

РЕПУБЛИКА МАКЕДОНИЈА
МИНИСТЕРСТВО ЗА ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА
Биро за развој на образованието
СКОПЈЕ 2

Примено:	Број	Прилог	Вредност
07	12/100		

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) и 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 и 24/13), министерот за образование и наука ја утврди Наставната програма по физичко и здравствено образование за VI одделение на деветгодишното основно образование за учениците со аутизам.

**АДАПТИРАНА НАСТАВНА
ПРОГРАМА ЗА УЧЕНИЦИТЕ СО
АУТИЗАМ**



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

ФИЗИЧКО И ЗДРАВСТВЕНО ОБРАЗОВАНИЕ

VI ОШТЕЛЕНИЕ



**ДЕВЕТГОДИШНО
ОСНОВНО ОБРАЗОВАНИЕ**

Скопје, 2013

1. ВОВЕД

Предметот физичко и здравствено образование има значајно место во воспитно - образовниот процес во основното образование. Програмата по физичко и здравствено образование во процесот на наставата се реализира со посебни содржини, 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 поттикнува на здрав начин на живот. Исто така, оваа програма го поттикнува емоционалниот и социјалниот развој на ученикот. Ова е посебно значајно за учениците со аутизам, затоа што низ активностите на часовите по физичко и здравствено образование ја развиваат глобалната и фината моторика, следаг налози, стекнуваат различни моторни искуства, а, од особена важност е тоа што преку физичките активности влегуваат во директна комуникација со околината (што е многу значајно за градење на нивната личност и надминување и/или минимизирање на проблемите во социјалната комуникација со која секојдневно се соочуваат).

Освен навиките за редовно изведување на вежби за јакнење на сопствениот организам, учениците ќе ги практикуваат спортовите и ќе ја јакнат потребата за нивно активно вклучување во различни спортски активности во текот на натамошното образование и нивниот живот.

Предметот физичко и здравствено образование е задолжителен и се реализира со 3 часа неделно, односно 108 часа годишно.



2. РАЗВОЈНИ ЦЕЛИ НА НАСТАВАТА ОД IV ДО VI ОДДЕЛЕНИЕ

Ученикот/ученичката:

- ▶ да применува вежби за подготовка за правилен физички развој;
- ▶ да ги развива физичките, функционалните и психомоторните способности;
- ▶ да изведува вежби за правилен и симетричен морфолошки развој, правилно држење на телото и правилна функција на локомоторниот апарат;
- ▶ да изведува и да применува правилни и координирани вежби за јакнење, лабавење и растегнување;
- ▶ да се воведува во спортовите и да развива интерес за спортување;
- ▶ да развива ориентација во просторот со вежби и комплекси за психомоторните способности (координација на движењата и просторот, силата, брзината, еластичноста, снаодливоста, рамнотежата, експлозивноста и друго);
- ▶ да совладува нови вежби и елементи од основите на спортовите и во игри (штафетни, карактерни, танц, игри без граници);
- ▶ да го збогатува своето спортско знаење со совладување на правилно изведени техники и елементи од основите на атлетиката, гимнастиката, ритмиката, танците;
- ▶ да ги знае и да ги практикува правилата за игрите и рамноправно да учествува и да соработува во тим-екипа;
- ▶ да стекнува здравствено - хигиенски навики и унапредување на здравјето;
- ▶ да ги учи и правилно да ги применува поимите од воспитно - образовното подрачје физичко и здравствено образование;
- ▶ да се ослободува од стрес преку физичка активност;
- ▶ да развива култура на однесување во спортувањето (како учесник, навивач, побеник, поразен);
- ▶ да развива социјална интеракција преку вежби и физички активности;
- ▶ да научи да ги контролира импулсивните секвенци;
- ▶ да се поттикнува да го развива чувството на самоодоверба, како и да ги почитува другите во блиската и пошироката средина.



3. ЦЕЛИ НА НАСТАВАТА ВО VI ОДДЕЛЕНИЕ

Ученикот/ученичката:

- ❖ да го поттикнува правилниот физички развој (психомоторни и функционални способности) со правилна изведба на природните локомоторни движења;
- ❖ да го развива перманентно и симетрично телото со правилно изведени движење и вежби во различни положби;
- ❖ да комбинира правилно и да изведува комплекс вежби за оформување на телото;
- ❖ да го држи правилно телото во сите положби, и тоа во: седење, стоење, движење (одење и трчање);
- ❖ да ги одржува и подобрува психомоторните вештини: координација на природните и спортските движења, координација на движењето на целото тело во просторот, силата, брзината, снаодливоста, есплозивноста, еластичноста и рамнотежата;
- ❖ да совладува и правилно да изведува нови вежби и елементи од основите на спортовите, и тоа од: атлетиката, гимнастиката со ритмика, основи на танците, основи на спортските игри (ракомет, кошарка, одбојка и фудбал);
- ❖ да се оспособува да ги процени своите физички и спортски способности и можности;
- ❖ да формира позитивни ставови кон физичките активности и спортувањето;
- ❖ да се запознава со користа од спортувањето и постепено да го открива личниот афинитет кон определен спорт;
- ❖ да се оспособува за соработка, тимска игра и фер - плеј однесување при изведувањето на игрите и спортувањето;
- ❖ да се ослободува од стрес состојби и психичка и физичка напнатост со вежбање;
- ❖ да применува здравствено - хигиенски навики за чување и унапредување на сопствената хигиена и здравје;
- ❖ да ги учи и да ги применува поимите од воспитно - образовното подрачје физичко и здравствено образование: спортски реkvизити, справи и помагала во согласност со наставната програма.
- ❖ да се поттикнува оптимално да ги развива вештините во сферата на социјалната партиципација и интеракција;
- ❖ да се поттикнува да развива чувство на сигурност и доверба;
- ❖ да се поттикнува правилно да реагира на востановена шема на дневни активности;
- ❖ да се поттикнува правилно да реагира на временска и просторна предвидливост и информираност за текот на планираните активности (посебно во игрите);
- ❖ да се поттикнува правилно да реагира на соодветни и едноставни вербални, акустички и визуелни информации и налози;
- ❖ да се поттикнува на активно и директивно воспоставување на комуникација со различни субјекти (со различна динамика и квалитет) посебно во колективните активности и игри.

4. КОНКРЕТНИ ЦЕЛИ

ТЕМА: ВЕЖБИ И ИГРИ ЗА ПРАВИЛЕН РАСТ И РАЗВОЈ			
Цели	Содржини	Поими	Активности и методи
<p>Ученикот/ученичката:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ да се поттикнува да се развива физички со вежби и игри; ❖ да се поттикнува да ја развива координацијата и насоченото движење во просторот; ❖ да се поттикнува да развива способности за позитивни емоционални доживувања при моторичките активности; ❖ да се поттикнува да ја подобрува основната физичка подготовка со правилно изведување на вежбите за локомоторниот апарат; ❖ да се поттикнува правилно да го обликува телото; 	<p>Увежбување на поставувањето на учениците во два реда</p> <p>Увежбување на поставувањето на учениците во колона по еден во место и во движење</p> <p>Вртење во место, налево и надесно, налевоокруг (вртење за 180°)</p> <p>Движење во просторот (провлекување под греда, прескокнување, качување, скокање)</p> <p>Додавања со топка</p> <p>Дување балони</p> <p>Формирање групи во обележан простор</p>	<p>Спортски терени</p> <p>Вртење во место</p> <p>Комплексни вежби</p> <p>Полигони</p> <p>Спортски реквизити и справи</p> <p>Елементарни, штафетни и игри без граници</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Вежби за оформување на телото и движењата. ❖ Вежби за координација на движењата (одење по греда, наизменичност во движењата при што секогаш се инсистира на нивно заедништво). ❖ Превентивни вежби за предиспонираноста на учениците кон определени телесни деформитети (кифоза, сколиоза). ❖ Вежби за симетричен развој и правилно држење на телото. ❖ Увежбување и правилно изведување на елементите од одење, трчање, одење по рамен и нерамен терен (при реализирањето на активностите се користат и препреки кои треба да ги поттикнат учениците на активности, а во делот на темпото и ритмот, наставникот во согласност со индивидуалните можности задава одреден ритам со соодветна музичка подлога - корелација со музичко образование). ❖ Скокање, фрлање, фаќање (наставникот го следи движењето на рацете и нозете, држењето на трупот и главата (се вметнуваат вежби за координација на движењата -

<ul style="list-style-type: none"> ❖ да се стимулира да ги доживува физичките активности како пријатни активности; ❖ да се оспособува да ги поттикнува сите шеми на заедништво; ❖ да се оспособува правилно да го држи телото; ❖ да се оспособува да се поставува правилно во организациони форми; ❖ да се поттикнува да ги развива: силата, координацијата на движењата и координацијата во просторот; ❖ да се поттикнува да ја развива соработката, да комуницира со околината преку физичките активности. 	<p>Движење право, цик – цак (лево-десно), полукружно и кружно (по обележани геометриски форми) Комплексни вежби за обликување на телото и движењата Игри со користење спортски реквизити и справи, со качување, симнување, скокање Формирање групи во обележан простор</p>	<p>вежби за психомоторна реедукација.</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Штафетни игри според интересот на учениците. ❖ Организирање натпреварувања. ❖ Скокање со јаже, скокање без јаже како предвежби, а, потоа скокање со јаже - групи на едно јаже и индивидуални скокања. ❖ Скок во далечина од место и со залет, мерење на доскок, организирање натпревари (важно е доскокот да се одвива на песочна подлога). ❖ Натпревари: во фрлање топче во цел (игри од типот пикадо или со поставување илустрации со јасни, конкретни напомени што треба да се погоди како цел). ❖ Префрлување топка преку ниска мрежа со погодување определена цел, куглање со пластични топки и сл. ❖ Брзо трчање до 20 метри. ❖ Комплексни вежби на партер. ❖ Комплексни вежби со поскокнувања и скокања во место и движење. ❖ Комплексни вежби на рипстоли и други справи. ❖ Комплексни на вежби со реквизити. ❖ Комплексни вежби за развивање на силата. ❖ Вежби за истегнување и лабавење. ❖ Трчање. ❖ Елементарни и штафетни игри.
--	---	--

ТЕМА: АТЛЕТИКА			
Цели	Содржини	Поими	Активности и методи
<p>Ученикот/ученичката:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ да ја увежбава атлетската техника на трчање, скокање и фрлање (развој и усовршување на координирани движења на рацете со нозете); ❖ да ги усовршува совладаните елементи од атлетиката и да совладува нови елементи: правилно трчање со промени на темпото и правецот, надвлекување, штафетно трчање, правилна изведба на фрлања; ❖ да ги увежбава скоковите во далечина и височина; ❖ да ги развива големите мускулни групи на рацете, трупот, карлицата и нозете; ❖ да ги развива психомоторните способности (подвижност на локомоторниот апарат); ❖ да се запознава со термини од областа на атлетиката; ❖ да учествува во игри со елементи од атлетиката. 	<p>Трчање: правилно трчање со промена на правецот на движењето, од право, цик-цак (лево -десно) Совладување штафетно трчање (елементарна игра) Скокања: Скок од место (мерење на експлозивната способност) Скок со залет-затрчување Основни техники во височина и во далечина Фрлање: сновна техника за фрлање топче во цел и во далечина Штафетни игри (од изучени атлетски и други елементи)</p>	<p>Ритам и правец на движење</p> <p>Штафетно трчање (примена на разни форми)</p> <p>Техника ножици и згрчување</p> <p>Куглање</p> <p>Доскокнување</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Увежување и правилно изведување на елементите од основите на атлетиката: одене по рамен и нерамен терен (при реализирањето на активностите се користат и препреки кои треба да ги поттикнат учениците на конкретни активности). Во делот на темпото и ритамот, наставникот задава ритам поврзан со музика, трчање скокање, фрлање, фаќање (се реализираат вежби за психомоторна реедукација). ❖ Скок на различна височина со претходно објаснување. ❖ Игра: Дама. ❖ Штафетни игри со претходно објаснување по вербален пат на поимот штафета. ❖ Скокање без јаже (како предвежби), а, потоа скокање со јаже. ❖ Скок во далечина од место и со залет, мерење на доскок, организирање натпревар (доскоког треба да биде на песочна подлога). ❖ Скок во висина 20 - 30 сантиметри со амортизација на мека подлога (со насоки на наставникот). ❖ Организирање натпревари: во фрлање топче во цел, игри од типот пикадо или со поставување на илустрации со јасни и конкретни напомени што треба да се погоди како цел; префрлување топка преку ниска мрежа со погодување определена цел; куглање со пластични топки и сл. ❖ Брзо трчање на 20 метри (мерење на време).

ТЕМА: ГИМНАСТИКА И РИТМИКА

Цели	Содржини	Поими	Активности и методи
<p>Ученикот /ученичката:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ да ја увежбава техниката на елементите од партерна гимнастика; ❖ да ги увежбава координацијата и вештините за движење на телото; ❖ да применува и да изведува висови и нишања на справи за истегнување и да прави вежби за превентива од појава на телесни деформитети; ❖ да применува нови гимнастички и ритмички елементи (развивање на локомоторниот апарат); ❖ да се поттикнува да ги развива координацијата и чувството за управување со телото во просторот; ❖ да увежбава способности за движење со склад со музиката; ❖ да увежбава движења на партер во различни положби на телото; ❖ да се воведува во ритмиката; ❖ да се воведува во правилно користење на гимнастичките справи; ❖ да се воведува во естетско и елегантно држење на телото и делови од него; ❖ да се воведува во одење и потскокнување на ниска греда за развој на координацијата и рамнотежата; ❖ да ги усвојува техниките на прескокнување; ❖ да се осособува за правилно и координирано ритмичко одење и трчање. 	<p>Комплексни вежби (корективно компензаторни и превентивно заштитни) Акробатика Колут напред и колут назад Стој (став) на лопатки-свеќа Челна вага на колелено Висови и нишање на ниски рипстоли, алки, вратило, гредој, греда (ниски греди и други справи, качување, висење и слегување Шведска клупа - одења со потскокнувања, вртења на клупа, скокање од клупа со мек доскок Ритмичко одење и трчање Ритмички потскокнувања, мачкин скок, галоп скок, завртување на една нога, па на друга нога Основни елементи со обрачи Примена на совладаните ритмички елементи</p>	<p>Колут назад Свеќа, стој вежби за (став) на лопатки Колут Алки Јарец Ритмичко одење и трчање Мачкин скок Нагскоци</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Комплексни вежби со насочено влијание: корективно-компензаторски вежби и вежби за превентивно заштитно влијание (се посочуваат и аплицираат илустрации за правилно држење на телото, се демонстрира правилно - неправилно држење на телото или неправилна/положба на дел од телото или целото тело. ❖ Штафетни игри со совладани елементи од основите на атлетиката и гимнастиката. ❖ Слојување на елементи на движења во комплексна целина. ❖ Игри на имитација на движењата на живогните. ❖ Вежби за повторување на елементите колут напред и назад (наставникот асистира - ученици кои имаат поголема телесна тежина, оние кои се несигурни и имаат отпор и страв при изведувањето на овие вежби - посебен акцент се става на движењата по етапи). Секој елемент треба добро да се увежба за да се пристапи кон изведување на колут напред/колут назад. ❖ Качување, висење, нишање и слегување на гимнастички справи (вежбите се изведуваат по етапи со претходно увежбување на поединечните елементи од вежбата). ❖ Вежби за ритмика, со и без музика (се препорачува ритмиката претходно да се увежба, а, потоа да се вежба со музичка подлога). ❖ Индивидуални вежби за евентуално куративно влијание на блага кифотичност.

ТЕМА: ТАНЦИ

Цели	Содржини	Поими	Активности и методи
<p>Ученикот/ученичката:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ да се поттикнува да ги развива психомоторните вештини усогласени со ритмот на музиката; ❖ да се оспособува да игра во согласност со ритмот на музиката; ❖ да се поттикнува да усвојува и да увежбува народни ора и современи танци; ❖ да се поттикнува да го одржува телото и однесувањето сообразно со колективното движење; ❖ да се поттикнува да развива способности за движење и игра во просторот. 	<p>Совладување на основните особености на народните ора и танци Став (држење на телото) Правила на движење (правец) Начин на држење за рака и рамо Игри со музика: избор на народни ора, обука и играње на истите со музика Танци по избор Карактерни игри Народни ора: народни ора по избор на учениците и наставниците Начини на држење за раце и движење во простор Држење на телото во танците Чекори во танците Современи танци: Современи танци по избор</p>	<p>Народно оро Танци Имиња на народни ора и танци Поим - правила на чекорите на танците и орага</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Ритмичко изведување на одредени движења поврзани со танците и елементи од танците (во корелација со предметот математика - броење чекори по даден ритам - автоматизирање, а, потоа поврзување на чекорите со музика). ❖ Играње народни ора со побавно темпо и едноставни чекори. ❖ Совладување на основните особености на народните ора и танци. ❖ Вежбање на правилата за почеток на народното оро (може да се користаат различни сензорни стимулации за означување на почетокот на оро) - плескање со рака, однапред договорен звук, договорена визуелна стимулација, тактилна стимулација (стисок на раката) и сл.



ТЕМА: КОШАРКА

Цели	Содржини	Поими	Активности и методи
<p>Ученикот/ученичката:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ да усвојува и да увежбава основни кошаркарски ставови и движења, основни техники на додавања, фаќања и водење на топка во место и движење; ❖ да се поттикнува да развива манипулативна моторика и координација во просторот и да развива општи и посебни моторички движења; ❖ да се поттикнува да ги увежбава и да ги совладува елементите од кошарката; ❖ да се поттикнува да ја развива подвижноста на локомоторниот апарат со топка; ❖ да се поттикнува преку играње кошарка да ги развива интерперсоналните односи во окружувањето; ❖ да се поттикнува да стекнува нови сензорни и кинестетички искуства (преку допир, поттурнувања и сл.). 	<p>Основни кошаркарски елементи со топка (големина на топката според возраста) Ставови и движења: кошаркарски ставови и движења (паралелен и дијагонален) Додавање и фаќање: кошаркашко додавање и фаќање топка во место и движење (во висина на гради, глава и над глава) Водење: кошаркарско водење топка во место и во движење Шутирања: шут на кош од место Игра: игра на еден кош со примена на научени елементи и модифицирани правила</p>	<p>Кошарка Игра Кош Топка</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Предвежби за фрлање топки во определен простор (обрач) во корпи со различен дијаметар поставени на различна височина. ❖ Слободно водење и индивидуално играње со топка која одговара на возраста (топките се помали од топките за кошарка). Се користат вежби за психомоторна реедукација (при ритмичките движења, тапкање со топка, координирани движења и ритмика). ❖ Елементарни и штафетни игри во кои ученикот и топката ќе имаат доминантна улога - да разбере дека за постигање кош потребна е социјална интеракција и спознавање на другарчето во игра - се организираат други вежби кои ќе поттикнат социјална интерактивност. ❖ Обично и кошаркарско фрлање во одредена цел (низок кош, обрач, корпа и сл.).



ТЕМА: ОДБОЈКА

Цели	Содржини	Поими	Активности и методи
<p>Ученикот/ученичката:</p> <ul style="list-style-type: none">❖ да се поттикнува да ги совлада елементите од основите на одбојката;❖ да се поттикнува да ја развива соработката, колективниот и спортски дух;❖ да се поттикнува да ги развива способностите за игра со топка;❖ да се поттикнува да учи и да стекнува социјални вештини и комуникациски способности низ игра.	<p>Основни елементи на одбојката</p>	<p>Одбојка Одбојкарско одбивање Одбивање со „чекан“ Одбојкарска мрежа</p>	<ul style="list-style-type: none">❖ Основни елементи со игри во место и движење.❖ Одбивање мала топка од сид.❖ Додавање топка преку јаже.❖ Додавање топка преку ниска одбојкарска мрежа.❖ Одбивање мала топка (со прсти, чекан и надлактици) - индивидуално и во парови.❖ Примена на изученото на мини игралиште преку јаже, а, потоа и преку одбојкарска мрежа ниско поставена.

ТЕМА: РАКОМЕТ

Цели	Содржини	Поими	Активности и методи
<p>Ученикот /ученичката:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ да се поттикнува да усвојува и да увежбава основни ракометни ставови и движења, основни техники на додавања и фаќања топка во место и движење; ❖ да се поттикнува да ја развива манипулативната моторика; ❖ да се поттикнува да ги развива моторичките движења на екстремитетите и специфичната ракометна координација во просторот; ❖ да се поттикнува да ги совлада основните елементи од ракометот - техника на ракометно фрлање; ❖ да се поттикнува да применува правилно додавање и примање - фаќање на топката; ❖ да се поттикнува да научи ракометен шут во гол; ❖ да научи правилно да го изведува тричекорот во ракометот. 	<p>Основни елементи во ракометот</p> <p>Ставови и движења: основни ракометни ставови: паралелен, дијагонален и дијагонално бочен; додавање и фаќање топка во место и движење (на различни висини од телото) со една и со две раце</p> <p>Водење: водење топка во место и движење со лева и десна рака (праволиниско и со промена на насоката и брзината на движење)</p> <p>Удари: удари на гол од место и движење (со и без скок)</p> <p>Игра: игра на еден и на два гола со примена на правила; примена на ракометни елементи во штафетни игри</p>	<p>Ракомет</p> <p>Ракометен гол</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Слободно ракометно водење. ❖ Ракометно водење во определен правец. ❖ Слободно фрлање и фаќање на мала ракометна топка од сид. ❖ Разни слободни фрлања од различни висини на телото, од рамо, гради. ❖ Ракометно фрлање во под со одбивање од сид. ❖ Додавање и фаќање топка помеѓу двајца во место (во висина на гради и со користење на подот). ❖ Ракометно путирање на гол од место. ❖ Ракометно водење (слободно).

ТЕМА: ФУДБАЛ

Цели	Содржини	Поими	Активности и методи
<p>Ученикот/ученичката:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ да се поттикнува да увежбува и совладува елементи од фудбалот; ❖ да ја осознае улогата на моториката поврзана со елементите со топка слободно водење и движење со топка; ❖ да ја усвојува техниката на додавањето на топката и путирањето во гол; ❖ да се поттикнува да стекнува сензорни искуства со блиските физички контакти со соучениците; ❖ да се поттикнува да развива социјална интеракција со околината; ❖ да се поттикнува да ги развива комуникациските способности. 	<p>Основни елементи во фудбалот</p>	<p>Фудбал Водење топка во фудбалот Гол во фудбалот Фудбалско путирање Фудбалско игралиште</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Слободно водење топка во фудбалот. ❖ Фудбалско путирање во ѕид со прифаќање одбиена топка. ❖ Фудбалско додавање и примање топка во парови во место. ❖ Слободно фудбалско путирање и путирање на топка во одредена цел и во гол. ❖ Игра - мал фудбал со модифицирани правила. ❖ Елементарни и штафетни игри со топка за фудбал.



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

- ▶ Пливање;
- ▶ Активности на снег;
- ▶ Возење тролинет, велосипед, ролери;
- ▶ Активности во природа: излети и пешачења;
- ▶ Училиштен спорт;
- ▶ Спортски школи и проекти;
- ▶ Фитнес;
- ▶ Планинарење;
- ▶ Лизгање на мраз;
- ▶ Куглање.

(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).

Напомени за начинот на планирање и реализација на наставните програми

Во паралелките во посебните основни училишта и во посебните паралелки при редовните основни училишта составот на учениците е изразито хетероген. За учениците со посебни образовни потреби, согласно видот и степенот на попреченоста, треба да се практикува строго диференциран и индивидуализиран пристап во рамките на воспитно – образовниот процес. Ваквиот приод е во функција на нивните индивидуални специфични потреби, а, се очекува да резултира со развивање на индивидуалните потенцијали, и, секако максимални академски постигања.

Во тој контекст, наставниците кои реализираат настава со овие ученици треба:

- да се обидат при изготвувањето на планирањето (доколку видот и степенот на попреченоста на учениците во паралелката го дозволува тоа) да планираат исти содржини, цели и активности за целата паралелка;
- за учениците во паралелката чиј вид и степен на попреченост не дозволува наставниците да планираат исти содржини, цели и активности за целата паралелка, тогаш за нив треба да планираат парцијална партиципација во рамките на содржините, целите и активностите кои ги реализира целата паралелка;
- доколку видот и степенот на попреченост е многу сериозен наставникот пристапува кон изготвување интересен индивидуален образовен план за тие ученици во рамките на адаптираните наставни програми (при изготвувањето на индивидуалниот образовен план наставникот може да користи наставни содржини и цели и од наставните програми од претходните учебни години). Кога наставникот во индивидуалниот образовен план користи наставни содржини и цели и од наставните програми од претходните учебни години, треба да ги наведе одделението, содржините, како и целта на нивното повторно обработување.



5. ДИДАКТИЧКИ ПРЕПОРАКИ

При реализацијата на програмата за физичко и здравствено образование се поаѓа од развојните можности, способности и интереси на учениците. Програмата по физичко и здравствено образование нуди широк спектар на активности во соработка со родителите на локално ниво: така во соработка и со помош на родителите можат да се остварат часови по обука по пливање, излети, пешачења во природа, едnodневни излети и планинарења на кратки растојанија и сигурен терен, возење ролери, велосипеди, разни натпревари и сл. Овие активности не влегуваат во годишниот фонд од 108 задолжителни часа за настава.

Поради спецификите на наставата, наставникот со сигурност треба да продолжи да ја одржува и развива воспоставената вербална и моторичка комуникација со која ќе ја одржува дисциплината со целата паралелка. Поради тоа продолжува со увежување и совладување на елементите од организираното 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.

Учениците се оптоварени со седечка положба и намалено движење. Наставникот посебно внимание треба да обрне на вежбите за оформување на телото, тема која задолжително треба да ја изведува на секој час по физичко и здравствено образование.

И во шесто одделение, и покрај тоа што наставникот ги знае учениците според утврдените карактеристики на однесување од изминатата учебна година на почетокот на учебната година прави посебно снимање на психофизичкиот, емоционалниот и социјалниот статус на секој ученик со цел да направи што поуспешно планирање имајќи ги предвид наставните теми и поставените цели во корелација со условите за работа во училиштето и со почитување на индивидуалните интереси и психомоторни способности на учениците. Колку подобро наставникот ги познава учениците со нивните конативно-когнитивни способности и карактеристики, толку подобро ќе може да се подготви за настава и ќе биде поефикасен и поуспешен во наставата.

Наставникот посебно внимание треба да посвети на вклучувањето на сите ученици во групните активности, без разлика на нивните способности и полово 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.

И покрај тоа што наставникот ја знае здравствената состојба на секој ученик, тој посебно внимание треба да обрне да не настанале некои промени во здравствениот статус на учениците за време на распустот.



6. ОЦЕНУВАЊЕ НА ПОСТИГАЊАТА НА УЧЕНИЦИТЕ

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

- усовршување на природните форми на движење, како и учење и совладување на други моторички елементи;
- совладување на елементи од основите на атлетиката, гимнастиката, игрите во согласност со индивидуалните можности;
- редовност, залагање, соработка и помагање на ученикот на часовите;
- фер-плеј однесување на часовите и натпреварите, да почитува победа и пораз како нормални појави на натпреварите;
- да придонесе во остварување на позитивна група атмосфера;
- почитување и исполнување на здравствено - хигиенските задачи со неговата облека, пред физичките активности и по нив;
- дисциплина, почитување на кукниот ред на спортската сала и училиштето и исполнување на поставените задачи од старана на наставникот и други елементи кои наставникот ќе ги постави како специфика на условите за работа и остварувањето на локалните интереси во договор со родителите.

За постигањата на учениците се води дневник за сите наведени компоненти од кој се извлекува оценката на ученикот. На крајот на полугодieto и на учебната година се формира бројчана оценка.

7. ПРОСТОРНИ УСЛОВИ ЗА РЕАЛИЗИРАЊЕ НА НАСТАВНАТА ПРОГРАМА

Програмата во однос на просторните услови за реализацијата се темели на Нормативот за простор и на наставните средства донесен од страна на министерот за образование и наука.

8. НОРМАТИВ ЗА НАСТАВЕН КАДАР

Наставната програма по физичко и здравствено образование во шесто одделение може да ја реализира лице кое завршило

- факултет за физичка култура – наставна насока;
- дополнителна дефектолошка дообразба.
- филозофски факултет – Институт за дефектологија, дипломиран дефектолог;
- дефектолошки факултет, дипломиран дефектолог.

Изготвил: работна група, координатор Марија Симонова, советник во Бирото за развој на образованието - Скопје

Контролирал: м-р Митко Чешларов, раководител на сектор во Бирото за развој на образованието – Скопје

Одобрил: м-р Весна Хорватовиќ, директор на Бирото за развој на образованието - Скопје



9. РЕШЕНИЕ И ДАТУМ НА ДОНЕСУВАЊЕ НА НАСТАВНАТА ПРОГРАМА

Наставната програма по предметот *физичко и здравствено образование* за шесто одделение на деветгодишното основно образование за учениците со аутизам, на предлог на Бирото за развој на образованието, ја утврди

Скопје, -----



РЕПУБЛИКА МАКЕДОНИЈА
МИНИСТЕРСТВО ЗА ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА

Бр. 17-3982/1

19.08 / 2019 год.
С К О П Ј Е

Министер,



Спирос Ристовски

