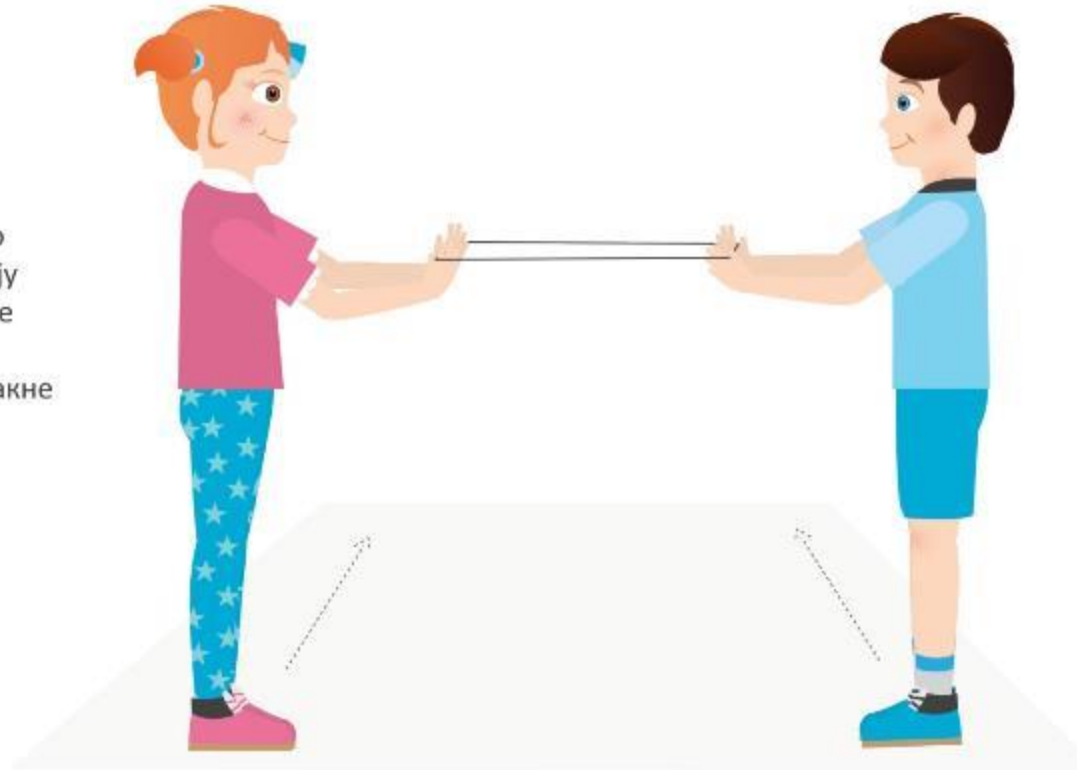
Ученици стоје у врсти држећи се за руке. Први је глава змије, а последњи крај репа. На дати знак глава покушава да ухвати реп што овај избегава на све начине. За време хватања, ученици не смеју пустити руке. Ухвати ли глава реп, мењају се први и последњи ученик у врсти.



2

Кошење

Ученици се налазе на одбојкашком терену без мреже. Двоје држе затегнуто уже и стартују са чеоне линије тако што трчећи дижу и спуштају затегнуто уже. Остали реагују и прескачу или се сагињу испод ужета. Конопац се не сме обмотати око шаке како би ученици могли да га пусте у сваком тренутку ако ухвате неког ученика. Када уже дотакне некога, тај мења једног од оних који јуре и тако редом.



3

Лишће и плодови

Плодови разног дрвећа ставе се у торбу, а лишће се уз помоћ бројалице раздели ученицима. После тога ученици редом именују дрво чији су лист добили, и једном руком пипајући у торби извлаче његов плод. Ученици који то ураде правилно добијају поен, а лишће се поново дели.



ИЗВЕШТАЈИ И ДОКУМЕНТА

Образац: ИЗВЕШТАЈ КООРДИНАТОРА И ДИРЕКТОРА ШКОЛА



Образац: ЕВИДЕНЦИЈА УЧИТЕЉА



ОДРЖИВОСТ ПРОЈЕКТА

ОДРЖИВОСТ И УНАПРЕЂЕЊЕ ПРОГРАМА

*можемо
пројектовати
на основу*

ШКОЛСКОГ ПРОГРАМА

ГОДИШЊЕГ
ПЛАНА РАДА
ШКОЛЕ

чији ће саставни део бити и

**СВАКОДНЕВНО
15- ОМИНУТНО
ВЕЖБАЊЕ,**

*а и на основу могућности
проширења програма новим
идејама везаним за активан
живот ученика у школи.*

СТРУЧНО УСАВРШАВАЊЕ

ПРОГРАМ ОБУКЕ КОЈЕ ЈЕ РЕШЕЊЕМ ДОНЕО
МИНИСТАР ПРОСВЕТЕ, НАУКЕ И ТЕХНОЛОШКОГ РАЗВОЈА

8 БОДОВА

(4+4)

НАГРАДНИ КОНКУРС

1



СЕПТЕМБАР

Почетак имплементације програма:
“Покренимо нашу децу”

2



НОВЕМБАР

До краја новембра професори шаљу видее како вежбају са децом.



ДЕЦЕМБАР

У децембру, стручни жири **БИРА**

30

одељења која ће бити **НАГРАЂЕНА**

► **УСЛОВ КОНКУРСА:**

ВИДЕО КОЈИ СЕ ШАЉЕ ЈЕ ПОТРЕБНО ДА У КАДРУ САДРЖИ ПЛАКАТ

Весела школица



ВЕБ ПОРТАЛ

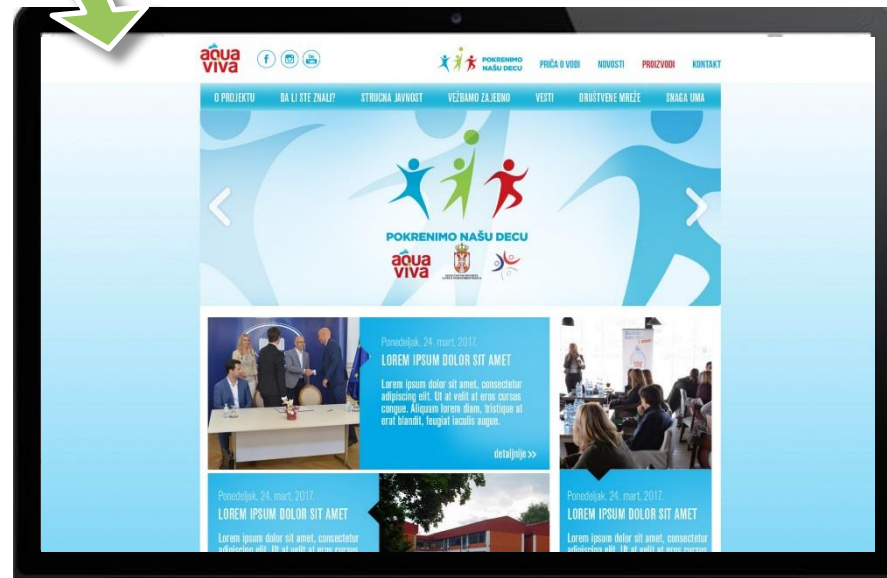
КОРАК 1

Сајт
www.aquaviva.rs

КОРАК 3

Микросајт програма
ПОКРЕНИМО НАШУ ДЕЦУ

КОРАК 2



ВАЖНОСТ - ЗНАЧАЈ ПРОЈЕКТА

Значај пројекта

се огледа у могућности имплементације програма
СВАКОДНЕВНИХ ПРЕВЕНТИВНИХ ВЕЖБИ
У ТРАЈАЊУ ОД 15 МИНУТА
у Школски програм и Годишњи план рада школе,

ОНО ШТО ЈЕ ВЕОМА ЗНАЧАЈНО

јесте посредна едукација деце и родитеља
о значају свакодневне примене физичких активности
за здравље, како њихове деце, тако и њих самих.





POKRENIMO NAŠU DECU

aqua
viva



Хвана Бам

