

РЕПУБЛИКА МАКЕДОНИЈА  
МИНИСТЕРСТВО ЗА ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА  
Биро за развој на образование и наука  
СКОПЈЕ

Примено:	18.05.2012		
Орг. единица	Број	Проло	Број/проло
02	1901/1		

Училиште: 0906

Трајко

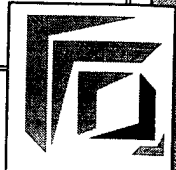
18.05.12 *jm*



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 и 51/11), министерот за образование и наука ја утврди Наставната програма по **физичко и здравствено образование** за V одделение на деветгодишното основно образование за учениците со пречки во психичкиот развој.

**АРХИВСКИ ПРИМЕРОК**

МИНИСТЕРСТВО ЗА ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА  
БИРО ЗА РАЗВОЈ НА ОБРАЗОВАНИЕТО



АДАПТИРАНА НАСТАВНА  
ПРОГРАМА ЗА УЧЕНИЦИТЕ СО  
ПРЕЧКИ ВО ПСИХИЧКИОТ РАЗВОЈ

**ФИЗИЧКО И ЗДРАВСТВЕНО  
ОБРАЗОВАНИЕ**

ДЕВЕТГОДИШНО  
ОСНОВНО ОБРАЗОВАНИЕ

**V** ОДДЕЛЕНИЕ

## 1. ВОВЕД

Предметот физичко и здравствено образование има значајно место во воспитно-образовниот процес во основното образование. Програмата по физичко и здравствено образование во процесот на настабата се реализира со посебни содржини, вежби и игри кои физички го активираат локомоторниот апарат и директно влијаат врз симетричниот и правилниот 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 на вежби за јакнење на сопствениот организам, учениците ќе се здобијат со основните елементи на спортот и ќе ја осознаат потребата за нивно активно вклучување во различниите спортски активности во текот на натамошното образование и нивниот живот.

Предметот физичко и здравствено образование е задолжителен и се реализира со 3 часа неделно, односно 108 часа годишно од IV до VI одделение.



## 2. РАЗВОЈНИ ЦЕЛИ НА НАСТАВАТА ОД IV ДО VI ОДДЕЛЕНИЕ

### Ученикот/ученичката:

- да применува вежби за подготовка и правилен физички развој;
- да ги развива физичките, функционалните и психомоторните способности;
- да изведува вежби за правилен и симетричен морфолошки развој, правилно држење на телото и правилна функција на локомоторниот апарат;
- да изведува и применува правилни и координирани вежби за јакнење, лабавење и растегнување;
- да се воведува во спортовите за развивање интерес за спортување;
- да развива ориентација во просторот со вежби и комплекси за психомоторните способности (координација на движењата и просторот, силата, брзината, еластичноста, снаодливоста, рамнотежата, експлозивноста и други);
- да совладува нови вежби и елементи од основите на спортовите и во игри (штафетни, карактерни, танци, игри без граници);
- да го збогатува своето спортско знаење со совладување на правилно изведени техники и елементи од основите на атлетиката, гимнастиката, ритмиката, танците;
- да ги знае и практикува правилата за игрите и рамноправно да учествува и соработува во тим-екипа;
- да стекнува здравствено-хигиенски навики и унапредување на здравјето;
- да умее одмерено да постапува за позитивно превентивно спречување и разрешување евентуални конфликтни ситуации;
- да ги учи и правилно да ги применува поимите од воспитно-образовното подрачје физичко и здравствено образование;
- да се ослободува од стрес преку физичка активност;
- да развива култура на однесување во спортувањето (како учесник, навивач, побеник, поразен).

### 3. ЦЕЛИ НА НАСТАВАТА ВО У ОДДЕЛЕНИЕ

#### Ученикот /ученичката:

- да го поттикнува правилниот физички развој (психомоторни и функционални способности) со правилна изведба на природните локомоторни движења;
- да го развива перманентно и симетрично телото со правилно изведени движење и вежби во различни положби;
- да комбинира правилно и да изведува комплексни вежби за оформување на телото;
- да го држи правилно телото во сите положби, и тоа во: седење, стоене, движење (одење и трчање);
- да ги одржува и подобрува психомоторните вештини: координација на природните и спортските движења, координација на движењето на целото тело во просторот; силата; брзината; снаодливоста; експлозивноста; еластичноста и рамнотежата;
- да совладува и правилно да изведува нови вежби и елементи од основите на спортовите, и тоа од: атлетиката, гимнастиката со ритмика, основите на танците, основите на спортските игри (ракомет, кошарка, одбојка и фудбал);
- да се оспособува да умее да ги процени своите физички и спортски способности и можности;
- да формира позитивни ставови кон физичките активности и спортувањето;
- да се запознава со користа од спортувањето и постепено да го открива личниот афинитет кон определен спорт;
- да се оспособува за соработка, тимска работа и фер-плеј однесување при изведувањето на игрите и спортувањето;
- да ги знае и практикува правилата на игрите и рамноправно да учествува и соработува во тим-екипа ;
- да умее да се ослободува од стрес состојби и психичка и физичка напнатост со вежбање;
- да применува здравствено - хигиенски навика за чување и унапредување на сопствената хигиена и здравје;
- да ги учи и да ги применува поимите од воспитно-образовното подрачје физичко и здравствено образование: спортски рејвизити, справи и помагала во согласност со наставната програма.
- да развива култура на однесување во спортувањето (како учесник, навивач, побеник, поразен).

#### 4. КОНКРЕТНИ ЦЕЛИ

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

Цели	Содржини	Поими	Активности и методи
<p>Ученикот /ученичката:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ да се развива физички со вежби и игри;</li> <li>➤ да ја подобрува основната физичка подготовка со: правилно изведување на вежбите за локомоторниот апарат;</li> <li>➤ да го обликува телото;</li> <li>➤ да го држи правилно телото;</li> <li>➤ да се поставува правилно во организациони форми;</li> <li>➤ да ги развива: силата, координацијата на движењата; координацијата во просторот;</li> <li>➤ да ја развива општата локомоторна способност во просторот;</li> <li>➤ да се поттикнува да соработува при реализација на вежбите и АКТИВНОСТИТЕ.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Увежување на поставувањето на учениците во две врсти <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Движење во колоната по еден и по двајца</li> <li>▶ Вртење во место, налево и надесно (вртење за 180°)</li> <li>▶ Движење право, цик-цак, (лево-десно), полу-кружно и кружно (по обележани геометриски форми)</li> <li>▶ Формирање групи во обележан простор</li> <li>▶ Игри: штафетни, игри без граници, игри со справи и реквизити (качување, слегување, провлекување, скокање)</li> </ul> </li> </ul>	<p>Спортски терени Вртење во место</p> <p>Налево круг</p> <p>Полигоони</p> <p>Спортски реквизити и справи</p> <p>Елементарни, штафетни и игри без граници</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Увежување на организирано поставување и движење, кога се поставуваат во колоната слепиот ученик се држи за рамото на неговиот/неговата соученик/соученичка кој/која има остаток на вид (ученикот со остатоци на вид го упатува и му помага на слепиот ученик).</li> <li>○ Учениците се поставуваат симетрично и навремено.</li> <li>○ Вежби за оформување на телото, како и корективно-компензаторни комплекси вежби.</li> <li>○ Вежби за правилна моторна функција на локомоторниот апарат. Во рамките на овој вид вежби од особена важност е примената и на соодветни вежби од психомоторна редукација.</li> </ul>

## ТЕМА: АТЛЕТИКА

Цели	Содржини	Поними	Активности и методи
<p><b>Ученикот /ученичката:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ да ги увежбава совладаните елементи од основите на атлетиката;</li> <li>➤ да совладува нови елементи: правилно трчање со промени на темпото и правецот, надвлекување, штафетно трчање, совладува правилна изведба на фрлања;</li> <li>➤ да се поттикнува активно да учествува во спортски игри;</li> <li>➤ да ги развива големите мускулни групи на рацете, трупот, карлицата и нозете;</li> <li>➤ да ги развива психомоторните способности, подвижноста на локомоторниот апарат;</li> <li>➤ да совладува термини од областа на атлетиката;</li> <li>➤ да учествува во игри со елементи од атлетиката.</li> </ul>	<p>Трчање: правилно трчање со промена на правецот на движењето, од право, цик-цак (лево-десно), полукружно и кружно</p> <p>Совладување штафетно трчање (елементарна игра)</p> <p>Скокања: Скок од место (мерење на експлозивната способност)</p> <p>Скок со залет-затрчување</p> <p>Основни техники: во височина и во далечина</p> <p>Фрлање: Основна техника за фрлање топче во цел и во далечина</p> <p>Штафетни игри</p>	<p>Ритам и правец на движење</p> <p>Штафетно трчање</p> <p>Техника ножици и згрчување</p> <p>Куглање</p> <p>Доскокнување</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Увежбавање и правилно изведување на елементите од основите на атлетиката: одење, трчање, скокање, фрлање, фаќање, посебно го следи движењето на рацете и на нозете, држењето на трупот и главата.</li> <li>○ Изведување скок на различна височина со претходно објаснување заради избегнување физички повреди.</li> <li>○ Штафетни игри, со претходно објаснување по вербален пат на поимот штафета.</li> <li>○ Играње дама.</li> <li>○ Скокање со јаже (индивидуално и групно).</li> <li>○ Скок во висина 20 см со внимателно доскокнување (амортизација на мека подлога).</li> <li>○ Натпревари: Фрлање топче во цел, префрлување топка преку ниска мрежа со погодување на одредена цел, куглање со пластични топки и сл.</li> <li>○ Брзо трчање на 30 метри (мерење на времето).</li> </ul>

## ТЕМА: ГИМНАСТИКА И РИТМИКА

Цели	Содржини	Поими	Активности и методи
<p><b>Ученикот /ученичката:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ да увежбува и да совладава нови гимнастички и ритмички елементи за развивање на локомоторниот апарат, координација во просторот и чувството за управување со телото во просторот;</li> <li>➤ да увежбува движења на партер во различни положби на телото; Движење на телото во целина во просторот, развивање на координацијата;</li> <li>➤ да развива способности за движење во склад со ритмот на музиката;</li> <li>➤ да ја развива подвижноста на големите мускулни групи;</li> <li>➤ да развива способности за движење со завртувања;</li> <li>➤ да применува естетско и елегантно држење на телото и делови од него.</li> </ul>	<p><b>Комплексни вежби</b>  <b>Корективно</b>  <b>компензаторни</b>  <b>(превентивно заштитни)</b>  <b>вежби</b></p> <p><b>Акробатика:</b>  <b>Колут напред и колут назад - Стој (став) на лопатки-свеќа - Чегна вага на колена</b></p> <p><b>Справи:</b>  <b>Висови и нишање на ниски: рипстоги, алки, вратило, разбој, греда и др. справи: качување, висење и спетување. Шведска клупа - одења со потскокнувања, вртења на клупа скокање од клупа со мек доскок</b></p> <p><b>Ритмика:</b>  <b>Ритмичко одење и трчање</b>  <b>Ритмички потскокнувања, мачкин скок, галоп скок, завртување на една нога, а потоа на другата нога, основни елементи со обрачи</b></p>	<p><b>Колут назад</b>  <b>Свеќа, стој</b>  <b>вежби за</b>  <b>(став) на</b>  <b>лопатки</b></p> <p><b>Колут</b>  <b>Алки</b>  <b>Јарец</b></p> <p><b>Ритмичко</b>  <b>одење и</b>  <b>трчање</b>  <b>Мачкин скок</b>  <b>Надскоци</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Комплексни вежби со насочено влијание: корективно-компензаторски вежби (насоки од превентивен карактер).</li> <li>○ Вежби за повторување на елементите колут напред и назад (наставникот особено да внимава на тоа вербално да ги објаснува овие движења посебно да внимава кај учениците кои се несигурни и имаат отпор и страв при изведувањето на вежбите).</li> <li>○ Качување, висење, нишање и спетување на гимнастички справи.</li> <li>○ Изведување штафетни игри со совладани елементи од основите на атлетиката и гимнастиката.</li> <li>○ Вежби за ритмика, со и без музика-развој на поимот за естетика, естетско и правилно држење на телото.</li> <li>○ Организирање на натпревари по танцување.</li> <li>○ Спојување на елементите на движења во комплексна целина.</li> <li>○ Игри на 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 ги развива психомоторните вештини усогласени со ритмот на музиката;</li> <li>➤ да умее да игра во склад на ритмот на музиката;</li> <li>➤ да игра танци од народното и современото творештво;</li> <li>➤ да го одржува телото и однесувањето сообразно со групното движење;</li> <li>➤ да развива способности за движење и игра во просторот.</li> <li>➤ да применува естетски вежби и да развива способности за групна изведба.</li> </ul>	<p>Совладување на основните особености на народните ора и танци</p> <p>Став (држење на телото)</p> <p>Правила на движење (правец)</p> <p>Начин на држење за рака и рамо</p> <p>Игри со музика</p> <p>Увезбување на претходно учените ора, обука и играње на трето оро со музика</p> <p>Танци по избор</p> <p>Карактерни игри</p>	<p>Народно оро</p> <p>Танци</p> <p>Имиња на народни ора и танци</p> <p>Поим- правила на чекорите на танците и орага</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Играње и пење со ритмичко изведување на одредени движења поврзани со танците.</li> <li>○ Ритмичко изведување на одредени движења поврзани со танците и елементи од танците.</li> <li>○ Совладување на основните особености на народните ора и танци.</li> <li>○ Вежби за држење на телото држење за рака и рамо.</li> <li>○ Вежбање на правилата за почеток на народното оро.</li> <li>○ Играње народни ора со побавно темпо и едноставни чекори (учениците може да изберат уште едно народно оро кое ќе го научат со музика да го играат).</li> <li>○ Изведување на научените ора и танци на училишните приредби (вакнење на самоодвербата кај учениците со пречки во психичкиот развој).</li> <li>○ Играње народни ора со различно темпо и сложеност на чекорите (од различни етнички зајдници).</li> </ul>

Се одбира спорт според интересот на учениците и можностите на училиштето.

**ТЕМА: ОСНОВИ НА СПОРТСКИ ИГРИ - КОШАРКА**

Цели	Содржини	Поими	Активности и методи
<p><b>Ученикот/ученичката:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ да ги увежбава и совладува елементите од кошарката;</li> <li>➤ да ја развива подвижноста на локомоторниот апарат при активности и вежви со топка (осетливост, координација).</li> </ul>	<p>Основни кошаркарски елементи со топка (големина на топката според возраста)</p>	<p>Кошарка, игра, кош и топка</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Учениците вежбаат слободно водeње и индивидуално играње со топка која одговара на нивната возраст (топките се помали од класичните топки за кошарка).</li> <li>○ Елементарни и штафетни игри во кои улогата на ученикот и топката ќе имаат доминантна улога.</li> <li>○ Обично и кошаркарско фрлање во одредена цел (низок кош, обрач, корпа и сл.).</li> </ul>



## ТЕМА: ОДБОЈКА

Цели	Содржини	Поими	Активности и методи
<p><b>Ученикот /ученичката:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ да ги совлада елементите од основите на одбојката;</li> <li>➤ да ја развива соработката, колективниот и спортскиот дух;</li> <li>➤ да ги развива способностите за игра со топка.</li> </ul>	<p>Основни елементи на одбојката</p>	<p>Одбојка Одбојкарско одбивање Одбивање со „чекан“ Одбојкарска мрежа</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Основни елементи со игри во место и движење.</li> <li>○ Одбивање на мала топка од сид.</li> <li>○ Додавање топка преку јаже.</li> <li>○ Додавање топка преку ниска одбојкарска мрежа.</li> <li>○ Одбивање мала топка (со прсти, чекан и наглатници) индивидуално и во парови.</li> <li>○ Примена на изученото на мини игралиште преку јаже, а потоа и преку ниско поставена одбојкарска мрежа.</li> </ul>

## ТЕМА: РАКОМЕТ

Цели	Содржини	Поими	Активности и методи
<p><b>Ученикот /ученичката:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Да ги совлада основните елементи од ракометот: техника на ракометно фрлање;</li> <li>➤ да се оспособи за додавање и приманье-фаќање на топката;</li> <li>➤ да се поттикнува да научи ракометен шут во гол.</li> </ul>	<p>Основни елементи во ракометот</p>	<p>Ракомет Ракометен гол Ракометна мрежа</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Слободно ракометно водење.</li> <li>○ Ракометно водење во определен правец.</li> <li>○ Слободно фрлање и фаќање мала ракометна топка од сид.</li> <li>○ Разни слободни фрлања од различни висини на телото, од рамо, гради.</li> <li>○ Ракометно фрлање во под со одбивање од сид.</li> <li>○ Додавање и фаќање топка помеѓу двајца во место (во висина на гради и со користење на подот).</li> <li>○ Ракометно шутирање на гол од место.</li> <li>○ Ракометно водење (слободно).</li> </ul>

## ТЕМА: ФУДБАЛ

Цели	Содржини	Поими	Активности и методи
<p><b>Ученикот /ученичката:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ да увежува 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 додавањето на топката и шутирањето во гол.</li> </ul>	<p>Основни елементи во фудбалот</p>	<p>Фудбал                      Водење на топка во фудбалот                      Гол во фудбалот                      Фудбалско шутирање                      Фудбалско игралиште                      Голбол</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Слободно водење на топка во фудбалот.</li> <li>○ Фудбалско шутирање во ѕид со прифаќање на одбиена топка.</li> <li>○ Фудбалско додавање и примане 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> </ul>

- Покрај редовната програма може да се реализираат и наставни теми-подрачја во договор со родителите:
- ▶ Пливаче;
  - ▶ Активности на снег;
  - ▶ Возење тротинет, велосипед, ролери;
  - ▶ Активности во природа: излети и пешачења;
  - ▶ Училиштен спорт;
  - ▶ Спортски школи и проекти;
  - ▶ Фитнес;
  - ▶ Планинарење;
  - ▶ Клизање;
  - ▶ Кулвање.

(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).

## 5. ДИДАКТИЧКИ ПРЕПОРАКИ

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

Програмата по 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 пливаче, активности на снег и во природа, активностите 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 користењето на природните услови.

*Важно е* наставникот на првите часови што е можно побрзу да воспостави вербална и моторичка комуникација со која ќе ги воведат 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 и да се подигне нивото на самодоверба кај учениците со прецки во развојот.

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 анкетираат, се формираат групи, се подготвува посебна програма за изведба, а ако има потреба покрај наставникот се ангажира и друго стручно лице. Наставните теми може да се изведуваат и во присуство на еден од родителите или старател.

Преку овој предмет на наставникот му се овозможува употребувајќи ја својата креативност и професионалност правилно да го насочи растот и развојот на својот ученик со општег вид.

Доколку условите на училиштето дозволуваат, наставникот во планирањето и изведувањето на активностите по предметот физичко и здравствено образование да употреби и специфични наставни помагала кои ќе придонесат ученикот да научи правилно да ги изведува планираните вежби и активности.



## 6. ОЦЕНУВАЊЕ НА ПОСТИГАЊАТА НА УЧЕНИЦИТЕ

Според поставените цели на наставната програма по физичко и здравствено образование, наставникот реализира (дијагностичко, формативно, микросумативно и сумативно) при што предвид ги има следните компоненти:

- ▶ усовршување на природните форми на движења 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 после 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.
- Физичките способности кај учениците со пречки во психичкиот развој се различни, па поради тоа наставникот не треба од нив да бара или да поставува какви било норми за формирање оценка. Оценувањето е индивидуално, а е врз основа на залагањето и способностите, редовноста и други елементи.

За постигањата на учениците се води дневник за сите наведени компоненти од кој се извлекува оценката на ученикот. Оценката на крајот на годината е бројчана, а во неа се опфатени постигања поврзани со елементите поставени со целта на наставната програма по физичко и здравствено образование за петто одделение.



## 7. ПРОСТОРНИ УСЛОВИ ЗА РЕАЛИЗИРАЊЕ 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 на Министерството за образование и наука.

## 8. НОРМАТИВ ЗА НАСТАВЕН КАДАР

Наставата по физичко и здравствено образование за петто одделение може да ја реализира лице кое завршило:  
- Филозофски факултет-Институт за дефектологија, дипломиран дефектолог;  
- дефектолошки факултет согласно Законот за основно образование.

Изготвил: работна група,

координатор Марија Симонова, советник во Бирото за развој на образованието - Скопје.

Одобрил: м-р Митко Чешларов, раководител на Сектор во Бирото за развој на образованието - Скопје

**9. ПОТПИС И ДАТУМ НА ДОНЕСУВАЊЕ НА НАСТАВНАТА ПРОГРАМА**

Наставната програма по физичко и здравствено образование за петто одделение на деветгодишното основно образование за учениците со пречки во психичкиот развој, на предлог на Бирото за развој на образованието, ја утврди

на ден 10.05.2012



РЕПУБЛИКА МАКЕДОНИЈА  
МИНИСТЕРСТВО ЗА ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА

Бр. М-2482/54  
17.05 2012 год.  
ОКОНЈЕ



М-р. Панче Кралев