

snovne karakteristike nastave, izbor nastavnih sadržaja, metodička uputstva (Drugi razred)
Imajući u vidu osobenosti ovog uzrasta, a prvom redu ubrzan rast, potrebno je sredstvima fizičkog vaspitanja uticati na to da se uporedo sa rastom u optimalnoj meri razvija i mišićni sistem, kao i svi unutrašnji organi i sistemi. U ovom periodu dečjeg razvitka posebnu pažnju treba posvetiti razvoju i usavršavanju manipulativnih i lokomotornih pokreta, s obzirom na još uvek izražene, tzv. suvišne pokrete i neracionalno trošenje energije. Pravilno odabranim i primenjivim sredstvima fizičkog vaspitanja i dalje uticati na učvršćivanje zdravlja, razvoj higijenskih navika, razvoj osnovnih komponenti motoričkih sposobnosti, kao i na ukupan razvoj ličnosti. Ciljevi i ishodi nastave se velikoj meri poklapaju sa zahtevima prethodnog razreda, s tim što su oni sada u izvesnoj meri uvećani. Postavljeni ciljevi i ishodi će se realizovati kroz redovne časove fizičkog vaspitanja (tri puta sedmično) kao i rada u vannastavnim aktivnostima.

1.1.

Izbor sadržaja za redovne sadržaje

U primeni nastavnih sadržaja u uvodnom delu časa u drugom razredu nema značajne razlike u odnosu na prvi razred. Igre su elementarne forme kretanja treba i dalje da predstavljaju osnovni sadržaj ovog dela časa, s tim što su sada zahtevi u izvesnoj meri uvećani, s obzirom na veće psihofizičke mogućnosti dece ovog uzrasta.

2

by Aljabak

Primeri vežbi i igara za uvodni deo časa hodanje sa oponašanjem, hodanje na razne načine (sa promenom brzine, promenom tempa, na prstima, petama, i sl), trčanje kombinovano sa hodanjem, trčanje uz razne zadatke (skočiti, okrenuti se, preskočiti prepreku, čučnuti, sestiti i sl.), hodanje i trčanje kombinovano sa drugim prirodnim oblicima kretanja (puzanje, penjanje, provlačenje). Primeri za pripremni deo časa Sadržaj ovog dela časa su vežbe oblikovanja koje se po sadržaju, formi i metodu primenjivanja ne razlikuju bitno u odnosu na vežbe oblikovanja iz prvog razreda. Intenzitet vežbanja trebalo bi u izvesnoj meri da bude veći, što znači da se pri primenjivanju ovih vežbi može dati veći broj ponavljanja i uz življi tempo. I sada će se u najvećoj meri koristiti vežbanje uz oponašanje radnji, pokreta, kretanja ljudi, životinja, mašina, mada je sve više nastavnikovog demonsriranja.

1.2. Vežbe za trup

1. Kosimo travu. Stav raskoračni, ruke u predručenju. Uz blagi pretklon pruženim rukama činiti pokrete koje čini kosač prilikom košenja trave. 2. Vetar savija žito. Stav spetni, uzručiti. Izvoditi pokreti rukama i trupom levodesno, napred-nazad, kao kada se klas povija pod naletima vetra. 3. Veslanje čamca. Stav sedeći, na tlu ili švedskoj klupi, ruke u priručenju. Ići u pretklon sa predručenjem, zatim uspravan stav, nagib nazad i zaručno zgrčen. 4. Brada – koleno. Stav sedeći, noge zgrčene, zaručiti i osloniti se rukama o tle. Dohvatiti naizmenično bradom levo, pa desno koleno.

**----- OSTATAK TEKSTA NIJE PRIKAZAN. CEO RAD MOŽETE
PREUZETI NA SAJTU. -----**

www.maturskiradovi.net

MOŽETE NAS KONTAKTIRATI NA E-MAIL: maturskiradovi.net@gmail.com