



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

Примено:	Број	Прилог	Вредност
07	12/80		

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 оштетен вид.

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



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

# **ФИЗИЧКО И ЗДРАВСТВЕНО ОБРАЗОВАНИЕ**

**VI ОДДЕЛЕНИЕ**

**ДЕВЕТТОДИШНО  
ОСНОВНО ОБРАЗОВАНИЕ**

Скопје, 2013

2



## 1. ВОВЕД

Предметот физичко и здравствено образование има значајно место во воспитно - бразовниот 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 правилен раст и развој на ученикот, ја подобруваат неговата физичка способност и здравјето и го поттикнува на здрав начин на живот. Исто така, планираните активности од оваа програма го поттикнуваат емоционалниот и социјалниот развој на ученикот.

Освен навиките за редовно изведување вежби за јакнење на сопствениот организам, учениците ќе се здобијат со вештини за изведување на основните елементи на спортот и ќе ја осознаат потребата за нивно активно вклучување во различните спортски активности во текот на натамошното образование и нивниот живот.

## 2. ЦЕЛИ НА НАСТАВАТА ЗА VI ОДДЕЛЕНИЕ

### Ученикот/ученичката:

- да изведува вежби за правилен физички развој (оформување на телото) и развивање на базичната моторика на движење и спортување;
- да ги увежбува и да ги усвршува техниките на одење, трчање, скокање во далечина и височина, со позитивни влијанија врз развојот на функционалните и моторички способности;
- да ги усвојува и увежбува основните спортско-технички знаења од гимнастиката и ритмиката кои ќе резултираат со позитивни влијанија во развојот на психомоториката и општата координација на локомоторниот апарат во просторот;
- да усвојува народни ора од родниот крај, како и современи танци, да ги развива моторичките способности сообразени со музиката и ритмот;
- да ги усвојува спортско - техничките знаења од ракометот кошарката, одбојката или голбалот и да ја подобрува општата моторика, како и специфичната моторика на движење со топка.



### 3. КОНКРЕТНИ ЦЕЛИ

#### ТЕМА: ВЕЖБИ И ИГРИ ЗА ПРАВИЛЕН ФИЗИЧКИ РАЗВОЈ И ПОДГОТОВКА

Цели	Содржини	Поими	Активности и методи
<p><b>Ученикот/ученичката:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➡ да применува вежби за растегнување, јакнење и лабавење на мускулите за обликување на телото и движењата;</li> <li>➡ да ја подобрува општата физичка подготовка правилно да изведува вежби за позитивен анатомско-физиолошки, функционален и моторички развој;</li> </ul>	<p>Комплекси вежби за обликување на телото и движењата</p>	<p>Комплекси вежби</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Вежби за рамениот појас, вратот и горните екстремитети.</li> <li>❖ Вежби за трупот (стомачна и грбна мускулатура).</li> <li>❖ Вежби за карличниот дел и долните екстремитети.</li> <li>❖ Комплексни вежби со поскокнувања и скокања во место и движење.</li> <li>❖ Комплекс на вежби со реквизити.</li> <li>❖ Комплексни вежби за развивање на силата.</li> <li>❖ Вежби за истегнување и лабавење.</li> <li>❖ Елементарни и штафетни игри.</li> <li>❖ Вежби за превенција од деформитети и корективни вежби.</li> <li>❖ На слепите ученици им се дава знак со плескање на рацете за времето (почеток на одредена активност).</li> <li>❖ (Важно е на ученикот со оштетен вид вербално да му се објаснат движењата кои треба да ги направи, или, пак, да ја осознае положбата на телото на неговиот соученик за соодветното движење преку допир).</li> <li>❖ Во рамките на овој вид вежби од особена важност е примената и на соодветни вежби од психомоторна реедукација.</li> </ul>



**ТЕМА: АТЛЕТИКА**

Цели	Содржини	Поими	Активности и методи
<p><b>Ученикот/ученичката:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➡ да ја увежбава и усовршува атлетската техника на трчање, скокање и фрлање (развој и усовршување на координирани движења на рацете со нозете);</li> <li>➡ да ја увежбава и усовршува атлетската техника на висок старт и истрајно трчање (развој на издржливост и аеробни способности);</li> <li>➡ да ја увежбава и усовршува атлетската техника низок старт поврзано со брзо трчање;</li> <li>➡ да ги увежбава и усовршува скоковите во далечина и височина (развој на скокалност, координација и експлозивност).</li> </ul>	<p>Трчање: техника на правилно атлетско трчање; техника на висок старт и трчање; техника на низок старт и брзо трчање; штафетно трчање.</p> <p>Скокање: техника на скок во далечина од место; техника на скок во далечина со залет „згрчена“ техника; техника на скок во височина „ножички“.</p> <p>Фрлања: топче во далечина и цел</p> <p>Штафетни игри (со користење справи и реквизити)</p>	<p>Старт</p> <p>Брзо трчање</p> <p>Истрајно трчање</p> <p>Одраз и одразна нога</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Изведување висок старт со даден знак за старт (на места и старт) и трчање на 100 или 200 метри (со мерење време, во зависност од можноста на учениците).</li> <li>❖ Изведување низок старт со користење три знака и тоа: на своите места, подготви се, и сега или старт. Изведувањето на стартот со настојување на брзо тргнување и експлозивно истрчување (мери време со штоперица на брзо трчање на 40 метри).</li> <li>❖ 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.</li> <li>❖ Прескокнување природни пречки. Планирањите активност може да се корелираат со активностите и целите во наставниот предмет ориентација и мобилност.</li> <li>❖ Скок на различна височина, со претходно објаснување (превенирање и/или избегнување на физички повреди).</li> <li>❖ Игра со топче кое би требало да биде звучно или на неговото додавање и фаќање да претходи плескање со дланките.</li> <li>❖ Штафетни игри со претходно објаснување по вербален и тактилен пат на поимот штафета.</li> </ul>



**ТЕМА: ГИМНАСТИКА СО РИТМИКА**

Цели	Содржини	Поими	Активности и методи
<p><b>Ученикот/ученичката:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✚ да усвојува, увежбува и да ја усовршува техниката на елементите од партерна гимнастика и акробатика;</li> <li>✚ да изведува висови и нишања на справи за истегнување и да прави вежби за превентива од појава на телесни деформитети;</li> <li>✚ да се воведува во одење и потскокнување на ниска греда за развој на координацијата и рамнотеж ата и усовршување - подобрување на способностите на локомоторниот апарат во целина;</li> <li>✚ да ги усвојува техниките на прескокнување;</li> <li>✚ да се осособува за правилно и координирано ритмичко одење и трчање.</li> </ul>	<p><b>Акробатика:</b> техника на изведба колут напред; техника на изведба на „свеќа“; техника на изведба „мост“; техника на изведба стој на раце со опирање на носете до сид; челна вага.</p> <p><b>Висови и нишања:</b>  <b>Висови и нишања на справи</b> (вратило, карики, разбој, рипстоли, осници.</p> <p><b>Ниска греда:</b> одење по ниска греда; одење со потскокнување; одење и вртење за 180°.</p> <p><b>Ритмика:</b> гимнастичко чекорење; ритмичко одење и трчање; ритмичко потскокнување и скокови; комбинации на ритмички движења со музика; ритмички вежби со реквизити.</p> <p><b>Полигон</b></p>	<p><b>Акробатика</b></p> <p><b>Прескоци</b></p> <p><b>Ритмика</b></p> <p><b>Естетско држење</b></p> <p><b>Грациозност</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Изведување вежби од гимнастиката: акробатика, прескоци преку јарец, вежби на ниска греда и висови и нишања.</li> <li>✚ Вербално и тактилно ги објаснува движењата, а посебно кај учениците кои се несигурни и имаат отпор и страв при изведувањето на овие вежби.</li> <li>✚ Штафетни игри со усвоени елементи од атлетика и гимнастика.</li> <li>✚ Комплекс вежби од корективната гимнастика за ученици со телесни деформитети, како и комплекс превентивни вежби за ученици предиспонирани кон телесни деформитети.</li> <li>✚ Развој на поимот за естетика, естетско и правилно држење на телото.</li> <li>✚ Организирање натпревари по танцување.</li> <li>✚ Спојување на елементи на одредени движења во комплексна целина.</li> <li>✚ Игри: имитација на движењата на животните.</li> </ul>

**ТЕМА: ТАНЦИ**

Цели	Содржини	Поими	Активности и методи
<p><b>Ученикот/ученичката:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➔ да усвојува, увежбава и да усовршува народни ора и современи танци;</li> <li>➔ да ги развива моторичките способности во корелација со музика и ритам на движење;</li> <li>➔ да ја развива естетската компонента за став и држење на телото.</li> </ul>	<p>Народни ора: три народни ора по избор на учениците и наставниците; начини на држење за раце и движење во простор.</p> <p>Држење на телото во танците</p> <p>Чекори во танците</p> <p>Современи танци: современи танци по избор (2)</p>	<p>Имиња на народни ора и танци</p> <p>Музика и ритам</p> <p>Корелација</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Повторување на научените народни ора и современи танци.</li> <li>❖ Усвојување чекори, движења и игра на нови 3 (три) народни ора, карактеристични за традициите на просторите на живеење.</li> <li>❖ Вежбање на брзината на изведбата на танците (со поспоро и побрзо темпо).</li> <li>❖ Вежбање на правилата за почеток на народното оро. Со удар со ногата на подот на слепите ученици им се сигнализира дека започнува играњето на орото.</li> <li>❖ Играње народни ора со побавно темпо и едноставни чекори (учениците може да избераат уште едно народно оро кое ќе научат да го играат со музика).</li> <li>❖ Изведување на научените ора и танци на училишните приредби (јакнење на самодовербата кај учениците).</li> </ul>

**ТЕМА: СПОРТСКИ ИГРИ**

Активностите од темата *Спортишки игри* се надоградуваат на активностите од претходните одделенија. Доколку учениците ве избрале одреден спорт во претходните одделенија, ги изучуваат основните елементи на спортот.





ТЕМА: РАКОМЕТ

Цели	Содржини	Поими	Активности и методи
<p><b>Ученикот/ученичката:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➔ да усвојува, увежбува и да усовршува основни ракометни ставови и движења, основни техники на додавања и фаќања на топка во место и движење;</li> <li>➔ да развива манипулативна моторика;</li> <li>➔ да развива моторички движења на екстремитетите и специфична ракометна координација во простор;</li> <li>➔ да развива експлозивна сила на мускулатурата на рацете и нозете;</li> <li>➔ да се воведува и да ги применува правилата на ракометната игра;</li> <li>➔ да го развива духот на спортско коректно натпреварување и фер-плеј.</li> </ul>	<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 (праволниско 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>Поими од ракометот</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Вежба: Ставови и движења во ракометот, без и со топка.</li> <li>❖ Додавање и фаќање топка во место (со промена на растојанието) со една рака во висина на гради и одбиена од подлога, додавање и фаќање над глава, додавање и фаќање на топка во парови во движење со освојување на простор, комбинирано додавање и фаќање топка со водење-удар на гол.</li> <li>❖ Водење топка во место и движење (праволниско), водење со промена на правец и интензитет, водење со лева и десна рака помеѓу препреки, комбинирано водење со додавање, фаќање, удари на гол.</li> <li>❖ Демонстрира удари на гол од место (6, 7 и 9 метри), удари на гол во движење со водење топка (со и без скок), комбинирани удари на гол, додавање, фаќање и водење топка.</li> <li>❖ Играње на еден и два гола со примена на правила.</li> <li>❖ Изработка на модел на ракометен терен од пластелин (слешите ученици да добијат основна представа за каква игра станува збор).</li> <li>❖ Игра со звучна топка и/или со обична топка (пред додавањето на обичната топка учениците треба да се предупредат со плескање со дланките).</li> </ul>



**ТЕМА: КОШАРКА**

Цели	Содржини	Поими	Активности и методи
<p><b>Ученикот/ученичката:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>да усвојува, увежува и усвршува основни кошаркарски ставови и движења, основни техники на додавања, фаќања и водење на топка во место и движење;</li><li>да развива манипулативна моторика и координација во простор;</li><li>да развива општи и посебни моторички движења на локомоторниот апарат;</li><li>да го развива духот на спорско – коректно натпреварување и фер - плеј.</li></ul>	<p>Ставови и движења: кошаркарски ставови и движења (паралелен и дијагонален).</p> <p>Додавање и фаќање: кошаркашко додавање и фаќање топка во место и движење (во висина на гради, глава и над глава).</p> <p>Водење: кошаркашко водење топка во место и во движење.</p> <p>Шутирања: шут на кош од место.</p> <p>Игра: игра на еден кош со примена на научени елементи и модифицирани правила.</p>	<p>Кошарка</p> <p>Кошаркарски ставови</p> <p>Комбинирано водење</p> <p>Дупла топка при водење-чекори</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>❖ Вежбање ставови и движења без и со топка. Најдобро е топката да биде звучна, особено за слепите ученици.</li><li>❖ Додавање и фаќање топка во место (со промена на растојание) со две раце во висина на гради и одбиена од подлога, додавање и фаќање над глава, додавање со една рака.</li><li>❖ Додавање и фаќање топка во парови (паровите може да бидат составени од слеп и слабовиден ученик) во движење со освојување простор, комбинирано додавање и фаќање на топка со водење.</li><li>❖ Водење топка во место и движење (праволиниско), со промена на правец и интензитет, водење на топка со лева и десна рака наизменично помеѓу препреки, комбинирано водење со додавање и фаќање на топка.</li></ul>

❖ Шут во кош од место со промена на растојание и позиции (за слободни фрлања од помало растојание, од лева и десна страна со и без користење на табла и др.).

❖ Организира игра (со модифицирани правила) на еден кош.

❖ Штафетни игри со научени елементи од кошарката.

❖ Изработка модел на кош, обрач и корпа од пластелин (слепите ученици да добијат претстава за каква игра станува збор).

❖ Игра со звучна топка и/или со обична топка (пред додавањето на обичната топка учениците треба да се предупредат со плескање со дланките).

Треба да се напомене дека со овој спорт би можеле да се занимаваат само слабовидните ученици.



**ПОТТЕМА: ФУДБАЛ/ГОЛБАЛ**

Цели	Содржини	Поими	Активности и методи
<p><b>Ученикот /ученичката:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ да увежбава и совладува елементи од фудбалот;</li> <li>➤ да ја осознае улогата на моториката поврзана со елементите со топка (слободно водење и движење со топка);</li> <li>➤ да усвојува техника на додавање на топката и шутирање во гол.</li> </ul>	<p>Основни елементи во фудбалот/голбалот</p>	<p>Фудбал Водење на топка во фудбалот Гол во фудбалот Фудбалско шутирање Фудбалско игралиште Голбал</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Слободно водење на топка во фудбалот.</li> <li>○ Фудбалско шутирање во вид со прифаќање на одбиена топка.</li> <li>○ Фудбалско додавање и примање на топка во парови во место.</li> <li>○ Слободно фудбалско шутирање и шутирање на топка во одредена цел и во гол.</li> <li>○ Игра - мал фудбал со модифицирани правила.</li> <li>○ Елементарни и штафетни игри со топка за фудбал.</li> <li>○ Голбалот е игра со специјална звучна топка наменета за слепи лица. Се препорачува да се изработи модел на фудбалски терен од пластелин (слепите ученици да добијат елементарна претстава за каква игра станува збор).</li> </ul>

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

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

(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 наставната програма

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 период 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.

#### 4. ДИДАКТИЧКИ ПРЕПОРАКИ

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

Програмата до 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 користење на природните услови.

*Важно е* наставникот на првите часови 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.

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 анкетаат, 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. Покрај горенаведените дидактички препораки кои се генерални и воспштени, земајќи ја предвид специфичноста на категоријата на ученици со оштетен вид, од витално значење за наставникот би биле и неколку поконкретни препораки.

За учениците со оштетен вид најважно е сите активности по овој предмет по вербален пат да се објаснуваат од страна на наставникот. Ученикот со оштетен вид по тактилен и аудитивен пат да ги перципира и восприеа информациите и деталите за активностите кои треба да се изведат. За време на часовите, во зависност од конкретната активност на наставникот му се препорачува да употребува звучни предмети, како на пример, звучна топка.

За учениците со оштетен вид, исто така, важно е за време на часовите да се работи и психомоторна реедукација во корелација со темите и активностите. Она што е неопходно за овој предмет е неговото корелирање со предметот ориентација и мобилност преку консултација на двајцата наставници.

Преку овој предмет ученикот со оштетен вид се мотивира да размислува за своето тело, правилно да го осознава и разбира, да размислува за своето здравје, правилно да го чува и заштитува.

Преку овој предмет на наставникот му се овозможува употребувајќи ја својата креативност и професионалност правилно да го насочи растот и развојот на ученикот/ученичката.

Доколку условите на училиштето дозволуваат, наставникот во планирањето и изведувањето на активностите по предметот физичко и здравствено образование треба да употреби и специфични наставни помагала како, на пример, вакуум преса или swell touch апарат со цел релјефно да преслика одредени движења или положби на телото кои ученикот со оштетен вид тактилно ќе ги почувствува и ќе научи правилно да ги изведува.

Наставниот предмет има статус на задолжителен и е застапен со 3 часа неделен, односно 108 часа годишен фонд.

## 5. 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 предвид ги има следните компоненти:

- усовршување на природните форми на движење, 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;
- 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 по 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 бројчана, а во неа се опфатени постигањата поврзани со елементите оцределени со целта на наставната програма по физичко и здравствено образование.

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

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 донесен од министерот за образование и наука.

## **7. 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.

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



## 8. ПОТПИС И ДАТУМ НА ДОНЕСУВАЊЕ НА НАСТАВНАТА ПРОГРАМА

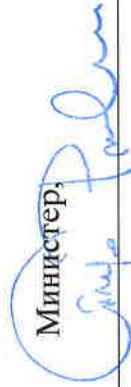
Наставната програма по *физичко и здравствено образование* за шесто одделение на деветгодишното основно образование за учениците со оштетен вид, на предлог на Бирото за развој на образованието, ја утврди

на ден -----

Скопје

  
РЕПУБЛИКА МАКЕДОНИЈА  
МИНИСТЕРСТВО ЗА ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА  
Бр. 11-39641  
19.08 2015 год.  
СКОПЈЕ

Министер:



Спиро Ристовски

