

НАСТАВНИ ПРОГРАМ ЗА ПРЕДМЕТНО ПОДРУЧЈЕ: СПОРТ, РИТМИКА, МУЗИКА

РАЗРЕД: ПРВИ

СЕДМИЧНИ БРОЈ ЧАСОВА: 5

ГОДИШЊИ БРОЈ ЧАСОВА: 180

ОПШТИ И ПОСЕБИН ЦИЉЕВИ ПРОГРАМА

Општи циљ програма

Општи циљ програма је cjеловит развој свих потенцијала дјетета са оштећеним видом уважавајући индивидуалност и урођене склоности у сваком од аспеката развоја, ниво и темпо напредовања, игру и игралике активности, без присиле и наметања, у намјенски креираној радној средини и опуштеној и неусиљеној атмосфери.

Посебни циљеви програма

- стицање богатог моторичког искуства;
- упознавање сопственог тијела, његов изглед и шема;
- опробавање, истраживање могућности властитог тијела;
- одржавање и развијање нормалног стања апарата за кретање, посебно зглобова, веза и мишића, што се одражава у њиховој покретљивости и снази;
- слободно, ефикасно и грациозно владање својом моториком и економичност у трошењу мишићне снаге;
- развој равнотеже, способност да се брзо врати поремећена равнотежа;
- успостављање равнотеже у статичком и динамичком положају приликом стајања, котрљања (напријед, назад, у страну), заустављања у покрету, доскоку, а разним положајима руку;
- оспособљавање за руковање предметима уз помоћ крупних мишићних група јачање дисајне мускулатуре, развој покрета груднога коша;
- постављање основа за даљњи физички развој у складу са могућностима дјетета, подршка развоју способности, природности, cjеловитости доживљаја кроз игру и пјесму, кретање и плес;
- оспособљавање за изражавање емоција покретом и елементарно разумијевање балетске умјетности;
- задовољавање потреба са активним доживљавањем музике и покрета и успостављање правилног односа према музици и фоклору;
- уочавање и отклањање могућих неправилности у физичком развоју.

САДРЖАЈ ПРОГРАМА

Наставна тема	Оквирни број часова
1. Кретање и игре у природи	47
2. Здравље и хигијена	10
3. Атлетика и гимнастика	36
4. Ритмика и плес	15
5. Слушамо, пјевамо	42
6. Свирамо, плешемо	30

Оперативни циљеви/ Исходи	Садржаји програма /Појмови	Корелација са другим наставним предметима
Тема 1: Кретање и игре у природи (47)		
<p>Ученик треба да:</p> <ul style="list-style-type: none"> • овлада основном техником ходања и трчања уз правилно држање тијела; • трчи до 20 m из високог старта (уз помоћ наставника); • прескаче препреке до 20 cm висине (у зависности од индивидуалних способности и помоћи наставника); • скочи суножно и једноножно поскоцима; • прескаче кратке вијаче суножно у мјесту (уз помоћ наставника); • баца и хвата звучну лопту с мјеста лијевом и десном руком; • баца и хвата звучну лопту на различите начине и различиту удаљеност • пузи на више начина (трбух, леђа, бок); • се провлачи кроз разне препреке; • се пење и силази уз ниске препреке, шведске љестеве. 	<ul style="list-style-type: none"> • Различити облици ходања и трчања уз правилно држање тијела: брзо-полако, на предњем дијелу стопала, са високим подизањем кољена, бацавањем ногу назад, са промјеном ритма и темпа. • Скокови и поскоци у мјесту: напријед, назад, бочно, суножно. • Једноножно прескакање реквизита поређаних на тлу (вијаче,нацртане линије и др.). • Дизање и ношење предмета на различите начине:испод руке на рамену, на глави уз придржавање рукама...; • Вишење на шипци дохватног вратила. • Провлачење испод стола, столице, кроз обруч, окна љестви, испод гимнастичких справа и сл.; • Пузање на различите начине. • Вучење и гурање на различите у паровима. • Потискивање рукама до помјерања с мјеста, вучење конопцима. 	<p>Природа и друштво Моји другови и ја (извођење игара уз поштовање правила и улога).</p> <p>Моја школа (правила игре).</p> <p>Математика: учење просторних односа у свим активностима (горе, доле, напријед , назад, итд.).</p> <p>Учење бројева при појединим покретним играма („Царе, царе, колико има сати“?)</p>
Тема 2: Здравље и хигијена (10)		
<p>Ученик треба да:</p> <ul style="list-style-type: none"> • правилно држи тијело (у току сједења у школској клупи, за столом док једе и сл.); • свакодневно борави на свјежем ваздуху; • објасни важност одржавања личне хигијене, хигијене одјеће, обуће и личних ствари; • његује своје тијело у циљу одржавања личне хигијене; 	<ul style="list-style-type: none"> • Редовне тјелесне активности, свакодневни боравак на свјежем ваздуху и игре на отвореном, активности којима се доприноси правилном и лијепом држању тијела. • Њега тијела и одржавање личне хигијене. • Хигијена одјеће, обуће и личних ствари. • Хигијене непосредне околине у складу са дјечјим могућностима. 	<p>Природа и друштво Хигијена у школи</p> <p>Упознавање околине током шетње и излета (биљни и животињски свијет).</p>

<ul style="list-style-type: none"> • именује средства за одржавање личне хигијене; • сам/а се облачи, обува, веже пертле и одржава чистоћу обуће, одјеће и непосредне околине; • правилно дише и држи тијело; • уочава знаке замора (умора) нпр. бржи рад срца, знојење, несвјестица; • зна тражити помоћ; • познаје и придржава се правила личне уредности, чистоће и хигијене; • развије навике на правилан сан и одмор, правилну и умјерену исхрану. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ваздушне купке (дуже дисање кроз нос). • Излети и пјешачења. 	
--	---	--

Тема 3:Атлетика и гимнастика (36)

<p>Ученик треба да:</p> <ul style="list-style-type: none"> • овлада основном техником ходања и трчања, изводи штафетне игре са елементима трчања, скокова и бацања; • прескочи ниске препрека са једноножним одразом (уз помоћ наставника); • изведе скок удаљ из мјеста суножним одразом; • баца и хвата звучну лопту у циљ и даљ бољом и слабијом руком; • баца и хвата лоптице објема рукама преко главе, звучну лопту кроз ноге и сл; • изведе вјежбе обликовања без справа и са справама (палице, трање, вијаче...); 	<p>Атлетика</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ходање и трчање у природи, штафетне игре са елементима трчања, скокова и бацања. • Прескакање ниских препрека са једноножним одразом, прескакање јарка кратким залетом, једноножним одразом и суножним доскоком; • Скок удаљ из мјеста суножним одразом. • Скок у дубину са висине 50 цм на меку подлогу (пијесак или струњача); • Бацање звучне лоптице у циљ и даљ бољом и слабијом руком, бацање лоптице објема рукама преко главе, звучне лопте кроз ноге и сл. 	<p>-Уочавање тежине и величине предмета које користимо у вјежбама обликовања, препреке и сл. (справе и реквизити)</p>
--	--	---

<ul style="list-style-type: none"> • изведе вјежбе обликовања с чуњевима, с мотком, са лоптом; • изведе вјежбе равнотеже: ходање по линији напријед и назад. 	<p>Гимнастика</p> <ul style="list-style-type: none"> • Вјежбе обликовања без справа и са справама (траке, вијаче, чуњеве, лопте, и сл.) Са и без музичке пратње. • Вјежбе на тлу (ваљање, љуљање у сједу, колут напријед уз помоћ). • Вјежбе равнотеже;ходање по рељефној линији напријед и назад. 	
<p>Тема 4: Ритмика и плес (15)</p>		
<p>Ученик треба да:</p> <ul style="list-style-type: none"> • изводи једноставне покрете уз музичку пратњу; • различито хода и трчи уз плесак и музичку пратњу; • изводи плесне драматизације уз музичку пратњу; • опонаша животиње, биљке, предмете, јунаке из прича, цртаних филмова помоћу пантониме, уз музичку и ритмичку пратњу; • изводи вјежбе са ситнијим реквизитима; • креће се уз музичку пратњу са промјеном ритма и темпа, плесна кореографија; • изводи игре са звучним лоптама; • котрља звучне лопте на разне начине; • додаје и хвата звучну лопту објема рукама на разне начине; • изводи једноставне штафетне игре са лоптом; • изводи елементарне игре са лоптом. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ритмика и плесови (једноставни, дјечији). • Различити начина ходања и трчања уз плесак и музичку пратњу. • Плесне драматизације доживљаја, догађаја уз музичку пратњу. • Опонашање животиње, биљака, предмета, јунака из прича, цртаних филмова помоћу пантониме, уз музичку и ритмичку пратњу. • Вјежбе са ситнијим реквизитима. • Кретање уз музичку пратњу са промјеном ритма и темпа, плесна кореографија. <p>Игре са лоптом</p> <ul style="list-style-type: none"> • Игре са звучном и другим лоптама. • Котрљање звучне лопте на разне начине. • Додавање и хватање звучне лопте објема рукама на разне начине. Једноставне штафетне игре са лоптом. • Елементарне игре са лоптом. 	<p>Музичка култура: музичке игре , плесни кораци и једноставна кореографија Покретна игра, тјелесно вјежвање на почетку наставног дана, (жива музика, ДВД, касетофон МПЗ).</p> <p>Математика: облици.</p> <p>Садржаји српског језика: Испричана прича, бајка или пјесма као мотивација за предстојеће активности, плес, покретну игру, - Учење текста покретне игре (нпр. „Јеж“, „Медо брундо“ и др.) или воклане композиције која прати плес (на коју ријеч иде који покрет)</p>
<p>Тема 5: Слушамо, пјевамо (42)</p>		
<p>Ученик треба да:</p> <ul style="list-style-type: none"> • слуша композиције и уочава задане елементе; 	<p>Слушање музике</p> <ul style="list-style-type: none"> • Композиције, дјечије и народне пјесме.Колибри, Врпчићи, Ђурђевдански 	<p>Садржаји српског језика: књижевност и култура изражавања.</p>

<ul style="list-style-type: none"> • препозна различите музичке стилове и жанрове; • препозна химну и друге пјесме везане за вјерске празнике; • вербално и ликовно исказује утиске о слушаној композицији; • ритмички изговарају краће дјечије текстове (бројалице); • разликује музичке динамичке ознаке (гласно, тихо, гласније, тише); • разликује висине тонова; • уочава и разликује темпа музике (брз, лаган, умјерен, убрзавајући, успоравајући); • уочава ритам (дуго и кратко, уз способност извођења тих трајања ријечима, кретањима или ударалкама); • овлада техником пјевања једноставних мелодија; • препозна састав хора: дјечији, мушки, женски хор и оркестар, поједини инструменти.); • разликује гласове: мушки и женски глас; • карактера облика и жанрова музике (весела, тужна, њежна, живахна, одлучна, спокојна, корачница, успаванка, свечана, духовна и др.); • разликује називе пјесме на основу мелодије (пјеване без текста или одсвиране); • правилно изводи мелодије (одсвиране или отпјеване); • учествује у заједничком пјевању и игрању, те поштује правила истих; • изводи једноставну вокалну импровизацију; • усклади глас по висини и јачини; • измисли мелодију на основу гласања појединих животиња; 	<p>фестивал, Драган Лаковић, Бранко Коцкица.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Химна Републике Српске. • Боже правде. • Химна Босне и Херцеговине. <p>Пјевање</p> <ul style="list-style-type: none"> • Бројалице (говорне и пјеване). • Пјевање омиљених дјечијих пјесама по избору учитеља и дјеце, умјереног темпа и једноставне мелодијске структуре. • Игре са пјевањем и једноставним вокалним импровизацијама. • Пјевање умјереном јачином уз усклађивање гласа по висини и јачини. • Игролике активности дириговања, „ play-back “ пјевања и опонашања музичких садржаја из инструменталне музике. • Појединачно и групно пјевање уз пратњу ритмичких ударалки или једноставну инструменталну музику. • Пјевање у колу, у музичким драматизацијама, уз импровизовање текста или текст омиљених дјечијих пјесама погодних за ритмичку импровизацију. 	<p>Природа и друштво: живи свијет.</p>
---	--	--

<ul style="list-style-type: none"> • симултано игра улоге креатора плесних активности; • изведе једноставну плесну импровизацију; • изведе једноставне плесне кораке и једноставне кореографије; • изведе једноставне плесне драматизације из омиљене приче или бајке. 		
Тема 6: Свирамо, плешемо (30)		
<p>Ученик треба да:</p> <ul style="list-style-type: none"> • користи тијело као извор звука (ноге, руке, прсти, уста); • уочи и препозна различите звуке, шумове и тонове; • свира на једноставним импровизованим инструментима и једноставним ритмовима; • препозна и именује инструменте (клавир, гитара, бубањ, хармоника, фрула итд.); • препозна називе пјесама на основу мелодије; • спонтано измисли неку мелодију у току игре; • измисли мелодију на основу гласања појединих животиња; • симултано игра улоге креатора плесних активности; • изведе једноставну плесну импровизацију; • изведе једноставне плесне кораке и једноставне кореографије; • изведе једноставне плесне драматизације из омиљене приче или бајке. 	<p>Свирање</p> <ul style="list-style-type: none"> • Сопствено тијело као инструмент експериментисање звуцима и ритмовима, инструментално стваралаштво (Орфов инструментариј и импровизовани инструментариј). • Испитивање и откривање звучних својстава музичких инструмената. • Слушање: игре, корачнице, инструментална и вокална музика. • Пјевање у колу и музичким демонстрацијама. • Спонтано измишљање пјесмица у игри (нпр. успављивање лутке...); • Измишљање мелодије на гласове појединих животиња. • Импровизовано пјевање измишљених мелодија на поједине стихове. Настављање недовршене пјесме коју започиње наставник и музичке игре у којима дјеца умјесто да говоре пјевају оно што имају да кажу, измишљање пјесама за неку прилику. <p>Плесне активности</p> <ul style="list-style-type: none"> • Плесне импровизације; покрети који подразумевају представљање и 	<p>Физичко васпитање: Правилно држање тијела. Плесне импровизације. Српски језик: прича или бајка (плесна драматизација). Природа и друштво: живи свијет.</p>

	<p>подражавање ликова, ситуација и радњи у одређеном ритму са или без музичке пратње (нпр. брање пољског цвијећа, грожђа...).</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Плесне драматизације узете из омиљене приче, бајке, пјесме, музичког комада; ● Једноставне кореографије на претходно научене пјесме или једноставне кораке народних игара. 	
--	---	--

ДИДАКТИЧКА УПУТСТВА И ПРЕПОРУКЕ

- уколико је потребно, увести више вјежби из области корективне гимнастике;
- настојати да се дијете што више ослободи и буде активно у раду групе;
- прије сваке активности дијете мора бити упознато са простором и справама које користи;
- потребан је сталан надзор и доста индивидуалног рада приликом реализације одређених активности;
- подстицати развој способности музицирања као предуслова за развој креативности и даљег музичког образовања.