|  |  |
| --- | --- |
|  | RUJAN12 SATI |
| DOMENA | ODGOJNO-OBRAZOVNI ISHODI |  |
| A: Kineziološka teorijska i motorička znanjaB: Morfološka obilježja, motoričke i funkcionalne sposobnostiC: Motorička postignućaD: Zdravstveni i odgojni učinci tjelesnog vježbanja | OŠ TZK A.2.1. Prepoznaje i izvodi raznovrsne promjene položaja i gibanja tijela u prostoru. Razlikuje i izvodi jednostavne prirodne načine gibanja.OŠ TZK A.2.1. Prepoznaje i izvodi raznovrsne promjene položaja i gibanja tijela u prostoru. Razlikuje i izvodi jednostavne prirodne načine gibanja.Izvodi prilagođene prirodne načine gibanja.OŠ TZK A.2.2. Sudjeluje u elementarnim igrama.OŠ TZK B.2.1. Praćenje morfoloških obilježja, motoričkih i funkcionalnih sposobnosti te statusa tjelesnog držanja.OŠ TZK C.2.1. Prati i prepoznaje osobna motorička postignuća u svladanim obrazovnim sadržajima obuhvaćenih kurikulumom.OŠ TZK D.2.1. Preuzima odgovornost i razvija svijest o potrebi provođenja tjelesnog vježbanja u primjerenim zdravstveno-higijenskim uvjetima.OŠ TZK D.2.4. Izvodi elementarne igre koje razvijaju samopoštovanje i samopouzdanje. Ustrajnošću postizati ciljeve.OŠ TZK D.2.2. Primjenjuje poznate kineziološke motoričke aktivnosti na otvorenim i zatvorenim sportskim vježbalištima. | Ciklična kretanja različitim tempom do 2 minuteElementarna igra bez pomagalaInicijalno provjeravanje(visina, težina, opseg, podlaktice, kožni nabor nadlaktice)Inicijalno provjeravanje(skok udalj s mjesta, pretklon raznožno, poligon natraške)Inicijalno provjeravanje (izdržaj u visu, trčanje tri minute, podizanje trupa)Hodanje zadanom brzinomBacanje lakših lopti u zid na različite načine i hvatanjeBrzo trčanje do 30 m iz visokog startaSunožni i jednonožni preskoci u mjestu i kretanju sa različitim zadacimaSunožni i jednonožni poskoci u mjestu i kretanjuGađanje lopticom ili manjom loptom u cilj s različitih udaljenostiHodanje zadanom brzinomGađanje lopticom ili lakšom loptom u cilj s različitih udaljenostiRitmično povezivanje jednonožnih i sunožnih skokovaGađanje lopticom ili lakšom loptom u cilj s različitih udaljenostiBacanje lakših lopta u zid na različite načine i hvatanjeHodanje po uskoj površiniRitmičko povezivanje jednonožnih i sunožnih skokovaBacanje lakših lopta u zid na različite načine i hvatanjeHodanje zadanom brzinomBacanje lakših lopti u zid na različite načine i hvatanje |
| MEĐUPREDMETNA TEMA | ODGOJNO-OBRAZOVNA OČEKIVANJA |
| ODRŽIVI RAZVOJZDRAVLJEOSOBNI I SOCIJALNI RAZVOJUČITI KAKO UČITIPODUZETNIŠTVO | odr A.1.2. Razvija sposobnost opažanja i osnovne socijalne vještine.zdr A.1.1.B Opisuje važnost redovite tjelesne aktivnosti za rast i razvoj.zdr A.1.3. Opisuje načine održavanja i primjenu osobne higijene i higijene okoline.zdr B.1.2.A Prilagođava se novome okružju i opisuje svoje obaveze i uloge.zdr. B.1.2.C Prepoznaje i uvažava različitosti.osr A.1.1. Razvija sliku o sebi.osr A.1.2. Upravlja emocijama i ponašanjem.osr A.1.3. Razvija svoje potencijale.osr A.1.4. Razvija radne navike.osr C.1.3. Pridonosi skupini.uku B.1.4. Procjenjuje je li uspješno riješio zadatak.uku D.1.2. Ostvaruje dobru komunikaciju s drugima. Uspješno surađuje.pod B.1.2. Planira i upravlja aktivnostima. |

|  |  |
| --- | --- |
|  | **LISTOPAD**12 SATI |
| DOMENA | ODGOJNO-OBRAZOVNI ISHODI | SADRŽAJ |
| A: Kineziološka teorijska i motorička znanjaC: Motorička postignućaD: Zdravstveni i odgojni učinci tjelesnog vježbanja | OŠ TZK A.2.1. Prepoznaje i izvodi raznovrsne promjene položaja i gibanja tijela u prostoru. Razlikuje i izvodi jednostavne prirodne načine gibanja.Izvodi prilagođene prirodne načine gibanja.OŠ TZK A.2.2. Sudjeluje u elementarnim igrama.OŠ TZK C.2.1. Prati i prepoznaje osobna motorička postignuća u svladanim obrazovnim sadržajima obuhvaćenih kurikulumom.OŠ TZK C.2.1. Prati i prepoznaje osobna motorička postignuća u svladanim obrazovnim sadržajima obuhvaćenih kurikulumom.OŠ TZK D.2.1. Preuzima odgovornost i razvija svijest o potrebi provođenja tjelesnog vježbanja u primjerenim zdravstveno - higijenskim uvjetima.OŠ TZK D.2.4. Izvodi elementarne igre koje razvijaju samopoštovanje i samopouzdanje. Ustrajnošću postizati ciljeve. | Brzo trčanje do 30 m iz visokog startaBacanje lakših lopta u zid na različite načine i hvatanjeBacanje lakših lopta u zid na različite načine i hvatanjeCiklična kretanja različitim tempom do 2 minuteVođenje lopteunutarnjom stranom stopala (N)Gađanje lopticom ili lakšom loptom u cilj s različitih udaljenostiBrzo trčanje do 30 m iz visokog startaBacanje lakših lopta u zid na različite načine i hvatanjePoigravanje loptom lijevom i desnom rukom u mjestu (R)Ciklična kretanja različitim tempom do 2 minuteElementarna igra s pomagalimaVođenje lopte unutarnjom stranom stopala (N)Skok u dalj iz zaletaPoigravanje loptom lijevom i desnom rukom u mjestu (R)Vođenje lopte unutarnjom stranom stopala (N)Štafetna igra s pomagalimaPoigravanje loptom lijevom i desnom rukom u mjestu (R)Skok u dalj iz zaletaSkok u dalj iz zaletaCiklična kretanja različitim tempom do 2 minuteSkok u dalj iz zaletaPoigravanje loptom lijevom i desnom rukom u mjestu (R)Vođenje lopte unutarnjom stranom stopala (N)Štafetna igra s pomagalima |
| MEĐUPREDMETNA TEMA | ODGOJNO-OBRAZOVNA OČEKIVANJA |
| UČITI KAKO UČITIOSOBNI I SOCIJALNI RAZVOJODRŽIVI RAZVOJZDRAVLJEPODUZETNIŠTVO | uku B.1.4. Procjenjuje je li uspješno riješio zadatak.uku C.1.2. Iskazuje pozitivna i visoka očekivanja i vjeruje u svoj uspjeh u učenju.uku D.1.2. Ostvaruje dobru komunikaciju s drugima.pod B.1.2. Planira i upravlja aktivnostima.odr A.1.2. Prihvaća različitosti među ljudima.odr B.1.2. Primjenjuje komunikacijske, praktične i socijalne vještine.odr C.1.2. Identificira primjere dobroga odnosa prema drugim ljudima.zdr B.1.1.A Razlikuje primjereno od neprimjerenog ponašanja.zdr B.1.3.A Prepoznaje igru kao važnu razvojnu i društvenu aktivnost.osr A.1.1. Razvija sliku o sebi.osr A.1.3. Razvija svoje potencijale.osr A.1.4. Razvija radne navike.osr C.1.1. Prepoznaje potencijalno ugrožavajuće situacije i navodi što treba činiti u slučaju opasnosti. |

|  |  |
| --- | --- |
|  | STUDENI12 SATI |
| DOMENA | ODGOJNO-OBRAZOVNI ISHODI | SADRŽAJI |
| A: Kineziološka teorijska i motorička znanjaC: Motorička postignućaD: Zdravstveni i odgojni učinci tjelesnog vježbanja | OŠ TZK A.2.1. Prepoznaje i izvodi raznovrsne promjene položaja i gibanja tijela u prostoru.Razlikuje i izvodi jednostavne prirodne načine gibanja.Izvodi prilagođene prirodne načine gibanja.OŠ TZK A.2.2. Sudjeluje u elementarnim igrama.OŠ TZK C.2.1 Prati i prepoznaje osobna motorička postignuća u svladanim obrazovnim sadržajima obuhvaćenih kurikulumom.OŠ TZK D.2.1. Preuzima odgovornost i razvija svijest o potrebi provođenja tjelesnog vježbanja u primjerenim zdravstveno-higijenskim uvjetima.OŠ TZK D.2.2. Primjenjuje poznate kineziološke motoričke aktivnosti na otvorenim i zatvorenim sportskim vježbalištima.OŠ TZK D.2.3. Prihvaća pravila igara i surađuje sa suigračima. | Vođenje lopte lijevom i desnom rukom u pravocrtnom kretanju (R)Brzo trčanje do 30 m iz visokog startaSkok u dalj iz zaletaGađanje lopticom ili manjom loptom u cilj s različitih udaljenostiVođenje lopte unutarnjom stranom stopala (N)Ciklična kretanja različitim tempom do 2 minuteDodavanje i zaustavljanje lopte unutarnjom stranom stopala (N)Brzo trčanje do 30 m iz visokog startaBacanje lakših lopti u zid na različite načine i hvatanjeDodavanje i zaustavljanje lopte unutarnjom stranom stopala (N)Dodavanje i zaustavljanje lopte unutarnjom stranom stopala (N)Ciklična kretanja različitim tempom do 2 minutePreskakivanje kratke vijače u kretanjuDodavanje i zaustavljanje lopte unutarnjom stranom stopala (N)Preskakivanje kratke vijače u kretanjuUdarac na vrata unutarnjom stranom stopala (N)Vođenje lopte lijevom i desnom rukom u pravocrtnom kretanju (R)Udarac na vrata unutarnjom stranom stopala (N)Preskakivanje kratke vijače u kretanjuUdarac na vrata unutarnjom stranom stopala (N)Osnovni oblici kretanja uz glazbu različitog ritma i tempaSkok u daljinu iz zaletaPenjanje po švedskim ljestvama, silaženje po kosini i suprotnoŠtafetna igre s pomagalima |
| MEĐUPREDMETNA TEMA | ODGOJNO-OBRAZOVNA OČEKIVANJA |
| UČITI KAKO UČITIOSOBNI I SOCIJALNI RAZVOJODRŽIVI RAZVOJZDRAVLJEPODUZETNIŠTVO | uku B.1.4. Procjenjuje je li uspješno riješio zadatak.uku C.1.2. Iskazuje pozitivna i visoka očekivanja i vjeruje u svoj uspjeh u učenju.uku D.1.2. Ostvaruje dobru komunikaciju s drugima. Uspješno surađuje.osr A.1.1. Razvija sliku o sebi.osr A.1.2. Upravlja emocijama i ponašanjem.osr A.1.4. Razvija radne navike.osr B.1.2. Razvija komunikacijske kompetencije.osr C.1.2. Opisuje kako društvene norme i pravila reguliraju ponašanje i međusobne odnose.odr A.1.1. Razvija komunikativnost i suradništvo.odr A.1.2. Razvija sposobnost opažanja i osnovne socijalne vještine.odr A.1.2. Prihvaća različitosti među ljudima.odr B.1.2. Primjenjuje komunikacijske, praktične i socijalne vještine.odr C.1.2. Identificira primjere dobroga odnosa prema drugim ljudima.zdr A.1.1.B Opisuje važnost redovite tjelesne aktivnosti za rast i razvoj.zdr B.1.2.B Razlikuje osnovne emocije i razvija empatiju.pod A.1.1. Primjenjuje inovativna i kreativna rješenja.pod B.1.2. Planira i upravlja aktivnostima. |

|  |  |
| --- | --- |
|  | PROSINAC9 SATI |
| DOMENA | ODGOJNO-OBRAZOVNI ISHODI | SADRŽAJI |
| A: Kineziološka teorijska i motorička znanjaC: Motorička postignućaD: Zdravstveni i odgojni učinci tjelesnog vježbanja | OŠ TZK A.2.1. Razlikuje i izvodi jednostavne prirodne načine gibanja.Izvodi prilagođene prirodne načine gibanja.OŠ TZK A.2.1. Prepoznaje i izvodi raznovrsne promjene položaja i gibanja tijela u prostoru.Razlikuje i izvodi jednostavne prirodne načine gibanja.Izvodi prilagođene prirodne načine gibanja.OŠ TZK C.2.1 Prati i prepoznaje osobna motorička postignuća u svladanim obrazovnim sadržajima obuhvaćenih kurikulumom.OŠ TZK D.2.1. Preuzima odgovornost i razvija svijest o potrebi provođenja tjelesnog vježbanja u primjerenim zdravstveno-higijenskim uvjetima.OŠ TZK D.2.2. Primjenjuje poznate kineziološke motoričke aktivnosti na otvorenim i zatvorenim sportskim vježbalištima.OŠ TZK D.2.3. Surađuje u elementarnim igrama i prihvaća pravila igara.OŠ TZK D.2.4. Izvodi elementarne igre koje razvijaju samopoštovanje i samopouzdanje.Ustrajnošću postizati ciljeve. | Penjanje na zapreke do 80 cmElementarna igra s pomagalimaNaskok na povišenje do 40 cm, različiti saskociŠtafetna igra s pomagalimaKolut naprijedPreskakivanje kratke vijače u kretanjuKolut naprijedDodavanje i zaustavljanje lopte unutarnjom stranom stopala (N)Kolut naprijedNaskok na povišenja do 40 cm, različiti saskociKolut natrag niz kosinuVođenje lopte lijevom i desnom rukom u pravocrtnom kretanju (R)Kolut natrag niz kosinuHodanje zadanom brzinomPenjanje po švedskim ljestvama, silaženje po kosini i suprotnoElementarna igra s pomagalimaKolut natrag niz kosinuSunožni i jednonožni poskoci u mjestu i kretanju s različitim zadatcima |
| MEĐUPREDMETNATEMA | ODGOJNO-OBRAZOVNA OČEKIVANJA |
| UČITI KAKO UČITIPODUZETNIŠTVOZDRAVLJEODRŽIVI RAZVOJOSOBNI I SOCIJALNI RAZVOJ | uku B.1.4. Procjenjuje je li uspješno riješio zadatak.uku D.1.2. Ostvaruje dobru komunikaciju s drugima. Uspješno surađuje.pod A.1.1. Primjenjuje inovativna i kreativna rješenja.zdr A.1.1.B Opisuje važnost redovite tjelesne aktivnosti za rast i razvoj.odr B.1.2. Primjenjuje komunikacijske, praktične i socijalne vještine.odr C.1.2. Razlikuje dobar od lošeg odnosa među ljudima.osr A.1.1. Razvija sliku o sebi.osr A.1.3. Razvija svoje potencijale.osr A.1.4. Razvija radne navike.osr B.1.3. Razvija strategije rješavanja sukoba.osr C.1.2. Opisuje kako društvene norme i pravila reguliraju ponašanje i međusobne odnose.osr C.1.3. Pridonosi skupini. |

|  |  |
| --- | --- |
|  | SIJEČANJ9 SATI |
| DOMENA | ODGOJNO-OBRAZOVNI ISHODI | SADRŽAJI |
| A: Kineziološka teorijska i motorička znanjaC: Motorička postignućaD: Zdravstveni i odgojni učinci tjelesnog vježbanja | OŠ TZK A.2.1. Prepoznaje i izvodi raznovrsne promjene položaja i gibanja tijela u prostoru.Razlikuje i izvodi jednostavne prirodne načine gibanja.Izvodi prilagođene prirodne načine gibanja.OŠ TZK A.2.1. Razlikuje i izvodi jednostavne prirodne načine gibanja.Izvodi prilagođene prirodne načine gibanja.OŠ TZK C.2.1. Prati i prepoznaje osobna motorička postignuća u svladanim obrazovnim sadržajima obuhvaćenih kurikulumom.OŠ TZK D.2.1. Preuzima odgovornost i razvija svijest o potrebi provođenja tjelesnog vježbanja u primjerenim zdravstveno-higijenskim uvjetima.OŠ TZK D.2.2. Primjenjuje poznate kineziološke motoričke aktivnosti na otvorenim i zatvorenim sportskim vježbalištima.OŠ TZK D.2.3. Prihvaća pravila igara i surađuje sa suigračima.OŠ TZK D.2.4. Aktivno sudjeluje u elementarnim igrama koje razvijaju samopoštovanje, samopouzdanje i ustrajnost. | Kolut natrag niz kosinuOponašanje kretanja životinja i različitih ljudskih aktivnosti (improvizacija koreografije)Stoj penjanjem uz okomitu plohuDodavanje i zaustavljanje lopte unutarnjom stranom stopala (N)Kolut naprijedOsnovni oblici kretanja uz glazbu različitog ritma i tempaStoj penjanjem uz okomitu plohuNaskok na povišenja do 40 cm, različiti saskociPenjanje na zapreke do 80 cmOsnovni oblici kretanja uz glazbu različitog ritma i tempaPenjanje po švedskim ljestvama, silaženje po kosini i suprotnoKolut natrag niz kosinuStoj penjanjem uz okomitu plohuPreskakivanje kratke vijače u kretanjuRazličiti položaji upora i sjedova na spravamaVođenje lopte unutarnjom stranom stopala (N)Hodanje po uskoj površiniPenjanje po švedskim ljestvama, silaženje po kosini i suprotno |
| MEĐUPREDMETNA TEMA | ODGOJNO-OBRAZOVNA OČEKIVANJA |
| UČITI KAKO UČITIZDRAVLJEODRŽIVI RAZVOJOSOBNI I SOCIJALNI RAZVOJ | uku B.1.4. Procjenjuje je li uspješno riješio zadatak.uku C.1.2. Iskazuje pozitivna i visoka očekivanja i vjeruje u svoj uspjeh u učenju.zdr A.1.1.B Opisuje važnost redovite tjelesne aktivnosti za rast i razvoj.zdr B.1.2.B Razlikuje osnovne emocije i razvija empatiju.odr B.1.2. Primjenjuje komunikacijske, praktične i socijalne vještine.osr A.1.1. Razvija sliku o sebi.osr A.1.3. Razvija svoje potencijale.osr A.1.4. Razvija radne navike.osr C.1.1. Prepoznaje potencijalno ugrožavajuće situacije i navodi što treba činiti u slučaju opasnosti. |

|  |  |
| --- | --- |
|  | VELJAČA9 SATI |
| DOMENA | ODGOJNO-OBRAZOVNI ISHODI | SADRŽAJI |
| A: Kineziološka teorijska i motorička znanjaC: Motorička postignućaD: Zdravstveni i odgojni učinci tjelesnog vježbanja | OŠ TZK A.2.1. Prepoznaje i izvodi raznovrsne promjene položaja i gibanja tijela u prostoru.Razlikuje i izvodi jednostavne prirodne načine gibanja.Izvodi prilagođene prirodne načine gibanja.OŠ TZK A.2.2. Sudjeluje u elementarnim igrama.OŠ TZK C.2.1.Prati i prepoznaje osobna motorička postignuća u svladanim obrazovnim sadržajima obuhvaćenih kurikulumom.OŠ TZK D.2.1. Preuzima odgovornost i razvija svijest o potrebi provođenja tjelesnog vježbanja u primjerenim zdravstveno-higijenskim uvjetima.OŠ TZK D.2.2. Primjenjuje poznate kineziološke motoričke aktivnosti na otvorenim i zatvorenim sportskim vježbalištima.OŠ TZK D.2.4. Izvodi elementarne igre koje razvijaju samopoštovanje i samopouzdanje.Ustrajnošću postizati ciljeve. | Različiti položaji upora i sjedova na spravamaElementarna igra s pomagalimaOponašanje kretanja životinja i različitih ljudskih aktivnosti (improvizacija koreografije)Štafetna igra s pomagalimaRitmično povezivanje jednonožnih i sunožnih skokovaPenjanje na zapreke do 80 cmPenjanje po švedskim ljestvama, silaženje po kosini i suprotnoOsnovni oblici kretanja uz glazbu različitog ritma i tempaPreskakivanje kratke vijače u kretanjuRazličiti položaji upora i sjedova na spravamaRazličiti položaji upora i sjedova na spravamaNaskok na povišenje do 40 cm, različiti saskociKolut naprijedPreskakivanje kratke vijače u kretanjuKolut natrag niz kosinuPenjanje po švedskim ljestvama, silaženje po kosini i suprotnoStoj penjanjem uz okomitu plohuOsnovni oblici kretanja uz glazbu različitog ritma i tempa |
| MEĐUPREDMETNA TEMA | ODGOJNO-OBRAZOVNA OČEKIVANJA |
| UČITI KAKO UČITIZDRAVLJEOSOBNI I SOCIJALNI RAZVOJODRŽIVI RAZVOJ | uku B.1.4. Procjenjuje je li uspješno riješio zadatak.uku D.1.2. Ostvaruje dobru komunikaciju s drugima. Uspješno surađuje.zdr A.1.1.B Opisuje važnost redovite tjelesne aktivnosti za rast i razvoj.zdr B.1.2.B Razlikuje osnovne emocije i razvija empatiju.zdr B.1.3.A Prepoznaje igru kao važnu razvojnu i društvenu aktivnost.osr A.1.1. Razvija sliku o sebiosr A.1.2. Upravlja emocijama i ponašanjem.osr A.1.4. Razvija radne navike.odr A.1.2. Razvija sposobnost opažanja i osnovne socijalne vještine. |

|  |  |
| --- | --- |
|  | OŽUJAK13 SATI |
| DOMENA | ODGOJNO-OBRAZOVNI ISHODI | SADRŽAJI |
| A: Kineziološka teorijska i motorička znanjaC: Motorička postignućaD: Zdravstveni i odgojni učinci tjelesnog vježbanja | OŠ TZK A.2.1. Prepoznaje i izvodi raznovrsne promjene položaja i gibanja tijela u prostoru.Razlikuje i izvodi jednostavne prirodne načine gibanja.Izvodi prilagođene prirodne načine gibanja.OŠ TZK A.2.2. Sudjeluje u elementarnim igrama.OŠ TZK C.2.1. Prati i prepoznaje osobna motorička postignuća u svladanim obrazovnim sadržajima obuhvaćenih kurikulumom.OŠ TZK D.2.2. Primjenjuje poznate kineziološke motoričke aktivnosti na otvorenim i zatvorenim sportskim vježbalištima.OŠ TZK D.2.3. Prihvaća pravila igara i surađuje sa suigračima.OŠ TZK D.2.4. Izvodi elementarne igre koje razvijaju samopoštovanje i samopouzdanje.Ustrajnošću postizati ciljeve. | Kolut naprijedPenjanje po švedskim ljestvama, silaženje po kosini i suprotnoKolut natrag niz kosinuOsnovni oblici kretanja uz glazbu različitog ritma i tempaStoj penjanjem uz okomitu plohuSunožni i jednonožni poskoci u mjestu i kretanje s različitim zadatcimaPenjanje po švedskim ljestvama, silaženje po kosini i suprotnoKolut naprijedRazličiti položaji upora i sjedova na spravamaOponašanje kretanja životinja i različitih ljudskih aktivnosti (improvizacija koreografije)Kolut natrag niz kosinuPenjanje po švedskim ljestvama, silaženje po kosini i suprotnoStoj penjanjem uz okomitu plohuNaskok na povišenje do 40 cm, različiti saskociKolut naprijedPenjanje po švedskim ljestvama, silaženje po kosini i suprotnoKolut natrag niz kosinuPreskakivanje kratke vijače u kretanjuRazličiti položaji upora i sjedova na spravamaRitmično povezivanje jednonožnih i sunožnih skokovaKolut naprijedPenjanje po švedskim ljestvama, silaženje po kosini i suprotnoStoj penjanjem uz okomitu plohuNaskok na povišenje do 40 cm, različiti saskociGađanje lopticom u cilj s različitih udaljenostiPreskakivanje kratke vijače u kretanju |
| MEĐUPREDMETNA TEMA | ODGOJNO-OBRAZOVNA OČEKIVANJA |
| UČITI KAKO UČITIPODUZETNIŠTVOOSOBNI I SOCIJALNI RAZVOJODRŽIVI RAZVOJZDRAVLJE | uku A.1.4. Oblikuje i izražava svoje misli i osjećaje.uku B.1.4. Procjenjuje je li uspješno riješio zadatak.uku C.1.2. Iskazuje pozitivna i visoka očekivanja i vjeruje u svoj uspjeh u učenju.uku D.1.2. Ostvaruje dobru komunikaciju s drugima. Uspješno surađuje.pod A.1.1. Primjenjuje inovativna i kreativna rješenja.pod B.1.2. Planira i upravlja aktivnostima.osr A.1.1. Razvija sliku o sebi.osr A.1.2. Upravlja emocijama i ponašanjem.osr A.1.3. Razvija svoje potencijale.odr A.1.1. Razvija komunikativnost i suradništvoodr A.1.2. Prihvaća različitosti među ljudima.odr C.1.2. Razlikuje dobar od lošeg odnosa među ljudima.zdr A.1.3. Opisuje načine održavanja i primjenu osobne higijene i higijene okolinezdr B.1.1.A Razlikuje primjereno od neprimjerenoga ponašanjazdr A.1.1.B Opisuje važnost redovite tjelesne aktivnosti za rast i razvoj.zdr B.1.2.B Razlikuje osnovne emocije i razvija empatiju.zdr B.1.2.C Prepoznaje i uvažava različitosti. |

|  |  |
| --- | --- |
|  | TRAVANJ9 SATI |
| DOMENA | ODGOJNO-OBRAZOVNI ISHODI | SADRŽAJI |
| A: Kineziološka teorijska i motorička znanjaC: Motorička postignućaD: Zdravstveni i odgojni učinci tjelesnog vježbanja | OŠ TZK A.2.1. Prepoznaje i izvodi raznovrsne promjene položaja i gibanja tijela u prostoru.Razlikuje i izvodi jednostavne prirodne načine gibanja.Izvodi prilagođene prirodne načine gibanja.OŠ TZK A.2.2. Sudjeluje u elementarnim igrama.OŠ TZK C.2.1. Prati i prepoznaje osobna motorička postignuća u svladanim obrazovnim sadržajima obuhvaćenih kurikulumom.OŠ TZK D.2.1. Preuzima odgovornost i razvija svijest o potrebi provođenja tjelesnog vježbanja u primjerenim zdravstveno - higijenskim uvjetima.OŠ TZK D.2.2. Primjenjuje poznate kineziološke motoričke aktivnosti na otvorenim i zatvorenim sportskim vježbalištima.OŠ TZK D.2.4. Izvodi elementarne igre koje razvijaju samopoštovanje i samopouzdanje.Ustrajnošću postizati ciljeve. | Kolut natrag niz kosinuPenjanje na zapreke do 80 cmRazličiti položaji upora i sjedova na spravamaElementarna igra s pomagalimaStoj penjanjem uz okomitu plohuŠtafetna igra s pomagalimaGađanje lopticom ili lakšom loptom u cilj s različitih udaljenostiCiklična kretanja različitim tempom do 2 minuteBacanje lakših lopti u zid na različite načine i hvatanjeCiklična kretanja različitim tempom do 2 minutePenjanje na zapreke do 80 cmVođenje lopte unutarnjom stranom stopala (N)Penjanje na zapreke do 80 cmCiklična kretanja različitim tempom do 2 minutePenjanje na zapreke do 80 cmSkok u daljinu iz zaletaBacanje lakših lopti u zid na različite načine i hvatanjeHodanje po uskoj površni |
| MEĐUPREDMETNA TEMA | ODGOJNO-OBRAZOVNA OČEKIVANJA |
| UČITI KAKO UČITIODRŽIVI RAZVOJOSOBNI I SOCIJALNI RAZVOJPODUZETNIŠTVOZDRAVLJE | uku B.1.4. Procjenjuje je li uspješno riješio zadatak.uku C.1.2. Iskazuje pozitivna i visoka očekivanja i vjeruje u svoj uspjeh u učenju.odr A.1.1. Razvija komunikativnost i suradništvo.odr B.1.2. Primjenjuje komunikacijske, praktične i socijalne vještine.osr A.1.1. Razvija sliku o sebi.osr A.1.2. Upravlja emocijama i ponašanjem.osr A.1.4. Razvija radne navike.osr C.1.1. Prepoznaje potencijalno ugrožavajuće situacije i navodi što treba činiti u slučaju opasnostipod B.1.2. Planira i upravlja aktivnostima.zdr A.1.1.B Opisuje važnost redovite tjelesne aktivnosti za rast i razvoj.zdr B.1.1.A Razlikuje primjereno od neprimjerenog ponašanja.zdr B.1.3.A Prepoznaje igru kao važnu razvojnu i društvenu aktivnost. |

|  |  |
| --- | --- |
|  | SVIBANJ12 SATI |
| DOMENA | ODGOJNO-OBRAZOVNI ISHODI | SADRŽAJ |
| A: Kineziološka teorijska i motorička znanjaC: Motorička postignućaD: Zdravstveni i odgojni učinci tjelesnog vježbanja | OŠ TZK A.2.1. Prepoznaje i izvodi raznovrsne promjene položaja i gibanja tijela u prostoru.Razlikuje i izvodi jednostavne prirodne načine gibanja.Izvodi prilagođene prirodne načine gibanja.OŠ TZK A.2.2. Sudjeluje u elementarnim igrama.OŠ TZK C.2.1. Prati i prepoznaje osobna motorička postignuća u svladanim obrazovnim sadržajima obuhvaćenih kurikulumom.OŠ TZK D.2.1. Preuzima odgovornost i razvija svijest o potrebi provođenja tjelesnog vježbanja u primjerenim zdravstveno-higijenskim uvjetima.OŠ TZK D.2.2. Primjenjuje poznate kineziološke motoričke aktivnosti na otvorenim i zatvorenim sportskim vježbalištima.OŠ TZK D.2.3. Prihvaća pravila igara i surađuje sa suigračima.OŠ TZK D.2.4. Izvodi elementarne igre koje razvijaju samopoštovanje i samopouzdanje.Ustrajnošću postizati ciljeve. | Penjanje na zapreke do 80 cmBrzo trčanje do 30 m iz visokog startaGađanje lopticom ili lakšom loptom u cilj s različitih udaljenostiCiklična kretanja različitim tempom do 2 minuteBacanje lakših lopti u zid na različite načine i hvatanjeBrzo trčanje do 30 m iz visokog startaSkok u daljinu iz zaletaBacanje lakših lopti u zid na različite načine i hvatanjeGađanje lopticom ili lakšom loptom u cilj s različitih udaljenostiCiklična kretanja različitim tempom do 2 minuteSkok u daljinu iz zaletaVođenje lopte lijevom i desnom rukom u pravocrtnom kretanju (R)Hodanje po uskoj površiniBacanje lakših lopti u zid na različite načine i hvatanjeSkok u daljinu iz zaletaBacanje lakših lopti u zid na različite načine i hvatanjeSkok u daljinu iz zaletaVođenje lopte lijevom i desnom rukom u pravocrtnom kretanju (R)Dodavanje i zaustavljanje lopte unutarnjom stranom stopala (N)Brzo trčanje do 30 m iz visokog startaVođenje lopte lijevom i desnom rukom u pravocrtnom kretanju (R)Ciklična kretanja različitim tempom do 2 minuteSunožni i jednonožni preskoci u mjestu i kretanju sa različitim zadacimaCiklična kretanja različitim tempom do 2 minute |
| MEĐUPREDMETNA TEMA | ODGOJNO-OBRAZOVNA OČEKIVANJA |
| UČITI KAKO UČITIZDRAVLJEOSOBNI I SOCIJALNI RAZVOJPODUZETNIŠTVOODRŽIVI RAZVOJ | uku B.1.4. Procjenjuje je li uspješno riješio zadatak.uku C.1.2. Iskazuje pozitivna i visoka očekivanja i vjeruje u svoj uspjeh u učenju.uku D.1.2. Ostvaruje dobru komunikaciju s drugima. Uspješno surađujezdr A.1.1.B Opisuje važnost redovite tjelesne aktivnosti za rast i razvoj.zdr B.1.1.A Razlikuje primjereno od neprimjerenog ponašanja.zdr B.1.3.A Prepoznaje igru kao važnu razvojnu i društvenu aktivnost.osr A.1.1. Razvija sliku o sebi.osr A.1.2. Upravlja emocijama i ponašanjem.osr A.1.3. Razvija svoje potencijale.osr A.1.4. Razvija radne navike.pod B.1.2. Planira i upravlja aktivnostima.odr A.1.1. Razvija komunikativnost i suradništvo.odr A.1.2. Razvija sposobnost opažanja i osnovne socijalne vještine.odr B.1.2. Primjenjuje komunikacijske, praktične i socijalne vještine. |

|  |  |
| --- | --- |
|  | LIPANJ8 SATI |
| DOMENA | ODGOJNO-OBRAZOVNI ISHODI | SADRŽAJ |
| A: Kineziološka teorijska i motorička znanjaB: Morfološka obilježja, motoričke i funkcionalne sposobnostiC: Motorička postignućaD: Zdravstveni i odgojni učinci tjelesnog vježbanja | OŠ TZK A.2.1.n Prepoznaje i izvodi raznovrsne promjene položaja i gibanja tijela u prostoru.Izvodi prilagođene prirodne načine gibanja.OŠ TZK A.2.2. Sudjeluje u elementarnim igrama.OŠ TZK B.2.1. Praćenje morfoloških obilježja, motoričkih i funkcionalnih sposobnosti te statusa tjelesnog držanja.OŠ TZK C.2.1. Prati i prepoznaje osobna motorička postignuća u svladanim obrazovnim sadržajima obuhvaćenih kurikulumom.OŠ TZK D.2.1. Preuzima odgovornost i razvija svijest o potrebi provođenja tjelesnog vježbanja u primjerenim zdravstveno - higijenskim uvjetima.OŠ TZK D.2.4. Izvodi elementarne igre koje razvijaju samopoštovanje i samopouzdanje.Ustrajnošću postizati ciljeve. | Preskakivanje kratke vijače u kretanjuCiklična kretanja različitim tempom do 2 minuteSunožni i jednonožni preskoci u mjestu i kretanju sa različitim zadacimaBrzo trčanje do 30 m iz visokog startaFINALNO PROVJERAVANJE (3 sata)Preskakivanje kratke vijače u kretanjuDodavanje i zaustavljanje lopte unutarnjom stranom stopala (N)Udarac na vrata unutarnjom stranom stopala (N)Hodanje zadanom brzinomUdarac na vrata unutarnjom stranom stopala (N)Osnovni oblici kretanja uz glazbu različitog ritma i tempaSunožni i jednonožni preskoci u mjestu i kretanju sa različitim zadacimaCiklična kretanja različitim tempom do 2 minute |
| MEĐUPREDMETNA TEMA | ODGOJNO-OBRAZOVNA OČEKIVANJA |
| UČITI KAKO UČITIODRŽIVI RAZVOJOSOBNI I SOCIJALNIRAZVOJZDRAVLJEGRAĐANSKI ODGOJ I OBRAZOVANJE | uku B.1.4. Procjenjuje je li uspješno riješio zadatak.uku D.1.2. Ostvaruje dobru komunikaciju s drugima.odr A.1.1. Razvija komunikativnost i suradništvo.odr A.1.2. Prihvaća različitosti među ljudima.odr C.1.2. Razlikuje dobar od lošeg odnosa među ljudima.osr A.1.1. Razvija sliku o sebi.osr A.1.2. Upravlja emocijama i ponašanjemosr A.1.3. Razvija svoje potencijalezdr A.1.1.B Opisuje važnost redovite tjelesne aktivnosti za rast i razvoj.zdr B.1.3.A Prepoznaje igru kao važnu razvojnu i društvenu aktivnost.goo A.1.1. Ponaša se u skladu s dječjim pravima u svakodnevnom životu. |