

1259/1

ОСНОВНИ ПОДАТОЦИ ЗА НАСТАВНАТА ПРОГРАМА

Наставен предмет:	Фудбал/Футсал
Изработил:	Филип Петровски, Јорданчо Тодосиев, Јовица Димески, Дарко Костиќ – наставници по физичко и здравствено образование при ООУ „Дане Крапчев“ - Скопје
Вид/категорија на наставен предмет	Изборен
Одделение:	IV (четврто) и V (петто)
Теми/подрачја во наставната програма	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Запознавање со спортската игра-футсал</i> • <i>Елементи од фудбал/футсал</i> • <i>Играње фудбал/футсал</i>
Број на часови:	2 часа неделно/ 36 часа годишно
Опрема и средства:	<ul style="list-style-type: none"> •Аудиовизуелни средства (ЛЦД-проектор, компјутер, паметна табла,) •Интернет. •Нагледни средства: илустрации, видеа, презентации •Средства: маркери за подлога, маркери за тело, голови, препрека за скокање, маркер стап, маркер скала, топки за фудбал/футсал.

Архивски знак. _____
 Рок на чуввање. _____
 _____ год.
 Потпис, _____

ПОВРЗАНОСТ СО НАЦИОНАЛНИТЕ СТАНДАРДИ

Резултатите од учење наведени во наставната програма водат кон стекнување на следните компетенции опфатени со подрачјето *Личен и социјален развој* од Националните стандарди:

Ученикот/ученичката знае и/или умеет:	
V-A.1	Да разликува здраво од ризичен животен стил кога се работи за сите сфери на живеење (вклучително навики во исхраната, спортски и рекреативни активности и сексуално однесување);
V-A.2	Да избира и практикува активности кои обезбедуваат развој и подобрување на сопственото ментално и физичко здравје и добросостојба;
V-A.4	Да прави процена на сопствените способности и постигања (вклучувајќи ги силните и слабите страни) и врз основа на тоа да ги определува приоритетите кои ќе му/и овозможат развој и напредување;
V-A.6	Да си постави цели за учење и сопствен развој и да работи на надминување на предизвиците кои се јавуваат на патот кон нивно остварување;
V-A.7	Да ги користи сопствените искуства за да си го олесни учењето и да го прилагоди сопственото однесување во иднина;
V-A.9	Да ги предвиди последиците од своите постапки и од постапките на другите по себе и по другите;
V-A.10	Да применува етички начела при вреднување на правилното и погрешното во сопствените и туѓите постапки и да манифестира доблесни карактерни особини (како што се: чесност, правичност, почитување, трпеливост, грижа, пристојност, благодарност, решителност, одважност и самодисциплина);
V-A.11	Да дејствува самостојно, со целосна свесност од кого, кога и како може да побара помош;
V-A.13	Да комуницира со другите и да се презентира себе си со одветнона ситуацијата;
V-A.14	Да слуша активно и соодветно да реагира, покажувајќи емпатија и разбирање за другите и да ги искажува сопствените грижи и потреби

	на конструктивен начин;
V-A.15	Да соработува со други во остварување на заеднички цели, споделувајќи ги сопствените гледишта и потреби со другите и земајќи ги предвид гледиштата и потребите на другите;
V-A.16	Да ги препознава проблемите во релациите со другите и да приоѓа конструктивно во разрешување на конфликтите, почитувајќи ги правата, потребите и интересите на сите вклучени страни;
V-A.17	Да бара повратна информација и поддршка за себе, но и да дава конструктивна повратна информација и поддршка во корист на другите;
V-A.19	Да дава предлози, да разгледува различни можности и да ги предвидува последиците со цел да изведува заклучоци и да донесува рационални одлуки.
Ученикот/ученичката разбира и прифаќа дека:	
V-B.1	Грижата за сопственото тело и редовното практикување физички активности е важен услов за обезбедување физичко и ментално здравје,
V-B.3	Сопствените постигања и добросостојба во најголема мера зависат од трудот кој самиот/самата го вложува и од резултатите кои самиот/самата ги постигнува,
V-B.4	Секоја постапка која ја презема има последици по него/неа и/или по неговата/нејзината околина,
V-B.7	иницијативноста, упорноста, истрајноста и одговорноста се важни за спроведување на задачите, остварување на целите и надминување на предизвиците во секојдневните ситуации,
V-B.8	Интеракцијата со другите е двонасочна – како што има право од другите да бара да му/и биде овозможено задоволување на сопствените интереси и потреби, така има и одговорност да им даде простор на другите да ги задоволат сопствените интереси и потреби,
V-B.9	Барањето повратна информација и прифаќањето конструктивна критика водат кон личен напредок на индивидуален и социјален план.

Наставната програма вклучува и релевантни компетенции од следните подрачја на Националните стандарди: **Општество и демократска култура:**

Ученикот/ученичката знае и/или умее:	
VI-A.5	Да ги разбира разликите меѓу луѓето по која било основа (родова и етничка припадност, возраст, способности, социјален статус итн.);
VI-A.6	Да препознава присуство на стереотипи и предрасуди кај себе и кај другите и да се спротивставува на дискриминација
Ученикот/ученичката разбира и прифаќа дека:	
VI-B.1	Не смее да прави дискриминација врз основа на разликите меѓу луѓето (родова и етничка припадност, возраст, способности, социјален статус итн.);

РЕЗУЛТАТИ ОД УЧЕЊЕ

Тема: Запознавање со спортската игра- фудсал/фудсал
Вкупно часови: 5
Знаења/вештини
1. Умее да разликува здрав од ризичен животен стил кога се работи за сите сфери на живеење (вклучително навики во исхраната, спортски и рекреативни активности);

2. Има познавања за основните правила од спортската игра – фудбал/футсал;	
<i>Ставови/вредности</i>	
3. Прифаќа дека грижата за сопственото тело и редовното практикување физички активности е важен услов за обезбедување физичко и ментално здравје;	
Содржини и поими и број на часови:	Примери на активности:
Во здраво тело, здрав дух (пирамида на исхраната, спортски активности) број на часови: 1 час	Учениците ги прошируваат и продлабочуваат знаењата за здрава и разновидна исхрана, потребата и редовноста од спортски активности за здрав живот, преку следење презентација и разговор;
Запознавање со спортот фудбал/футсал (потекло, терен, правила на играта, играчи во тимовите) број на часови: 2 часа	Учениците се запознаваат со основните елементи на играта, правилата на игра, теренот на кој се игра;
Истражување за почетоците на играта фудбал/футсал во Р.С. МАКЕДОНИЈА број на часови: 1 час	Учениците на интернет пребаруваат информации за почетоците на фудбалот во Р.С.МАКЕДОНИЈА;
Следење на фудбалски натпревар број на часови: 1 час	Учениците следат видеа со делови од фудбал натпревар.

Тема: Елементи од фудбал	
Вкупно часови: 16	
Резултати од учење:	
<i>Знаења/вештини:</i>	
<ol style="list-style-type: none"> Има познавања од основните елементи на спортската игра – фудбал/футсал; Применува елементи од спортската игра – фудбал/футсал; 	
<i>Ставови/ вредности:</i>	
<ol style="list-style-type: none"> Верува дека упорноста, истрајноста и одговорноста за спроведување на задачите, остварување на целите и надминување на предизвиците во дадени ситуации, води кон успех; Прифаќа дека успехот постигнат со сопствен труд е најдобар. 	
Содржини и поими и број на часови:	Примери на активности:
Додавање и прием на топка број на часови: 4 часа	-Учениците изведуваат додавање и прием на топка со внатрешен дел од стапалото (со лева и десна нога); -Ученицитеизведуваат додавање и прием на топка со надворешен дел од стапалото (со лева и десна нога); - Учениците изведуваат додавање и прием на топка со среден (горен дел) дел од стапалото (со лева и десна

	нога); - Наизменично со внатрешен и надворешен дел од стапалото;
Водење на топка број на часови: 4 часа	- Учениците изведуваат водење на топка со внатрешен дел од стапалото, праволиниски и криволиниски; (со лева и десна нога); - Учениците изведуваат водење на топка со надворешен дел од стапалото, праволиниски и криволиниски; (со лева и десна нога); - Учениците изведуваат водење на топка со средишен (горен дел) дел од стапалото, праволиниски и криволиниски; (со лева и десна нога).
Удар на гол број на часови: 4 часа	- Учениците изведуваат удар на гол со внатрешен дел од стапалото од место; - Учениците изведуваат удар на гол со лесно трчање од 4-6 метри; - Учениците изведуваат удар на гол од страна на раздалеченост од 10-15 метри (различни позиции); - Удар на гол со глава.
Финтирање и дриблинг број на часови: 4 часа	- Учениците изведуваат дриблинг со внатрешен и надворешен дел од стапалото; - Учениците изведуваат дриблинг со ролане на топка на страна; - Учениците изведуваат дриблинг со финта исчекор во страна; - Финтирање преку проигрување на дупли пас;

Тема: Играње фудбал/футсал	
Вкупно часови: 15	
Резултати од учење:	
<i>Знаења/вештини</i>	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Ги применува основните елементи на фудбал/футсал во игра; 2. Ги знае и применува правилата на фудбалот/футсалот; 3. Ги развива основните психомоторички способности: брзина, сила, подвижност, флексибилност, скочност, агилност, снаодливост;; 4. координација, перцепција, прецизност,. 	
<i>Ставови/вредности</i>	
<ol style="list-style-type: none"> 5. Сфаќа дека секоја постапка која ја презема има последици по него/неа и/или по неговата/нејзината околина; 6. Смета дека барањето повратна информација и прифаќањето конструктивна критика водат кон личен напредок на индивидуален и социјален план. 	
Содржини и поими и број на часови:	Примери на активности:
Примена на изучените правила во игра број на часови: 4 часа	Учениците преку примена на изученото, играат фудбал/футсал на мини игралиште;
Мини фудбал број на часови: 6 часа	Учениците играат мини фудбал 2 : 2 и 3 : 3, со примена на научени елементи (примена на елементарни правила);
Слободни игри со топка (сервис)	Учениците се поттикнуваат да учествуваат во активности по сопствен избор;

1:1, 2:2, викторија и фудбал/футсал) број на часови: 2 часа	
Следење на фудбал натпревар и анализа на проследената игра број на часови: 1	Учениците прават анализа на проследениот натпревар, самостојно се изразуваат и разговараат за проследеното;
Посета на фудбалски клуб број на часови: 1 час	Учениците посетуваат фудбалски клуб во најблискиот град, се запознаваат со играчите, разговараат за играта, теренот на кој играат, мотивацијата, успехите и др. Може и он лине да биде посетата однапред закажана или на интернет да гледаат клип од Youtube.
Натпреварувачки игри, игри без граници Бброј на часови: 1 час	Учениците организираат и учествуваат во натпреварувачки игри, игри без граници, со ученици од друга паралелка или друго училиште.