**ПРЕДЛОГ ОПЕРАТИВНОГ ПЛАНА РАДА НАСТАВНИКА**

**Школска година 2025/2026.**

Предмет: Физичко и здравствено васпитање

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. | 1. | Договор о раду са елементарним играма по избору ученика | Обн | ДМДИМОПР | ФРГРИРРП | Комуникација Сарадња | СЈМСОН |  |
| – 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. | Договор о раду са елементарним играма по избору ученика | Обн | ДМДИМОПР | ФРРПГРИР | КомуникацијаКомпетенција за учење | СЈМСОН |  |
| 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 | 3. | Бацање и хватање лоптица на различите начине | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРРПГР | Компетенција за учењеКомуникацијаСарадња | 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. | 4. | Бацање лоптица удаљ јачом и слабијом руком | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРРПГР | Компетенција за учењеКомуникацијаСарадња | 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. | 5. | Ходање и трчање са променом правца и смера | ОбнУв | ДИМОДМПР | ФРИР | КомуникацијаКомпетенција за учење | 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. | 6. | Бацање лоптице из места у даљину и у циљ | Ув | ДИМОДМПР | ФРИРРПГР | Компетенција за учењеКомуникацијаСарадња | МСОН |  |
| 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. | 7. | Бацање лоптица у покретни циљ | П | ДИМОДМПР | ФРИРГР | КомуникацијаСарадњаКомпетенција за учењеРешавање проблема | МСОН |  |
| 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; | 8. | Вучење и гурање преко линије | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРРПГР | Компетенција за учењеКомуникацијаСарадњаРешавање проблема | МСОН |  |
| 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. | 9. | Елементарне игре са гађањем покретних циљева | П | ДИМОДМПР | ФРИРРПГР | КомуникацијаСарадњаРешавање проблема | МЛК |  |
| 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. | Ходање и трчање различитим темпом и комбинацијом задатака | Ув | ДИМОДМПР | ФРИРРПГР | КомуникацијаСарадњаКомпетенција за учење | СЈСОН |  |
| – 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;– вреднује успех у вежбању. | 11. | Брзо трчање са променом места, из разних почетних положаја | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРРПГР | Решавање проблемаКомпетенција за учење | СОНЛК |  |
| АтлетикаА | – 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;– повезује ходање и трчање с позитивним утицајем на здравље;– препознаје лепоту покрета у вежбању;– придржава се правила вежбања;– вреднује успех у вежбању. | 12. | Брзо трчање до 40 м из разних стартних позиција | Ув | ДИМОДМПР | ФРИРРПГР | КомуникацијаРешавање проблемаКомпетенција за учење | СОНЛКМ |  |
| 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. | Елементарне игре за развој спретности | П | ДИМОДМПР | ФРИРРПГР | КомуникацијаСарадњаКомпетенција за учење | МКСОН |  |

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

**ПРЕДЛОГ ОПЕРАТИВНОГ ПЛАНА РАДА НАСТАВНИКА**

**Школска година 2025/2026.**

Предмет: Физичко и здравствено васпитање

Годишњи фонд часова:

Недељни фонд часова:

|  |
| --- |
| 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 | – 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. | 14. | Трим трчање | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРРП | КомуникацијаКомпетенција за учењеОдговоран однос према околин | МСОНМК |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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. | 15. | Скок удаљ из залета | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРРП | Компетенција за учењеКомуникација | МЛКМК |  |
| 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 | Ув | ДИМОДМПР | ФРИРРП | Компетенција за учењеКомуникација | МСОН |  |
| 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. | Прескакање препрека постављених у низу, до 50цм висине | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРРПГР | Компетенција за учењеРешавање проблемаСарадња | МСОН |  |
| 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;– поштује правила игре;– прихвата победу и пораз као саставне делове игре и такмичења;– придржава се правила вежбања;– вреднује успех у вежбању. | 18. | Елементарна игра ,,Између четири ватре“ | В | ДИМОДМПР | ФРИРГР | Компетенција за учењеКомуникацијаСарадња | СОНМСЈ |  |
| 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;– повезује ходање и трчање с позитивним утицајем на здравље;– препознаје лепоту покрета у вежбању;– придржава се правила вежбања;– вреднује успех у вежбању. | 19. | Ходање и трчање различитим темпом и комбинацијом задатака | П | ДИМОДМПР | ИРФРГРРП | КомуникацијаРешавање проблема | СОНЛКМ |  |
| 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. | Усвајање технике извођења скокова из места | Обу | ДИМОДМПР | ДИДМГРПР | КомуникацијаРешавање проблемаКомпетенција за учење | МЛКСОН |  |
| 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. | 21. | Прескакање вијаче у пару | Обу | ДИМОДМПР | ФРГРИРРП | КомуникацијаРешавање проблемаКомпетенција за учење | МСОН |  |
| 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. | 22. | Мини-рукометДодавање и хватање у месту и кретању | Обу | ДИМОДМПР | ФРГРИРРП | Компетенција за учењеКомуникацијаСарадња | МСОН |  |
| 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. | 23. | Мини-рукометДодавање и хватање лопте у висини груди у месту и у кретању | Ув | ДИМОДМПР | ФРГРИРРП | КомуникацијаСарадњаКомпетенција за учењеРешавање проблема | МСОН |  |
| 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. | 24. | Елементарна игра ,,Између четири ватре“ | Ув | ДИМОДМПР | ФРГРИР | Компетенција за учењеРешавање проблемаСарадњаКомуникација | СОНМ |  |
| 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. | 25. | Вођење лопте једном руком у месту и кретању | Обу | ДИМОДМПР | ФРГРИРРП | Компетенција за учењеКомуникацијаСарадњаРешавање проблема | МСОН |  |
| 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. | 26. | Прескакање вијаче (два суножна поскока с међупоскоком) | Ув | ДИМОДМПР | ФРГРИРРП | КомуникацијаКомпетенција за учење | МСОН |  |
| 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. | 27. | Шутирање из места и кретања – бочни и чеони шут | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРРП | Компетенција за учењеРешавање проблема | МСОН |  |
| Основе тимских и спортских игарa | – 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. | Вођење, додавање и шутирање | Ув | ДИМОДМПР | ФРИРГРРП | Компетенција за учењеКомуникацијаРешавање проблема | МСОН |  |

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

**ПРЕДЛОГ ОПЕРАТИВНОГ ПЛАНА РАДА НАСТАВНИКА**

**Школска година 2025/2026.**

Предмет: Физичко и здравствено васпитање

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 игарa | – 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. | 29. | Тактика – игра ,,Човек на човека“ | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРГРРП | Компетенција за учењеКомуникацијаСарадњаРешавање проблемаОдговоран однос према здрављу | МСОН |  |
| Основе тимских и спортских игарa | – 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. | 30. | Мини-рукомет | Ув | ДИМОДМПР | ФРИРГРРП | Компетенција за учењеКомуникацијаСарадњаРешавање проблемаОдговоран однос према здрављу | МСОН |  |
| 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. | 31. | Прескок на одскочној дасци(узастопни суножни скокови) | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРГР | Компетенција за учењеКомуникацијаСарадњаРешавање проблема | ЛКСОН |  |
| 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. | 32. | Прескакање кратке вијаче | П | ДИМОДМПР | ФРИРГРРП | КомуникацијаСарадњаРешавање проблемаКомпетенција за учење | МСОН |  |
| 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;– поштује правила игре;– прихвата победу и пораз као саставне делове игре и такмичења;– придржава се правила вежбања;– вреднује успех у вежбању. | 33. | Игре спретности | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРГР | Решавање проблемаКомпетенција за учењеКомуникацијаСарадња | СЈМСОН |  |
| 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;– правилно дише током вежбања;– поштује правила понашања у и на просторима за вежбање;– поштује правила игре. | 34. | Полигон у складу с реализованим моторичким садржајима | Ув | ДИМОДМПР | ФРИРГРРП | Компетенција за учењеКомуникацијаСарадња | ЛКСЈ |  |
| 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. | 35. | Скок увис прекорачном техником | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРГРРП | Компетенција за учењеКомуникацијаСарадњаРешавање проблема | ЛКСОН |  |
| Плес и ритмика | – примењује једноставнe, двоставне опште припремне 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;– препознаје лепоту покрета у вежбању;– вреднује успех у вежбању. | 36. | Кружење с лоптом у чеоној и бочној равни а обе и једном руком | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРРП | Компетенција за учењеЕстетичка компетенцијаРешавање проблема | МЛК |  |
| 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. | 37. | Скок увис прекорачном техником | Ув | ДИМОДМПР | ФРИРГР | Компетенција за учењеКомуникацијаСарадњаРешавање проблема | ЛКСОН |  |
| Плес и ритмика | – примењује једноставнe, двоставне опште припремне 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;– препознаје лепоту покрета у вежбању;– вреднује успех у вежбању. | 38. | Вежбе с лоптом | Ув | ДИМОДМПР | ФРИРГРРП | Компетенција за учењеЕстетичка компетенцијаРешавање проблема | МЛК |  |

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

**ПРЕДЛОГ ОПЕРАТИВНОГ ПЛАНА РАДА НАСТАВНИКА**

**Школска година 2025/2026.**

Предмет: Физичко и здравствено васпитање

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** |
| 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. | 39. | Народно коло „Савила се бела лоза виноваˮ | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРГР | Компетенција за учењеКомуникацијаСарадњаЕстетичка компетенција | СЈМКМ |  |
| 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;– 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. | 40. | Суножни одскок и доскок на повишену површину | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРГРРП | Компетенција за учењеКомуникацијаСарадњаРешавање проблема | СОНЛК |  |
| – 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. | 41. | Народно коло ,,Савила се бела лоза винова“ | Ув | ДИМОДМПР | ФРИРГР | Компетенција за учењеОдговоран однос према здрављуСарадњаЕстетичка компетенција | СЈМКМ |  |
| Плес и ритмика | – примењује једноставнe, двоставне опште припремне 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;– препознаје лепоту покрета у вежбању;– вреднује успех у вежбању. | 42. | Бацање и хватање у задатом ритму у месту и кретању | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРГРРП | Компетенција за учењеСарадњаРешавање проблема | ММК |  |
| – примењује једноставнe, двоставне опште припремне 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;– препознаје лепоту покрета у вежбању;– вреднује успех у вежбању. | 43. | Бацање и хватање у задатом ритму у месту и кретању | Ув | ДИМОДМПР | ФРИРГР | СарадњаЕстетичка компетенцијаКомпетенција за учење | ММК |  |
| 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. | 44. | Скок увис прекорачном техником | П | ДИМОДМПР | ФРИРГРРП | Компетенција за учењеКомуникацијаСарадњаРешавање проблема | МСОНЛК |  |
| 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;– уредно одлаже своје ствари пре и након вежбања и у другим ситуацијама;– се придржава правила вежбања;– вреднује сопствена и туђа постигнућа у вежбању | 45. | Вежбе у вису | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРГРРП | Компетенција за учењеРешавање проблема | СОНЛК |  |
| 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;– уредно одлаже своје ствари пре и након вежбања и у другим ситуацијама;– се придржава правила вежбања;– вреднује сопствена и туђа постигнућа у вежбању. | 46. | Вежбе у упору | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРГРРП | Компетенција за учењеРешавање проблема | СЈЛК |  |
| 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;– уредно одлаже своје ствари пре и након вежбања и у другим ситуацијама;– се придржава правила вежбања;– вреднује сопствена и туђа постигнућа у вежбању. | 47. | Вежбе у вису и упору | Ув | ДИМОДМПР | ФРИРГРРП | Компетенција за учењеРешавање проблема | СОНЛК |  |
| 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 | 48. | Препентравање разних објеката и справа | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРГРРП | Компетенција за учењеРешавање проблемаСарадња | МСОН |  |

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

**ПРЕДЛОГ ОПЕРАТИВНОГ ПЛАНА РАДА НАСТАВНИКА**

**Школска година 2025/2026.**

Предмет: Физичко и здравствено васпитање

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** |
| 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. | 49. | Народно коло из краја у ком се школа налази | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРГР | Компетенција за учењеОдговоран однос према здрављуСарадњаЕстетичка компетенција | СЈММК |  |
| 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. | 50. | Прескок - козлић | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРГРРП | Компетенција за учењеРешавање проблема | СОНЛК |  |
| 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. | 51. | Колут напред из упора стајаћег опружених ногу | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРГРРП | Компетенција за учењеКомуникацијаРешавање проблемаСарадња | МЛКСОН |  |
| – 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. | Колут напред преко препреке | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРГРРП | Компетенција за учењеРешавање проблемаСарадња | МЛКСОН |  |
| Спортска гимнастика | – 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. | 53. | Народно коло из краја у ком се школа налази | Ув | ДИМОДМПР | ФРИРГРРП | Компетенција за учењеОдговоран однос према здрављуСарадњаЕстетичка компетенција | СЈММК |  |
| – 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. | 54. | Упор о козлић | Ув | ДИМОДМПР | ФРИРГР | Компетенција за учењеРешавање проблема | СОНЛК |  |
| 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. | 55. | Припремне вежбе за став на шакама | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРГРРП | Компетенција за учењеРешавање проблема | МЛКСОН |  |
| 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. | 56. | Став о лопатицама – „свећа“ – опружање и издржај | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРГРРП | Компетенција за учењеРешавање проблема | МЛКСОН |  |
| – 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 | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРГРРП | Компетенција за учењеРешавање проблемаСарадња | МЛКСОН |  |

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

**ПРЕДЛОГ ОПЕРАТИВНОГ ПЛАНА РАДА НАСТАВНИКА**

**Школска година 2025/2026.**

Предмет: Физичко и здравствено васпитање

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;– 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 | Ув | ДИМОДМПР | ФРИНГРРП | Компетенција за учењеРешавање проблемаСарадња | МЛКСОН |  |
| – 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. | Музичке игре | Ув | ДИМОДМПР | ФРИНГР | Компетенција за учењеСарадњаЕстетичка компетенција | ММК |  |
| – 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 | ДИМОДМПР | ФРИРГРРП | Компетенција за учењеРешавање проблемаСарадња | МСОН |  |
| 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 | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРГРРП | Компетенција за учењеРешавањепроблема | МСОН |  |
| 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 | Ув | ДИМОДМПР | ФРИРГР | Компетенција за учењеКомуникацијаСарадња | ЛКСОН |  |
| 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. | 63. | Припремне вежбе за вагу претклоном и заножењем | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРГРРП | СарадњаКомпетенција 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 | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРГРРП | Сарадња | СОН |  |
| – 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 | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРГРРП | СарадњаКомпетенција за учење | СОНМ |  |
| 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 | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРГР | СарадњаКомпетенција за учење | СОНМ |  |
| 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 | 67. | Вучење и гурање преко линије | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРГРРП | Компетенција за учењеКомуникацијаСарадњаРешавање проблема | МСОН |  |
| 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 | Ув | ДИМОДМПР | ФРИРГРРП | Компетенција за учењеКомуникацијаСарадњаРешавање проблема | МСОН |  |

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

**ПРЕДЛОГ ОПЕРАТИВНОГ ПЛАНА РАДА НАСТАВНИКА**

**Школска година 2025/2026.**

Предмет: Физичко и здравствено васпитање

Годишњи фонд часова:

Недељни фонд часова:

|  |
| --- |
| 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;– 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 | ДИМОДМПР | ФРИРГР | Компетенција за учењеКомуникацијаСарадњаРешавање проблема | МСОН |  |
|  – 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 | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРГР | Компетенција за учењеРешавање проблемаЕстетичка компетенција | СОНМ |  |
| 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 | Ув | ДИМОДМПР | ФРИРГРРП | Компетенција за учењеРешавање проблемаЕстетичка компетенција | СОНМ |  |
| Полигони | – 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 | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРГР | Компетенција за учењеКомуникацијаСарадњаРешавање проблема | МСОН |  |
| 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 | Ув | ДИМОДМПР | ФРИРГР | Компетенција за учењеРешавање проблемаЕстетичка компетенција | СОНМ |  |
| – 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 | Ув | ДИМОДМПР | ФРИРГРРП | Компетенција за учењеРешавање проблема | ЛКСОН |  |
| 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 | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРГР | Компетенција за учењеРешавање проблема | ЛКСОН |  |
| 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. | 76. | Провлачење кроз окна | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРГРРП | Компетенција за учењеСарадњаРешавање проблема. | СЈСОНМ |  |
| 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 | Ув | ДИМОДМПР | ФРИРГРРП | Компетенција за учењеРешавање проблема | СОНЛК |  |
| 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. | 78. | Пузање потрбушке, на боку и леђима | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРГР | Компетенција за учењеРешавање проблема | СОН |  |
| 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. | 79. | Паралелни разбој: упор, њих, предњихом упор разножно пред рукама | Обу | ДИМОДМПР | ФРИР | Компетенција за учењеРешавање 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;– поштује мере безбедности током вежбања;– поштује правила игре;– придржава се правила вежбања;– вреднује успех у вежбању. | 80. | Пењање уз уже | Ув | ДИМОДМПР | ФРИР | Компетенција за учењеРешавање проблема | ЛКСОН |  |
| 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 | Ув | ДИМОДМПР | ФРИРГР | Компетенција за учењеРешавање проблема | ЛКСОН |  |
| 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 ритмикаПлесни корак - кореографија | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРГР | Компетенција за учењеКомуникацијаСарадњаЕстетичка компетенција | МК |  |

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

**ПРЕДЛОГ ОПЕРАТИВНОГ ПЛАНА РАДА НАСТАВНИКА**

**Школска година 2025/2026.**

Предмет: Физичко и здравствено васпитање

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** |
|  | – 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. | Футсал – „мали фудбал“ – додавање и примање лопте | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРРП | Компетенција за учењеКомуникацијаРешавање проблемаСарадњаОдговоран однос према здрављу | СОН |  |
| 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. | 84. | Плесни корак - кореографија | Ув | ДИДМПР | ФРИНГРРП | Компетенција за учењеСарадњаЕстетичка компетенција | МК |  |
| 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. | 85. | Футсал – „мали фудбал“ – вођење лопте | Обу | ДИМОДМПР | ФРИРГР | Компетенција за учењеКомуникацијаРешавање проблемаСарадња | СОН |  |
| 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. | 86. | Дохватни кругови – суножним одривом вис узнето | Обу | ДИМОДМПР | ФРИР | Компетенција за учењеРешавање проблема | ЛКСОН |  |
| – 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 | Ув | ДИМОДМПР | ФРИР | Компетенција за учењеРешавање проблема | ЛКСОН |  |
| 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. | 88. | Футсал – „мали фудбал“ – додавање и примање лопте | Обу | ДИМОДМПР | ФРИНГР | Компетенција за учењеРешавање проблемаСарадња | СОН |  |
| 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. | 89. | Трим трчање | Ув | ДИМОДМПР | ФРИРРП | КомуникацијаКомпетенција за учењеОдговоран однос према околини | МСОНМК |  |
| 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 | Обу | ДММОДИПР | ФРГРИР | Компетенција за учењеКомуникацијаРешавање проблемаСарадња | СОНМ |  |

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

**ПРЕДЛОГ ОПЕРАТИВНОГ ПЛАНА РАДА НАСТАВНИКА**

**Школска година 2025/2026.**

Предмет: Физичко и здравствено васпитање

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 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. | 91. | Футсал – „мали фудбал“ – шут | Обу | ДММОДИПР | ФРГРИР | Компетенција за учењеКомуникацијаРешавање проблемаСарадња | СОНМ |  |
| 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. | 92. | Игра на два гола - футсал | Ув | ДММОДИПР | ФРГРИР | Компетенција за учењеРешавање проблемаСарадња | МСОН |  |
| 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. | 93. | Прескакање препрека постављених у низу, до 50 цм висине | Ув | ДММОДИПР | ФРГРИРРП | Компетенција за учењеРешавање проблемаСарадња | МСОН |  |
| 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. | 94. | Полигон – кретање на различите начине по справама | Ув | ДММОДИПР | ФРГРИРРП | Компетенција за учењеРешавање проблема | М |  |
| – 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 | Обу | ДММОДИПР | ФРИРГР | Компетенција за учењеРешавање проблема | М |  |
| 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. | 96. | Елементарне игре са гађањем покретних циљева | В | ДММОДИПР | ФРГРИР | КомуникацијаСарадњаРешавање проблема | МЛК |  |
| 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. | 97. | Вођење лопте у трчању | Обу | ДММОДИПР | ФРГРИР | Компетенција за учењеКомуникацијаСарадња | МСОН |  |
| 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. | 98. | Котрљање обруча | Обу | ДММОДИПР | ФРГРИР | КомуникацијаСарадњаРешавање проблемаКомпетенција за учење | МЛК |  |
| Основе тимских, спортских и елементарних 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. | 99. | Вођење лопте у трчању | Ув | ДММОДИПР | ФРГРИРРП | Компетенција за учењеСарадња | МСОН |  |
| – 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 | ДММОДИПР | ФРГРИРРП | Компетенција за учењеКомуникацијаСарадњаРешавање проблема | МСОН |  |
| – 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. | 101. | Елементарна игра ,,Између четири ватре“ | В | ДММОДИПР | ФРГРИР | Компетенција за учењеКомуникацијаСарадња | СЈСОНМ |  |
| 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. | 102. | Полигон | Ув | ДММОДИПР | ФРГРИР | Компетенција за учењеРешавање проблема | М |  |

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

**ПРЕДЛОГ ОПЕРАТИВНОГ ПЛАНА РАДА НАСТАВНИКА**

**Школска година 2025/2026.**

Предмет: Физичко и здравствено васпитање

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 у 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-рукомет | Ув | ДМПРВ | ФРРПИН | Компетенција за учењеКомуникацијаСарадњљаРешавање проблема | МСОН |  |
| Основе тимских, спортских и елементарних 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. | Вежбе снаге и покретљивости на справама | Ув | ДММОДИПР | ФРИР | Компетенција за учењеРешавање проблема | ЛКСОН |  |
| 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. | 105. | Одељенско такмичење – вежбе на тлу | Ув | ДММОДИПР | ФРГРИРРП | Компетенција за учењеРешавање проблемаСарадња | МСОН |  |
| 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;– поштује правила игре;– прихвата победу и пораз као саставне делове игре и такмичења;– придржава се правила вежбања;– вреднује успех у вежбању. | 106. | Игре спретности и брзине | Ув | ДММОДИПР | ФРГРИРРП | Решавање проблемаКомпетенција за учењеКомуникацијаСарадња | СЈСОНМ |  |
| 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 | Ув | ДММОДИПР | ФРГРИР | Компетенција за учењеКомуникацијаРешавање проблемаСарадња | МСОН |  |
| 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 | Ув | ДММОДИПР | ФРГРИР | СарадњаЕстетичка компетенција | МК |  |

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

**Легенда:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ТИП ЧАСА** | **ОБЛИК РАДА** | **МЕТОДА РАДА** | **МЕЂУПР. КОРЕЛАЦИЈЕ** |
| В – вежбање | ФР – фронтални рад | МО – монолошка метода | СЈ - српски језик |
| Ув – увежбавање | ГР – групни рад | ДИ – дијалошка метода | М - математика |
| Ут – утврђивање | РП – рад у паровима | ДМ – демонстрациона метода | СОН - свет око нас |
| Обу – обучавање | ИР – индивидуални рад | ПР – практичан рад | ЛК - ликовна култура |
| Обр – обрада |  |  | МК - музичка култура |
| ПЗ – проширивање знања |  |  | Гр - грађанско васпитање |
| П – провера |  |  |  |
| С – систематизација |  |  |  |