

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, 82/08, 167/10 и 51/11),, како и врз основа на член 30 од Законот за основно образование („Службен весник на Република Македонија“ бр. 103/08, 33/10, 116/10, 156/10, 18/11, 51/11, 6/12, 100/12, 24/13, 41/14 и 116/14) министерот за образование и наука ја утврди наставната програма по физичко и здравствено образование за VII одделение на деветгодишното основно образование за учениците со оштетен слух во посебните училишта и посебните паралелки во основните училишта.

**АДАПТИРАНА НАСТАВНА  
ПРОГРАМА ЗА УЧЕНИЦИТЕ СО  
ОШТЕТЕН СЛУХ**



**МИНИСТЕРСТВО ЗА ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА  
БИРО ЗА РАЗВОЈ НА ОБРАЗОВАНИЕТО**

# **ФИЗИЧКО И ЗДРАВСТВЕНО ОБРАЗОВАНИЕ**

**V П ОДДЕЛЕНИЕ**

Скопје, август 2014

**ДЕВЕТГОДИШНО  
ОСНОВНО ОБРАЗОВАНИЕ**

## 1. **ВОВЕД**

Во третиот период на деветгодишното основно образование (VII – IX одделение) физичкото и здравственото образование е задолжителен наставен предмет со 3 часа неделно, односно 108 часа годишно.

Програмата по *физичко и здравствено образование за VII одделение* се надоврзува на наставната програма за шесто одделение. Програмата по физичко и здравствено образование за учениците со општетен слух и говор во процесот на наставата се реализира со посебни содржини прилагодени на нивните можности и потреби. Вежби и игри кои физички го активираат локомоторниот апарат и директно влијаат врз симетричниот и правилниот раст и развој на ученикот, ја подобруваат неговата физичка способност и здравјето и го поттикнуваат на здрав начин на живот. Исто така, застапени се активности преку кои учениците се воведуваат во основните движења и техники на одделни спортски дисциплини, го развиваат говорот и воедно го збогатуваат своето познавање на знаковниот јазик.

Планираните активности од оваа наставна програма го поттикнуваат и развиваат когнитивниот, психомоторниот, емоционалниот и социјалниот развој на ученикот. Изработена е врз основа на демократски пристап и принципи, со цел да ги ослободи учениците од стрес преку вежбање.

### ЗАБЕЛЕШКА:

Согласно динамиката за воведување на деветгодишното основно образование наставната програма за учениците во VI одделение на осумгодишното основно училиште од учебната 2008/09 година е еквивалентна на наставната програма за VII одделение на деветгодишното основно училиште.

## ЦЕЛИ ЗА РАЗВОЈНИОТ ПЕРИОД ОД VI ДО IЦ ОДДЕЛЕНИЕ

### Ученикот/ученичката:

- да изведува вежби за правилен и симетричен морфолошки развој, правилно држење на телото во сите положби и правилна функција на локомоторниот апарат;
- да изведува и применува правилни и координирани вежби за истегнување јакнење и лабавење на мускулатурата, како и елементи од спортовите за воведување во основите на спортувањето;
- да ја применува и развива локомоторната координација и ориентација во процтор и време со вежби и комплекси вежби кои се во корелација со другите постапки на рехабилитација: развој и учење на говор, пишување, учење на знаковен јазик (движење);
- да учествува активно во совладување и стекнување нови вежби и елементи од основите на спортовите и во игри (штафетни, карактерни, танци, игри без граници, полигони и др.);
- да го збогатува своето спортско знаење со совладување на правилно изведени техники и елементи од основите на атлетиката, гимнастиката, ритмиката, танците и основите на спортските игри;
- да ги знае правилата на игрите, рамноправно да учествува и соработува во тим-екипа;
- да развива позитивни ставови, здравствено-хигиенски навики, однос и љубов за одржување на здравјето и негување на сопственото тело;
- да развива позитивни психосоцијални и интерперсонални комуникациски способности;
- да развива вештини за позитивно емоционално изразување на натпреварите.

## 2. ЦЕЛИ НА НАСТАВАТА ВО ВИИ ОДДЕЛЕНИЕ

### Ученикот /ученичката:

- да изведува вежби за правилен физички развој (оформување на телото) и развивање на базичната моторика на движење и спортување;
- да го држи телото правилно во сите положби: лежечка, седечка, стоечка, во движење (одење и трчање);
- да ги увежбува и усовршува техниките на трчањето, скокањето и фрлањето со позитивно влијание врз развојот на функционалните и моторичките способности;
- да ги усвојува и увежбува основните спортско-технички знаења од гимнастиката и ритмиката;
- да усвојува и изведува до 3 народни ора од родниот крај и современи танци, развој на моторичките способности сообразени на ритмот на музиката;
- да ги усвојува и усовршува спортско-техничките и тактичките знаења од кошарката, да ја одржува и развива општата психомоторика, како и специфичната моторика (кошаркарско движење во просторот без и со топка);
- да го усвојува основното спортско-техничко знаење од одбојката, да ја одржува и подобрува општата моторика, како и специфичната моторика на движење со рацете и телото во однос на топката;
- преку усвојување и примена на вежи и активности го продлабочува и збогатува фондот на знаковниот јазик;
- да соработува и учествува во тимска активност, да поседува фер - плеј способности и однесување за време на натпреварите;
- да се ослободува од стрес состојби и психичка и физичка напнатост, кои произлегуваат од оштетувањето на слухот и говорот во колективни игри и натпревари;
- да создава и применува здравствено - хигиенски навики при вежбањето и спортувањето за зачувување и унапредување на сопствената хигиена и здравје;
- правилно да ги применува поимите од физичкото и здравственото образование (спортски реквизити, справи и помагала).

#### 4. КОНКРЕТНИ ЦЕЛИ

<b>ТЕМА: ВЕЖБИ И ИГРИ ЗА ПРАВИЛЕН ФИЗИЧКИ РАЗВОЈ И ПОДГОТОВКА</b>			
<b>Цели</b>	<b>Содржини</b>	<b>Поими</b>	<b>Активности и и методи</b>
<p><b>Ученикот/ученичката:</b></p> <p>- да применува вежби за растегнување, јакнење и лабавење на мускулите за обликување на телото и движењата;</p> <p>- да ја подобрува општата физичка подготовка со правилно изведување вежби за позитивен анатомско - физиолошки, функционален и моторички развој.</p>	<p>-Комплекси вежби за:</p> <p>- главата, рацете и рамениот појас;</p> <p>- трупот (стомачна и грбна мускулатура);</p> <p>- вежби за карличниот појас;</p> <p>-вежби за долните екстремитети.</p> <p>- Комплекс вежби во: стоечка, седечка и лежечка положба;</p> <p>-комплекси вежби без реквизити;</p> <p>-</p> <p>- комплекс на вежби со реквизити:палици, чуњеви, обрачи, топки, јажиња;</p> <p>- комплекс вежби на справи:рипстол и други справи;</p>	<p>-вежби и игри за правилен физички раст и развој;</p> <p>-комплекс на вежби;</p> <p>-</p> <p>истегнување(стречинг) на мускулатурата</p> <p>- Јакнење на мускулатурата</p> <p>- Лабавење на мускулатурата</p> <p>- Општа физичка подготовка</p>	<p>- Објаснување, демонстрирање и изведување на вежби за правилен физички развој за целото тело;</p> <p>- Демонстрација и изведба на комплекс вежби за раце и рамениот појас и глава,</p> <p>-демонстрација и изведба на вежби за мускулатурата на трупот - стомачна и грбна,</p> <p>Демонстрација и изведба на комплекс вежби за карличниот појас и долните екстремитети,</p> <p>- Демонстрација и изведба на вежби за физички развој и подготовка за целото тело во стоечка, седечка и лежечка положба, прилагодени на можностите и потребите на учениците со оштетен слух и говор,</p> <p>-демонстрација и изведба на комплекс на вежби без справи, со реквизити и на справи</p> <p>- Демонстрација и изведба на комплекс вежби со превентивно делување на појавата на деформитети.</p> <p>- Демонстрација и изведба на елементарни и штафетни игри кои влијаат на правилниот физички раст и</p>

		-кифоза, лордоз, сколиоза, рамни стапала;	развој сообразени со можностите и потребите на учениците со оштетен слух и говор. Најчесто се користи демонстративниот метод покажувајќи ги постапките и активностите - Метод на илустрација преку која учениците можат да видат што се бара од нив; - Наставникот користи тотална метода (говор и знаковен јазик) при објаснување и комуникација со учениците;
--	--	---	--

<b>ТЕМА: АТЛЕТИКА</b>			
<b>Цели</b>	<b>Содржини</b>	<b>Поими</b>	<b>Активности и методи</b>
<b>Ученикот/ученичката:</b> - да ги увежбува и усовршува елементите од атлетиката: техниката на трчањето, скокање и фрлање; - да ја развива и усовршува општата координација и координацијата со рацете со нозете; - да ги развива способностите за истрајно трчање (издржливост и аеробни способности);	<b>Трчање:</b> - усовршување на техниката висок старт со истрајно трчање; - усовршување на техниката низок старт со брзо трчање; - усовршување на штафетно трчање.	-атлетски дисциплини  - стартни блокови  - Атлетска патека  - Техника „свиена“	- Објаснување, демонстрација и изведба на висок старт на даден знак; на места / старт / трчај. - Истрајно трчање на 500 или 600 метри. - Изведување и изведба на низок старт со користење на трите знака, и тоа: на своите места / подготви се / старт (наставникот внимава на изведувањето на стартот, со настојување на брзо тргнување и експлозивно истрчување. Се користат звучни сигнали.

<p>- да ја одржува и развива способноста за брзо трчање и развој на анаеробни способности, брзина на движење и експлозивност);</p> <p>- да ги увежбува и усовршува скоковите во далечина и височина (развој на скокалност, координација и експлозивност);</p> <p>- да ја развие силата на мускулните групи на горните екстремитети, рамениот појас и вратот; развој на прецизноста и координацијата на телото во просторот.</p> <p>- да ја усвои техниката на фрлање ѓуле и топче во цел;</p> <p>- да го продлабочи и збогати фондот на знаковниот јазик</p>	<p><b>Скокање:</b></p> <p>- скок од место во далечина;</p> <p>- скок во далечина со залет - „свиена техника,,;</p> <p>- скок во височина „струдел-опчекорн техника ,,.</p> <p><b>Фрлања:</b></p> <p>- фрлање ѓуле, 1 кг, „школска“ техника;</p> <p>- фрлање топче во цел и во далечина.</p> <p>Штафетни игри и полигони (со користење на справи и реквизити).</p>	<p>-Техника „стредел“</p>	<p>-Изведување техники на атлетски скокови во далечина и височина во четири фази (залет, одраз, лет и доскок) со мерење на должина и висина на скоковите со користење на видео материјал од кој ученикот ќе може нагледно да се запознае со четирите фази.</p> <p>- Прескокнување на природни пречки.</p> <p>- Применува штафетни игри, полигони и др.</p> <p>- Избор и дозирање на вежбите врши наставникот согласно можностите и способностите на ученикот;</p> <p>- Метод на демонстрација – наставникот ги покажува постапките и активностите;</p> <p>- Метод на илустрација преку која учениците можат да видат што се бара од нив;</p> <p>- Наставникот користи тотална метода (говор и знаковен јазик) при објаснување и комуникација со учениците;</p>
--	---	---------------------------	--



**ТЕМА: ГИМНАСТИКА СО РИТМИКА**

Цели	Содржини	Поими	Активности и методи
<p><b>Ученикот/ученичката:</b></p> <p>-да ја усвојува, увежбува и усовршува техниката на елементите од: партерна гимнастика - акробатика; висови и нишања на вратило и алки; елементи на разбој и двовисински разбој;</p> <p>прескокнувања преку јарец, коњ и шведски сандук; ниска греда; ритмика;</p> <p>- да ги усвојува техниките на прескокнување;</p> <p>- да ги развива силата и еластичноста на мускулните групи на горните екстремитети;</p> <p>- да ја развива координацијата и рамнотежата и да ги подобрува способностите на локомоторниот апарат во целина;</p> <p>- да ја јакне силата на мускулните групи на горните екстремитети и рамениот појас;</p>	<p><b>Акробатика:</b></p> <p>- колут напред и назад;</p> <p>- стој на раце со помош и на сид;</p> <p>- Премет во страна „свезда”.</p> <p><b>Прескокоци:</b></p> <p>- разношка и згрчка преку „јарец”; „коњ” или шведски сандук.</p> <p><b>Вратило (дочелно):</b></p> <p>- висови и нишања;</p> <p>-узмах преден, превртување напред.</p> <p><b>Алки (ниски):</b></p> <p>- висови и промена во висење;</p> <p>- нишање во вис.</p> <p><b>Разбој (машки):</b></p> <p>- нишање со потпирање и од нишање во опирање и соскок</p>	<p>- Алки</p> <p>- Разбој за машки и двовисински разбој за женски</p> <p>- Опирања</p> <p>- Замав</p>	<p>- Демонстрација и изведба на колут напред назад, стој на раце и премет на страна „свезда,,,”</p> <p>-Демонстрација и изведба на згрчка и разношка, со помош и самостојно,</p> <p>-Демонстрација и изведба на дочелно вратило висови, нишање и узмах со помош и самостојно,</p> <p>-Покажување и изведба на висови и промена на висови и нишање во вис преден со помош и самостојно,</p> <p>-Покажување и изведба на нишање во потпор и упор и соскок во предниш и задниш, со помош и самостојно,</p>

<p>- да ја подобрува општата моторика и координацијата на движење во просторот; - да ја развива рамнотежата;</p> <p>- да се оспособува со посебно влијание врз слушно говорниот апарат за правилно и координирано ритмичко одење и трчање и да развива естетско држење на телото при движењата во простор;</p> <p>- да се оспособува со посебно влијание врз слушно говорниот апарат за координирани ритмички поскоци и скокови и за ритмички и грациозни движења во просторот усогласени со музика.</p>	<p>во предниш и задниш. <b>Коњ со рачки:</b> - наскок со нишање; - наскок нишање и премаси со едната и другата нога <b>Двовисински разбој:</b> -узмах на ниската притка со превртување напред. <b>Ниска греда:</b> - одење со потскокнување по ниска греда; - одење и вртење со потчучнување на едната нога за 180°; - поскокнување по избор. Ритмика: - ритмичко одење и трчање; - ритмички потскокнувања: детски, мачешки и</p>		<p>-Демонстрација и изведба на наскок на коњ со рачки и премаси со едната и со другата нога со помош и без,</p> <p>-Покажување и изведба на узмах и копревртување напред со помош и самостојно,</p> <p>-Покажување и изведба на одење, поскокнување, вртење со почучнување за 180°,</p> <p>-Покажување и изведба на предвидените основни од ритмиката, (Наставникот посветува посебно внимание на Помагањето и асистенцијата при изведувањето на вежбите.)</p> <p>- Наставникот користи тотална метода (говор и знаковен јазик) при објаснување и комуникација со учениците; -Метод на илустрација – преку која учениците ќе можат да видат што се бара од нив, како се изведуваат одредени вежби, како и снимени спортски натпревари и манифестации,</p>
--	---	--	---

	<p>далековисоки скокови;</p> <p>- комбинации на ритмичко одење, потскокнувања, трчања со и без реквизит со музика со доволна јачина и прилагодена ученикот да чувствува вибрации од под;</p> <p>- ритмички вежби со реквизити;</p> <p>- полигон.</p>		олимпијади од разни области на спортски игри и ритмичка гимнастика
--	--	--	--

ТЕМА: ТАНЦИ			
Цели	Содржини	Поими	Активности и методи
<p><b>Ученикот/ученичката:</b></p> <p>- да усвојува, увежбува и усовршува народни ора и современи танци по избор со поттикнување на позитивните емоционални чувства и развој на моторичките способности со посебно влијание врз слушно говорниот апарат во корелација со музика и ритам</p>	<p>Народни ора:</p> <p>- совладување и изведба на три народни ора по избор на учениците и наставниците (Начини на држење за раце и движење во</p>	<p>-народни ора,</p> <p>-модерни танци</p>	<p>- Демонстрација и изведба на научените народни ора и современи танци.</p> <p>- Демонстрација и изведба на чекори, движења и игра на нови 3 (три) народни ора, карактеристични за традициите на просторите на живеење. (да се применуваат ора и танци со поспоро и побрзо темпо, музика со доволна јачина и прилагодена ученикот да чувствува вибрации ).</p>

<p>на движење;  - да ја развива естетската компонента за став и држење на телото;  - да ги развива со посебно влијание врз слушно говорниот апарат функционалните и психомоторните способности и општата моторика на локомоторниот апарат.</p>	<p>простор;  - држење на телото во танците;  - чекори во танците).  Современи танци:  - современи танци по избор (2).</p>		<p>- Метод на демонстрација – наставникот ги покажува постапките и активностите;  -Метод на илустрација – преку која учениците ќе можат да видат што се бара од нив, како се изведуваат одредени движења и чекори кај одредени танци;  - Наставникот користи тотална метода (говор и знаковен јазик) при објаснување и комуникација со учениците;</p>
--	---	--	---

**ТЕМА: СПОРТСКИ ИГРИ - КОШАРКА**

Цели	Содржини	Поими	Активности и методи
<p><b>Ученикот/ученичката:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- да увежбува и усовршува основни кошаркарски ставови и движења, основни техники на додавања и фаќања на топка во место и движење;</li> <li>- да ја развива манипулативната моторика на спретно реагирање;</li> <li>- да развива моторички движења на екстремитетите и специфична (кошаркарска) координација во просторот;</li> <li>- да развива експлозивна сила на мускулатурата на рацете и нозете;</li> <li>- да ја развива прецизноста;</li> <li>- да го развива духот на спортско – коректно натпреварување и фер-плеј;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Кошаркарски додавања и фаќања на топката:</li> <li>- кошаркарски додавања и фаќања на топката во место и во движење (на различни висини од телото) со една и две раце;</li> <li>- кошаркарско водење на топка:</li> <li>- кошаркарско водење топка во место и движење со лева и десна рака (праволиниско и со промена на правец и брзината на движење).</li> <li>Кошаркарски двочекор:</li> <li>- усвојување и увежбување кошаркарски двочекор.</li> <li>Шутирања на кош:</li> <li>Усвојување шутирања на</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Двочекор</li> <li>- Лична грешка</li> <li>- Кошаркарски Рекет</li> <li>- 3 секунди</li> <li>- Скок шут</li> <li>- Пивотирање.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Демонстрација и изведба на ставови и движења, без и со топка; додавање и фаќање на топка во место (со промена на растојанието).</li> <li>- Додавање и фаќање во висина на гради.</li> <li>- Додавање и фаќање над глава, додавање и фаќање на топка во парови во движење со освојување на простор, комбинирано додавање и фаќање на топка со водење.</li> <li>- Водење топка во место и движење (праволиниско), водење со промена на правец и интензитет, водење на топка со лева и десна рака наизменично помеѓу препреки, комбинирано водење со додавање, фаќање и удари на гол.</li> <li>- демонстрација и изведба на двочекор со примена на аналитичкиот пристап, елемент по елемент, откако ќе се совладаат ги поврзува.</li> <li>- уфрлување на кош од место и во движење со водење на топка (со и без скок), комбинирани фрлања од додавање.</li> <li>- Игра на еден и два коша со примена на основните правила.</li> <li>-Звучните сигнали на наставникот да</li> </ul>

<p>- да ги учи и применува правилата на кошаркарската игра.</p>	<p>кош од сите позиции од место и движење. Игра: - игра на еден и два коша со примена на основните кошаркарски правила.</p>		<p>се заменат со светлосни; - Метод на демонстрација – наставникот ги покажува постапките и активностите; -Метод на илустрација – преку која учениците ќе можат да видат што се бара од нив, како се изведуваат одредени вежби, како и снимени кошаркарски натпревари; - Наставникот користи тотална метода (говор и знаковен јазик) при објаснување и комуникација со учениците;</p>
---	---	--	---

<b>ТЕМА: СПОРТСКИ ИГРИ - ОДБОЈКА</b>			
<b>Цели</b>	<b>Содржини</b>	<b>Поими</b>	<b>Активности и методи</b>
<p>- да усвојува, увежбува и усовршува основни одбојкарски ставови и движења, основни техники на одбивање, со прсти и чекан на топка; - да ја развива мускулатурата на манипулативната моторика и координацијата во просторот;</p>	<p>- основни одбојкарски ставови (паралелен и дијагонален). Одбивање на топка со прсти и чекан: - одбивање во разни правци. - Школски сервис, совладување и увежбување.</p>	<p>- Одбојката како спортска игра;  - паралелен став, -дијагонален став,  - Одбивање со: Прсти - „Чекан”  -прием на топка,  - „Повалка”</p>	<p>- Демонстрација и изведба на основни одбојкарски ставови(паралелен и дијагонален) . - Одбивање на топка со две раце над глава и кон соученик. - Одбивање водење топка во место над глава. - Одбивање напред кон соученик. - Слободно одбивање над глава во место и со поместување на учениците. - Сервирање на топка, школска техника. - Штафетни игри и полигони со научени елементи од одбојката.</p>

<p>- да развива општи и посебни моторички движења на локомоторниот апарат специфични за одбојката;</p> <p>- да учествува со совладани елементи во штафетни игри и полигони.</p>	<p><b>Игра:</b></p> <p>- игра на мини игралишта со доминација на одбивањето преку ниска мрежа.</p> <p><b>Штафетни игри и полигони со научени елементи од одбојката.</b></p>		<p>-Звучните сигнали на наставникот да се заменат со светлосни;</p> <p>- Метод на демонстрација – наставникот ги покажува постапките и активностите;</p> <p>-Метод на илустрација – преку која учениците ќе можат да видат што се бара од нив, како се изведуваат одредени вежби, како и снимени одбојкарски натпревари;</p> <p>- Наставникот користи тотална метода (говор и знаковен јазик) при објаснување и комуникација со учениците;</p>
---	---	--	--

## **НАСТАВНИ ТЕМИ – ПОДРАЧЈА КОИ СЕ РЕАЛИЗИРААТ ВО ДОГОВОР СО РОДИТЕЛИТЕ**

- ПЛИВАЊЕ СО АКТИВНОСТИ НА ВОДА И ОБУКА НА ОСНОВНИ ЕЛЕМЕНТИ
- СКИЈАЊЕ СО ОБУКА НА ОСНОВНИ ЕЛЕМЕНТИ
- ПИНГ-ПОНГ
- ИЗЛЕТИ (СО ПЕШАЧЕЊА, СО ВЕЛОСИПЕДИ)
- УЧИЛИШТЕН СПОРТ
- СПОРТСКИ ШКОЛИ
- ПЛАНИНАРЕЊЕ
- ВЕЛОСИПЕДИЗАМ
- РОЛЕРИ
- МИНИ ТЕНИС
- БАДМИНТОН.

### **3. ДИДАКТИЧКИ ПРЕПОРАКИ**

Наставната програма за физичко и здравствено образование за учениците од ВИИ одделение (на возраст од 12 до 13 години) се организира и реализира на совладаните елементи од наставните програми за ИВ и ВИ одделение. Програмата овозможува континуитет на претходните наставни програми со вградување на спецификите за возраста, и содржините кои доаѓаат како надградба во темите синтетизирајќи ги научените елементи од спортовите и новите елементи кои треба во наставата да се научат сообразно со способностите на учениците со цел да се постигне повисок квалитет во наставата и поширок спектар на совладани елементи од спортовите и постигнување на здравствени ефекти.

Првата тема *Вежби и игри за правилен физички развој и подготвока* останува како општа и основна потреба на учениците за перманентно подигнување на општите физички способности и подвижност на локомоторниот апарат и организмот во целина, за што наставниците треба да обрнат внимание на изборот и влијанието на вежбите, елементите и игрите со одмерено дозирање и разновидност во работата, согледувајќи ги при тоа психо-физичките способности на учениците со оштетен слух и говор се со цел да се задржи и унапреди интересот и мотивацијата за вежбање. Наставниците треба да обрнат посебно внимание учениците правилно да ги изведуваат елементите со реквизити и помагала адекватно на способностите и возраста.



Во VII одделение наставните теми Атлетика и гимнастика со ритмика наставникот треба да ги насочи кон совладување на новите елементи, правилно да се изведуваат и воедно да го подигне спортското знаење на повисоко ниво. Наставникот го следи морфолошкиот статус на учениците и презема мерки при евентуална појава на телесни деформитети и тоа со засилен интензитет и внимание кон овој проблем со примена на адекватни комплекси вежби. Поради тоа на секој час по физичко и здравствено образование задолжително се изведуваат вежби за оформување на телото и движењата, а наставникот треба на учениците да им задава и домашни задачи за вежбање на вежби за оформување на симетрично тело и движења. Учениците се мотивираат редовно и правилно да вежбаат и да го негуваат своето тело.

Наставникот треба да ја има во предвид специфичноста на учењето и работењето на учениците со оштетен слух и говор. Во зависност од индивидуалните способности на учениците и тежината на наставниот материјал во работата може да се користи и методата на дактилологија и знаковен јазик, сурдотехнички помагала. Наставникот го следи изговорот на нови зборови, корегира и влијае на проширување и збогатување на речникот на учениците.

По договорот со родителите, наставникот подготвува програма за избраните содржини - теми – наставно подрачје.

#### **4. ОЦЕНУВАЊЕ НА ПОСТИГАЊАТА НА УЧЕНИЦИТЕ**

Според Законот за основно образование, Концепцијата и целите на наставната програма по физичко и здравствено образование, постигањата на учениците во седмо одделение бројчано се оценуваат. При формирањето на бројчаната оценка наставникот води сметка за сите постигања на ученикот во наставата, бидејќи сите тие се подеднакво важни. Имено, тој бројчаната оценка ја формира според ангажирањето на ученикот, спортското знаење, физичкиот напредок и способностите, залагањето, редовноста, комуникацијата, фер-плеј однесувањето, соработката и помагањето, исполнувањето на здравствено-хигиенските услови и навиките пред, за време и по изведувањето на наставата. Во физичкото и здравственото образование нема посебни часови за оценување.

Наставникот на секој час ги следи постигањата на ученикот во сите компоненти, ги евидентира и на тие основи формира оценка. На часот по физичко и здравствено образование наставникот посебно внимава наставата да ја изведува без никакви стресови или стрес ситуации, така што ученикот секој час треба да го заврши со позитивно емоционално чувство.

Физичките способности кај учениците се различни, па поради тоа наставникот не смее од нив да бара или поставува какви било норми за оценка. Секој индивидуално се оценува врз основа на залагањето и способностите, редовноста

и другите елементи. Индикаторите на здравјето (психомоторните и функционалните способности) не се норми за оценување, тоа се елементи за наставникот да знае кого колку може да го оптовари ученикот во границите на позитивното влијание.

## **5. ПРОСТОРНИ УСЛОВИ ЗА РЕАЛИЗАЦИЈА НА НАСТАВНАТА ПРОГРАМА**

Програмата во однос на просторните услови се темели на Нормативот за простор, опрема и наставни средства за деветгодишното основно училиште донесен од страна на министерот за образование и наука со Решение бр. 07-1830/1 од 28.02.2008 година.

## **6. НОРМАТИВ ЗА НАСТАВЕН КАДАР**

Завршен факултет за физичка култура VII/1 степен, наставна насока

## **7. ПОЧЕТОК НА ПРИМЕНА НА НАСТАВНАТА ПРОГРАМА**

датум на започнување: 01.09.2014година

## Потпис и датум на утврдување на наставната програма

Адаптираната наставната програма по физичко и здравствено образование за VII одделение на деветгодишното основно образование за учениците со оштетен слух во посебните училишта и посебните паралелки во основните училишта, врз основа на утврдената соодветна наставна програма за деветгодишно основно образование, на предлог на Бирото за развој на образованието, ја утврди

РЕПУБЛИКА МАКЕДОНИЈА  
МИНИСТЕРСТВО ЗА ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА  
Бр. 11-14374/1 од 10.09.2014 година  
Скопје

Министер

---

Abdilaqim Ademi

Изготвил: работна група, координатор Мустафа Алиу, советник  
Контролирал: Трајче Ѓорѓиевски, раководител на одделение  
Одобрил: м-р Митко Чешларов, раководител на сектор