

		Датум реализације примера добре праксе 23.9.2021..год.
КАТЕГОРИЈА:	<u>ОДГОВОРАН ОДНОС ПРЕМА</u> <u>ЗДРАВЉУ</u>	
НАЗИВ РАДА (У зависности од категорије рада, наведите назив: предмета / наставне области / тему наставног часа / дана / тематске целине / активности / ситуације / манифестације, тип часа / часова и разред у коме се они реализују.)	„Хоћу да живим здраво“ Одговорно живљење, тематски дан, амбијентална настава (физичко васпитање у корелацији са осталим наставним предметима-свет око нас, српски језик, музичка култура, ликовна култура...). Ученици првог, трећег и четвртог разреда	
АУТОР/АУТОРИ (Име и презиме; Школа; Место)	Снежана Радовановић, проф. раз. наставе Ивана Матовић, проф. раз. наставе, Александра Лазић, проф. раз. наставе ОШ „Душан Јерковић“ - Банатски Карловац	
ЦИЉ часа или активности	Да млађи, ученици првог разреда, уз помоћ старијих ученика (трећег и четвртог разреда) схвате, кроз практична вежбања, да морају бити одговорни према себи, своме телу и окружењу.	
СПЕЦИФИЧНИ ЗАДАЦИ	Развијање свести ученика о значају физичке активности, здраве исхране, боравка на чистом ваздуху, чувању природе. Задовољити примарне мотиве ученика, посебно потребу за кретањем и игром, применити корективне вежбе за правилно држање и јачање тела.	
МЕЂУПРЕДМЕТНЕ КОМПЕТЕНЦИЈЕ	Физичко васпитање у корелацији са осталим наставним предметима (свет око нас, природа и друштво, српски језик, музичка и ликовна култура...)	
ИНОВАЦИЈЕ	Ученици ће имати одговорнији и позитивнији став према физичкој активности, своме телу, осећаће се боље и задовољније, побољшаће им се и умни рад. Позитивно ће се утицати на емоционалност ученика коју изазива телесно вежбање и контакт са природом и домаћим животињама. Развијање вршњачке подршке ученика. Развијање предузетништва (садимо цвеће, упознавање са новим технологијама гајења воћа) Давање приоритета физичком васпитању које је донекле запостављено и подређено другим предметима.	
РЕЗУЛТАТ (напредак) који је постигнут	Створена је навика телесног вежбања, ученици се здравије хране, чувају природу и своју околину.	
КОМЕНТАРИ (у зависности од категорије рада наведите коментаре ученика, учесника, локалне средине, или ...)	Ученици су били веома мотивисани и заинтересовани за овакве врсте активности; Ангажовање ученика и вршњачка подршка били су на високом нивоу; Интеракција између наставника и ученика, као и између ученика је у потпуности успостављена; Ученици су били одушевљени оваквим обликом активности, своје утиске су изразили ликовним изражавањем (у прилогу су дечији цртежи).	
ГЛАВНИ КОРАЦИ У ПЛАНИРАЊУ И РЕАЛИЗАЦИЈИ	• Скоро све активност су изведене у природи, у оближњем парку, воћњаку и фарми. - Шетајући до оближњег воћњака са ученицима је вођен разговор о томе зашто је неопходна физичка активност, како се хране, шта у исхрани треба да избаце а шта више да користе, како се све штити природа... -трчање и корективне вежбе и игре у природи, -упознавање са начином гајења воћа; -непосредан сусрет са домаћим животињама; -прављење здравих салата од воћа и поврћа; -говорна вежба ученика на тему „Хоћу да будем здрав“; -певање песама о природи, здрављу и вежбању; -утисци ученика кроз ликовно изражавање; -сакупљање отпадака у природи и сађење цвећа у школском дворишту.	

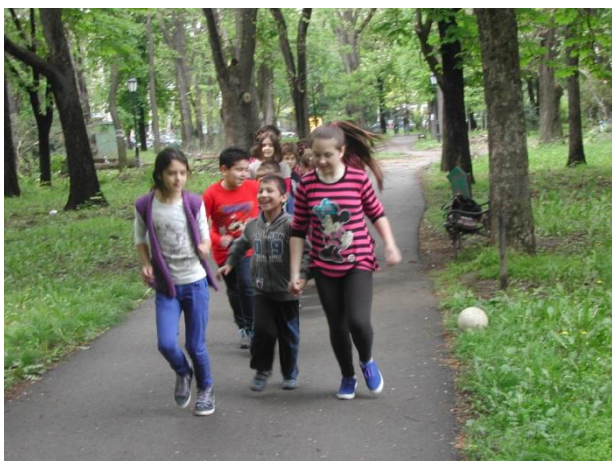
ОБЛИЦИ РАДА:	ОПИС САДРЖАЈА ПО КОРАЦИМА
Фронтални, групни, индивидуални	Уводна активност
МЕТОДЕ РАДА:	Шетња до оближњег парка и разговор са ученицима .
Метода живе речи, метода очигледности, метода практичног вежбања, метода игре, такмичење	Загревање-трчање са задацима, по парку. Ученици трећег и четвртог разреда показују вежбе обликовања својим млађим другарима (вежбе за јачање врата, руку, ногу, трбушних мишића, корективне вежбе за стопала, леђа..).
СРЕДСТВА И ПОМАГАЛА:	Главне активности
<i>Приручна средства из природе (дрво, грање, трава, цвеће) лопте вијаче, хамери ,водене, дрвене, воштане боје...</i>	- Разгледање воћњака и разговор о значају сађења нових биљака и начину његовог узгајања (систем заливања и противградна мрежа, уочавање распореда садње младих воћки). -Непосредан сусрет са домаћим животињама и упознавање са начином њиховог узгајања.
АКТИВНОСТИ УЧЕНИКА	-Прескакање вијаче, пењање уз дрво, надвлачење, полигон спретности између дрвећа.
<i>Ходање, трчање, прескакање, пењање, слушање, посматрање, запажање, решавање,певање, сликање,цртање, описивање.</i>	- Колективне игре лоптом (фудбал,одбојка,гађање лоптом и добацивање. -Прављење салата од воћа и поврћа, разговор са ученицима како се хране, шта воле да једу, зашто морају да имају више воћа, поврћа, млека и меса у исхрани , да мање конзумирају грицкалице и слатише јер ће бити здравији и лепши. - Одмор на трави уз говорну вежбу „Хоћу да будем здрав“.
АКТИВНОСТИ УЧИТЕЉА	Завршна активност
<i>Ходање, трчање, објашњавање, демонстрирање, усмеравање, координирање, бодрење, мотивисање...</i>	Ликовно изражавање ученика о утисцима са претходних активности.
АКТИВНОСТИ ОСТАЛИХ УЧЕСНИКА	Додатна активност
<i>Усмеравање, објашњавање, демонстрирање.</i>	Сакупљање отпадака у школском дворишту и сађење цвећа .
ПРИЛОЗИ Мултимедијална презентација, фотографије	
	КРАТАК ОПИС ПРИЛОГА Опис часа са фотографијама делова реализованог часа. Фотографије дечијих цртежа који илуструју утиске деце на тему „Хоћу да будем здрав!“.

ОПИС АКТИВНОСТИ

Уводна активност:

Пре поласка у шетњу ка оближњем воћњаку и фарми, ученици су у парку, испред школе, извели вежбе загревања и обликовања.

- Данашњи дан ћемо посветити заједничкој борби за здрав живот.
- Старији ученици упућују млађе на који начин да загреју своје тело и правилно ураде вежбе обликовања.
- По један старији ученик (4. разред), у мањим групама показује вежбе обликовања:
 - трчање са задацима;
 - вежбе за јачање руку, ногу, трбушних мишића, леђа...
 - вежбе истезања,
 - Корективне вежбе за стопала (ходање на прстима, скакутање као зека...



Дечак који, иначе, ради по ИОП-у је уз помоћ старијих другара, равноправно са осталима, радо учествовао у свим активностима.

Развијање свести о значају здравог живљења и физичке активности кроз рекреацију и игре у природи

Шетња до оближњег воћњака и фарме

Шетајући кроз природу, са ученицима је вођен разговор о томе зашто је неопходна физичка активност, како се хране, шта у исхрани треба да избаце а шта више да користе, како се све штити природа...

Док пешачимо, ученици певају песму „Ала је леп овај свет”



Разгледање воћњака и разговор о значају сађења нових биљака и начину његовог узгајања (систем заливања и противградна мрежа, уочавање распореда садње младих воћки).

Наглашено је колико је јабука, као воће, корисна у нашој исхрани. Деца су прокоментарисала да су јабуке њихово омиљено воће, од кога маме и баке праве њихове омиљене посластице.

Старији ученици су сугерисали млађима шта све симболише јабука (љубав, пријатељство, а првенствено здравље- „Румен као јабука.”).



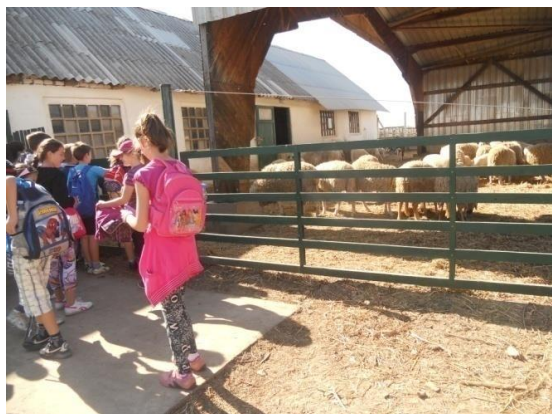
У непосредној близини воћњака налази се фарма коју смо посетили.

Домаћини су нам показали: овце, свиње, говеда, магарце и коње. Видели смо услове у којима животиње живе и сазнали смо како се животиње гаје и негују.

Разговарали смо о значају сваке врсте за човека.

Закључили смо да је уз труд и рад, потребно и пуно љубави да би се гајиле све ове животиње.

Највећи утисак на децу су оставили коњи, код којих смо се најдуже задржали.



При посети фарми приметили смо да, и ако живимо на селу, већина наших ученика се по први пут непосредно сусрела са овим домаћим животињама.

У контакту са животињама, а посебно коњима, приметиле смо колико је тај сусрет изазвао позитивних емоција код деце.

Посебно је то било изражено код дечака са којим се ради по ИОП-у. Имао је велику потребу да мази животиње и са свима подели своју радост.



Игре у природи

Природа нам је пружи́ла пуно услова за нове, занимљиве игре које јачају наше тело, као и наш дух.

1. Активност

Прескакање вијаче: индивидуално и у пару, у месту и трчању, групно прескакање вијаче кроз игру „Црвено, бело, плаво...”.



2. Активност

Игра спретности: пењање уз дрво

Ученици су подељени у две групе и уз помоћ и надзор учитеља се пењу уз дрво.



3. Активност

Полигон спретности – трчање између дрвећа

Ученици су подељени у две колоне које стоје испред два паралелна дрвореда. На знак учитеља, први из колоне крећу, што брже трче између стабала дрвореда, а за њима одмах наредни. Победник је екипа која прва заврши низ и стаје поново у колону.



4. Активност

Игре лоптом

Ученици су подељени по групама (једна група игра фудбал на ливади, друга „Између две ватре”).



Време је за предах!

Уз здраву ужину (шаргарепе и јабуке) разговарамо са ученицима како се хране, шта воле да једу, зашто треба јести више воћа, поврћа, млека и меса.

Сугерисано им је да би било боље да мање конзумирају грицкалице и слатише јер ће тада бити здравији и лепши.

Уз све ово истакнут је значај одмора и сна за наш организам.



Завршна активност:

По завршетку наставног дана, ученици сумирају утиске кроз ликовно изражавање.



Враћамо се кући!

У повратку певамо песму „Природа је као бајка, природа је наша мајка”, задовољни и сретни јер смо данас, у правом смислу, били део природе и учинили наш живот здравим и лепшим.



Под утискомведеног дана у природи, по повратку, смо у нашем школском дворишту покупили отпатке и посадили нове биљке, које смо добили од домаћина које смо посетили.

