РЕПУБЛИКА МАКЕДОНИЈА
МИНИСТЕРСТВО ЗА ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА
Биро за развој на образованието
СКОПЈЕ 1

Примено: 05.09.2012

Орг. единица	Број	Прилог	Вредност
07	2268/6		

Архивски знак: 0702
Рок на чување: трајно
05.09.2012 год. Потпис

Врз основа на член 55 став 1 од Законот за организација и работа на органите на државната управа („Службен весник на Република Македонија" бр. 58/00, 44/02 и 82/08, 167/10 и 51/11) и врз основа на член 22 став 1 од Законот за средно образование („Службен весник на Република Македонија" бр. 44/95, 24/96, 34/96, 35/97, 82/99, 29/02, 40/03, 42/03, 67/04, 55/05, 113/05, 35/06, 30/07, 49/07, 81/08, 92/08, 33/10, 116/10, 156/10, 18/11, 51/11 и 6/12), како и Наставниот план за спортска гимназија (паралелки за фудбал, кошарка, ракомет и тенис) 11-1858/2 од 09.04.2012 година – експеримент за воведување на нови облици и содржини на воспитно-образовната работа, министерот за образование и наука ја донесе наставната програма за наставниот предмет *теоретски основи на ракометот* за прва година за спортска гимназија (паралелка за ракомет).

НАСТАВНА ПРОГРАМА

МИНИСТЕРСТВО ЗА ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА
БИРО ЗА РАЗВОЈ НА ОБРАЗОВАНИЕТО

ТЕОРЕТСКИ ОСНОВИ НА РАКОМЕТОТ

I ГОДИНА

СПОРТСКА ГИМНАЗИЈА

Скопје, 2012

1. ВОВЕД

Теоретски основи на ракометот преставува вовед во изучување на ракометот како комплексна и полиструктурана спортска активност. Предметот ги покрива базичните информации од просторот на: историја и развој на ракометот, факторите од кој зависи успехот во ракометот, техника и тактика на играта како и правилата на играта.

2. ЦЕЛИ НА НАСТАВАТА

Ученикот/ученичката:

- да се стекне со потребни знаења за појавата и развојот на ракометот како спорт,
- да ја осознае еволуцијата на играта во контекс на сегашноста и иднината,
- да се запознае со правилата на ракометната игра,
- да се запознае со факторите од кој зависи успехот во ракометната игра,
- да се запознае со техника и тактика на играта.
- да развива позитивни ставови кон ракометната игра и спортот воопшто,
- да развива позитивни психосоцијални и интерперсонални комуникациски способности,
- да развива вештини за позитивно емоционално изразување.

3. КОНКРЕТНИ ЦЕЛИ

3.1 ПОЈАВА И РАЗВОЈ НА РАКОМЕТОТ (4 часа)

Цели	*Содржини*	*Поими*	*Активности и методи*
Ученикот/ученичката: - да се запознае со појавата и развојот на ракометот, - да ги да препознава, именува и дефинира поимови поврзани со појавата на ракометот, - да ја разбере еволуцијата во контекс на сегашноста и иднината	- од идеја до современ спорт, - развој на ракометот во светот, - развој на ракометот во Европа, - развој на ракометот во - поранешните Југословенски прстори, - развој на ракометот во Македонија,	-еволуција -историски развој	- раскажување и објаснување на појавата и развојот на ракометот; - низ разговори и дискусии учениците се поттикнуваат на расудување за различни прашања и проблеми околу развојот на ракометот во иднина; - објаснување со примери, слики, историски податоци за евулкутивниот развој на ракометната игра; - изработка на мини-проекти;

3.2 ПРАВИЛА НА КОШАРКАРСКАТА ИГРА (4 часа)

Цели	*Содржини*	*Поими*	*Активности и методи*
Ученикот/ученичката: - да се запознае со правилата на играта и нивниот историски развој, - да се запознае со начинот на организирање на натпревари, - да се запознае со начинот на водење на записник, - да се запознае со основите на судењето, - да знае да ги објасни и примени правилата на играта,	- званични IHF правила - организација на натпревари - водење на записник - судење	-IHF правила -записник -судење	- објаснување и дефинирање на поимите; - низ разговори и дискусии учениците се поттикнуваат на размислување за правилата на играта; - разговор и дискусија за организирање на натпревари, водење на записник и судење и улогата на судискиот пар и записничката маса; - Прикажување на скици слики и видео презентации; - проектна активност (водење на запсиник и семафор);

3.3 ФАКТОРИ ОД КОЈ ЗАВИСИ УСЕХОТ ВО РАКОМЕТОТ (ЕНДОГЕНИ И ЕГЗОГЕНИ) (10 часа)

Цели	*Содржини*	*Поими*	*Активности и методи*
Ученикот/ученичката: - Да ги дефинира и објасни антрополошките карактеристики на човекот; - да ги разбере специфичните законитости во развојот на антрополошките карактеристики; - да објасни и наведе примери на вежби за подобрување на способностите;	- антрополошки карактеристики, -генетиката и антрополошките карактеристики на спортстите, -морфолошки карактеристики, -моторни способности, -моторно знаење, -функционални способности, -когнитивни способности, -конативни особини, -социолошки карактеристики,	-антрополошки карактеристик и -моторика -морфологија -когнитивни -конативни -социолошки	- објаснување на поимите поврзани со антрополошките карактеристики, - низ разговор и дискусии учениците се поттикнуваат да размислуваат за антрополошките карактеристики и нивното значење за успехот во ракометната игра, - анализа на примери, - прикажување на скици, слики и видео презентации, - изработка на мини-проекти,

3.4 ТЕХНИКА И ТАКТИКА НА РАКОМЕТОТ (10часа)

Цели	*Содржини*	*Поими*	*Активности и методи*
Ученикот/ученичката: - да се запознае со основите на елементарната техниката во ракометот, - да ги знае и умее да ги објасни техичко-тактичките елементи на ракометот,	- основна елементарна техника и тактика на играта, - методика на усовршување на основна елементарна техника - индивидуална, групна и колективна техника и тактика на ракометот,	-техика -тактика -методика	- објаснување и дефинирање на основните технички елемети во ракометот; - објаснување на методите и средствата за совладување на техничките и тактичките елементи; - наведување на примери и прикажување на скици, слики и друг вид на аудио-визуелен материал ; - низ разговори и дискусии учениците се поттикнуваат на расудување за различни прашања и проблеми поврзани со техниката и тактиката на ракометот; - изработка на мини-проекти,

4. ДИДАКТИЧКИ ПРЕПОРАКИ

При реализација на наставната програма се препорачува да се применат соодветни дидактички принципи и методи погодни за реализирање на наставните содржини преку примена на работилници, мини проекти, презентации, вежби, дискусии и сл., притоа земајќи ги во предвид целите на наставната програма, предзнаењата, потребите и интересите на учениците.

Наставни средства:
- прирачник за наставниците;
- учебник;
- интернет, илустрирани списанија и аудиовизуелни средства соодветни за предметот.

5. ОЦЕНУВАЊЕ НА ПОСТИГАЊАТА НА УЧЕНИЦИТЕ

Оценувањето на постигањата на учениците се врши преку следење и вреднување на индивидуалните постигнувања, континуирано во текот на целата учебна година, преку прибирање податоци: усни и писмени, контролни тестови, како и покажаниот интерес, активност и креативност во текот на наставата.

6. ПРОСТОРНИ УСЛОВИ ЗА РЕАЛИЗИРАЊЕ НА НАСТАВНАТА ПРОГРАМА

Наставата по предметот теоретски основи на ракометот се реализира, главно, во училница - опремена со потребни средства и помагала, согласно Нормативот за наставен простор и опременост за спортска гимназија.

7. НОРМАТИВ ЗА НАСТАВЕН КАДАР

Наставниот предмет теоретски основи на ракометот ќе го реализираат наставници со завршени студии по:
физичка култура (VII-1 степен на образование).

8. ОЧЕКУВАНИ РЕЗУЛТАТИ

Ученикот/ученичката:

- да може да наведе и толкува основни поими од ракометот;
- да ја опише хронологијата на појавата и развојот на на ракометот;
- да ги наведе и објасни основните правила на ракометната игра;
- да ги идентификува и објасни факторите од кој зависи успехот во ракометната игра;
- да ја објасни суштината на техниката и тактиката на ракометната игра.

Изготвил: Работна група формирана со решение бр. 02-1689/1 од 04.05.2012 година
Координатор: Мустафа Алиу, советник, Биро за развој на образованието

Контролирал: м-р Митко Чешларов, раководител на сектор
Одобрил: м-р Весна Хорватовиќ, директор

Потпис и датум на утврдување на наставната програма

Наставната програма за наставниот предмет *теоретски основи на ракометот* за прва година за спортска гимназија (паралелка за ракомет), на предлог на Бирото за развој на образованието, ја донесе

Министер

м-р Панче Кралев

РЕПУБЛИКА МАКЕДОНИЈА
МИНИСТЕРСТВО ЗА ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА
Бр. 11-4960/6
04.09 2012 год.
СКОПЈЕ