

ГОДИШЊИ (ГЛОБАЛНИ) ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА

Наставни предмет: ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ

Разред: Седми

| Ред.број наставне теме | НАСТАВНА ТЕМА/ОБЛАСТ | Број часова по теми | Број часова за | |
|------------------------|--|---------------------|----------------|----------------------|
| | | | обраду | остале типове часова |
| 1. | Атлетика - трчање - скок у вис - скок у даљ - бацања | 19 | 3 | 16 |
| 2. | Вежбе на справама и тлу - вежбе ва тлу - прескоци - кругови - дв. и паралелни разбој - вратило - греда | 19 | 7 | 12 |
| 3. | Одбојка - техника - тактика | 24 | 7 | 17 |
| 4. | Народни плес | 4 | 2 | 2 |
| 5. | Мерења | 6 | | 6 |
| | Укупно: | 72 | 19 | 53 |

ОПЕРАТИВНИ ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА

Школска 2008 / 2009. година

ЗА МЕСЕЦ *СЕПТЕМБАР* 2008. ГОДИНЕ

Назив предмета **ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ**

Разред **Седми**

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. | 1. | Мерење висине и тежине | инф. | индив. | дијалоска | сала, висиномер, вага | | |
| | 2. | Мерење скока у даљ и снаге руку | вежб. | индив. | дијалоска | метар, вратило | | |
| | 3. | Мерење брзине и издржљивости | вежб. | групни | дијалоска | штоперица, полигон | | |
| 1. | 4. | Техника брзог трчања | вежб. | групни | дијалоска демонстр. | полигон | | |
| | 5. | Ниски старт и прогресија | обрада | групни | дијалоска | полигон | | |
| | 6. | Техника примопредаје штафетне палице | обрада | групни | демонстр., дијалоска | полигон, штаф.палица | | |
| 3. | 7. | Техника штафетног трчања 4 ц 60 м | обрада | групни | дијалоска | полигон, штаф.палица | | |
| | 8. | Одбојка - одбијање лопте прстима | обрада | у пару | демонстр., дијалоска | сала, лопте | | |

ОПЕРАТИВНИ ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА

Школска 2008 / 2009. година

ЗА МЕСЕЦ *ОКТОБАР* 2008. ГОДИНЕ

Назив предмета **ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ**

Разред **Седми**

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. | Одбојка - одбијање прстима | вежб. | у пару | дијалoшка | сала, лопте | | |
| | 10. | Одбојка - одбијање "чекић" | обрада | у пару | дијалoшка, демонстр. | сала, лопте | | |
| | 11. | Одбојка - одбијање "чекић" | вежб. | у пару | дијалoшка | сала, лопте | | |
| 1. | 12. | Техника штафет.трчања 4x60 м | вежб. | групни | дијалoшка | полигон, штаф.палица | | |
| | 13. | Брзо трчање 100 и 60 м | вежб. | групни | дијалoшка | полигон | | |
| | 14. | Скок у вис опкорачно | вежб. | индив. | дијалoшка | сала, сталак, струњ. | | |
| | 15. | Скок у даљ у винућем | вежб. | индив. | дијалoшка | полигон | | |
| | 16. | Бацање кугле залетом | обрада | индив. | демонстр., дијалoшка | полигон,кугла | | |
| 3. | 17. | Одбијање лопте прстима "чекић" | вежб. | у пару | дијалoшка | сала, лопте | | |

ОПЕРАТИВНИ ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА

Школска 2008 / 2009. година

ЗА МЕСЕЦ *НОВЕМБАР* 2008. ГОДИНЕ

Назив предмета **ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ**

Разред **Седми**

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. | Брзо трчање | вежб. | групни | дијалоска | полигон | | |
| | 19. | Брзо трчање 100 и 60 м | провера | групни | дијалоска | полигон, штаф.палица | | |
| 3. | 20. | Сервис ударцем "одозго" | обрада | групни | демонстр., дијалоска | сала, лопте, мрежа | | |
| | 21. | Сервис и пријем серве | вежб. | групни | дијалоска | сала, лопте | | |
| 2. | 22. | Став на шакама | вежб. | индив. | дијалоска | сала, струњаче | | |
| | 23. | Мост из лежања на леђима | обрада | индив. | дијалоска | сала, струњаче | | |
| | 24. | Премет странце - два повезана предмета | вежб. | индив. | дијалоска | сала | | |
| | 25. | Повалка ??? на тлу | обрада | индив. | дијалоска | сала, струњаче | | |

ОПЕРАТИВНИ ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА

Школска 2008 / 2009. година

ЗА МЕСЕЦ *ДЕЦЕМБАР* 2008. ГОДИНЕ

Назив предмета **ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ**

Разред **Седми**

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. | Одбојка - дизање лопте за смеч и смеч | обрада | групни | демонстр., дијалoшка | сала, лопте, мрежа | | |
| | 27. | Одбојка - дизање лопте за смеч и смеч | вежб. | групни | дијалoшка | сала, лопте, мрежа | | |
| | 28. | Одбојка - пријем серве и организација напада | обрада | групни | демонстр., дијалoшка | сала, лопте, мрежа | | |
| | 29. | Одбојка - пријем серве и организација напада | вежб. | групни | дијалoшка | сала, лопте, мрежа | | |
| 2. | 30. | Прескок згрчно - коњ у ширину | обрада | групни | демонстр. дијалoшка | коњ, струњача, даска | | |
| | 31. | Прескок разножно коњ у ширину 110 цм | обрада | групни | демонстр., дијалoшка | коњ, струњача, даска | | |
| | 32. | Став о шакама | вежб. | индив. | дијалoшка | струњача | | |
| | 33. | Премет странце | вежб. | индив. | дијалoшка | сала | | |

ОПЕРАТИВНИ ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА

Школска 2008 / 2009. година

ЗА МЕСЕЦ *ЈАНУАР* 2009. ГОДИНЕ

Назив предмета ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ

Разред Седми

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. | 34. | Одбојка - основна правила у игри сви све | обрада | групни | дијалoшка | лопте, сала | | |
| | 35. | Одбојка - игра уз примену правила | вежб. | групни | дијалoшка | лопте, сала | | |
| 2. | 36. | Став о шакама | вежб. | индив. | дијалoшка | сала | | |
| | 37. | Премет странце | вежб. | индив. | дијалoшка | сала | | |

ОПЕРАТИВНИ ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА

Школска 2008 / 2009. година

ЗА МЕСЕЦ *ФЕБРУАР* 2009. ГОДИНЕ

Назив предмета **ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ**

Разред **Седми**

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. | Народни плес "Полка" | обрада | групни | демонстр., дијалoшка | сала, музика | | |
| | 39. | Народни плес "Полка" | вежб. | групни | дијалoшка | сала, музика | | |
| 2. | 40. | Разлошка - коњ у ширину | вежб. | индив. | дијалoшка | коњ, струњаче, даска | | |
| | 41. | Дв. и пар. разбој - вежба из садржаја | обрада | групни | демонстр. дијалoшка | разбојни, струњ. | | |
| 3. | 42. | Одбојка - игра | вежб. | групни | дијалoшка | лопте, сала | | |
| | 43. | Одбојка - игра | вежб. | групни | дијалoшка | лопте, сала | | |
| 4. | 44. | Жикино коло | обрада | групни | демонстр., дијалoшка | музика | | |
| | 45. | Жикино коло | вежб. | групни | дијалoшка | музика | | |

ОПЕРАТИВНИ ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА

Школска 2008 / 2009. година

ЗА МЕСЕЦ *МАРТ* 2009. ГОДИНЕ

Назив предмета **ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ**

Разред **Седми**

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 и кругови - из садржаја | обрада | групни | демонстр., дијалoшка | сала, греда, кругови, струњ. | | |
| | 47. | Дв. и разбој - вежба из садржаја | вежб. | групни | дијалoшка | | | |
| 3. | 48. | Одбојка - организација игре у систему 4:2 | обрада | индив. | дијалoшка | лопте, сала | | |
| 2. | 49. | Греда - окрет за 90° и мала вага вратило из садржаја | обрада | групни | демонстр. дијалoшка | греда, вратило, струњ. | | |
| | 50. | Греда и вратило | вежб. | групни | дијалoшка | греда, вратило, струњ. | | |
| | 51. | Разношка коњ у ширину | провера | индив. | дијалoшка | коњ, струњ., даска | | |
| | 52. | Дв. и пар. разбој | провера | индив. | дијалoшка | разбоји, струњ. | | |
| | 53. | Греда и кругови | провера | индив. | дијалoшка | греда, кругови, струњ. | | |

ОПЕРАТИВНИ ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА

Школска 2008 / 2009. година

ЗА МЕСЕЦ *АПРИЛ* 2009. ГОДИНЕ

Назив предмета **ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ**

Разред **Седми**

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. | 54. | Одбојка - игра у систему 4:2 | вежб. | групни | дијалоска | сала, лопте | | |
| | 55. | Одбрана у пољу и блоком | обрада | групни | демонстр., дијалош. | сала, лопте | | |
| | 56. | Организација игре са применом наученог | вежб. | групни | дијалоска | сала, лопте | | |
| 1. | 57. | Техника штаф. трчања 4 x 60 м | вежб. | групни | дијалоска | полигон, штафета | | |
| | 58. | Скок у вис | вежб. | индив. | дијалоска | сталак, струњ. | | |
| | 59. | Скок у даљ | вежб. | индив. | дијалоска | полигон | | |
| | 60. | Бацање кугле из залета | вежб. | индив. | дијалоска | полигон | | |
| | 61. | Брзо трчање 100 и 60 м | провера | групни | дијалоска | полигон, штоп. | | |

ОПЕРАТИВНИ ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА

Школска 2008 / 2009. година

ЗА МЕСЕЦ *МАЈ* 2009. ГОДИНЕ

Назив предмета **ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ**

Разред **Седми**

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. | 62. | Одбојка - игра | вежб. | групни | дијалоска | сала, лопте | | |
| | 63. | Одбојка - игра | вежб. | групни | дијалоска | сала, лопте | | |
| | 64. | Штафетно трчање 4 x 60 м | провера | групни | дијалоска | штаф.палица, полигон | | |
| | 65. | Скок у вис | провера | индив. | дијалоска | сталак, струњ. | | |
| | 66. | Скок у даљ | провера | индив. | дијалоска | полигон | | |
| 3. | 67. | Одбојка - игра | вежб. | групни | дијалоска | сала, лопте | | |
| | 68. | Одбојка - игра | вежб. | групни | дијалоска | сала, лопте | | |
| | 69. | Одбојка - игра | провера | групни | дијалоска | сала, лопте | | |

ОПЕРАТИВНИ ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА

Школска 2008 / 2009. година

ЗА МЕСЕЦ *ЈУН* 2009. ГОДИНЕ

Назив предмета ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ

Разред Седми

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. | 70. | Мерења | вежб. | индив. | дијалоска | сала | | |
| | 71. | Мерења | вежб. | индив. | дијалоска | полигон | | |
| | 72. | Мерења | вежб. | индив. | дијалоска | сала | | |