

НАСТАВНИ ПРОГРАМ ЗА ПРЕДМЕТ: **ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ**

РАЗРЕД: **ОСМИ**

СЕДМИЧНИ БРОЈ ЧАСОВА: **2**

ГОДИШЊИ БРОЈ ЧАСОВА: **72**

ОПШТИ И ПОСЕБНИ ЦИЉЕВИ ПРОГРАМА

Општи циљ програма:

Наставе физичког васпитања је да:

- обезбиједи правилан развој психо- физичких способности дјетета;
- развије љубав према кретању и физичким активностим;
- као предусловима здравог живота, отклони могуће поремећаје у психо- физичком развоју;
- активно учествује у развоју компензаторних механизма ученика са оштећеним видом.

Посебни циљеви предмета:

- задовољење потребе за кретањем;
- јачање одговорности, креативности, самопоуздања;
- побољшање сарадње међу ученицима;
- усвајање знања, вјештина, техника и тактика у склопу наставних тема;
- развијање кретне и психо-физичке способности;
- развијање позитивног става према физичкој култури неопходној за очување здравља и стварање трајних навика у свакодневном животу и култури живљења.

САДРЖАЈ ПРОГРАМА

Наставна тема	Оквирни број часова
1. Атлетика	17
2. Вјежбање на справама и тлу	14
3. Ритимичке вјежбе	10
4. Голдбал Мјерење тјелесног развоја и физичке способности	22
5. Голбал	9

Оперативни циљеви/Исходи	Садржаји програма /Појмови	Корелације са другим наставним предметима
Тема 1: Атлетика (17)		
Ученик треба да: <ul style="list-style-type: none">• се прилагоди различитим оптерећењима;• покаже разумијевање правила одабране атлетске	<ul style="list-style-type: none">• Техника брзог трчања;• Скок у даљ (згрчно);• Бацање кугле.	

<p>дисциплине;</p> <ul style="list-style-type: none"> • правилно изводи једну од техника бацања кугле. 		
Тема 2: Вјежбање на справама и тлу (14)		
<p>Ученик треба да:</p> <ul style="list-style-type: none"> • координирано изведе вјежбу; • стекне знање о својим стварним вриједностима из вјежби на справама и тлу. 	<ul style="list-style-type: none"> • Прескок, разношка и згрчка (из мјеста); • Рад са реквизитима (лопта, обруч). 	
Тема 3: Ритмичке вјежбе и народни плес (10)		
<p>Ученик треба да:</p> <ul style="list-style-type: none"> • стекне знања о својим стварним вриједностима и знањима из ритмички вјежби и плесова; • развије вјештине естетске гимнастике и ритмике; • стечена знања плеса примјени у свакодневном животу; • отплеше у пару. 	<ul style="list-style-type: none"> • Краћи састав обручом; • Скокови кроз обруч; • Енглескивалцер; • Врањанка; • Цокоцоко; • Игра једна из краја у којем се школа налази. 	Музичка култура (дјечије стваралаштво) Историја (културно наслеђе) Географија(географија краја у коме живимо)
Тема 4: Мјерење тјелесног развоја и физичких способности (22)		
<p>Ученик треба да:</p> <ul style="list-style-type: none"> • самостално измјери висину и масу тијела; • сазна на којем су нивоу његове психо-физичке способности; • примијени вјештину и технику трчања, дисања, издржљивости и брзине. 	<ul style="list-style-type: none"> • Мјерење висине и масе тијела; • Експлозивна снага ногу; • Општа снага; • Трчање; • Снага руку и раменог појаса; • Гипкост. 	Математика (Мјерење и мјере)
Тема 5: Голдбал (9)		
<p>Ученик треба да:</p> <ul style="list-style-type: none"> • води звучну лопту (у домену тактилне перцепције); • да се котинуирано користи цијелог живота као рекреацијом или се бави овом спортском игром. 	<ul style="list-style-type: none"> • Бацање и хватање у мјесту звучне лопте; • Игра звучном лоптом у пару; • Елементи и правила спортске игре голдбал. 	

ДИДАКТИЧКА УПУТСТВА И ПРЕПОРУКЕ:

- кроз такмичења подстакне и мотивише ученике да постигну што боље резултате;
- приликом рада подстиче ученике на самоиницијативу, одговорност и дисциплину;
- развија осјећај за естетику;
- пробуди у дјечи интересовање за голдбал;
- комбинује различите дионице;

- непоходна наставна средства: реквизити из фискултурне сале(шведске љестве, обручи, мотке и др), звучна лопта.