

ГОДИШЊИ (ГЛОБАЛНИ) ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА

Наставни предмет: ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ

Разред: Други

Ред.број наставне теме	НАСТАВНА ТЕМА / ОБЛАСТ	Број часова по теми	Број часова за	
			обраду	остале типове часова
1.	ХОДАЊЕ И ТРЧАЊЕ	20	5	15
	- Фигуративно трчање, ходање и трчање у различитим формацијама; променљивом брзином; Брзо трчање на 30 м; штафетне игре за развијање брзине; ходање и трчање у природи; елементарне игре спрености и брзине; брзо трчање са променом места			
2.	СКАКАЊЕ И ПРЕСКАКАЊЕ	12	5	7
	- Скок удаљ из места суножним одскоком, скок удаљ из залета; дечји поскоци у месту појединачно, у пару, прекскање кратке вијаче у пару и месту; прескакање дуге вијаче			
3.	БАЦАЊА И ХВАТАЊА	18	6	12
	- Бацање лопте удаљ из места; бацање лопте увис и хватање на разне начине; елем. игре са бацањем и хватањем, бацање лопте у хоризонталне и вертикалне циљеве; додавање лопте у паровима, у ходу; елем. игре лоптом, вођење лопте; бацање и хватање лопте по избору ученика			
4.	ВИШЕЊА И ПЕЊАЊА	8	3	5
	- Препентравање различитих објеката и справа; провлачење кроз окни лестви право и вијугаво; пењање уз вертикалне мотке; пењање по водоравним моткама или конопцима; помицање у вису предњом улево и удесно			
5.	ВЕЖБЕ НА ТЛУ	8	4	4
	- Манипулација телом, колут напред, назад, колут напред преко медицинке, савладавање стазе препрека (полигон) са наученим облицима кретања			
6.	ВЕЖБЕ РАВНОТЕЖЕ	6	4	2
	- Дечји поскоци, у месту, на једној нози; ходање по ниској греди на разне начине; ходање по ниској греди са чучњем и дизањем			
7.	РИТМИЧКЕ ВЕЖБЕ И НАРОДНИ ПЛЕСОВИ	13	5	8
	- Ритмички облици кретања, ритмичке вежбе, плесни двокорак, Народна игра "Ми смо деца весела",			

	комбиновано ритмичко кретно изражавање, Дечја игра "Ја посејах лубенице"			
8.	ВЕЖБЕ РЕКВИЗИТИМА	19	6	13
	- Манипулација палицом у пару; вучење и гурање у пару; прескакање вијаче, дизање и ношење лопте, палица, обруча			
9.	МЕРЕЊЕ ФИЗИЧКИХ СПОСОБНОСТИ	4	-	4
	- Висина, тежина, бацање медицинке, издржај у згробу			
	У к у п н о	108	38	70

ОПЕРАТИВНИ ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА

Школска 2008 / 2009. година

ЗА МЕСЕЦ *СЕПТЕМБАР* 2008. ГОДИНЕ

Назив предмета ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ

Разред Други

Недељни фонд часова 3

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
I	1.	Договор о раду и разговор о значају телесног вежбања	увод. час	фронт.	дијалошка			
III	2.	Елементарне игре из првог разреда	вежб.	фронт.	комб. рад	по избору учен.		
I	3.	Фигуративно трчање	обрада	индив.	комб. рад	лопта		
II	4.	Скок удаљ из места суножним одскоком	обрада	индив.	верб., демонс.	метар		
I	5.	Ходање и трчање у различитим формациј.	вежб.	инд., фронт	комб. рад	лопта		
II	6.	Скок увис из места суножним одскоком	понављ.	индив.	комб. рад	метар		
I	7.	Трчање променљивом брзином	утврђ.	индив.	комб. рад			
IV	8.	Препентравање разних објеката и справа	обрада	индив.	верб., демонст.	разл. обј. и справ.		
III	9.	Елементарне игре спретности	понављ.	фронт. груп	комб. рад			
II	10.	Скок удаљ из залета	обрада	индив.	верб., дијал.	метар		
II	11.	Увежбавање скока удаљ	вежб.	индив.	комб. рад	метар		
III	12.	Бацање лопте удаљ из места	обрада	индив.	верб., демонст.	лопта		

ОПЕРАТИВНИ ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА

Школска 2008 / 2009. година

ЗА МЕСЕЦ *ОКТОБАР* 2008. ГОДИНЕ

Назив предмета ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ

Разред Други

Недељни фонд часова 3

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
II	13.	Скок удаљ из залета	обрада	инд.	дијалошка	метар		
I	14.	Брзо трчање на 30 м	утврђ.	фронт.	демонстр.	штоперица		
I	15.	Елементарне игре брзине и снаге	утврђ.	фронт.	комб.	лопта		
II	16.	Скок удаљ из правога залета	обрада	индив.	демонстр., дијал.	метар		
III	17.	Бацање лоптице увис и хват. на разне начи.	обрада	индив.	демонстр., верб.	лоптице		
IV	18.	Провлачење кроз окна лестви право и вијугаво	утврђ.	фронт.	комбин.	лестве		
II	19.	Бацање лопте са одбијањем од зида и хватањем	утврђ.	индив.	комбин.	лопте		
IV	20.	Пењање уз вертикалне мотке 2,5 м висине	обрада	индив.	дијал., демонстр.	мотке		
I	21.	Ходање и трчање у природи	обрада	фронт., инд	демонстр.			
I	22.	Штафетне игре за развијање брзине	утврђ.	фронт.	комбин.	чуњеви, палица		
VIII	23.	Манипулација палицом у пару	обрада	рад у пару	демонстр., дијал.	палица		
VIII	24.	Прескакање вијаче у месту	обрада	индив.	демонстр.	вијаче		
I	25.	"Трим" трчање у природи	утврђ.	групни	комбин.			
VIII	26.	Прескакање кратке вијаче и кретање напред назад	провера	индив.	комбин.	вијаче		

ОПЕРАТИВНИ ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА

Школска 2008 / 2009. година

ЗА МЕСЕЦ *НОВЕМБАР* 2008. ГОДИНЕ

Назив предмета ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ

Разред Други

Недељни фонд часова 3

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
I	27.	"Трим" трчање у природи	обрада	фронт.	комбин. рад	штоперица		
III	28.	Елементарне игре са бацањем и хватањем	утврђ.	фрон.,инд.	дијал.,демонстр.	лопте		
VIII	29.	Провера прескакања кратке вијаче у месту и међупоскоцима	провера	индив.	демонстр.	вијаче		
VIII	30.	Вучење и гурање у пару са две палице	обрада	у паровима	демонстр.,верб.	палице		
VII	31.	Ритмички облици кретања из првог разреда	утврђ.	инд.,фронт	верб.,демонстр.			
III	32.	Теренске елементарне игре	обрада	фронт.	комбинов.	лопта		
III	33.	Бацање лопте у хоризонталне и вертикалне циљеве	обрада	индив., фронт.	верб.,(дијал.),дем.	лоптице		
VII	34.	Ритмичко естетске вежбе за руке	обрада	индив.	дијалошка,демонстр.	ударалјке		
VIII	35.	Вучење и гурање мотком	обрада	групни	верб.,демонстр.	мотка		
VII	36.	Плесни двокорак	обрада	фр.,у пару	верб., демонстр.	касетофон		
III	37.	Гађање лоптицама у хоризонталне циљеве удаљености 10-15 м	утврђ.	индив.	комбин.	лоптице		
III	38.	Систематизација	систем.	фронт.	комбин.	по изб.учен.		

ОПЕРАТИВНИ ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА

Школска 2008 / 2009. година

ЗА МЕСЕЦ *ДЕЦЕМБАР* 2008. ГОДИНЕ

Назив предмета ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ

Разред Други

Недељни фонд часова 3

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
VII	39.	Елементарне игре са певањем	утврђ.	фронт.	демонстр.			
VIII	40.	Групно гурање вијаче, конопци	утврђ.	групни	демонстр.	вијаче, конопци		
III	41.	Бацање лоптица у хоризонтални циљ са даљине од 15 м	утврђ.	инд., фронт	дијал., демонстр.	лоптице		
VIII	42.	Утврђивање научених вучења и гурања	утврђ.	груп., у пар	демонстр.	вијаче, конопци		
I	43.	Елементарне игре за оријентац. у природи	обрада	фронт.	дијал., демонст.	струњача		
V	44.	Манипулација телом	обрада	индив.	дијал., демонст.			
V	45.	Два спојена колута напред	обрада	индив.	дијал., демонст.	струњача		
III	46.	Додавање лопте у паровима у ходу	обрада	рад у пару	дијал., демонст.	лопта		
V	47.	Колут напред преко медицинке	обрада	инд., фронт	дијал., демонст.	медицинка		
II	48.	Дечији прескоци у месту поједин. у пару	обрада	инд., у пару	дијал., демонст.	вијаче		
III	49.	Увежбавање додавања лопте у паровима у ходу	утврђ.	у пару	демонстр.	лопте		
II	50.	Дечији поскоци у кретању напред, назад и у страну	провера	инд. у пару	демонстр.			

ОПЕРАТИВНИ ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА

Школска 2008 / 2009. година

ЗА МЕСЕЦ *ЈАНУАР* 2009. ГОДИНЕ

Назив предмета ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ

Разред Други

Недељни фонд часова 3

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
VIII	51.	Вучење и гурање санки у тројки	вежб.	групни	демонстр.	санке		
VIII	52.	Дизање и ношење 3-4 лопте на различите начине	утврђ.	групни, фронт.	дијал., демонстр.	лопте		
VIII	53.	Увежбавање вучења и гурања (санки у тројкама), надвлачење конопца	утврђ.	фрупни, фронт.	дијалошка	санке, конопц		
V	54.	Понављање колута напред и повезивање са скоком увис	утврђ.	индив.	демонстр.	струњача		
V	55.	Понављање колута напред и повезивање са скоком увис	систем.	фронт., индив.	демонстр.	струњача		

ОПЕРАТИВНИ ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА

Школска 2008 / 2009. година

ЗА МЕСЕЦ *ФЕБРУАР* 2009. ГОДИНЕ

Назив предмета ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ

Разред Други

Недељни фонд часова 3

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
V	56.	Два спојена колута напред	утврђ.	индив.	верб.,демонст.	струњаче		
VIII	57.	Комбиновано дизање и ношење разних предмета	утврђ.	индив.	демонст.,дијал.	разни предмети		
VIII	58.	Састав на тлу	обрада	индив.	демонстр.	струњаче		
VIII	59.	Дизање и ношење палица, облица, лопти	вежб.	фрон.,инд.	демонс.,верб.	пал.,облице,лоп.		
VIII	60.	Увежбавање састава на тлу	утврђ.	фронт.	демонстр.	обручеви		
VIII	61.	Увежбавање састава на тлу	утврђ.	индив.	демонстр.	обручеви		
I	62.	Елементарне игре спретности и брзине	утврђ.	фронт.	демонстр.	чуњеви		
V	63.	Одељенско такмичење састава на тлу	вежб.	фрон.,инд.	верб.,демонср.	лопте		
VII	64.	Народна игра "Ми смо деца весела"	обрада	фрон.,груп.	верб.,демонстр.	касетофон		
III	65.	Елементарне игре лоптом	утврђ.	фронт.	демонстр.	лопте		
VII	66.	Дечја народна игра: "Ми смо деца весела"	утврђ.	фронт.	верб.,демонст.	касетофон		
VII	67.	Дечја народна игра: "Ми смо деца весела"	вежб.	фронт.	демонстр.	касетофон		

ОПЕРАТИВНИ ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА

Школска 2008 / 2009. година

ЗА МЕСЕЦ *МАРТ* 2009. ГОДИНЕ

Назив предмета ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ

Разред Други

Недељни фонд часова 3

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
VI	68.	Ходање и трчање по шведској клупи	обрада	инд., фронт	дијалош., демонстр.	шведска клупа		
VII	69.	Комбиновано ритмичко кретно изражавање	обрада	фронт.	дијалош., демонст.	касетофон ЦД		
VII	70.	Ритмички облици кретања	утврђ.	фронт.	демонст.	касетофон ЦД		
VI	71.	Ходање и трчање по шведској клупи	утврђ.	инд., фронт.	демонст., дијал.	шведска клупа		
VI	72.	Игре орјентације запажања погађања	обрада	групни	демонст., дијалош.	обруч		
VI	73.	Ходање по ниској греди кораком на разне начине	обрада	инд., фронт	дијалош., демонс.	гред		
VIII	74.	Манипулација обручем и палицама	обрада	инд., груп.	демонст., дијалош.	обруч, палице		
VIII	75.	Манипулисање обручем и палицама	утврђ.	инд., груп.	демонст.	обруч, палице		
VI	76.	Ходање по ниској греди са чучњем и дизање	обрада	фронт	дијал., демонст.	гред		
VI	77.	Пузање потрбушке на боку и леђима уз обилажење препрека	утврђ.	инд., фронт	демонстр.	разне препреке (предмети)		
VII	78.	Комбиновано - ритмичко кретно изражавање дејим поскоцима	утврђ.	фронт.	демонст., дијал.			
IV	79.	Пењање по водоравним моткама и преко справа и слободна три реквизита	обрада	фронт.	дијал., демонст.	мотке		

ОПЕРАТИВНИ ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА

Школска 2008 / 2009. година

ЗА МЕСЕЦ *АПРИЛ* 2009. ГОДИНЕ

Назив предмета ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ

Разред Други

Недељни фонд часова 3

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
V	80.	Савладавање стазе препрека	обрада	групни	демонстр.	санке		
VII	81.	Дечија народна игра "ја посејах лубенице"	обрада	групни,	дијал., демонстр.	лопте		
VII	82.	Дечија народна игра "Ја посејах лубенице"	утврђ.	фронт.				
I	83.	Савладавање стазе и препрека (полигон) са наученим облицима кретања	утврђ.	фрупни, фронт.	дијалошка	санке, конопац		
VII	84.	Утврђивање свих дечијих народних игара које смо научили у првом и другом разр.)	утврђ.	индив.	демонстр.	струњача		
II	85.	Прескакање кратке вијаче у пару у месту	утврђ.	фронт.,	демонстр.	струњача		
I	86.	"Трим" трчање у природи	утврђ.	индив.				
I	87.	Трчање у природи на разне начине	утврђ.					
I	88.	Брзо трчање са променом места	утврђ.					
III	89.	Вођење лопте једном руком у ходу	обрада					
III	90.	Вођење лопте једном руком у ходу	утврђ.					

ОПЕРАТИВНИ ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА

Школска 2008 / 2009. година

ЗА МЕСЕЦ *МАЈ* 2009. ГОДИНЕ

Назив предмета ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ

Разред Други

Недељни фонд часова 3

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
IV	91.	Пењање по водоравним моткама и преко справа	утврђ.	ф., и.	демонстр.,разговор	мотке		
II	92.	Увежбавање прескакања кратке вијаче	вежб.	ф.,и.	демонст.,разговор	вијаче		
IV	93.	Пењање уз водоравне мотке или конопац	утврђ.	ф., и.	демонст.,верб.	мотке, конопац		
I	94.	Брзо трчање са променом места	утврђ.	ф., и.	демонст.,верб.			
I	95.	Штафетне игре са брзим трчањем	понав.	групни	демон.,верб.	лопте,обруч,чуњ		
I	96.	Брзо трчање на 30 м	обрада	ф., и.	демон.,верб.	штоперица		
I	97.	Брзо трчање на 30 м	утврђ.	ф., и.	демон., верб.	штоперица		
IX	98.	Елементарне игре и мерење висине и тежине	систем.	ф., и., груп.	диј., верб., дем.	вага,висиномет., лопта		
IX	99.	Мерење физ. способности - скок удаљ из места	систем.	ф., и.	диј., верб.,демон.	метар		
IX	100.	Мерење физичких способности "Издржај у зглобу"	систем.	ф., и.	демон., верб.	предмети разл. тежине		
IX	101.	Мерење физ. способности - бацање медицинке	систем.	ф., и.	вербал., дем.	медицинка		
IV	102.	Помицање у вису предњом улево или удесно	обрада	ф., и.	дем., верб.	грana дрвета или вратила		

ОПЕРАТИВНИ ПЛАН РАДА НАСТАВНИКА

Школска 2008 / 2009. година

ЗА МЕСЕЦ *ЈУН* 2009. ГОДИНЕ

Назив предмета ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ

Разред Други

Недељни фонд часова 3

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
IV	103.	Помицање у вису	утврђ.	ф., и.	диј., дем.	вратило, грана дрвета		
II	104.	Претрчавање и прескакање дуге вијаче појединачно	утврђ.	ф., и.	дем., диј.	вијаче		
II	105.	Прескакање дуге вијаче у паровима и тројкама	утврђ.	ф., и у пару	диј., дем.	вијаче		
III	106.	Елементарне игре по избору ученика	утврђ.	ф., групни	дем., верб.	по избору ученика		