

РЕПУБЛИКА МАКЕДОНИЈА
МИНИСТЕРСТВО ЗА ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА
Биро за развој на образованието
(КОДН: 1)

| | | | |
|-------------|--------|--------|----------|
| Примено: | 24. | 06. | 1010 |
| Ор. единица | Број | Трилот | Вредност |
| 07 | 2422/1 | | |

Врз основа на член 55 став 1 од Законот за организација и работа на органите на државната управа („Сл. Весник на РМ“ бр. 58/00 и 44/02) и член 30 од Законот за основно образование („Сл. весник на РМ“ бр. 103/08), министерот за образование донесе наставна програма по предметот *физичко и здравствено образование* за III одделение на деветгодишното основно образование за учениците со аутизам.

АРХИВСКИ ПРИМЕРОК

Д. Дорѓановски

МИНИСТЕРСТВО ЗА ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА
БИРО ЗА РАЗВОЈ НА ОБРАЗОВАНИЕТО



АДАПТИРАНА НАСТАВНА
ПРОГРАМА ЗА
УЧЕНИЦИТЕ СО АУТИЗАМ

ФИЗИЧКО И ЗДРАВСТВЕНО ОБРАЗОВАНИЕ

Dr. Vesna Stankovska

III ОДДЕЛЕНИЕ

ДЕВЕТГОДИШНО
ОСНОВНО ОБРАЗОВАНИЕ

1. ЦЕЛИ НА НАСТАВАТА ВО ШКОЛНО ОДДЕЛЕНИЕ

Ученикот /ученичката:

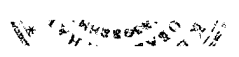
- ▶ да се оспособува за правилно држење и симетричен развој на телото преку соодветни вежби;
- ▶ да увежбува правилни и координирани природни движења со рацете, нозете и другите делови на телото за оптимална функција на локомоторниот апарат;
- ▶ да учествува во игри и да се поттикнува на соработка и напревар во колективни игри;
- ▶ да ја развива локомоторната моторичка координација и ориентација во просторот;
- ▶ да увежбува и совладува нови моторички елементи од основните на атлетиката и гимнастиката и од други спортови;
- ▶ да учествува рамноправно и да соработува во тимско изведување на вежбите и игрите;
- ▶ да развива способности за позитивно емоционално изразување низ игра и адекватни физички активности;
- ▶ да се поттикнува да учествува во активности по свој избор.

Prof. Dr. Vesna Stanić

2. КОНКРЕТНИ ЦЕЛИ

ТЕМА 1: ВЕЖБИ ЗА ОРГАНИЗИРАНО ПОСТАВУВАЊЕ И ДВИЖЕЊЕ

| Цели | Содржини | Поими | Активности и методи |
|---|---|--|---|
| <p>Ученикот /ученичката:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Да го усвојува поставувањето и движењето; ▶ Да ја развива локомоторната способност за движење во сите правци; ▶ Да се поттикнува трпеливост и следење на ритмот на движење на групата; ▶ Да го развива општото чувство и вештини за координирано и симетрично поставување во колона, редица и во движење; ▶ Да ги развива перцептивните и просторните способности потребни за движењето во колона и редица; ▶ Да развива способности за позитивни емоционални доживувања при моторни активности. | <ul style="list-style-type: none"> ▶ Увезбување на поставувањето на учениците во две врсти ▶ Увезбување на поставувањето на учениците во колона по еден во место и во движење ▶ Вртење во место, налево и надесно; налевоокруг (вртење за 180°) ▶ Движење право, пикак, (лево-десно), полукружно и кружно (по обележани геометриски форми) ▶ Формирање групи во обележан простор | <p>Вртење:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ налево; ▶ надесно; ▶ налевоокруг. | <ul style="list-style-type: none"> ▶ Учениците се поставуваат: во една редица; во две редици; во колона по еден и двајца, учениците се движат во колона по еден и двајца; трчање право и кружно; ▶ учениците се движат по линии обележани во сага, игралиште - отворен терен, по кои го одржуваат правецот на движењето; ▶ учениците се движат по права, крива и кружна линија носејќи предмети во едната рака, двете раце или на главата заради поттик на чувство на контрола над своето тело; ▶ учениците се движат или стојат наизменично според вербални налози, слики или водене (стој, движи се); ▶ се групираат во помали групи за изведување на моторички движења и вежби. |



[Handwritten signature]

ТЕМА 2: ВЕЖБИ ЗА ОФОРМУВАЊЕ НА ТЕЛОТО И ДВИЖЕЊАТА (СЕ ИЗВЕДУВААТ НА СЕКОЈ ЧАС)

| Цели | Содржини | Поими | Активности и методи |
|--|--|---|--|
| <p>Ученикот /ученичката:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Да се поттикнува да ја намали хиперактивноста; ▶ Да се поттикнува да ги контролира стереотипните активности; ▶ Да се оспособува да се ориентира во просторот; ▶ Да се поттикнува да изведува вежби со вратот, главата, рацете, трупот и нозете (правилно и координирано); ▶ Да се поттикнува да изведува вежби за јакнење, дабавење и истегнување; ▶ Да го развива чувството за естетско изведување на движењата; ▶ Да изведува вежби сообразно со определен ритам и темпо; ▶ Да се стимулира правилно да ги изведува вежбите во седење, полулежење и лежење на стомак и грб. | <ul style="list-style-type: none"> ▶ Вежби за вратот, главата и рацете (рамениот појас) ▶ Вежби за трупот ▶ Вежби за карлицата и нозете ▶ Посебни комплекси на вежби со превентивно и корективно влијание за телесните деформитети | <ul style="list-style-type: none"> ▶ Клекнување и потклекнување; ▶ склекови-клекнување на една и на две нозе; ▶ исчекори; напред; налево, надесно, косо напред ▶ налево или надесно, назад. | <ul style="list-style-type: none"> ▶ Вежби за оформување на телото и движењата; ▶ вежби за контрола на стереотипните движења преку создавање на механизам (звук, слика, гест) за предизвикување и запирање; ▶ изведување на движења во ограничен простор (хулахоп, душек, базен со топчина-заради намалување на хиперактивноста); ▶ организирање на движења преку препреки (превртени столчиња) и со затворени очи (заради намалување на хиперактивноста); ▶ одење и трчање по скали самостојно, со помош или со придружување; ▶ скокање во седечка положба, лулање со лежење на стомак и на грб на голема топка за вежби; ▶ превентивни вежби за предиспонираноста на учениците кон определени |

Defendant

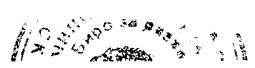
| | | | |
|--|--|--|---|
| | | | <p>Телесни деформитети (кифоза, сколиоза);</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ вежби за симетричен развој и правилно држење на телото; ▶ одржување рамнотежа на телото во различни позиции: стоење, одење, качување, скокање по рамна површина, по скали и на трамбулина; ▶ градење „патеки“ во просторот заради подобра ориентација со лепење на леплива лента на подот; ▶ комплексни вежби за симетричен развој и правилно држење на телото; ▶ информирање на учениците за позитивното влијание на вежбите. |
|--|--|--|---|

Prof. Dr. M. M. M.

ТЕМА 3: ОСНОВИ НА АТЛЕТИКАТА

| Цели | Содржини | Понми | Активности и методи |
|--|--|---|---|
| <p>Ученикот /ученичката:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ да ги усвојува техниките на: одене, трчање и скокање; ▶ да ги развива големите мускулни групи на рацете, трупот, карлицата и нозете; ▶ да развива чувство за ритам: бавен, среден и брз (во одене и трчање); ▶ да ја развива општата подвижност на локомоторниот апарат и координирано движење; ▶ да ја користи техниката на отскокнување и доскокнување (од место и со затрчување); ▶ да ги совладува техниките на фрлање и фаќање и да ја развива прецизноста; ▶ да изведува движења по надолжната оска на своето тело и да ја увежбава рамнотежата на телото. | <ul style="list-style-type: none"> ▶ Скок од место ▶ Скок со залет-затрчување (во височина и далечина) ▶ Фрлање и фаќање топче ▶ Фрлање топче во цел ▶ Играње дама ▶ Игри во место и во движење ▶ Додавање и примане на топки | <ul style="list-style-type: none"> ▶ Цел за: фрлање, дофрлување и префрлување; ▶ скокалност; ▶ доскокнување. | <ul style="list-style-type: none"> ▶ Вежби: одене, трчање, скокање, фрлање, фаќање, <i>движење на рацете и нозете, држење на ширвош и злаваша;</i> ▶ Движење и застапување на одреден знак (звук, слика, гест); ▶ трчање околу, преку, низ (на одреден знак- звук, слика, гест); ▶ шгафетни игри со совладани елементи од основите на атлетиката; ▶ играње дама (натпревари); ▶ скокање со јаже; групно на едно јаже и индивидуални скокања; ▶ скок во висина, со внимание во доскокнувањето (амортизација на мека подлога); ▶ фрлање топче во цел; ▶ префрлување топка преку ниска мрежа со погодување на определена цел. |

5 (10 pages)



ТЕМА 4: ОСНОВИ НА ГИМНАСТИКАТА

| Цели | Содржини | Поними | Активности и методи |
|--|--|---|---|
| <p>Ученикот/ученичката:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ да увежбава ползење и тркалање околу надолжната осовина на лева и десна страна; ▶ да ја развива координацијата во просторот и чувството за движење на партер во различни положби на телото; ▶ да увежбава движење со завртувања; ▶ да ја совладува и увежбава техниката на правилно дигање и носење; ▶ да користи и увежбава техника за заедничко носење на предмети; ▶ да ја развива силата и подвижноста на големите мускулни групи; ▶ да се воведува во естетско и елегантно држење на телото и неговите делови. | <p>Акробатика</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Колут напред ▶ Тркалање (надолжната оска) ▶ Клапкалка: клапкање на грб и стомак ▶ Разни видови лазење (со провлекување) <p>Справи</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Ниски гимнастички справи: ▶ Разбој, трета, рипстолои и др.: качување, висење и слегување ▶ Ниска шведска клупа (одене и лазење). ▶ Дигање и носење ▶ Надвлекување | <p>Поними</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Колут напред; ▶ тркалање; ▶ клапкање; ▶ рипстолои; ▶ шведска клупа; ▶ низок разбој. | <p>Активности и методи</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Изведување на основните гимнастички елементи; ▶ носење предмет на глава и увежбавање држење на телото во целина; ▶ качување на гимнастички справи; ▶ носење и изведување на основните гимнастички елементи; ▶ штафетни игри со совладани елементи од основите на атлетиката и гимнастиката со внимание кон оптовареноста; ▶ дигање, носење и надвлекување во границиите на можностите на децата од оваа возраст. |

Uppasskild

ТЕМА 5: ИГРИ

| Цели | Содржини | Понми | Активности и методи |
|---|---|---|---|
| <p>Ученикот /ученичката:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Да ја осознае функцијата на правилата на игрите; ▶ Да ги развива психомоторните димензии: брзина, снаодливост, издржливост, правилна и навремена реакција, еластичност и др.; ▶ Да помага, сорботува, комуницира и дисциплинирано да реализира поставени задачи; ▶ Да ги развива способностите за контролирано однесување и искажување на емоциите во натпреварите и како учесник-натпреварувач и како навивач; ▶ Да се поттикнува да игра во сообразност на ритамот на музиката. | <ul style="list-style-type: none"> ▶ Игри со топка ▶ Штафетни игри ▶ Игри без граници ▶ Народни и други танци | <ul style="list-style-type: none"> ▶ Спортско однесување | <ul style="list-style-type: none"> ▶ Игри во кои се развива желбата за победа, <i>натпреварувачки дух</i>, способности за придонес во екипата, помагање и навивање; ▶ играње елементарни игри, штафетни игри, игри без граници и сл.; ▶ дигање и спуштање на предмети на налог на наставникот и/или со знак (звук, слика, гест); ▶ заземање различни позиции на телото на одреден знак (звук, слика, гест); ▶ препознавање на знакот на кој се изведува одредена активност (звук, слика, гест); ▶ менување на ритамот на движење на зададен знак; ▶ ритмизирање на движењата со едноставни детски инструменти; ▶ ритмизирање на движењата со долавање на топка како знак; |

Prof. Dr. Vesna

| | | | |
|--|--|--|---|
| | | | <ul style="list-style-type: none"> ▶ РИТМИЗИРАЊЕ НА ДВИЖЕЊАТА ПОВРЗАНО СО ПРОСТОР (Влезни во хулахоп излези од хулахоп); ▶ танцови игри проследени со музика. |
|--|--|--|---|

Покрај редовната програма може да се реализираат и наставни теми-подрачја во договор со родителите:

- ▶ Пливаче;
- ▶ Активности на снег;
- ▶ Возење тротинет, велосипед, ролери;
- ▶ Активности во природа: излети и пешачења;
- ▶ Училиштен спорт;
- ▶ Спортски школи и проекти.

(Овие наставни теми се реализираат според посебна програма на ниво на училиштето и се реализираат според утврдени стандарди и во зависност од интересите и можностите на родителите).

Prof. Dr. D. R. D.

3. ДИДАКТИЧКИ ПРЕПОРАКИ

При реализацијата на програмата за физичко и здравствено образование се поаѓа од развијените можности, способности и интереси на учениците.

Програмата по физичко и здравствено образование нуди широк спектар на активности: задолжителни, во кои се природните движења и основите на атлетиката и гимнастиката со игрите и областите кои опфаќаат пливање, активности на снег и во природа, активности со возење и сл. како посебни тематски подрачја според интересот и потребите на учениците и родителите, а треба да се реализираат во локалната средина од која се очекува значителен напредок на локално ниво и користењето на природните услови.

Важно е наставникот на првите часови што е можно побргу да воспостави вербална и моторичка комуникација со која ќе ги воведо учениците како паралелка, односно целина во организирано поставување и движење. Оваа тема е многу значајна за организирано движење, безбедност и сигурност во изведувањето на потребните активности со паралелката како целина и во организирањето на другите активности во училиштето и надвор од него. Исто така, вежбите за оформување на телото спаѓаат во темата која задолжително се изведува на секој час по физичко и здравствено образование.

Многу е битно на самиот почеток на учебната година наставникот да направи снимање на психофизичкиот, емоционалниот и социјалниот статус на секој ученик со цел да подготви планирање имајќи ги предвид наставните теми и поставените цели во корелација со условите за работа во училиштето со почитување на индивидуалните интереси и психомоторни способности на учениците. Посебно треба да обрне внимание на здравствената состојба на учениците, особено на оние ученици кои имаат телесни оштетувања и лекарски забрани за целосни или делумни моторички вежби. При ваквите случаи наставникот е должен да ги почитува мислењата и укажувањата на стручните лица за здравствената состојба на учениците.

Учениците со аутизам се карактеризираат со стереотипни движења кои можат да бидат манифестирани како: тресење на рацете, клатене на главата, вртење на главата и целото тело итн. Стереотипните движења ги нарушуваат другите цели движења. Тие се особина која не може да се отстрани, туку може да се намали или да се контролира. Така кај овие ученици неопходни се вежби преку кои наставникот-дефектологот ќе се труди да ги предизвика овие движења со одреден знак (звук, слика, гест) и да ги запре, исто така, со одреден знак (само на тој начин ќе може да ги контролира и да ги редуцира).

Учениците со аутизам не покажуваат иницијатива за работа и тешко извршуваат вежби самостојно. Поради тоа неопходно е да се изготвува подготовка на структурирани активности со постојано поттикнување и награди. Тие

се концентрираат на еден специфичен аспект на вежбата, а додатното поттикнување, пак, може да ги насочи кон другите аспекти.

Наставникот е должен уште на почетокот на учебната година да знае дали има ученици со забрана или ограничена физичка активност поради прележана болест или тегоби или болест на кардиоваскуларниот систем. Тој е должен да го почитува лекарскиот наод и препораката, да се консултира дали може и колку може да работи со таквите ученици.

Со оглед на возраста на учениците моторичките активности ќе се реализираат, пред сè, преку подвижни игри, со настојување да се задоволат интересите на учениците, да се остваруваат позитивните емоционални ефекти, ученикот да ги почитува своите другарчиња, да им помага и да се развива колективното и групното решавање на задачите, да се развива културата на почитување, сознанија за убавото и негување на сопственото тело.

Наставникот треба посебно внимание да посвети на вклучувањето на сите ученици во групните активности, без разлика на нивните способности и полова припадност. Стимулирањето треба да се прави на афирмативен начин, при што се вреднуваат поединечните постигања на секој ученик како негов личен рекорд. Секој ученик се поттикнува да постигне најмногу што може, а не да се следи однапред утврден стандард. Целта на наставата по физичко и здравствено образование е да се обезбеди атмосфера на релаксација.

При подготовката наставникот обрнува внимание на рационалното користење на условите за работа. Во годишната подготовка задолжително ги планира наставните теми додека, пак, наставните теми во соработка со родителите се планираат врз основа на условите за работа во училиштето и локалната средина, родителите се анкетираат, се формираат групи, се подготвува посебна програма за изведба, а ако има потреба покрај наставникот се ангажира и друго стручно лице. Наставните теми се изведуваат во присуство на еден од родителите или старател.

4. ОЦЕНУВАЊЕ НА ПОСТИГАЊАТА НА УЧЕНИЦИТЕ

Според поставените цели на наставната програма по физичко и здравствено образование, наставникот реализира описно оценување (дијагностичко, формативно, микросумативно и сумативно) при што во предвид ги има следните компоненти:

- ▶ усовршување на природните форми на движења како и учење и совладување на други моторички елементи;
- ▶ подигнување на психомоторните способности и способноста на локомоторниот апарат;
- ▶ совладување на елементите од основите на атлетиката, гимнастиката, игрите и подрачјата по избор;
- ▶ редовност, залагање, соработка и помагање на ученикот на часовите;

[Handwritten signature]

- ▶ фер-плеј однесување на часовите и натпреварите, почитување победа и пораз како нормални појави на натпреварите;
 - ▶ придонес во остварување на позитивни емоционални ефекти;
 - ▶ почитување и исполнување на здравствено-хигиенските задачи во однос на облеката, пред физичките активности и после нив;
 - ▶ дисциплина, почитување на куќниот ред на спортската сала и училиштето и исполнување на поставените задачи од страна на наставникот и други елементи кои наставникот ќе ги постави како специфика на условите за работа и остварувањето на локалните интереси, како и договорот со родителите.
- За постигањата на учениците се води дневник за сите наведени компоненти од кој се извлекува оценката на ученикот. Оценката е описна, во неа се опфатени постигања поврзани со елементите поставени со целта на наставната Програма по физичко и здравствено образование за трето одделение.

5. ПРОСТОРНИ УСЛОВИ ЗА РЕАЛИЗИРАЊЕ НА НАСТАВНАТА ПРОГРАМА

Програмата во однос на просторните услови за реализација се темели на Нормативот за простор за I, II и III одделение и на наставните средства за III одделение донесен од страна на министерот за образование и наука.

За реализација на наставната програма по физичко и здравствено образование потребна е спортска сала и отворени спортски терени. Нивниот број и големина се регулирани со Нормативот за наставен простор и наставни средства и помагала на Министерството за образование и наука.

6. НОРМАТИВ ЗА НАСТАВЕН КАДАР

Наставата по физичко и здравствено образование за трето одделение може да ја реализира лице кое завршило:

- Филозофски факултет-Институт за дефектологија, дипломиран дефектолог,
- Дефектолошки факултет согласно Законот за основно образование

Prof. Dr. Veselina

7. ОЧЕКУВАНИ РЕЗУЛТАТИ

Ученикот/ученичката:

- изведува вежби со рапете, носете и трупот;
- разликува брзо од споро оденење и трчање;
- зазема разни положби со телото во стоене, клечење, коленичење, полулежење и лежење на грб и стомак;
- правилно го држи телото во седење и движење;
- правилно се поставува и движи во една и две редовици, во колона по еден и двајца;
- правилно и координирано се движи во просторот;
- праволиниски се движи и одржува рамнотежа;
- правилно скока и доскокнува, правилно фаќа и фрла во далечина, погодува цел;
- правилно и координирано изведува основни гимнастички елементи на партер;
- соработува, помага, тимски работи и учествува во игри;
- изведува складни и ритмички движења, игра според ритмот на музиката, изведува танци и игри во различен ритам и движења;
- има здравствено-хигиенски навики по извршени активности на часот по физичко и здравствено образование;
- развива моторичката координација и ориентација во различен простор;
- изведува адекватни вежби за симетричен морфолошки развој;
- учествува во игри (штафетни, карактерни, танци и др.)
- увежбува и совладува нови моторички елементи од основите на атлетиката и гимнастиката и од други спортови.



2. 01. 2021

8. ПОТПИС И ДАТУМ НА ДОНЕСУВАЊЕ НА НАСТАВНАТА ПРОГРАМА

Наставната програма по физичко и здравствено образование за трето одделение на деветгодишното основно образование за учениците со аутизам ја донесе

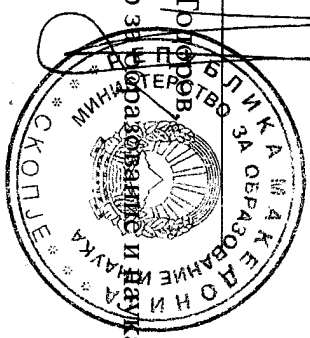
РЕПУБЛИКА МАКЕДОНИЈА
МИНИСТЕРСТВО ЗА ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА
КАМИНЕТ НА МАКЕДОНИЈА

Бр. 02-521/24

СКОПЈЕ 2020 год.

Скопје 23. 06. 2020

Никола Тодоров
министер за образование и наука



Handwritten signature of Nikola Todorov.

Handwritten signature.