

ГОДИШЊИ (ГЛОБАЛНИ) ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА

Наставни предмет: ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ

Разред: Пети

Ред.број наставне теме	НАСТАВНА ТЕМА/ОБЛАСТ	Број часова по теми	Број часова за	
			обраду	остале типове часова
1.	Атлетика - техника истрајног трчања - скок у вис - скок у даљ - бацања	17	5	12
2.	Вежбе на справама и тлу - вежбе ва тлу - прескоци - дв. и паралелни разбој - греда - вратило - кругови	17	7	10
3.	Рукомет - техника - тактика	16	6	10
4.	Ритмичка гимнастика и плес - вијача - обруч	5	2	3
5.	Стони тенис - техника	12	4	8
6.	Мерења	5		5
	Укупно:	72	24	48

ОПЕРАТИВНИ ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА

Школска 2008 / 2009. година

ЗА МЕСЕЦ *ОКТОБАР* 2008. ГОДИНЕ

Назив предмета **ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ**

Разред **Пети**

Недељни фонд часова **2**

Ред. број наставне теме	Ред. број часа наст. јединице	Назив наставне јединице (навести и корелацију: везе унутар предмета и са другим предметима)	Тип часа	Облик рада	Метод рада	Место рада и наставна средства	Иновације	(Само)евалуација и корекција
3.	9.	Додавање и хватање лопте у кретању	обрада	у пару	демонстр., дијалошка	полигон, сала, руком.лопте		
1.	10.	Скок у вис "маказама"	вежб.	индив.	дијалошка	сала, сталак, струњ.		
	11.	Скок у вис опкорачно	обрада	индив.	демонстр., дијалошка	сала, сталак, струњ.		
3.	12.	Додавање и хватање лопте око зоне	вежб.	групни	демонстр., дијалошка	полигон, рук. лопте		
	13.	Основни став у одбрани са кретањем у ширину и дубину	обрада	групни	демонстр., дијалошка	полигон, руком. лопте		
1.	14.	Ниски старт и спринт - 60 м	вежб.	групни	дијалошка	штоперица, полигон		
	15.	Скок у даљ увинућем	обрада	индив.	демонстр., дијалошка	полигон, јама		
	16.	Одбрана и напад са кретањем и додавањем лопте	вежб.	групни	дијалошка	полигон, лопте		
3.	17.	Шут на гол из места и кретања	обрада	групни	демонстр., дијалошка	полигон, лопте		

ОПЕРАТИВНИ ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА

Школска 2008 / 2009. година

ЗА МЕСЕЦ *НОВЕМБАР* 2008. ГОДИНЕ

Назив предмета **ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ**

Разред **Пети**

Недељни фонд часова **2**

Ред. број наставне теме	Ред. број часа наст. јединице	Назив наставне јединице (навести и корелацију: везе унутар предмета и са другим предметима)	Тип часа	Облик рада	Метод рада	Место рада и наставна средства	Иновације	(Само)евалуација и корекција
1.	18.	Бацање кугле из места	обрада	индив.	демонстр., дијалoшка	полигон, кугла		
	19.	Истрајно трчање - развијање издржљивости	вежб.	групни	дијалoшка	полигон, штоп.		
	20.	Провера брзине и издржљивости	вежб.	групни	дијалoшка	пополигон, штоперица		
3.	21.	Шут из корака у рукомету	вежб.	групни	демонстр., дијалoшка	полигон, лопте		
	22.	Шут из скока	вежб.	групни	демонстр. дијалoшка	полигон, лопте		
2.	23.	Колут напред из раскорака до раскорачног става	обрада	индив.	демонстр., дијалoшка	сала, струњ.		
	24.	Колут назад из раскорачног става до раскорачног става	обрада	индив.	демонстр., дијалoшка	сала, струњ.		
	25.	Прескок разножно - козлић 110 см	обрада	у пару	демонстр., дијалoшка	сала, козлић струњ.		

ОПЕРАТИВНИ ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА

Школска 2008 / 2009. година

ЗА МЕСЕЦ *ДЕЦЕМБАР* 2008. ГОДИНЕ

Назив предмета **ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ**

Разред **Пети**

Недељни фонд часова **2**

Ред. број наставне теме	Ред. број часа наст. јединице	Назив наставне јединице (навести и корелацију: везе унутар предмета и са другим предметима)	Тип часа	Облик рада	Метод рада	Место рада и наставна средства	Иновације	(Само)евалуација и корекција
3.	26.	Основи тактике у одбрани зоне	обрада	групни	демонстр., дијалoшка	сала, лопте		
	27.	Основи тактике у нападу	обрада	групни	демонстр., дијалoшка	сала, лопте		
2.	28.	Летећи колут	обрада	индив.	дијалoшка	сала, струњ.		
	29.	Премет упором странце	обрада	индив.	дијалoшка	сала, струњ.		
	30.	Став о шакама уз помоћ	обрада	индив.	дијалoшка	сала, струњ.		
	31.	Прескок - згрчка	обрада	индив.	демонстр., дијалoшка	сала, козлић, струњ.		
	32.	Колут напред и назад	вежб.	индив.	дијалoшка	сала, струњ.		
	33.	Летећи колут и став о шакама	вежб.	индив.	дијалoшка	сала, струњ.		

ОПЕРАТИВНИ ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА

Школска 2008 / 2009. година

ЗА МЕСЕЦ *ЈАНУАР* 2009. ГОДИНЕ

Назив предмета **ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ**

Разред **Пети**

Недељни фонд часова **2**

Ред. број наставне теме	Ред. број часа наст. јединице	Назив наставне јединице (навести и корелацију: везе унутар предмета и са другим предметима)	Тип часа	Облик рада	Метод рада	Место рада и наставна средства	Иновације	(Само)евалуација и корекција
2.	34.	Дв. разбој - суножним одразом до упора предњег и премак одножно	обрада	индив.	демонстр., дијалогска	сала, дв. разбој, струњ.		
	35.	Пар. разбој - њих у упору Дв. разбој Пар. разбој	вежб.	индив.	дијалогска	сала, разбој, струњ.		
	36.	Дв. разбој - наскок у упор, премаси до упоре стражњег и саскок Пар. разбој - њих у упори и саскок - предношко, заношка	вежб.	индив.	дијалогска	сала, разбој, струњ.		
4.	37.	Вијак - прескоци на разне начине	вежб.	индив.	дијалогска	вијаче, сала		

ОПЕРАТИВНИ ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА

Школска 2008 / 2009. година

ЗА МЕСЕЦ *ФЕБРУАР* 2009. ГОДИНЕ

Назив предмета **ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ**

Разред **Пети**

Недељни фонд часова **2**

Ред. број наставне теме	Ред. број часа наст. јединице	Назив наставне јединице (навести и корелацију: везе унутар предмета и са другим предметима)	Тип часа	Облик рада	Метод рада	Место рада и наставна средства	Иновације	(Само)евалуација и корекција
4.	38.	Народно коло "Дивна, Дивна"	обрада	фронт.	демонстр., дијалoшка	сала, касетофон		
	39.	Мачији скок кроз вијачу	вежб.	индив.	дијалoшка	сала, вијаче		
	40.	Народно коло "Моравац"	обрада	групни	демонстр., дијалoшка	сала, касетофон		
	41.	Вртење обруча око руке и струка	вежб.	индив.	дијалoшка	сала, обручи		
2.	42.	Греда - ходање и окрети Вратило - вишење и прехват	обрада	индив.	демонстр., дијалoшка	греда, вратило струњ.		
	43.	Греда - суножним одскоком суножни наскок и ходање Вратило - узмак суножним одразом до упора предњег	обрада	индив.	демонстр., дијалoшка	греда, вратило, струњ.		
	44.	Греда - наскок, поскок, вага Вратило - подметни саскок	обрада	индив.	демонстр., дијалoшка	греда, вратило, струњ.		
	45.	Кругови - вучењем вис узнето, вис стрмоглави, вис стражњи и саскок	обрада	индив.	демонстр., дијалoшка	кругови, струњ.		

ОПЕРАТИВНИ ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА

Школска 2008 / 2009. година

ЗА МЕСЕЦ *МАРТ* 2009. ГОДИНЕ

Назив предмета **ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ**

Разред **Пети**

Недељни фонд часова **2**

Ред. број наставне теме	Ред. број часа наст. јединице	Назив наставне јединице (навести и корелацију: везе унутар предмета и са другим предметима)	Тип часа	Облик рада	Метод рада	Место рада и наставна средства	Иновације	(Само)евалуација и корекција
2.	46.	Греда - цела вежба Вратило - цела вежба	вежб.	индив.	дијалoшка	греда, вратило, струњ.		
3.	47.	Рукомет - игра са применом правила игре	вежб.	групни	дијалoшка	сала - полигон, лопте		
	48.	Рукомет - игра	вежб.	групни	дијалoшка	сала-полигон лопте		
	49.	Рукомет - игра	вежб.	групни	дијалoшка	сала-полигон лопте		
1.	50.	Истрајно трчање	вежб.	фронт.	дијалoшка	полигон		
	51.	Ниски старт и спринт	вежб.	групни	дијалoшка	полигон		
	52.	Скок у вис - опкорачно	вежб.	индив.	дијалoшка	сталак, струњ.		
	53.	Скок у даљ - увинућем	вежб.	индив.	дијалoшка	полигон, јама		

ОПЕРАТИВНИ ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА

Школска 2008 / 2009. година

ЗА МЕСЕЦ *АПРИЛ* 2009. ГОДИНЕ

Назив предмета **ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ**

Разред **Пети**

Недељни фонд часова **2**

Ред. број наставне теме	Ред. број часа наст. јединице	Назив наставне јединице (навести и корелацију: везе унутар предмета и са другим предметима)	Тип часа	Облик рада	Метод рада	Место рада и наставна средства	Иновације	(Само)евалуација и корекција
1.	54.	Бацање кугле	вежб.	индив.	дијалoшка	полигон, кугле		
5.	55.	Стони тенис - техника држања рекета и пребацивање лопте	обрада	у пару	демонстр., дијалoшка	столови, рекет, двориште		
	56.	Стони тенис	вежб.	у пару	дијалoшка	столови, рекети		
	57.	Стони тенис - сервис	обрада	у пару	дијалoшка	столови, рекети		
	58.	Стони тенис - "форхенд"	обрада	у пару	демонстр., дијалoшка	столови, рекети		
	59.	Стони тенис - "бекхенд"	обрада	у пару	дијалoшка	столови, рекети		
	60.	Стони тенис - игра	вежб.	у пару	дијалoшка	столови, рекети		
	61.	Стони тенис - игра	вежб.	у пару	дијалoшка	столови, рекети		

ОПЕРАТИВНИ ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА

Школска 2008 / 2009. година

ЗА МЕСЕЦ *МАЈ/ЈУН* 2009. ГОДИНЕ

Назив предмета **ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ**

Разред **Пети**

Недељни фонд часова **2**

Ред. број наставне теме	Ред. број часа наст. јединице	Назив наставне јединице (навести и корелацију: везе унутар предмета и са другим предметима)	Тип часа	Облик рада	Метод рада	Место рада и наставна средства	Иновације	(Само)евалуација и корекција
5.	62.	Стони тенис - игра	вежв.	у пару	дијалoшка	столови, рекети		
	63.	Стони тенис - игра	вежб.	у пару	дијалoшка	столови, рекети		
	64.	Стони тенис - игра	вежб.	у пару	дијалoшка	столови, рекети		
	65.	Одељенско такмичење - стони тенис	вежб.	у пару	дијалoшка	столови, рекети		
	66.	Разредно такмичење - стони тенис	вежб.	у пару	дијалoшка	столови, рекети		
	67.	Рукомет - игра	вежб.	групни	дијалoшка	полигон., лопте		
	68.	Рукомет - игра - пров.	вежб.	групни	дијалoшка	полигон, лопте		
	69.	Мерења	вежб.	индив.	дијалoшка	сала, струњ.		
	70.	Мерења	вежб.	индив.	дијалoшка	полигон, штоп.		
	71.	Мерења	вежб.	индив.	дијалoшка	сала, вратило		
	72.	Игра по избору ученика	вежб.	групни	дијалoшка	полигон, лопте		