

Струка (назив): текстилство-кожарство			
Занимање (назив): модни кројач			
Предмет (назив): ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ			
Опис (предмета): Општеобразовни предмет			
Модул (наслов): ОПЕРАЦИЈЕ У СКУПОВИМА И ГЕОМЕТСКЕ ФИГУРЕ			
Датум:	август, 2022. године	Шифра:	Редни број:5
Сврха			
Подизање нивоа физичког функционисања ученика оштећеног вида			
Специјални захтјеви / Предуслови			
Према врсти инвалидитета и занимања – рехабилитационе активности ради унапрјеђења физичког развоја ученика			
Циљеви			
<ul style="list-style-type: none"> - задовољавање основних биолошких, психо-социјалних потреба ученика - правилно изграђивање и схватање односа ученика према физичкој култури - трајно подстицање (самоваспитање) ученика да кретно-спортске активности уграде у свакодневни живот и културу живљења. - проширење знања, умијења и навика које доприносе објективном сагледавању вриједности и могућности физичке културе, развијање моторичких и психофизичких способности ученика, - квантитативно и квалитативно продубљивање и учвршћивање спортско-техничког образовања(на стваралачки и естетски начин), - оспособити ученике за самосталан рад и његову ресоцијализацију, (само)контролу у одржавању и јачању: физичке кондиције, рехабилитације, усклађивање несразмјерности раста коштаног, мишићног и масног ткива, сразмјерности срчано-судовног и дисајног система, аеробних(наглашено) и анаеробних (постепено) способности у циљу професионалне рехабилитације. - обезбјеђење услова у којима ће ученик доживљавати радост слободног испољавања у кретно-спортским и рекреативним активностима - одржавати и даље развијати здравствене, хигијенске и друге културне навике за очување и јачање здравља ученика у оквиру преосталих способности. - помагати ученицима у савладавању: (само)комплекса, криза, конфликта, између појединаца и средине у којој се живи, а у циљу личне (само)процјене и колективне афирмације, стабилности, разумности, смирености, сарадње, такмичења и сл. 			
Теме			

1. Атлетика (трчања, скокови и бацања)
2. Вјежбе на справама (тло, прескоци, греда, вис)
3. Спортска игра по избору

Тема	Исходи учења			Смјернице за наставнике
	Знања	Вјештине	Личне компетенције	
	Ученик је способан да:			
1. Атлетика (трчања, скокови и бацања)	Ученик треба да се прилагоди различитим оптерећењима сразмјерним својим психо-моторним способностима. -	Трчање : 50 m, 100 m, 800 и 1000 m Скокови у даљ и у вис: (Минимум згрчно и прекорачно) Бацање кугле ,копља, диска и медицинке на резултат. -	примјењује у свакодневном животу стечена знања и вјештине о културним вриједностима физичког вјежбања *исказује разумијевање потребе редовног бављења физичком активности *показује способност за извођење различитих моторичких вјештина *показује спремност да вјежбајући унапређује здравље, здравље околине и квалитет	Атлетске дисциплине реализовати са додатним ангажовањем примарних моторичких способности важних за дату дисциплину. Тежина кугле: (Ж) 4 kg и (М) 5 kg Дисциплине изводити у групама и појединачно. Организација крос-трчања и бацања кугле, диска и медицинке на излету. Вредновање и оцјењивање
2. Вјежбе на справама (тло, прескоци, греда, вис)	Ученик ће побољшати моторне, креатне и психофизичке способности.	Ученици - Из упора за рукама зибом, провући се згрчно напријед до упора пред рукама, пружено Премет напријед (странце) уз помоћ. Вага у претклону (став о шакама) Ученице: Мост напријед на 1 ногу кроз став о шакама уз помоћ. Прескоци: Ученици и ученице Коњ, козлић у ширину висина Х cm (зависно од могућности и способности ученика) Склопка, згрчка и разношка Греда (висока, ниска)- основни елементи Ученици и ученице могу		Утврдити ниво усвојености у току ранијег школовања. Водити рачуна о дијагнози очне болести. Болести везане за оштећење мрежњаче изискују значајније смањење нивоа активности ученика Компликованије вјежбе индивидуално показати ученику. Након више вјежбе, дозволити ученику да самостално ради Користити помоћ ученика-ца демонстратора

		користити и средства борења, надвлачења, захвате самоодбране уз приступачан и осмишљен начин рада наставника Пожељно је увјежбавати и основе модерног плеса и народних кола (по два обрасца за играње) Нпр. Кола: Моравац, Чачак; Плес: Танго, Валцер-ов корак Циљ : припрема за матуру	живота *примјењује у пракси здраве навике и смањује ризик по своје здравље *исказује лични идентитет, креативност, емоције путем различитих видова физичке активности *показује способности за посматрање, доживљавање, стварање естетских вриједности	Утицати на оне моторичке способности које утичу на квалитет свакодневног живљења, успјешне професионалне рехабилитације и радног ангажовања. Осмишљавати ученицима вјежбоне саставе које би могли према својим могућностима (од)вјежбати сходно степену тјелесног оштећења и психофизичких способности. Ученици-е врше оцјену тежине вјежбе, састава, квалитета изведеног.
3. Спортска игра по избору	Ученик треба да овлада основним техничко-тактичким правилима игре, суђења, обучавања и усавршавања различитих комбинација.	Увјежбавање и усавршававање раније обучаваних елемената. Ученик ће спознавати своја знања, умијећа и навика, слабости и моторичке грешке. У том сагледавању повећавати обим и ниво неопходних знања, умијећа и навика, а такође и техничко-тактичке припреме ученика у изабраном спорту. Ученици се укључују у такмичења одјељенског, разредног, школског, општинског типа итд	за	Извршити тестирање неким од тестова и процијенити усвојеност у и ван игре. Указивати на слабости у игри уз додатно увјежбавање, ради што успјешније професионалне рехабилитације особа са посебним потребама. Саопштавање логичних радњи и потеза у самој игри: одређивање и мијењање улога и разних захтјева, комбинација, варијанти, а све у циљу одговорности у игри. Повећање опште, специфичне физичке припреме ученика (средствима, техникама изабране спортске гране)

Интеграција

- Стручни предмети
- Практична настава

Извори

Школска дворана, адекватно опремљена наставним средствима предвиђеним за коришћење током наставе физичког васпитања, може задовољити програмске садржаје који су предвиђени.

Литература може бити препуштена избору и могућностима расположивим на коришћење наставнику или се придржавати и користити

доступну литературу препоручену у Дневнику рада наставе физичког васпитања.

Оцјењивање

Оцјењивање ученика (као и праћење и вредновање) потребно је вршити за вријеме редовне наставе и за ваннаставне и ваншколске активности.

Код оцјењивања водити рачуна о индивидуалним способностима ученика са оштећеним видом. Оцјена се формира на основу индивидуалних способности, постигнутог резултата рада и мотивисаности ученика за рад.

Приликом оцјењивања неопходно је придржавати се детаљних упутстава из правилника о оцјењивању ученика у школи као и поступака и критеријума за оцјењивање ученика у физичком васпитању оцјенама од 1 до 5. (Узимајући у обзир прреостале способности и могућности ученика).

Струка (назив): текстилство-кожарство			
Занимање (назив): модни кројач			
Предмет (назив): ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ			
Опис (предмета): Општеобразовни предмет			
Модул (наслов):			
Датум:	август, 2022. године	Шифра:	Редни број:6
Сврха			
Специјални захтјеви / Предуслови			
Према врсти инвалидитета и занимања – рехабилитационе активности ради унапрјеђења физичког развоја ученика			
Циљеви			
<ul style="list-style-type: none"> - задовољавање основних биолошких, психо-социјалних потреба ученика - правилно изграђивање и схватање односа ученика према физичкој култури - трајно подстицање (самоваспитање) ученика да кретно-спортске активности уграде у свакодневни живот и културу живљења. - проширење знања, умијења и навика које доприносе објективном сагледавању вриједности и могућности физичке културе, развијање моторичких и психофизичких способности ученика, - квантитативно и квалитативно продубљивање и учвршћивање спортско-техничког образовања(на стваралачки и естетски начин), - оспособити ученике за самосталан рад и његову ресоцијализацију, (само)контролу у одржавању и јачању: физичке кондиције, рехабилитације, усклађивање несразмјерности раста коштаног, мишићног и масног ткива, сразмјерности срчано-судовног и дисајног система, аеробних(наглашено) и анаеробних (постепено) способности у циљу професионалне рехабилитације. - обезбјеђење услова у којима ће ученик доживљавати радост слободног испољавања у кретно-спортским и рекреативним активностима - одржавати и даље развијати здравствене, хигијенске и друге културне навике за очување и јачање здравља ученика у оквиру преосталих способности. - помагати ученицима у савладавању: (само)комплекса, криза, конфликта, између појединаца и средине у којој се живи, а у циљу личне (само)процјене и колективне афирмације, стабилности, разумности, смирености, сарадње, такмичења и сл. 			
Теме			

1. Атлетика (трчања, скокови и бацања)
2. Вјежбе на справама (тло, прескоци, греда, вис)
3. Спортска игра по избору
4. Процјена раста и развоја моторичких способности

Тема	Исходи учења			Смјернице за наставнике
	Знања	Вјештине	Личне компетенције	
	Ученик је способан да:			
1. Атлетика (трчања, скокови и бацања)	<p>И с х о д и учења : Ученик ће моћи да прилагоди различитим оптерећењима сразмјерно степену онеспособљења, те нахвату и научи технике трчања и савадавања различитих препрека.</p>	<p>Трчање : 50 m, 100m , 800 m и 1000 m Скокови у даљ и у вис: (Минимум згрчно и прекорачно) Бацање кугле , диска, копља и медицинке на резултат.</p> <p>Такмичење ученика-ца у тробоју:</p>	<p>примјењује у свакодневном животу стечена знања и вјештине о културним вриједностима физичког вјежбања *исказује разумијевање потребе редовног бављења физичком активношћу *показује способност за извођење различитих моторичких вјештина *показује спремност да вјежбајући унапређује здравље, здравље околине и квалитет живота</p>	<p>Атлетске дисциплине реализовати са додатним утицајем на развој моторичких способности важних за дату дисциплину. Дисциплине изводити у групама и појединачно. Организација крос- трчања и бацања кугле на излету Тежина кугле: (Ж) 4kg и (М) 5 kg Вредновање и оцјењивање</p>
2. Вјежбе на справама (тло, прескоци, греда, вис)	<p>Ученик треба да стекне знања о својим стварним могућностима и потребана.</p>	<p>Вјежбе на тлу : Ученици Из упора за рукама зибом, провући се згрчно напријед до упора пред рукама, пружено Премет напријед (странце) уз помоћ. Вага у претклону (став о шакама)</p> <p>Ученице: Мост напријед на 1 ногу кроз став о шакама уз помоћ. Вага, шпага</p> <p>Прескоци: Ученици и ученице</p> <p>Коњ, козлић у ширину висина Х см (прилагођено ученицима са посебним потребама) разношка,</p>	<p>Примјењује у свакодневном животу стечена знања и вјештине о културним вриједностима физичког вјежбања *исказује разумијевање потребе редовног бављења физичком активношћу *показује способност за извођење различитих моторичких вјештина *показује спремност да вјежбајући унапређује здравље, здравље околине и квалитет живота</p>	<p>Проводити мјере корективне гимнастике.</p> <p>Уколико ученик има оштећење вида везано за дисфункцију мрежњаче, наставник мора поједине садржаје (премети, прескоци) прилагодити тој чињеници.</p> <p>Приликом прескока помоћи ученику. Ученици понекад нису у стању да правилно процјене растојање.</p> <p>Не треба инсистирати на активностима које угрожавају ученика.</p> <p>Извођење појединих активности зависи од индивидуалних способности ученика и нивоа оштећења визуелне перцепције.</p>

		<p>згрчка из мјеста и са залетом.</p> <p>Греда (висока, ниска)- основни елементи</p> <p>Ученици и ученице могу користити и средства борења, надвлачења, захвате самоодбране уз приступачан и осмишљен начин рада наставника.</p> <p>Пожељно је увјежбавати и основе модерног плеса и народних кола (по два обрасца за играње)</p> <p>Нпр. Кола: Моравац, Чачак; Плес: Танго, Валцер-ов корак</p> <p>Циљ : припрема за матуру</p>	<p>*примјењује у пракси здраве навике и смањује ризик по своје здравље</p> <p>*исказује лични идентитет, креативност, емоције путем различитих видова физичке активности</p> <p>*показује способности за посматрање, доживљавање, стварање естетских вриједности</p>	<p>Обучити ученике асистирању, стећи одлучност, мирноћу, (само)дисциплину, повјерење.</p> <p>Примјена: рада у врстама (и са допунским вјежбањем), рад по станицама и полигон</p> <p>Утицати на оне моторичке способности које утичу на квалитет извођења</p>
3. Спортска игра по избору	<p>Ученици треба да овладају основним техничко-тактичким правилима игре, суђања , обучавања и усавршавања различитих комбинација.</p> <p>такмичења одјељенског, разредног, школског, општинског типа итд</p>	<p>Увјежбавање и усавршававање раније обучаваних елемената. Ученик ће спознавати своја знања, умијећа и навика, слабости и моторичке грешке.</p> <p>У том сагледавању повећавати обим и ниво неопходних знања, умијења и навика, а такође и техничко-тактичке припреме ученика у изабраном спорту.</p> <p>Ученици се укључују у</p>		<p>Извршити тестирање неким од тестова и процијенити усвојеност у и ван игре. Указивати на слабости у игри уз додатно увјежбавање.</p> <p>Саопштавање логичних радњи и потеза у самој игри: одређивање и мијењање улога и разних захтјева, комбинација, варијанти, а све у циљу одговорности у игри. Повећање опште, специфичне физичке припреме ученика (средствима техникама изабране спортске гране</p>
4. Процјена раста и развоја моторичких способности	<p>Ученик ће сазнати ниво свога раста и развоја, процијениће своје моторичке способности</p> <ul style="list-style-type: none"> - Висина, обим и маса тијела - трчање на 100 (50) m, на 800 (Ж) и 1000 m (М) - бацање медицинке (Ж) 	<p>У сарадњи са наставником пратиће и водити свој ЛК раста, развоја моторичких способности знања, умијећа и навика у и ван школе у овладавању добрима људских физичких активности тј. вриједностима физичког вјежбања</p> <ul style="list-style-type: none"> - из норматива које користи 		<p>Вођење Дневника рада (личног картона)</p> <ul style="list-style-type: none"> - мјерењем и вагањем - брзина - издржљивост - општа снага - експлозивна снага ногу - репетитивна снага руку - флексибилност

	<p>2 и (М) 4 kg - скок удаљ из мјеста - згибови (М) , издржај (Ж) Како, на који начин и чиме унаприједити и одржати њихов ниво?</p>	<p>наставник Атлетика : Трчање на 100 (50) m (М и Ж) , 800 Ж и 1000 m М. Скок у даљ и увис, Бацање. кугле 4 и 5 kg . Вјежбе на справама и тлу: (Ж: Тло (партер), прескок , греда</p>		<p>Основни критеријум при вредновању образовних стандарда су индивидуалне могућности ученика и остварена постигнућа током рада.</p>
Интеграција				
<ul style="list-style-type: none"> - Стручни предмети - Практична настава 				
Извори				
<p>Школска дворана, адекватно опремљена наставним средствима предвиђеним за коришћење током наставе физичког васпитања, може задовољити програмске садржаје који су предвиђени.</p> <p>Литература може бити препуштена избору и могућностима расположивим на коришћење наставнику или се придржавати и користити доступну литературу препоручену у Дневнику рада наставе физичког васпитања.</p>				
Оцјењивање				
<p>Оцјењивање ученика (као и праћење и вредновање) потребно је вршити за вријеме редовне наставе и за ваннаставне и ваншколске активности.</p> <p>Код оцјењивања водити рачуна о индивидуалним способностима ученика са оштећеним видом. Оцјена се формира на основу индивидуалних способности, постигнутог резултата рада и мотивисаности ученика за рад.</p> <p>Приликом оцјењивања неопходно је придржавати се детаљних упутстава из правилника о оцјењивању ученика у школи као и поступака и критеријума за оцјењивање ученика у физичком васпитању оцјенама од 1 до 5. (Узимајући у обзир пррестале способности и могућности ученика).</p>				