|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| OSNOVNA ŠKOLA: | | | RAZRED: |
| UČITELJICA/UČITELJ: | | NADNEVAK: | REDNI BROJ SATA: 79. |
| **PRIPRAVA ZA IZVOĐENJE NASTAVNOG SATA IZ TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE** | | | |
| NASTAVNA JEDINICA: Vođenje lopte nogom | | | |
| **Predmetno područje A**  **Usavršavanje motoričkog znanja**  4. Vođenje lopte nogom  **Predmetno područje B**  2.Igra: Učenici hodaju po dvorani ubrzanim korakom. Na znak, po visini se slažu na označenu liniju. | | | |
| ISHODI UČENJA:  Učenik vježba vođenje lopte nogom.  Učenik uočava prostor kroz igru i smješta se uz uputu prema visini. | | | |
| NASTAVNA SREDSTVA: lopte | | | |
| OČEKIVANI ISHODI MEĐUPREDMETNIH TEMA: uku – sva očekivanja; osr A.1.1., osr A.1.2, osr A.1.3., osr B.1.1., osr B.1.2., osr C.1.3.; zdravlje A.1.1.B, zdravlje B.1.1.A, zdravlje B1.3.A; ikt A.1.1.; pod A.1.1., pod A.1.2., pod A.1.3. | | | |
| TIJEK NASTAVNOG SATA | | | |
| NASTAVNE ETAPE | AKTIVNOSTI UČENIKA | | |
| **Uvodni dio sata** | **PRETRČAVANJE DVORANE/IGRALIŠTA**  Učenici su u vrsti na jednom kraju dvorane/igrališta. Na učiteljev znak pretrčavaju dvoranu/igralište na različite način:   * u visokom skipu * u niskom skipu * sunožno * četveronoške * bočno * trčanjem unatrag (leđa okrenu cilju i trče prema njemu) * naizmjenično trčeći naprijed-natrag. | | |
| **Opće-pripremne vježbe** | **OPĆE-PRIPREMNE VJEŽBE BEZ POMAGALA UZ GLAZBENU PRATNJU**   1. VJEŽBA   Stav spojeni, predručiti. Učenici visoko podižu desnu nogu i istodobno plješću dlanovima ispod podignute noge. Isti pokret ponavljaju podizanjem lijeve noge.   1. VJEŽBA   Stav spojeni, priručiti. Učenici okreću glavu udesno i ulijevo.   1. VJEŽBA   Stav raskoračni, predručiti. Učenici opruženim rukama zamahuju naprijed-natrag i u zadanom ritmu plješću ispred tijela.   1. VJEŽBA   Turski sjed, priručiti. Učenici izvode otklon trupa ulijevo, pa udesno.   1. VJEŽBA   Ležeći položaj na leđima, uzručiti. Učenici podižu ruke s tla i izvode pokrete kao pri sviranju glasovira. (Sviranje na glasoviru)   1. VJEŽBA   Stav spojeni, priručiti. Učenici izvode sunožne poskoke „na mjestu“ u zadanom ritmu.   1. VJEŽBA   Stav spojeni, priručiti. Učenici izvode sunožne poskoke na mjestu oponašajući skakanje lopte, naizmjence nisko pa visoko.  Svaka se vježba ponavlja više puta. | | |
| **Glavni „A“ dio sata** | **AKTIVNOST**  Učenici su raspoređeni u koloni i vode loptu nogom slobodnim načinom (unutarnjom stranom, gornjim dijelom stopala-ristom):   1. pravocrtno od oznake do oznake 2. između oznaka s promjenom smjera kretanja 3. u parovima jedan nasuprot drugog: jedan učenik vodi loptu do drugog i predaje mu loptu te se unatrag vraća na svoje mjesto; isto ponavlja drugi učenik.   **SUSTAV TROKUT**  Učenici su raspoređeni na mjesta u obliku trokuta. Na dva mjesta nalaze se dva učenika, a na jednom mjestu tri učenika. S mjesta na kojem se nalaze tri učenika prvi učenik vodi loptu do sljedećeg mjesta, dodaje loptu i odlazi na začelje kolone. Učenik kreće do mjesta broj tri i dodaje loptu na isti način. Učenici mijenjaju radna mjesta uz vođenje lopte nogom.  TEMA: Igra - visina  **AKTIVNOST**  2. Igra: Učenici hodaju po dvorani ubrzanim korakom. Na znak po visini se slažu na označenu liniju. | | |
| **Glavni „B“ dio sata** | **MOMČADSKA IGRA: GRANIČAR**  Učenici su podijeljeni u dvije jednake ekipe i svaka se nalazi u svom polju. Svaka ekipa ima svog kapetana koji se nalazi iza protivničkog polja. Igra počinje tako da jedan od igrača ekipe koja ima loptu, gađa igrače protivničke ekipe. Igrač, kojega lopta pogodi, izlazi iz polja, stane uz uzdužnu crtu protivničkog polja i dalje sudjeluje u igri. Ako lopta pogodi igrača, a on je uspije zadržati, dakle, ako lopta ne padne na tlo, ostaje u polju, odnosno u igri i nastavlja gađati igrače protivničke ekipe. Igra se sve dok nisu pogođeni svi igrači jedne ekipe. Nakon toga u polje ulazi njihov kapetan koji dobiva loptu i nastavlja s igrom. Kad je i kapetan pogođen, ekipa gubi igru. | | |
| **Završni dio sata** | **TKO SE NEĆE NASMIJATI**  Učenici su podijeljeni u dvije skupine (ili više, ovisno o broju učenika). Svaka skupina izabere 2 – 4 učenika koji će nasmijavati učenike u drugoj skupini. Cilj je nasmijati što više učenika protivničke skupine u zadanom vremenu. Zadatak mogu izvoditi istovremeno ili prvo jedna pa druga skupina.  **VREDNOVANJE KAO UČENJE: PALČEVI** | | |