

GODIŠNJI IZVEDBENI KURIKULUM

Broj sati OBRADJE	CJELINE	TEME	PREDMETNA PODRUČJA ISHODA			
			A Kineziološka teorijska i motorička znanja	B Morfološka obilježja, motoričke i funkcionalne sposobnosti	C Motorička postignuća	D Zdravstveni i odgojni učinci tjelesnog vježbanja
20	PRIRODNI OBlici KRETANJA: Savladavanje prostora	1. Hodanja i trčanja 2. Puzanje, provlačenje i kotrljanje 3. Ritmičko kretanje	OŠ TZK A.1.1. Izvodi prirodne načine gibanja.	OŠ TZK B.1.1. Slijedi upute za svrstavanje u prostoru i prema tjelesnoj visini.	OŠ TZK C.1.1. Prati motorička postignuća.	OŠ TZK D.1.1. Primjenjuje postupke za održavanje higijene pri tjelesnom vježbanju i brine se o opremi za TZK OŠ TZK D.1.2. Slijedi upute za rad i pravila motoričke igre.
20	PRIRODNI OBlici KRETANJA: Savladavanje prepreka	1. Skakanja 2. Penjanje i spuštanje	OŠ TZK A.1.1. Izvodi prirodne načine gibanja.	OŠ TZK B.1.1. Slijedi upute za svrstavanje u prostoru i prema tjelesnoj visini.	OŠ TZK C.1.1. Prati motorička postignuća	OŠ TZK D.1.1. Primjenjuje postupke za održavanje higijene pri tjelesnom vježbanju i brine se o opremi za TZK OŠ TZK D.1.2. Slijedi upute za rad i pravila motoričke igre.
20	PRIRODNI OBlici KRETANJA: Manipulacija objektima	1. Bacanja i hvatanja 2. Manipuliranje loptom	OŠ TZK A.1.1. Izvodi prirodne načine gibanja.		OŠ TZK C.1.1. Prati motorička postignuća	OŠ TZK D.1.1. Primjenjuje postupke za održavanje higijene pri tjelesnom vježbanju i brine se o opremi za TZK OŠ TZK D.1.2. Slijedi upute za rad i pravila motoričke igre.
20	PRIRODNI OBlici KRETANJA: Savladavanje otpora	1. Dizanje, nošenje, povlačenje	OŠ TZK A.1.1. Izvodi prirodne načine gibanja.	OŠ TZK B.1.1. Slijedi upute za svrstavanje u prostoru i prema tjelesnoj visini.	OŠ TZK C.1.1. Prati motorička postignuća	OŠ TZK D.1.1. Primjenjuje postupke za održavanje higijene pri tjelesnom vježbanju i brine se o opremi za TZK OŠ TZK D.1.2. Slijedi upute za rad i pravila motoričke igre.

20	PRIRODNI OBlici KRETANJA: Savladavanje prostora - Gimnastika	1. Kolutanje, povaljke 2. Ravnotežni položaji	OŠ TZK A.1.1. Izvodi prirodne načine gibanja.	OŠ TZK B.1.1. Slijedi upute za svrstavanje u prostoru i prema tjelesnoj visini.	OŠ TZK C.1.1. Prati motorička postignuća	OŠ TZK D.1.1. Primjenjuje postupke za održavanje higijene pri tjelesnom vježbanju i brine se o opremi za TZK OŠ TZK D.1.2. Slijedi upute za rad i pravila motoričke igre.
15	PRIRODNI OBlici KRETANJA: Savladavanje prepreka - Gimnastika	1. Naskoci	OŠ TZK A.1.1. Izvodi prirodne načine gibanja.	OŠ TZK B.1.1. Slijedi upute za svrstavanje u prostoru i prema tjelesnoj visini.	OŠ TZK C.1.1. Prati motorička postignuća	OŠ TZK D.1.1. Primjenjuje postupke za održavanje higijene pri tjelesnom vježbanju i brine se o opremi za TZK OŠ TZK D.1.2. Slijedi upute za rad i pravila motoričke igre.
15	PRIRODNI OBlici KRETANJA: Savladavanje prostora Borilački sport	1. Borilački elementi - osnove	OŠ TZK A.1.1. Izvodi prirodne načine gibanja.	OŠ TZK B.1.1. Slijedi upute za svrstavanje u prostoru i prema tjelesnoj visini.	OŠ TZK C.1.1. Prati motorička postignuća	OŠ TZK D.1.1. Primjenjuje postupke za održavanje higijene pri tjelesnom vježbanju i brine se o opremi za TZK OŠ TZK D.1.2. Slijedi upute za rad i pravila motoričke igre.
90	MOTORIČKE IGRE	1. Štafetne igre 2. Elementarne igre 3. Sportske igre	A.1.2. Provodi jednostavne motoričke igre.		OŠ TZK C.1.1. Prati motorička postignuća	OŠ TZK D.1.1. Primjenjuje postupke za održavanje higijene pri tjelesnom vježbanju i brine se o opremi za TZK OŠ TZK D.1.2. Slijedi upute za rad i pravila motoričke igre.