

МИНИСТЕРСТВО ЗА ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА

БИРО ЗА РАЗВОЈ НА ОБРАЗОВАНИЕТО



Наставна програма

**Физичко и здравствено образование
за III одделение**

Скопје, 2022 година

ОСНОВНИ ПОДАТОЦИ ЗА НАСТАВНАТА ПРОГРАМА

Наставен предмет	Физичко и здравствено образование
Вид/категорија на наставен предмет	Задолжителен
Одделение	III (трето)
Теми/подрачја во наставната програма	<ul style="list-style-type: none"> • Основи на атлетика • Основи на гимнастика со ритмика и танци • Основи на спортски игри
Број на часови	3 часа неделно/108 часа годишно
Опрема и средства	<ul style="list-style-type: none"> • Гимнастички душеци, атлетски душек, школки стартни блокови. • Помали и поголеми топки за спортски игри (ракометни, кошаркарски, одбојкарски и фудбалски топки). • Помали гумени и тениски топчиња. • Медицинки од 0.5, 1 кг. и 2 кг. • Обрачи, јажиња, гумени и дрвени палки, ниски и високи чуневе – маркери за подлога, конусни маркери, лежечки морнарски скали. • Ниски справи од спортска гимнастика. • Шведски сандак, рипстоли, шведска клупа, ниска греда, мал „јарец“, отскочна даска, морнарски скали, шведски скали, висечки јажиња, јаже за влечење. • Ниско поставени кошеве, мали голови, ракометни голови и ниско поставена одбојкарска мрежа. • Штоперица, сантиметарска пантлика, вага со висинометар.
Норматив на наставен кадар	<p>Воспитно-образовната работа во четврто одделение може да ја изведува лице кое е:</p> <ul style="list-style-type: none"> • професор/наставник/учител по одделенска настава, VII/1 или VI/1 (според МРК) и 240 ЕКТС; • дипломиран педагог, VII/1 или VI/1 (според МРК) и 240 ЕКТС. <p>За изведување на наставата по физичко и здравствено образование во четврто одделение се вклучува и:</p> <ul style="list-style-type: none"> • професор со завршен Факултет за физичко образование, спорт и здравје – наставна насока, VII/1 или VI/1 (според МРК) и 240 ЕКТС.

ПОВРЗАНОСТ СО НАЦИОНАЛНИТЕ СТАНДАРДИ

Резултатите од учење наведени во наставната програма водат кон стекнување на следните компетенции опфатени со подрачјето **Личен и социјален развој**:

<i>Ученикот/ученичката знае и/или умее:</i>	
V-A.1	да разликува здрав од ризичен животен стил кога се работи за сите сфери на живеење (вклучително навики во исхраната, спортски и рекреативни активности и сексуално однесување),
V-A.2	да избира и практикува активности кои обезбедуваат развој и подобрување на сопственото ментално и физичко здравје и добросостојба,
V-A.4	да прави процена на сопствените способности и постигања (вклучувајќи ги силните и слабите страни) и врз основа на тоа да ги определува приоритетите кои ќе му/ѝ овозможат развој и напредување,
V-A.6	да си постави цели за учење и сопствен развој и да работи на надминување на предизвиците кои се јавуваат на патот кон нивно остварување,
V-A.7	да ги користи сопствените искуства за да си го олесни учењето и да го прилагоди сопственото однесување во иднина,
V-A.9	да ги предвиди последиците од своите постапки и од постапките на другите по себе и по другите,
V-A.10	да применува етички начела при вреднување на правилното и погрешното во сопствените и туѓите постапки и да манифестира доблесни карактерни особини (како што се: чесност, правичност, почитување, трпеливост, грижа, пристојност, благодарност, решителност, одважност и самодисциплина),
V-A.11	да дејствува самостојно, со целосна свесност од кого, кога и како може да побара помош,
V-A.13	да комуницира со другите и да се презентира себеси соодветно на ситуацијата,
V-A.14	да слуша активно и соодветно да реагира, покажувајќи емпатија и разбирање за другите и да ги искажува сопствените грижи и потреби на конструктивен начин,
V-A.15	да соработува со други во остварување на заеднички цели, споделувајќи ги сопствените гледишта и потреби со другите и земајќи ги предвид гледиштата и потребите на другите,
V-A.16	да ги препознава проблемите во релациите со другите и да приоѓа конструктивно во разрешување на конфликтите, почитувајќи ги правата, потребите и интересите на сите вклучени страни,
V-A.17	да бара повратна информација и поддршка за себе, но и да дава конструктивна повратна информација и поддршка во корист на другите,
V-A.19	да дава предлози, да разгледува различни можности и да ги предвидува последиците со цел да изведува заклучоци и да донесува рационални одлуки.

<i>Ученикот/ученичката разбира и прифаќа дека:</i>	
V-Б.1	грижата за сопственото тело и редовното практикување физички активности е важен услов за обезбедување физичко и ментално здравје,
V-Б.3	сопствените постигања и добросостојба во најголема мера зависат од трудот кој самиот/самата го вложува и од резултатите кои самиот/самата ги постигнува,
V-Б.4	секоја постапка која ја презема има последици по него/неа и/или по неговата/нејзината околина,
V-Б.7	иницијативноста, упорноста, истрајноста и одговорноста се важни за спроведување на задачите, остварување на целите и надминување на предизвиците во секојдневните ситуации,
V-Б.8	интеракцијата со другите е двонасочна – како што има право од другите да бара да му/ѝ биде овозможено задоволување на сопствените интереси и потреби, така има и одговорност да им даде простор на другите да ги задоволат сопствените интереси и потреби,
V-Б.9	барањето повратна информација и прифаќањето конструктивна критика водат кон личен напредок на индивидуален и социјален план.

Наставната програма вклучува и релевантни компетенции и од подрачјето **Опитество и демократска култура** на Националните стандарди.

<i>Ученикот/ученичката знае и/или умее:</i>	
VI-A.5	да ги разбира разликите меѓу луѓето по која било основа (родова и етничка припадност, возраст, способности, социјален статус итн.),
VI-A.6	да препознава присуство на стереотипи и предрасуди кај себе и кај другите и да се спротивставува на дискриминација.

РЕЗУЛТАТИ ОД УЧЕЊЕ

Тема: **ОСНОВИ НА АТЛЕТИКА**

Вкупно часови: **18**

Резултати од учење

Ученикот/ученичката ќе биде способен/способна да:

1. оди и трча применувајќи елементи на атлетско одење и трчање;
2. скока во височина, далечина и длабочина, применувајќи ги фазите од скокањето;
3. фрла предмети во далечина и цел, применувајќи ги фазите при фрлањето.

Содржини (и поими)

- Одење и трчање (прсти-пета, координирана техника на движење раце-нозе, висок и низок старт).
- Скокање (запознавање со фазите на скокање - залет, одраз, лет и доскок, едноножен и двоножен одраз, техника на скок во височина “ножички”, скок во далечина од место, техника на скок во далечина со залет “згрчено”, скок во длабочина).
- Фрлање (запознавање со фазите на фрлање и поставување на телото во простор, замав, прстигнување на предметот, исфрлување).

Стандарди за оценување

- Изведува техника на координирано атлетско одење и трчање.
- Препознава и применува фази за изведба на и висок старт и истрајно трчање.
- Препознава и применува фази за изведба на низок старт и брзо трчање.
- Препознава и применува фази на скокање во далечина од место и со залет - “техника ножички”.
- Препознава и применува фази на скокање во височина од место и со залет - “згрчена техника”.
- Препознава и применува фази на фрлање на предмети во далечина и цел.

Примери за активности

- Учениците изведуваат одење на прсти – пета, трчање во место со координирано движење на раце и нозе со ниско и високо подигнати колената - “нисок и висок цок”.
- Учениците изведуваат одење и трчање со координирано движење на раце и нозе со ниско и високо подигнати колената - “нисок и висок цок”.
- Учениците трчаат со висок старт до 50 метри.
- Учениците трчаат со висок старт од 50 до 100 метри со умерено темпо.
- Учениците изведуваат истрајно трчање од 1 до 3 минути од висок старт.
- Учениците слободно претрчуваат препреки до 20 сантиметри висина.
- Учениците брзо трчаат со низок старт од 10 до 20 метри.

- Учениците брзо трчаат со низок старт на 20 метри.
- Учениците трчаат со низок старт на 20 метри со мерење на време.
- Учениците изведуваат брзо трчање од различни почетни положби (седење, клечење, лежење на грб или на стомак) со примена на елементарни игри (кој прв ќе ја фати топката, преместување на предмети).
- Учениците трчаат со промена на правец и со различно темпо од 30“ до 1 минута.
- Учениците изведуваат трчање со прогресија (забрзување).
- Учениците изведуваат Елементарни и штафетни игри со брзо трчање без и со реквизити.
- Учениците изведуваат двоножни и едноножни потскоци и скокови во место.
- Учениците изведуваат потскоци (детски потскоци, индијански потскок, еленски скок).
- Учениците изведуваат двоножни и едноножни скокови од место и со залет (во далечина, во височина и во длабочина).
- Учениците се запознаваат со фазите на скокање и изведуваат скокови во далечина, височина и длабочина.
- Учениците изведуваат скок во далечина од место со замавнување на рацете со суножен доскок.
- Учениците изведуваат скок во далечина од место со мерење на должината на скокот.
- Учениците изведуваат скок во далечина со помал и поголем залет со прескокнување на медицинка, јаже и други предмети и реквизити.
- Учениците изведуваат скок во далечина со помал и поголем залет, наскок и одраз од сегмент од шведски сандак / шведска клупа.
- Учениците изведуваат скок во далечина со залет со (мерење на должината на скокот).
- Учениците изведуваат скок во височина (техника „ножици“).
- Учениците изведуваат скок во височина со кос залет со одраз со лева и десна нога.
- Подвижни игри со елементи од одење, трчање со прогресија (залет) и скокање.
- Учениците изведуваат фрлање на топче од место во далечина со лева и десна рака.
- Учениците изведуваат фрлање на топка со тежина до 0.5 кг., 1 кг. и 2 кг. со двете раце.
- Учениците изведуваат гаѓање со топче во цел од различна оддалеченост во хоризонтална и вертикална мета.
- Подвижни игри со елементи на трчање, скокање и фрлање.

Тема: **ОСНОВИ НА ГИМНАСТИКАТА СО РИТМИКА И ТАНЦИ**

Вкупно часови: **34**

Резултати од учење

Ученикот/ученичката ќе биде способен/способна да:

1. се поставува организациски, комбинира и правилно изведува комплекси вежби за обликување на телото и движењата со и без реквизити;

<p>2. ги препознава и ги изведува основните гимнастичките елементи;</p> <p>3. разликува и изведува ритмички движења, традиционални ора, современи танци чекори и движења со такт и музика.</p>	
Содржини (и поими)	Стандарди за оценување
<ul style="list-style-type: none"> • Гимнастика <ul style="list-style-type: none"> - Организациско поставување (една, две и четири редици и круг). - Вежби за обликување на телото и движењата без и со реквизити со имитирање: растенија, животни, птици и предмети (воз, хеликоптер, велосипед...). - Гимнастичко одење и трчање (гимнастички чекор) - Запознавање со акробатика (“свеќа”, мост, вага, стој на глава, колут напред и колут назад по коса и рамна површина). - Запознавање со гимнастички справи (качување, viseње, нишање, доскокнување). - Запознавање со фази на прескок (залет, отскок, упор и доскок). - Запознавање со гимнастичко одење, одење со потклекнување, вртење и челна вага на шведска клупа и ниска греда. 	<ul style="list-style-type: none"> • Се поставува во една, две и четири редици и во круг. • Изведува вежби за обликување на телото во различни ставови и положби со и без реквизити. • Изведува гимнастичко одење и трчање во ритам. • Препознава елементи од партерна гимнастика - акробатика и изведува со помош “свеќа”, “мост”, “челна вага”, стој на глава, колут напред и колут назад. • Препознава гимнастички справи и изведува со помош качување, viseње, нишање, доскокнување на рипстоли, ниско вратило, алки, низок разбој). • Препознава прескок на “јарец” и шведски сандук и со помош изведува прескокнување применувајќи ги фазите на залет, отскок, упор и доскок. • Применува гимнастичко одење, одење со потклекнување, вртење за 180° и челна вага на шведска клупа и ниска греда.
<ul style="list-style-type: none"> • Ритмика <ul style="list-style-type: none"> - Ритмичко одење, трчање и вртење во 2/4 такт без и со музика. - Ритмички потскоци и скокови (детски, мачкини, галоп, „ножици“). - Ритмички движења со реквизити (обрач, јаже, лента, топка), со и без музика. 	<ul style="list-style-type: none"> • Применува координирани ритмички движења во 2/4 такт без и со музика. • Изведува комбинирани ритмички движења во одење и трчање со примена на потскоци и скокови. • Се движи во ритам на такт и музика со реквизити.

<ul style="list-style-type: none"> • Танци - Детски танци по избор - Традиционални народни ора по избор - Современи танци по избор 	<ul style="list-style-type: none"> • Изведува основни чекори од детски танци. • Изведува основни чекори од традиционално народно оро од родниот крај. • Изведува основни чекори од современ танц.
---	--

Примери за активности

- Учениците на даден знак се поставуваат во една, две и четири редици и во круг.
- Учениците на даден знак се поставуваат и движат во една, две и четири колони и во круг.
- Учениците изведуваат вежби за обликување на телото (со имитирање животни, птици, растенија и предмети) во различни ставови и положби.
- Учениците изведуваат вежби за обликување на телото и движењата со реквизити (обрач, топка, јаже, палица, лента, чуневе).
- Учениците изведуваат гимнастичко одење (со променливо темпо со тактирање и музика).
- Учениците изведуваат со помош “свеќа” и “мост”.
- Учениците изведуваат со помош “челна вага” и стој на глава.
- Учениците самостојно изведуваат „клацкалка“ на грб (со нозе згрчени на гради) и на стомак (со фатени нозе позади телото).
- Учениците изведуваат колут напред на коса рамнина (тркалање по надолжна оска и колут напред со помош).
- Учениците изведуваат колут назад на коса рамнина (тркалање по надолжна оска и колут назад со помош).
- Учениците изведуваат со помош колут напред и колут назад на рамна подлога.
- Учениците изведуваат челна вага (на линија и на шведска клупа).
- Учениците изведуваат од место наскок на шведски сандак со двоножен одраз од отскочна даска.
- Учениците изведуваат двоножен мек доскок од шведски сандак.
- Учениците изведуваат прескокнување преку низок „јарец“ разножно со помош (претходно се изведува одразување со поставување на раце на справата со ширење на нозете без прескокнување на „јарецот“).
- Учениците изведуваат со помал залет прескокнување преку низок „јарец“ разножно (со помош).
- Учениците изведуваат со помош качувања, висења, нишања и слегувања на гимнастички справи: рипстоли, вратило, алки, разбој.
- Учениците изведуваат гимнастичко одење, детски поскок, вртење (90⁰ и 180⁰), клекнување, вага и двоножен доскок на шведска клупа.
- Учениците изведуваат елементарни игри, полигони и штафетни игри со елементи од гимнастика.
- Учениците изведуваат координирано ритмичко одење и трчање со различно темпо и музика.
- Учениците изведуваат координирани ритмички движења во 2/4 такт без и со музика.
- Учениците изведуваат координирани потскоци и скокови со различно темпо и музика (детски, мачкини, галоп, „ножици“, поединечно и во композиција).

- Учениците изведуваат ритмички движења со реквизити, со и без музика (обрач, јаже, лента, топка).
- Ученикот изведува основни чекори од детски танци.
- Ученикот изведува основни чекори од традиционално народно оро од родниот крај.
- Ученикот изведува основни чекори од современ танц.

Тема: **ОСНОВИ НА СПОРТСКИ ИГРИ**

Вкупно часови: **56**

Резултати од учење

Ученикот/ученичката ќе биде способен/способна да:

1. ги разликува спортските игри: ракомет, кошарка, одбојка и фудбал
2. учествува во играње на спортските игри, почитувајќи ги основните правила.

Ученикот/ученичката ќе:

3. развива тимски дух
4. стане свесен за потребата од фер-плеј однесување за време на спортска игра

Содржини (и поими)

Стандарди за оценување

Ракомет

- Основни ракометни ставови (паралелен и дијагонален).
- Основно фаќање/примање и додавање на топка (во висина на гради, глава и колкови).
- Основно ракометно водење (во место и одење).
- Основен шут (удар) на гол.

- Се поставува и применува основен паралелен и дијагонален ракометен став во место.
- Соодветно се поставува при изведба на фаќање/примање и додавање на топка во место во висина на гради.
- Изведува праволиниско водење на топка во место и одење.
- Изведува основна техника на шутирање на гол од место.

Кошарка

- Основни кошаркарски ставови (паралелен и дијагонален).
- Основно фаќање/приемање и додавање на топка (во висина на гради, глава и над глава).
- Основно кошаркарско водење со (десна и лева рака).
- Основен шут во кош.

- Се поставува и применува основен паралелен и дијагонален кошаркарски став во место.
- Соодветно се поставува при изведба на фаќање/примање и додавање на топка во место во место во висина на гради.
- Изведува праволиниско водење на топка во место и одење.
- Изведува основна техника на шутирање во пониско поставен кош од место.

<p>Одбојка</p> <ul style="list-style-type: none"> - Основни одбојкарски ставови (паралелен и дијагонален). - Основна техника на одбивање топка со прсти и со подлактица (“чекан”). - Основи на сервирање (школски сервис). 	<ul style="list-style-type: none"> • Се поставува и применува основен паралелен и дијагонален одбојкарски став. • Изведува основно одбивање на топка со прсти и подлактица. • Изведува основен школски сервис.
<p>Фудбал</p> <ul style="list-style-type: none"> - Основно приемање и додавање на топка (со внатрешен и надворешен дел на стапало). - Основно фудбалско водење (со внатрешен и надворешен дел на стапало). - Основен шут (удар) на гол со внатрешен дел на стапало. 	<ul style="list-style-type: none"> • Изведува примање и додавање на топка во место со внатрешен и надворешен дел на стапалото. • Изведува праволиниско водење на топка во одење со внатрешен и надворешен дел на стапалото. • Изведува шутирање на гол со внатрешен дел на стапалото.
<p>Примери за активности</p> <ul style="list-style-type: none"> • Учениците изведуваат основни ракетметни ставови во место и движење. • Учениците изведуваат техника на држење на топка во основни ставови (држење на топка со две и една рака). • Учениците, поделени во парови и групи, изведуваат додавање и примање на топка во место (со тркалање на топка по подлога, во висина на гради). • Учениците изведуваат додавање и примање на помала ракетметна топка одбиена од сид (во висина на гради). • Учениците изведуваат водење на помала ракетметна топка во место и праволиниско движење во одење со помала и поголема брзина. • Учениците шутираат на гол со помала ракетметна топка од место. • Учениците шутираат со помала ракетметна топка погодувајќи одредена цел (обрач, маркер, мал гол). • Учениците изведуваат штафетни и елементарни игри со усвоени елементи од ракетмет (додавање, примање, водење во одење, погодување на цел). • Учениците изведуваат основни кошаркарски ставови во место и движење. • Учениците изведуваат кошаркарска техника на држење на помала кошаркарска топка во ставови (држење на топка со две и една рака). • Учениците изведуваат додавање и примање на помала кошаркарска топка во место (со тркалање на топка по подлога, во висина на гради). • Учениците изведуваат додавање и примање на помала кошаркарска топка во место одбиена од сид (во висина на гради). • Учениците изведуваат кошаркарско водење со помала кошаркарска топка во место и движење во одење. 	

- Учениците изведуваат шутирање во кош со помала кошаркарска од место на ниско поставен кош од помала далечина.
- Учениците изведуваат штафетни и елементарни игри со усвоени елементи од кошарката (додавање, примање, водење, шут во кош).
- Учениците изведуваат основни одбојкарски ставови во место и движење.
- Учениците индивидуално во место со потфрлување изведуваат одбивање на помала одбојкарска топка со прсти над глава.
- Учениците индивидуално изведуваат одбивање на помала одбојкарска топка со прсти одбиена од сид (од помало растојание).
- Учениците изведуваат одбивање на топка со прсти, во парови.
- Учениците индивидуално во место со потфрлување изведуваат одбивање на помала одбојкарска топка со подлактица – “чекан”.
- Учениците индивидуално изведуваат одбивање на помала одбојкарска топка со подлактица одбиена од сид (од помало растојание).
- Учениците изведуваат одбивање на топка со подлактица во парови од помало растојание.
- Учениците во парови изведуваат одбивање на топка со прсти и подлактици од помало растојание (активноста може да се реализира без мрежа и преку ниско поставена мрежа).
- Учениците изведуваат школки сервис со помала одбојкарска топка на помало растојание (во парови без и преку ниско поставена мрежа).
- Учениците изведуваат елементарна техника на додавање и примање на фудбалска топка со внатрешниот и надворешен дел на стапалото на топка одбиена од сид.
- Учениците изведуваат елементарна техника на додавање и примање на фудбалска топка со внатрешниот и надворешен дел на стапалото на топка во парови.
- Учениците изведуваат праволиниско водење на фудбалска топка во одење со внатрешен и надворешен дел на стапалото.
- Учениците изведуваат шутирање на гол од место со внатрешниот дел на стапалото од помало растојание.
- Учениците изведуваат шут на гол со погодување на одредена цел (обрач, маркер, мал гол) - натпревар.
- Учениците изведуваат штафетни и елементарни игри со усвоени елементи од фудбал (штафетни игри со додавање, примање, водење, погодување на цел).
- Учениците играат мини фудбал.

ИНКЛУЗИВНОСТ, РОДОВА РАМНОПРАВНОСТ/СЕНЗИТИВНОСТ, ИНТЕРКУЛТУРНОСТ И МЕЃУПРЕДМЕТНА ИНТЕГРАЦИЈА

Наставниците кои работат во тандем обезбедуваат вклучување на сите ученици во сите активности за време на часот. Притоа, ги користат податоците добиени од мерењето на моторичкиот и физичкиот развој на секој ученик на почетокот на учебната година. Тоа овозможува активностите за време на часот да се прилагодат на индивидуалните потреби/можности на учениците. При работата со учениците со попреченост се применува индивидуален образовен план (со прилагодени резултати од учење и стандарди за оценување) и секогаш кога е

можно се користи дополнителна поддршка од други лица (лични и образовни асистенти, образовни медијатори, тјутори волонтери и професионалци од училиштата со ресурсен центар).

При реализација на активностите наставниците еднакво ги третираат и момчињата и девојчињата, при што водат грижа да не ги делат во игрите и вежбите според полот и да не им доделуваат родово стереотипни улоги. При формирање на групите за работа настојуваат да се обезбеди баланс во однос на полот.

Во повеќејазичните училишта се стимулира заедничко одржување на часови на паралелки од различни наставни јазици. Притоа, се настојува повеќето од вежбите и активностите да се реализираат заеднички, со мешање на учениците од паралелките. Мешањето на учениците од различните наставни јазици е особено важно за групните активности – со тоа се обезбедува меѓуетничка соработка и се превенира меѓуетнички натпревар.

Секогаш кога е можно наставниците користат интеграција на активностите од предметот *Физичко и здравствено образование* со содржините/стандардите од другите предмети при планирањето и реализацијата на наставата. На тој начин овој наставен предмет ги мотивира учениците во учењето на другите предмети и помага во нивно полесно совладување.

ОЦЕНУВАЊЕ НА ПОСТИГАЊАТА НА УЧЕНИЦИТЕ

За да се овозможи учениците да ги постигнат очекуваните стандарди за оценување, наставникот континуирано ги следи активностите на учениците за време на поучувањето и учењето, прибира информации за напредокот на секој ученик и истите ги заведува во ученичките портфолија. За време на учеството во активностите учениците добиваат повратна информација од наставниците за нивните постигања. За вреднувањето и оценувањето на постигањата на учениците наставниците може да ги користат следните методи, техники, инструменти и стратегии:

- практичната изведба на активностите за време на часот;
- активната вклученост за време на часот;
- соработката со соучениците во изведување на активностите;
- почитувањето на правилата на однесување во спортска сала.

На почетокот на учебната година наставниците спроведуваат иницијално мерење на секој ученик со цел, врз основа на неговиот моторички и физички развој, да го распоредат во едно од трите нивоа: натпросечно, просечно и потпросечно. Наставникот ги дозира вежбите на часот со почитување на определеното ниво на развој на секој ученик (една иста вежба некои ученици ќе ја повторуваат 20, други 15, а трети 10 пати).

Сумативната оценка ја формираат двајцата наставници коишто работат во тандем. Таа не се формира врз основа на нивото на моторички и физички развој во кое припаѓа ученикот. При оценување на учениците наставникот го следи индивидуалното напредување на секој ученик во рамки на неговото ниво на развој. Тоа значи дека и ученик за кој иницијалното мерење покажало дека припаѓа во потпросечно ниво може да добие оценка 5 доколку ангажирано вежба, согласно насоките дадени од наставникот, и покажува интерес да напредува.

Наставникот го информира родителот за нивото на развој на неговото дете и дава насоки за дополнително вежбање дома (доколку спаѓа во потпросечно ниво на моторичкиот и физичкиот развој) или дава препорака за вклучување на детето во спортски клуб (доколку спаѓа во натпросечното ниво). На крајот од учебната година ученикот добива бројчана сумативна оценка.

АЛТЕРНАТИВНИ АКТИВНОСТИ

Во училиштата во кои нема соодветна физкултурна сала и/или спортско игралиште може да се користат соодветни алтернативни простории/терени во непосредната околина на училиштето. Исто така, училиштето може да нуди и алтернативни активности за учениците доколку во него или во неговата околина постојат инфраструктурни услови и/или природни услови за нивна реализација (на пример, патеки за скијање, базен за пливање, тениски терен, вештачка карпа, патеки за возење велосипед, тротинет или ролери).

Почеток на имплементација на наставната програма	2023/2024 година
Институција/ носител на програмата	Биро за развој на образованието
Согласно член 30, став 3 од Законот за основно образование („Службен весник на Република Северна Македонија“ бр. 161/19 и 229/20) министерот за образование и наука ја донесе наставната програма по предметот <i>Физичко и здравствено образование</i> за III одделение.	бр. 12-14413/2 28.11.2022 година Министер за образование и наука, Jeton Shaqiri _____