**ПРЕДЛОГ ОПЕРАТИВНОГ ПЛАНА РАДА НАСТАВНИКА**

**Школска година 2023/24.**

Предмет: Физичко и здравствено васпитање 4

Годишњи фонд часова: 108

Недељни фонд часова: 3

|  |
| --- |
| **Месец: СЕПТЕМБАР** |
| **Бр. и назив наст. теме** | **Исходи****(Ученик ће бити у стању да...)** | **Р.бр. часа** | **Назив наставне****јединице** | **Тип часа** | **Метода рада** | **Облик рада** | **Међупред.****компетенције** | **Међупред. корелације** | **Евалуација квалитета планираног** |
| Атлетика | * поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* уредно одлаже своје ствари пре и након вежбања;
* правилно изводи вежбе, разноврсна природна и и изведена кретања;
* разликује правилно од неправилног држања тела;
* повезује физичке активности са позитивним утицајем на здравље;
 | 1. | Договор о раду са елементарним играма по избору ученика. | В | ДМ,ДИ,ПР | ФР,ГР,ИР | Комуникација, Сарадња | С,М,ПИД |  |
| Атлетика | * примењује једноставнe, двоставне општеприпремне вежбе обликовања;
* правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује правила игре;
* повезује ходање и трчање с позитивним утицајем на здравље;
* вреднује успех у вежбању.
 | 2. | Технике трчања научене у 3. разреду | ПО | ДМ,ДИ,ПР | ФР,РП, ГР, ИР | Комуникација,Компетенција за учење | С,М,ПИД |  |
| Атлетика | * примењује једноставнe, двоставне општеприпремне вежбе обликовања;
* правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
	+ одржава равнотежу у различитим кретањима;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује правила игре;
* повезује ходање и трчање с позитивним утицајем на здравље;
* вреднује успех у вежбању.
 | 3. | Трчање – рад руку, колена, стопала | ОБ | ДИ,ДМ,ПВ | ФР,ИН,РП,ГР | Компетенција за учење,Комуникација,Сарадња | ПИД |  |
| Атлетика | * примењује једноставнe, двоставне општеприпремне вежбе обликовања;
* правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује правила игре;
* повезује ходање и трчање с позитивним утицајем на здравље;
* вреднује успех у вежбању
 | 4. | Трчање – ниски старт | О | ДИ,ДМ,ПВ | ФР,ИН,РП,ГР | Комуникација,Сарадња,Компетенција за учење  | ПИД,С,Л |  |
| * поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* уредно одлаже своје ствари пре и након вежбања;
* правилно изводи вежбе, разноврсна природна и и изведена кретања;
* разликује правилно од неправилног држања тела;
 | 5. | Трчање – високи старт | О | ДИ,ДМ,ПВ | ФР,ИН | Комуникација,Компетенција за учење  | С,Л,ПИД |  |
| Атлетика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* прихвата победу и пораз као саставне делове игре и такмичења;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 6. | Бацање лоптица удаљ | О | ДИ,ДМ,ПВ | ФР,ИН,РП,ГР | Решавање проблема,Компетенција за учење,Комуникација, Сарадња | С,М  |  |
| Атлетика | * примењује једноставнe, двоставне општеприпремне вежбе обликовања;
* правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује правила игре;
* повезује ходање и трчање с позитивним утицајем на здравље;
* вреднује успех у вежбањ
 | 7. | Брзо трчање са стартом из различитих почетних положаја | УВ | ДИ,ДМ,ПВ | ФР,ИН,ГР  | Комуникација,Сарадња,Компетенција за учење | М,ПИД,Л |  |
| Атлетика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* прихвата победу и пораз као саставне делове игре и такмичења;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 8. | Бацање лоптица удаљ | УВ | ДИ,ДМ,ПВ | ФР,ИН,РП,ГР | Решавање проблема, Компетенција за учење,Комуникација, Сарадња | С,М |  |
| * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* прихвата победу и пораз као саставне делове игре и такмичења;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 9. | Техника бацања вортекса | О | ДИ,ДМ,ПВ | ФР,ИН,РП,ГР | Решавање проблема,Компетенција за учење,Комуникација,Сарадња | С,М |  |
| Атлетика | * примењује једноставнe, двоставне општеприпремне вежбе обликовања;
* правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује правила игре;
* повезује ходање и трчање с позитивним утицајем на здравље;
* вреднује успех у вежбању
 | 10. | Елементарне игре са трчањем | УВ | ДИ,ДМ,ПВ | ФР,ИН,РП,ГР | Комуникација,Сарадња,Компетенција за учење  | С,ПИД |  |
| Атлетика | * примењује једноставнe, двоставне општеприпремне вежбе обликовања;
* правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује правила игре;
* повезује ходање и трчање с позитивним утицајем на здравље;
* вреднује успех у вежбању.
 | 11. | Трчање са променом правца и смера | О | ДИ,ДМ,ПВ | ФР,ИН,РП,ГР | Комуникација,Компетенција за учење  | ПИД  |  |
| Атлетика | * примењује једноставнe, двоставне општеприпремне вежбе обликовања;
* правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује правила игре;
* повезује ходање и трчање с позитивним утицајем на здравље;
* вреднује успех у вежбању.
 | 12. | Трчање са променом ритма | УВ | ДИ,ДМ,ПВ | ФР,ИН,РП,ГР | Комуникација,Сарадња,Компетенција за учење | М,МЗ,Л |  |

Датум предаје: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Предметни наставник: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**ПРЕДЛОГ ОПЕРАТИВНОГ ПЛАНА РАДА НАСТАВНИКА**

 **Школска година 2023/24.**

Предмет: Физичко и здравствено васпитање 4

Годишњи фонд часова: 108

Недељни фонд часова: 3

|  |
| --- |
| **Месец: ОКТОБАР** |
| **Бр. и назив наст. теме** | **Исходи****(Ученик ће бити у стању да...)** | **Р.бр. часа** | **Назив наставне****јединице** | **Тип часа** | **Метода рада** | **Облик рада** | **Међупред.****компетенције** | **Међупред. корелације** | **Евалуација квалитета планираног** |
| Атлетика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* прихвата победу и пораз као саставне делове игре и такмичења;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 13. | Скок увис прекорачном техником | О | ДИ,ДМ,ПВ | ФР,ИН,РП,ГР | Компетенција за учење,Комуникација,Сарадња,Решавање проблема  | ПИД,С,Л |  |
| Основе тимских и спортских игара | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* прихвата победу и пораз као саставне делове игре и такмичења;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 14. | 14. Јаџент игра са упрошћеним правилима | О | ДИ, ДМ,ПР | ФР,ИН, РП | Решавање проблема, Компетенција за учење,Комуникација,Сарадња | Л,Г |  |
| Атлетика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
	+ поштује мере безбедности током вежбања;
	+ прихвата победу и пораз као саставне делове игре и такмичења;
	+ придржава се правила вежбања;
	+ вреднује успех у вежбању.
 | 15. | Бацање лоптица удаљ |  | ДИ, ДМ,ПР | ДИ, ДМ,ГР,ПР |  Решавање проблема,Компетенција за учење,Комуникација,Сарадња | С,М |  |
| Атлетика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* разликује правилно држање од неправилног држања тела;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 16. |  Скок удаљ и увис - основни елементи згрчене технике | У | ДИ, ДМ,ПР | ДИ, ДМ,ГР,ПР | Компетенција за учење, Комуникација, Сарадња,Решавање проблема  | Л,ПИД |  |
| Атлетика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* разликује правилно држање од неправилног држања тела;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 17. | Одељенско такмичење у тробоју:* бацање лоптице;
* трчање 60м;
* скок увис.
 | П | ДИ, ДМ,ПР | ДИ, ДМ,ГР,ПР | Компетенција за учење,Комуникација, Сарадња,Решавање проблема | Л,ПИД |  |
| Атлетика | * примењује једноставнe, двоставне општеприпремне вежбе обликовања;
* правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује правила игре;
* повезује ходање и трчање с позитивним утицајем на здравље;
* вреднује успех у вежбању
 | 18. | Трчање преко препрека | О | ДИ, ДМ,ПР | ДИ, ДМ,ГР,ПР | Решавање проблема,Компетенција за учење,Комуникација  | ПИД,Л |  |
| Атлетика | * примењује једноставнe, двоставне општеприпремне вежбе обликовања;
* правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* повезује ходање и трчање с позитивним утицајем на здравље;
* вреднује успех у вежбању;
* прихвата победу и пораз као саставни део игре и такмичења
 | 19. | Брзо трчање | У | ДИ, ДМ,ПР | ДИ, ДМ,ГР,ПР | Комуникација,Сарадња,Компетенција за учење  | М,ПИД |  |
| Плес и ритмика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* разликује правилно држање од неправилног држања тела;
* успоставља правилно држање тела;
* поштује правила игре;
* навија и бодри учеснике у игри на начин који никога не вређа;
* вреднује успех у вежбању.
 | 20. | Одељенско трчање на 60м | У | ДИ, ДМ,ПР | ДИ, ДМ,ГР,ПР | Комуникација,Компетенција за учење  | ПИД,М,МУЗ |  |
| Основе тимских и спортских игара | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* прихвата победу и пораз као саставне делове игре и такмичења;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 21. | Одбојка;Одбијање лопте прстима | О | ДИ, ДМ,ПР | ДИ, ДМ,ГР,ПР | Решавање проблема,Компетенција за учење, Комуникација, Сарадња | ПИД,С |  |
| * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* прихвата победу и пораз као саставне делове игре и такмичења;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 22. | Одбојка;Одбијање лопте чекићем | О | ДИ, ДМ,ПР | ДИ, ДМ,ГР,ПР | Решавање проблема, Компетенција за учење, Комуникација, Сарадња | ПИД,С |  |
| Основе тимских и спортских игара | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* прихвата победу и пораз као саставне делове игре и такмичења;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 23. | Одбојка;Одбијање лопте прстима и чекићем | В | ДИ, ДМ,ПР | ДИ, ДМ,ГР,ПР | Решавање проблема,Компетенција за учење,Комуникација,Сарадња | ПИД,С |  |
| * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* прихвата победу и пораз као саставне делове игре и такмичења;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 24. | Одбојка;Доњи (школски) сервис са мање удаљености | О | ДИ, ДМ,ПР | ДИ, ДМ,ГР,ПР | Решавање проблема,Компетенција за учење, Комуникација, Сарадња | ПИД,С |  |
| Основе тимских и спортских игара | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* прихвата победу и пораз као саставне делове игре и такмичења;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 25. | Игра одбојке са упрошћеним правилима | О | ДИ,ДМ,ПР | ДИ, ДМ,ГР,ПР | Решавање проблема,Компетенција за учење,Комуникација, Сарадња | Л,М |  |

Датум предаје: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Предметни наставник: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**ПРЕДЛОГ ОПЕРАТИВНОГ ПЛАНА РАДА НАСТАВНИКА**

**Школска година 2023/24.**

Предмет: Физичко и здравствено васпитање 4

Годишњи фонд часова: 108

Недељни фонд часова: 3

|  |
| --- |
| **Месец: НОВЕМБАР** |
| **Бр. и назив наст. теме** | **Исходи****(Ученик ће бити у стању да...)** | **Р.бр. часа** | **Назив наставне****јединице** | **Тип часа** | **Метода рада** | **Облик рада** | **Међупред.****компетенције** | **Међупред. корелације** | **Евалуација квалитета планираног** |
| Основе тимских и спортских игара | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* успоставља правилно држање тела;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* уочава улогу делова тела у вежбању;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању
 | 26. | Колут напред из упора стојећег опружених ногу | О | ДИ, ДМ,ПР | ДИ, ДМ,ГР,ПР | Компетенција за учење,Комуникација,Решавање проблема, Сарадња | С,ПИД |  |
| Гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* успоставља правилно држање тела;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* уочава улогу делова тела у вежбању;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежба
 | 27. | Колут напред преко препреке | О | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,РП | Компетенција за учење, Комуникација | С,М |  |
| * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* користи основну терминологију вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* придржава се правила вежбања.
 | 28. | Колут напред | У | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР,РП | Компетенција за учење,Комуникација | С,М |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* успоставља правилно држање тела;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* уочава улогу делова тела у вежбању;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању..
 | 29. | Колут назад | О | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР,РП | Компетенција за учење,Комуникација,Сарадња,Решавање проблема  | С,М,ПИД |  |
| * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* успоставља правилно држање тела;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* уочава улогу делова тела у вежбању;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању..
 | 30. | Два повезана колута назад | ПЗ | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР,РП | Компетенција за учење,Решавање проблема, Сарадња  | ПИД,С,М |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* успоставља правилно држање тела;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* уочава улогу делова тела у вежбању;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању
 | 31. | Колут напред и колут назад | П | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР,РП | Компетенција за учење,Комуникација  | ПИД,С,М |  |
| Основе тимских и спортских игара | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* користи основну терминологију вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* придржава се правила вежбања.
 | 32. | Мини кошаркаВођење лопте једном и другом руком у месту | О | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР,РП | Комуникација,Сарадња,Решавање проблема | М,ПИД |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Основе тимских и спортских игара | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* користи основну терминологију вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* придржава се правила вежбања.
 | 33. | Мини кошаркаВођење лопте једном и другом руком у месту и кретању | О | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР | Компетенција за учење,Комуникација,Решавање проблема,Сарадња | М,ПИД |  |
| * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* користи основну терминологију вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* придржава се правила вежбања.
 | 34. | Мини кошаркаВођење лопте једном и другом руком у месту и кретању | О | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР,РП | Компетенција за учење,Комуникација,Решавање проблема,Сарадња | С,ПИД |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Основе тимских и спортских игара | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* користи основну терминологију вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* придржава се правила вежбања.
* вреднује успех у вежбању.
 | 35. | Мини кошаркаХватање и додавање лопте на различите начине у месту | О | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР,РП | Компетенција за учење,Комуникација, Решавање проблема,Сарадња  | М,ПИД |  |
| * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* користи основну терминологију вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* придржава се правила вежбања.
 | 36. | Мини кошаркаХватање и додавање лопте на различите начине у месту и кретању | О | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР,РП | Компетенција за учење,Комуникација, Решавање проблема,Сарадња  | М,ПИД |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Основе тимских и спортских игара | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* користи основну терминологију вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* придржава се правила вежбања.
 | 37. | Мини кошарка Хватање и додавање лопте на различите начине у месту и кретању | У | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР | Компетенција за учење, Комуникација,Решавање проблема,Сарадња | М,ПИД |  |

Датум предаје: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Предметни наставник: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**ПРЕДЛОГ ОПЕРАТИВНОГ ПЛАНА РАДА НАСТАВНИКА**

**Школска година 2023/24.**

Предмет: Физичко и здравствено васпитање 4

Годишњи фонд часова: 108

Недељни фонд часова: 3

|  |
| --- |
| **Месец: ДЕЦЕМБАР** |
| **Бр. и назив наст. теме** | **Исходи****(Ученик ће бити у стању да...)** | **Р.бр. часа** | **Назив наставне****јединице** | **Тип часа** | **Метода рада** | **Облик рада** | **Међупред.****компетенције** | **Међупред. корелације** | **Евалуација квалитета планираног** |
| Гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* користи основну терминологију вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* придржава се правила вежбања.
 | 38. | Мини кошаркаШут на кош | О | ДМ,ПР,В | ФР,ИН,ГР | Компетенција за учење,Комуникација,Решавање проблема  | М,ПИД |  |
| Гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
	+ користи основну терминологију вежбања;
	+ поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
	+ поштује мере безбедности током вежбања;
	+ поштује правила игре;
	+ придржава се правила вежбања.
 | 39. | Мини кошарка Кошаркашки став у одбрани | О | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР | Компетенција за учење,Комуникација,Решавање проблема, Сарадња | ПИД,С |  |
| * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* успоставља правилно држање тела;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* уочава улогу делова тела у вежбању;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 40. | Став на лопатицама ,,свећа“ – опружање и изражај | О | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР | Компетенција за учење,Решавање проблема  | С,ПИД |  |
| Гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* успоставља правилно држање тела;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* уочава улогу делова тела у вежбању;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 41. | Вага претклоном и заножењем | О | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР,РП | Компетенција за учење, Решавање проблема,Сарадња | ПИД,СЈ |  |
| Полигон | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* успоставља правилно држање тела;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* уочава улогу делова тела у вежбању;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 42. | Вага | У | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР,РП | Сарадња, Естетичка компетенција,Компетенција за учење  | ПИД,СЈ |  |
| Гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* успоставља правилно држање тела;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* уочава улогу делова тела у вежбању;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 43. | Став на шакама | О | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР | Компетенција за учење,Решавање проблема   | ПИД,С |  |
| Гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* успоставља правилно држање тела;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* уочава улогу делова тела у вежбању;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању пре и након вежбања и у другим ситуацијама;
* се придржава правила вежбања;
* вреднује сопствена и туђа постигнућа у вежбању
 | 44. | Став на шакама и вага | У | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР | Компетенција за учење,Решавање проблема,Сарадња | ПИД,С |  |
| Спортска гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* користи основну терминологију вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* придржава се правила вежбања.
* вреднује сопствена и туђа постигнућа у вежбању.
 | 45. | Мини кошарка Кошаркашки став у одбрани | у | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР | Компетенција за учење, Комуникација, Решавање проблема, Сарадња  | ПИД,С  |  |
| Гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* успоставља правилно држање тела;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* уочава улогу делова тела у вежбању;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 46. | Мост из лежања на леђима | В | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,РП | Компетенција за учење, Решавање проблема  | С |  |
| Гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* успоставља правилно држање тела;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* уочава улогу делова тела у вежбању;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању
 | 47. | Свећа и мост  | У | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР,РП | Компетенција за учење, Решавање проблема,Сарадња  | С,ПИД |  |
| Основе тимских и спортских игара | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* прихвата победу и пораз као саставне делове игре и такмичења;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 48. | Јаџент игра са упрошћеним правилима | У | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР | Решавање проблема,Компетенција за учење  | Л,Г |  |
| полигон | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* успоставља правилно држање тела;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* уочава улогу делова тела у вежбању;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | **49.** | Полигон атлетичке и гимнастичке вежбе | У | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР,РП | Компетенција за учење, Решавање проблема, Сарадња | ПИД,Л |  |

Датум предаје: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Предметни наставник: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**ПРЕДЛОГ ОПЕРАТИВНОГ ПЛАНА РАДА НАСТАВНИКА**

**Школска година 2023/24.**

Предмет: Физичко и здравствено васпитање 4

Годишњи фонд часова: 108

Недељни фонд часова: 3

|  |
| --- |
| **Месец: ЈАНУАР** |
| **Бр. и назив наст. теме** | **Исходи****(Ученик ће бити у стању да...)** | **Р.бр. часа** | **Назив наставне****јединице** | **Тип часа** | **Метода рада** | **Облик рада** | **Међупред.****компетенције** | **Међупред. корелације** | **Евалуација квалитета планираног** |
| Гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* успоставља правилно држање тела;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* уочава улогу делова тела у вежбању;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 50. | Гимнастика Припремне вежбе за премет упором странце ,,звезда“ | У | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР,РП | Компетенција за учење,Решавање проблема,  Естетичка компетенција | С,ПИД,Л |  |
| Гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* успоставља правилно држање тела;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* уочава улогу делова тела у вежбању;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 51. | Вага, звезда, став на шакама | У | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР | Компетенција за учење, Решавање проблема, Сарадња | ПИ, Д,С |  |
| * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* успоставља правилно држање тела;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* уочава улогу делова тела у вежбању;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 52. |  |  | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР,РП | Компетенција за учење, Решавање проблема  | М,Л,СОН |  |
| Спортска гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* успоставља правилно држање тела;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* уочава улогу делова тела у вежбању;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 53. | Прескок – припремне вежбе | О | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР,РП | Компетенција за учење,Решавање проблема  | М,Л,СОН |  |
| Спортска гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* разликује правилно држање од неправилног држања тела;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* поштује правила понашања у простору и на простору за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 54. | Суножни наскок на одскочну даску | O | ДМ, ПР, В | ФР,ГР,ИН | Компетенција за учење,Комуникација,Сарадња,Решавање проблема | СОН,С |  |
| Спортска гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* разликује правилно држање од неправилног држања тела;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* поштује правила понашања у простору и на простору за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 55. | Одскоци упором о козлић | О | ДМ,ПР, В | ФР,ГР,ИН | Компетенција за учење,Комуникација,,Сарадња,Решавање проблема | МК,СОН,С |  |

Датум предаје: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Предметни наставник: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**ПРЕДЛОГ ОПЕРАТИВНОГ ПЛАНА РАДА НАСТАВНИКА**

**Школска година 2023/24.**

Предмет: Физичко и здравствено васпитање 4

Годишњи фонд часова: 108

Недељни фонд часова: 3

|  |
| --- |
| **Месец: ФЕБРУАР** |
| **Бр. и назив наст. теме** | **Исходи****(Ученик ће бити у стању да...)** | **Р.бр. часа** | **Назив наставне****јединице** | **Тип часа** | **Метода рада** | **Облик рада** | **Међупред.****компетенције** | **Међупред. корелације** | **Евалуација квалитета планираног** |
| Спортска гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања; комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима; разликује правилно држање од неправилног држања тела; успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
 | 56. | Прескок разношка (козлић висине 110 цм**)** | О | ДМ,ПР,В | ФР,ГР,ИН | Компетенција за учење,Комуникација,Сарадња,Решавање проблема | МК,СОН,С |  |
| Спортска гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* успоставља правилно држање тела;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* уочава улогу делова тела у вежбању;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 57. | Колут назад | О | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР,РП | Компетенција за учење, Решавање проблема,  Сарадња | М,Л,СОН |  |
| Спортска гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* успоставља правилно држање тела;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* уочава улогу делова тела у вежбању;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 58. | Два повезана колута назад | У | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР,РП | Компетенција за учење, Решавање проблема,Сарадња | М,Л,СОН |  |
| Спортска гимнастика | * двоставне општеприпремне вежбе обликовања;
* правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* изводи кретања, вежбе и кратке саставе уз музичку пратњу;
* изводи дечји и народни плес;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* препознаје лепоту покрета у вежбању;
* вреднује успех у вежбању.
 | 59. | Плес и ритмикаМузичке игре | У | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР | Компетенција за учење, Сарадња,Естетичка компетенција  | М,МЗ |  |
| Спортска гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* успоставља правилно држање тела;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* уочава улогу делова тела у вежбању;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 60. | Колут напред и назад  | П | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР,РП | Компетенција за учење,Решавање проблема, Сарадња | М,СОН |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Спортска гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* успоставља правилно држање тела;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* уочава улогу делова тела у вежбању;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 61. | Мост из лежања на леђима уз помоћ | О | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР,РП | Компетенција за учење, Решавањепроблема  | М,СОН |  |
| Полигони | * примењује једноставнe, двоставне општеприпремне вежбе (вежбе обликовања);
* правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* успоставља правилно држање тела;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* вреднује успех у вежбању.
 | 62. | Полигон у складу са реализованим моторичким садржајима | У | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР | Компетенција за учење,Комуникација,Сарадња  | Л,СОН |  |
| Спортска гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* примењује здравствено-хигијенске мере пре, у току и након вежбања;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 63. | Припремне вежбе за вагу претклоном и заножењем | О | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР,РП | Сарадња,Компетенција за учење  | СОН |  |
| Спортска гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* примењује здравствено-хигијенске мере пре, у току и након вежбања;
* препознаје лепоту покрета у вежбању;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 64. | Ходање на ниској греди у успону, напред, назад и са чучњем | О | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР,РП |  Сарадња | СОН |  |
| Спортска гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* разликује правилно држање од неправилног држања тела;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 65. | Залети одразом једне ноге, наскок у став на другој нози | О | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР,РП |  Сарадња,Компетенција за учење | СОН,М |  |
| Спортска гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* разликује правилно држање од неправилног држања тела;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 66. | Ходање по шведској клупи, издржај на једној нози, саскок згрчено | О | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР | Сарадња,Компетенција за учење  | СОН,М |  |

Датум предаје: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Предметни наставник: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**ПРЕДЛОГ ОПЕРАТИВНОГ ПЛАНА РАДА НАСТАВНИКА**

**Школска година 2023/24.**

Предмет: Физичко и здравствено васпитање 4

Годишњи фонд часова: 108

Недељни фонд часова: 3

|  |
| --- |
| **Месец: МАРТ** |
| **Бр. и назив наст. теме** | **Исходи****(Ученик ће бити у стању да...)** | **Р.бр. часа** | **Назив наставне****јединице** | **Тип часа** | **Метода рада** | **Облик рада** | **Међупред.****компетенције** | **Међупред. корелације** | **Евалуација квалитета планираног** |
| Спортска гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* правилно дише током вежбања;
* користи основну терминологију вежбања;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* уредно одлаже своје ствари пре и након вежбања;
 | 67. | Вучење и гурање преко линије | О | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР,РП | Компетенција за учење, Комуникација,Сарадња,Решавање проблема  | М,СОН |  |
| Спортска гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* правилно дише током вежбања;
* користи основну терминологију вежбања;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* уредно одлаже своје ствари пре и након вежбања;
* уочава улогу делова тела у вежбању;
* препознаје сопствено болесно стање и не вежба када је болестан;
* вреднује успех у вежбању;
 | 68. | Игре у снегу - вучење и гурање у тројкама | У | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР,РП | Компетенција за учење, Комуникација, Сарадња,Решавање проблема  | М,СОН |  |
| Спортска гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* правилно дише током вежбања;
* користи основну терминологију вежбања;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* уредно одлаже своје ствари пре и након вежбања;
* уочава улогу делова тела у вежбању;
* препознаје сопствено болесно стање и не вежба када је болестан;
* вреднује успех у вежбању;
 | 69. | Игре у снегу - вучење и гурање у тројкама | У | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР | Компетенција за учење, Комуникација,Сарадња,Решавање проблема  |  |  |
| Спортска гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* разликује правилно држање од неправилног држања тела;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 70. | Окрети на греди усправно, у чучњу за 90 и 180 степени | О | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР | Компетенција за учење, Решавање проблема, Естетичка компетенција | СОН,М |  |
| Спортска гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* разликује правилно држање од неправилног држања тела;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 71. | Различити начини ходања по шведској клупи | У | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР,РП | Компетенција за учење, Решавање проблема, Естетичка компетенциј*а* | СОН,М |  |
| Спортска гимнастика | * примени једноставнe, двоставне општеприпремне вежбе обликовања;
* правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* успоставља правилно држање тела;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује правила игре;
* навија и бодри учеснике у игри на начин који никога не вређа;
* прихвата победу и пораз као саставна делове игре и такмичења;
* уредно одлаже своје ствари пре и након вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 72. | Штафетне игре за развијање спретности и брзине | О | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР | Компетенција за учење, Комуникација, Сарадња,Решавање проблема  | М,СОН |  |
| Спортска гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* разликује правилно држање од неправилног држања тела;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 73. | Различити начини ходања по шведској клупи |  | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР | Компетенција за учење, Решавање проблема, Естетичка компетенција | СОН,М |  |
| Спортска гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* разликује правилно држање од неправилног држања тела;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 74. | Пењање уз мердевине |  | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР,РП | Компетенција за учење, Решавање проблема | Л,СОН |  |
| Спортска гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* разликује правилно држање од неправилног држања тела;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 75. | Пењање уз уже | О | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР | Компетенција за учење, Решавање проблема | Л,СОН |  |
| Спортска гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* разликује правилно држање од неправилног држања тела;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 76. | Провлачење кроз окна | О | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР,РП | Компетенција за учење,Сарадња,Решавање проблема | С,СОН,М |  |
| Спортска гимнастика | * примени једноставнe, двоставне општеприпремне вежбе (вежбе обликовања);
* правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* коригује сопствено држања тела на основу савета наставника;
* правилно држи тело;
* изведе кретања, вежбе и
* користи терминологију вежбања;
* поштује правила понашања на вежбалиштима;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* одговорно се односи према објектима, справама и реквизитима;
* примени правила игре;
 | 77. | На дочелном вратилу узмах корацима уз косу површину до упора предњег активног | У | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР,РП | Компетенција за учење,Решавање проблема  | СОН,Л |  |
| Спортска гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* разликује правилно држање од неправилног држања тела;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* придржава се правила вежбања;
 | 78. | Пузање потрбушке, на боку и леђима | О | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР | Компетенција за учење,Решавање проблема | СОН |  |

Датум предаје: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Предметни наставник: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**ПРЕДЛОГ ОПЕРАТИВНОГ ПЛАНА РАДА НАСТАВНИКА**

**Школска година 2023/24.**

Предмет: Физичко и здравствено васпитање 4

Годишњи фонд часова: 108

Недељни фонд часова: 3

|  |
| --- |
| **Месец: АПРИЛ** |
| **Бр. и назив наст. теме** | **Исходи****(Ученик ће бити у стању да...)** | **Р.бр. часа** | **Назив наставне****јединице** | **Тип часа** | **Метода рада** | **Облик рада** | **Међупред.****компетенције** | **Међупред. корелације** | **Евалуација квалитета планираног** |
| Спортска гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* разликује правилно држање од неправилног држања тела;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
 | 79. | Паралелни разбој: упор, њих, предњихом упор разножно пред рукама | О | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН | Компетенција за учење,Решавање проблема | СОН |  |
| Спортска гиманастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* разликује правилно држање од неправилног држања тела;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању
 | 80. | Пењање уз уже | У | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН | Компетенција за учење, Решавање проблема | Л,СОН |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Спортска гиманастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* разликује правилно држање од неправилног држања тела;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* придржава се правила вежбања;
	+ вреднује успех у вежбању.
 | 81. | Паралелни разбој: упор, њих, предњихом упор разножно пред рукама | У | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР | Компетенција за учење, Решавање проблема | Л,СОН |  |
| Спортска гиманастика | * примењује једноставнe, двоставне општеприпремне вежбе обликовања;
* правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* изводи кретања, вежбе и кратке саставе уз музичку пратњу;
* изводи дечји и народни плес;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* препознаје лепоту покрета у вежбању;
* вреднује успех у вежбању.
 | 82. | Плес и ритмика,Плесни корак - кореографија | О | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР | Компетенција за учење,Комуникација,Сарадња,Естетичка  | МЗ |  |
| Спортска гиманастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* прихвата победу и пораз као саставне делове игре и такмичења;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 83. | Спортска гимнастикаФутсал - ,,мали фудбал“ – додавање и примање лопте | О | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,РП | Компетенција за учење,Комуникација,Решавање проблема, Сарадња,Одговоран однос према здрављу  | СОН |  |
| Спортска гиманастика | * примењује једноставнe, двоставне општеприпремне вежбе обликовања;
* правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* изводи кретања, вежбе и кратке саставе уз музичку пратњу;
* изводи дечји и народни плес;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* препознаје лепоту покрета у вежбању;
* вреднује успех у вежбању.
 | 84. | Плесни корак - кореографија | У | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР,РП | Компетенција за учење,Сарадња,Естетичка компетенција  | МЗ |  |
| Спортска гиманастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* прихвата победу и пораз као саставне делове игре и такмичења;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 85. | Футсал - ,,мали фудбал“ – вођење лопте | О | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР | Компетенција за учење, Комуникација, Решавање проблема,Сарадња | СОН |  |
| Спортска гиманастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* разликује правилно држање од неправилног држања тела;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 86. | Дохватни кругови – суножним одривом вис узнето | О | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН | Компетенција за учење,Решавање проблема | Л,СОН |  |
| Спортска гиманастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* разликује правилно држање од неправилног држања тела;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 87. | Дохватни кругови – суножним одривом вис узнето | У | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН | Компетенција за учење, Решавање проблема | Л,СОН |  |
| Спортска гиманастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* прихвата победу и пораз као саставне делове игре и такмичења;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 88. | Футсал - ,,мали фудбал“ – додавање и примање лопте | О | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,ГР | Компетенција за учење, Решавање проблема,Сарадњ**а** | СОН |  |
| Спортска гиманастика | * примењује једноставнe, двоставне општеприпремне вежбе обликовања;
* правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује правила игре;
* повезује ходање и трчање с позитивним утицајем на здравље;
* вреднује успех у вежбању.
 | 89. | Трим трчање | У | ДИ,ДМ,ПР | ФР,ИН,РП | Комуникација,Компетенција за учење, Одговоран однос према околини   | М,СОН,МЗ |  |
| Спортска гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* прихвата победу и пораз као саставне делове игре и такмичења;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању
 | 90. | Игра на два гола | О | ДМ,ДИ,ПР, | ФР,ГР,ИН | Компетенција за учење, Комуникација, Решавање проблема, Сарадња | СОН,М |  |

Датум предаје: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Предметни наставник: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**ПРЕДЛОГ ОПЕРАТИВНОГ ПЛАНА РАДА НАСТАВНИКА**

**Школска година 2023/24.**

Предмет: Физичко и здравствено васпитање 4

Годишњи фонд часова: 108

Недељни фонд часова: 3

|  |
| --- |
| **Месец: МАЈ** |
| **Бр. и назив наст. теме** | **Исходи****(Ученик ће бити у стању да...)** | **Р.бр. часа** | **Назив наставне****јединице** | **Тип часа** | **Метода рада** | **Облик рада** | **Међупред.****компетенције** | **Међупред. корелације** | **Евалуација квалитета планираног** |
| Спортска гиманастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* прихвата победу и пораз као саставне делове игре и такмичења;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 91. | Футсал - ,,мали фудбал“ – шут | О | ДМ,ДИ,ПР | ФР,ГР,ИН | Компетенција за учење, Комуникација, Решавање проблема, Сарадња | СОН,М |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Спортска гиманастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* прихвата победу и пораз као саставне делове игре и такмичења;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 92. | Игра на два гола - футсал | У | ДМ,ДИ,ПР | ФР, ГР,ИН | Компетенција за учење,Решавање проблема,Сарадња | М,СОН |  |
| Спортска гиманастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* разликује правилно држање од неправилног држања тела;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 93. | АтлетикаПрескакање препрека постављених у низу, до 50цм висине | У | ДМ,ДИ,ПР | ФР, ГР,ИН,РП | Компетенција за учење, Решавање проблема,Сарадња | М,СОН |  |
| Спортска гиманастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* разликује правилно држање од неправилног држања тела;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 94. | Полигон – кретање на различите начине по справама |  | ДМ,ДИ,ПР | ФР,ГР,ИН,РП | Компетенција за учење,Решавање проблема | М |  |
| Спортска гиманастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* разликује правилно држање од неправилног држања тела;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 95. | Пузање на разне начине по хоризонталној и косој клупи | О | ДМ,ДИ,ПР | ФР, ИН,ГР | Компетенција за учење, Решавање проблема | М |  |
| * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* прихвата победу и пораз као саставне делове игре и такмичења;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању
 | 96. | Елементарне игре са гађањем покретних циљева | В | ДМ,ДИ,ПР | ФР, ГР,ИН | Комуникација,Сарадња,Решавање проблема  | М,Л |  |
| Спортска гиманастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* користи основну терминологију вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* придржава се правила вежбања.
 | 97. | Вођење лопте у трчању |  | ДМ,ДИ,ПР | ФР ,ГР,ИН | Компетенција за учење,Комуникација,Сарадња | М,СОН |  |
| * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* прихвата победу и пораз као саставне делове игре и такмичења;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 98. | Котрљање обруча |  | ДМ,ДИ,ПР | ФР,ГР,ИН | Комуникација, Сарадња,Решавање проблема, Компетенција за учење | М,Л |  |
| Спортска гиманастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* користи основну терминологију вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* придржава се правила вежбања.
 | 99. | Вођење лопте у трчању | У | ДМ,ДИ,ПР | ФР, ГР,ИН,РП | Компетенција за учење, Сарадња | М,СОН |  |
| * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* користи основну терминологију вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* придржава се правила вежбања.
 | 100. | Вођење лопте у трчању | П | ДМ,ДИ,ПР | ФР, ГР,ИН,РП | Компетенција за учење,Комуникација,Сарадња,Решавање проблема  | М,СОН |  |
| Основе тимских и елементарних игара | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* прихвата победу и пораз као саставне делове игре и такмичења;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 101. | Елементарна игра ,,Између четири ватре“ | В | ДМ,ДИ,ПР | ФР, ГР,ИН | Компетенција за учење,Комуникација, Сарадња | С,СОН,М |  |
| Атлетика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* разликује правилно држање од неправилног држања тела;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује правила игре;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 102. | Полигон | У | ДМ,ДИ,ПР | ФР, ГР,ИН | Компетенција за учење, Решавање проблема | М |  |

Датум предаје: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Предметни наставник: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**ПРЕДЛОГ ОПЕРАТИВНОГ ПЛАНА РАДА НАСТАВНИКА**

**Школска година 2023/24.**

Предмет: Физичко и здравствено васпитање 4

Годишњи фонд часова: 108

Недељни фонд часова: 3

|  |
| --- |
| **Месец: ЈУН** |
| **Бр. и назив наст. теме** | **Исходи****(Ученик ће бити у стању да...)** | **Р.бр. часа** | **Назив наставне****јединице** | **Тип часа** | **Метода рада** | **Облик рада** | **Међупред.****компетенције** | **Међупред. корелације** | **Евалуација квалитета планираног** |
| Основе тимских и спортских игара | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* користи основну терминологију вежбања;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* придржава се правила вежбања.
 | 103. | Мини рукометигра | У | ДМ,ДИ,ПР | ФР, ГР,ИН,РП | Компетенција за учење, Комуникација,Сарадња,Решавање проблема  | М,СОН |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Основе тимских и спортских игара | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
	+ разликује правилно држање од неправилног држања тела;
	+ успоставља правилно држање тела;
	+ правилно дише током вежбања;
	+ поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
	+ поштује мере безбедности током вежбања;
	+ поштује правила игре;
	+ придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 104. | Спортска гиманастика,Вежбе снаге и покретљивости на справама | У | ДМ,ДИ,ПР | ФР, ИН | Компетенција за учење,Решавање проблема | Л,СОН |  |
| * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* успоставља правилно држање тела;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* уочава улогу делова тела у вежбању;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 105. | Спортска гимнастикаОдељенско такмичење – вежбе на тлу | У | ДМ,ДИ,ПР | ФР,ГР,ИН,РП | Компетенција за учење,Решавање проблема, Сарадња | М,СОН |  |
| Основе тимских и спортских игара | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* прихвата победу и пораз као саставне делове игре и такмичења;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању.
 | 106. | АтлетикаИгре спретности и брзине | У | ДМ,ДИ,ПР | ФР, ГР,ИН,РП | Решавање проблема, Компетенција за учење, Комуникација,Сарадња | С,СОН,М |  |
| Спортска гимнастика | * правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* поштује мере безбедности током вежбања;
* поштује правила игре;
* прихвата победу и пораз као саставне делове игре и такмичења;
* придржава се правила вежбања;
* вреднује успех у вежбању
 | 107. | Игра на два гола - футсал | У | ДМ,ДИ,ПР | ФР, ГР,ИН | Компетенција за учење, Комуникација,Решавање проблема, Сарадња |  |  |
| Плес и ритмика | * примењује једноставнe, двоставне општеприпремне вежбе обликовања;
* правилно изводи вежбе, разноврсна природна и изведена кретања;
* комбинује усвојене моторичке вештине у игри и свакодневном животу;
* одржава равнотежу у различитим кретањима;
* успоставља правилно држање тела;
* правилно дише током вежбања;
* изводи кретања, вежбе и кратке саставе уз музичку пратњу;
* изводи дечји и народни плес;
* поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;
* препознаје лепоту покрета у вежбању;
* вреднује успех у вежбању
 | 108. | Музичке игре | У | ДМ,ДИ,ПР | ФР, ГР,ИН | Сарадња,Естетичка компетенција  | МЗ |  |

Датум предаје: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Предметни наставник: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

легенда:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ТИП ЧАСА** | **ОБЛИК РАДА** | **МЕТОДА РАДА** |
| О - обрада | ФР – фронтални рад | МО – монолошка метода |
| У - утврђивање | ГР – групни рад | ДИ – дијалошка метода |
| С - систематизација/провера знања | РП – рад у паровима | ДМ – демонстрациона метода |
|  | ИР – индивидуални рад | РУ –рад са уџбеником |
|  |  | ЛВ –лабораторијска вежба |
|  |  | АВ - аудио-визуелна вежба |
|  |  | РП –решавање проблема |
|  |  | КВ –контролна вежба |
|  |  | ЦТ –цртање |
|  |  | РТ –рад на тексту |
|  |  | ИА – игровне активности |
|  |  | ИР –истраживачки рад ученика |
|  |  | ПН -- пројектна настава |
|  |  | НВУ -- настава ван учионице |
|  |  | ИКТ -- рад са информационо- комуникативним технологијамаИ – интерпретативнаПР – практичан рад |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **МЕЂУПР. КОРЕЛАЦИЈЕ - први циклус** | **МЕЂУПР. КОРЕЛАЦИЈЕ - други циклус** | **МЕЂУПРЕДМЕТНЕ КОМПЕТЕНЦИЈЕ** |
| С - СРПСКИ ЈЕЗИК | С - СРПСКИ ЈЕЗИК | 1. Компетенција за учење |
| М - МАТЕМАТИКА | М - МАТЕМАТИКА | 2. Одговорно учешће у демократском друштву |
| СОН - СВЕТ ОКО НАС | Г - ГЕОГРАФИЈА | 3. Естетичка компетенција  |
| Л - ЛИКОВНА КУЛТУРА | И - ИСТОРИЈА | 4. Комуникација |
| М - МУЗИЧКА КУЛТУРА | Б - БИОЛОГИЈА | 5. Одговоран однос према околини |
| Ф - ФИЗИЧКА КУЛТУРА | Ф - ФИЗИКА | 6. Одговоран однос према здрављу |
| Г - ГРАЂАНСКО ВАСПИТАЊЕ | Х - ХЕМИЈА | 7. Предузимљивост и оријентација ка предузетништву |
| В - ВЕРОНАУКА | СЈ - СТРАНИ ЈЕЗИК | 8. Рад с подацима и информацијама |
|  | ИНФ - ИНФОРМАТИКА И РАЧУНАРСТВО | 9. Решавање проблема  |
|  | Т - ТЕХНИКА И ТЕХНОЛОГИЈА | 10. Вештина сарадње  |
|  | Л - ЛИКОВНА КУЛТУРА | 11. Дигитална компетенцијапредузетништву предузетништву |
|  | МК - МУЗИЧКА КУЛТУРА |  |
|  | ФЗВ - ФИЗИЧКО И ЗРДАВСТВЕНО ВАСПИТАЊЕ |  |
|  | Г - ГРАЂАНСКО ВАСПИТАЊЕ |  |
|  | В - ВЕРОНАУКА |  |