

GODIŠNJI IZVEDBENI KURIKULUM TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE
ŠKOLSKA GODINA 2024./2025.

4. razred

Osnovna škola „Petar Lorini“, Sali

Učiteljica razredne nastave: Marija Šešelja

RUJAN 6 sati	SADRŽAJ ZA OSTVARIVANJE ODGOJNO- OBRAZOVNIH ISHODA	PREDMETNO PODRUČJE	ODGOJNO-OBRAZOVNI ISHODI	RAZRADA ODGOJNO-OBRAZOVNIH ISHODA	ODGOJNO-OBRAZOVNA OČEKIVANJA MEĐUPREDMETNIH TEMA
1.	Gađanje lopticom u pokretni cilj s udaljenosti od 5 m Galop naprijed i strance Vučenje i potiskivanje suvježbača na različite načine uz korištenje pomagala	A	OŠ TZK A.4.2. Prepoznaje i izvodi ritmičke i plesne strukture u jednostavnim koreografijama.	Prepoznaje i izvodi ritmičku strukturu galop naprijed i strance.	uku D.2.2. Suradnja s drugima Učenik ostvaruje dobru komunikaciju s drugima, uspješno surađuje u različitim situacijama i spreman je zatražiti i ponuditi pomoć.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – gađanje lopticom u cilj, vučenje i potiskivanje suvježbača.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova bez upotrebe pomagala.	

2.	INICIJALNO PROVJERAVANJE (visina, težina)	B	OŠ TZK B.4.1. Sudjeluje u provjeravanju morfoloških obilježja, motoričkih i funkcionalnih sposobnosti te obilježja pravilnoga tjelesnog držanja.	Prepoznaje morfološka obilježja i motoričke sposobnosti i sudjeluje u njihovom provjeravanju.	uku B.2.2.Praćenje Na poticaj učitelja učenik prati svoje učenje i napredovanje tijekom učenja. osr A.2.1. Razvija sliku o sebi.
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova bez upotrebe pomagala, u parovima.	
3.	INICIJALNO PROVJERAVANJE (skok u dalj iz mjesta, pretklon u uskom raznoženju, prenošenje pretrčavanjem)	B	OŠ TZK B.4.1. Sudjeluje u provjeravanju morfoloških obilježja, motoričkih i funkcionalnih sposobnosti te obilježja pravilnoga tjelesnog držanja.	Prepoznaje morfološka obilježja i motoričke sposobnosti i sudjeluje u njihovom provjeravanju.	osr A.2.1. Razvija sliku o sebi. uku C.2.2.Slika o sebi kao učeniku Učenik iskazuje pozitivna i visoka očekivanja i vjeruje u svoj uspjeh u učenju.
		C	OŠ TZK C.4.1. Prati osobna motorička postignuća i njihovo unaprjeđenje.	Prati osobna motorička postignuća i uspoređuje ih s prošlogodišnjim.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića	

				gornjih i donjih udova bez upotrebe pomagala, u parovima.	
4.	INICIJALNO PROVJERAVANJE (trčanje tri minute, podizanje trupa)	B	OŠ TZK B.4.1. Sudjeluje u provjeravanju morfoloških obilježja, motoričkih i funkcionalnih sposobnosti te obilježja pravilnoga tjelesnog držanja.	Prepoznaje morfološka obilježja i motoričke sposobnosti i sudjeluje u njihovom provjeravanju.	osr A.2.1. Razvija sliku o sebi. uku C.2.2. Slika o sebi kao učeniku Učenik iskazuje pozitivna i visoka očekivanja i vjeruje u svoj uspjeh u učenju.
		C	OŠ TZK C.4.1. Prati osobna motorička postignuća i njihovo unaprjeđenje.	Prati osobna motorička postignuća i uspoređuje ih s prošlogodišnjim.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova bez upotrebe pomagala, u parovima.	
5.	Galop naprijed i strance Bacanje medicine od 1 kg suručno iz različitih položaja Ciklična kretanja različitim tempom do 4 min Vis prednji na karikama	A	OŠ TZK A.4.2. Prepoznaje i izvodi ritmičke i plesne strukture u jednostavnim koreografijama.	Prepoznaje i izvodi ritmičku strukturu galop naprijed i strance.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. uku B.2.2.Praćenje Na poticaj učitelja učenik prati svoje učenje i napredovanje tijekom učenja.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti - bacanje medicine i vis prednji na karikama te funkcionalnih sposobnosti – ciklična kretanja.	

		C	OŠ TZK C.4.1. Prati osobna motorička postignuća i njihovo unaprjeđenje.	Prati i uspoređuje osobna postignuća.	osr A.2.1. Razvija sliku o sebi.
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova bez upotrebe pomagala.	
6.	Brzo trčanje na 50 m iz poluvisokog starta Vučenje i potiskivanje suvježbača na različite načine uz korištenje pomagala Bacanje medicinke od 1 kg suručno iz različitih položaja	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno trčati iz poluvisokog starta te suručno bacati medicinku od 1 kg iz različitih položaja.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. uku B.2.2.Praćenje Na poticaj učitelja učenik prati svoje učenje i napredovanje tijekom učenja. osr A.2.1. Razvija sliku o sebi.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – vučenje i potiskivanje suvježbača.	
		C	OŠ TZK C.4.1. Prati osobna motorička postignuća i njihovo unaprjeđenje.	Prati i uspoređuje osobna postignuća.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova uz pomoć kratke vijače.	

LISTOPAD 10 sati	SADRŽAJ ZA OSTVARIVANJE ODGOJNO-OBRAZOVNIH ISHODA	PREDMETNO PODRUČJE	ODGOJNO-OBRAZOVNI ISHODI	RAZRADA ODGOJNO- OBRAZOVNIH ISHODA	ODGOJNO-OBRAZOVNA OČEKIVANJA MEĐUPREDMETNIH TEMA
7.	Udarac na vrata sredinom hrpta stopala (N) Brzo trčanje na 50 m iz poluisokog starta Gađanje lopticom u pokretni cilj s udaljenosti do 5 m Dječji nogomet (N)	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno izvoditi udarac na vrata sredinom hrpta stopala.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. osr A.2.1. Razvija sliku o sebi. uku C.2.4. Emocije Učenik se koristi ugodnim emocijama i raspoloženjima tako da potiču učenje i kontrolira neugodne emocije i raspoloženja tako da ga ne ometaju u učenju.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – gađanje lopticom u cilj te funkcionalnih sposobnosti – brzo trčanje, na zraku na školskom igralištu.	
		D	OŠ TZK D.4.1. Izvodi naprednije kineziološke motoričke aktivnosti na otvorenom.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova s lopticama.	
			OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe	

				aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova uz pomoć kratke vijače.	
8.	Dodavanje i hvatanje lopte u kretanju (R) Udarac na vrata sredinom hrpta stopala (N) Ciklična kretanja različitim tempom do 4 minute Dječji nogomet (N)	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno izvoditi udarac na vrata sredinom hrpta stopala.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. osr A.2.1. Razvija sliku o sebi. uku D.2.2. Suradnja s drugima Učenik ostvaruje dobru komunikaciju s drugima, uspješno surađuje u različitim situacijama i spreman je zatražiti i ponuditi pomoć.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – dodavanje i hvatanje lopte u kretanju te funkcionalnih sposobnosti – ciklična kretanja, na zraku na školskom igralištu.	
		D	OŠ TZK D.4.1. Izvodi naprednije kineziološke motoričke aktivnosti na otvorenom.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova s lopticama.	

			OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova s lopticama.	
9.	Skok u vis iz kosog zaleta odraz lijevom i desnom nogom Dodavanje i hvatanje lopte u kretanju (R) Udarac na vrata sredinom hrpta stopala (N) Brzo trčanje na 50 m iz poluvisokog starta	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno izvoditi skok uvis iz kosog zaleta.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. uku D.2.2. Suradnja s drugima Učenik ostvaruje dobru komunikaciju s drugima, uspješno surađuje u različitim situacijama i spreman je zatražiti i ponuditi pomoć.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – dodavanje i hvatanje lopte u kretanju i udarac na vrata sredinom hrpta stopala te funkcionalnih sposobnosti – brzo trčanje.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa,	

				uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova u parovima.	
			OŠ TZK D.4.3. Priprema i skrbi o školskom vježbalištu.	Sudjeluje u pripremi dvorane za skok uvis te brine o donošenju i odnošenju lopti.	
10.	Dodavanje i hvatanje lopte u kretanju (R) Skok u vis iz kosog zaleta odraz lijevom i desnom nogom Vođenje lopte sredinom hrpta stopala (N) Gađanje lopticom u pokretni cilj s udaljenosti do 5 m	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno izvoditi skok uvis iz kosog zaleta.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. uku D.2.2. Suradnja s drugima Učenik ostvaruje dobru komunikaciju s drugima, uspješno surađuje u različitim situacijama i spreman je zatražiti i ponuditi pomoć.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – dodavanje i hvatanje lopte u kretanju, vođenje lopte sredinom hrpta stopala te gađanje lopticom u pokretni cilj.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te	

				aktivacije mišića gornjih i donjih udova uz pomoć lopti.	
			OŠ TZK D.4.3. Priprema i skrbi o školskom vježbalištu.	Sudjeluje u pripremi dvorane za skok uvis te brine o donošenju i odnošenju lopti.	
11.	Vođenje lopte sredinom hrpta stopala (N) Dodavanje i hvatanje lopte iz „košarice“ u odbojkaškom stavu (O) Skok u vis iz kosog zaleta odraz lijevom i desnom nogom Mini rukomet (R)	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno dodavati i hvatati loptu iz „košarice“ u odbojkaškom stavu.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. osr A.2.1. Razvija sliku o sebi. uku B.2.4. Samovrednovanje/samoprocjena Na poticaj učitelja, ali i samostalno, učenik samovrednuje proces učenja i svoje rezultate te procjenjuje ostvareni napredak.
		C	OŠ TZK C.4.1. Prati osobna motorička postignuća i njihovo unaprjeđenje.	Prati osobna motorička postignuća i napredak u izvođenju skoka uvis iz kosog zaleta.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova uz pomoć palica.	
			OŠ TZK D.4.3. Priprema i skrbi o školskom vježbalištu.	Sudjeluje u pripremi dvorane za skok uvis te brine o donošenju i odnošenju lopti.	

12.	Dodavanje i hvatanje lopte iz „košarice“ u odbojkaškom stavu (O) Vođenje lopte sredinom hrpta stopala (N) Ciklična kretanja različitim tempom do 4 minute Mini rukomet (R)	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno dodavati i hvatati loptu iz „košarice“ u odbojkaškom stavu.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. osr A.2.2. Upravlja emocijama i ponašanjem.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – vođenje lopte sredinom hrpta stopala te funkcionalnih sposobnosti – ciklična kretanja na zraku na školskom igralištu.	
		D	OŠ TZK D.4.1. Izvodi naprednije kineziološke motoričke aktivnosti na otvorenom.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova bez pomagala.	
			OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića	

				gornjih i donjih udova bez pomagala.	
13.	Brzo trčanje na 50 m iz poluvisokog starta Dodavanje i hvatanje lopte iz „košarice“ u odbojkaškom stavu (O) Vođenje lopte s promjenom smjera kretanja (K) Dječji nogomet (N)	B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – dodavanje i hvatanje lopte iz „košarice“ u odbojkaškom stavu, vođenje lopte s promjenom smjera kretanja te funkcionalnih sposobnosti – brzo trčanje na zraku na školskom igralištu.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. uku B.2.2.Praćenje Na poticaj učitelja učenik prati svoje učenje i napredovanje tijekom učenja. osr A.2.1. Razvija sliku o sebi.
		D	OŠ TZK D.4.1. Izvodi naprednije kineziološke motoričke aktivnosti na otvorenom.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova bez pomagala.	
			OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog	

				obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova bez pomagala.	
14.	Vođenje lopte s promjenom smjera kretanja (K) Skok u vis iz kosog zaleta odraz lijevom i desnom nogom Bacanje medicinke od 1 kg suručno iz različitih položaja Vučenje i potiskivanje suvježbača na različite načine uz korištenje pomagala	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno suručno bacati medicinku od 1 kg iz različitih položaja.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. uku B.2.2.Praćenje Na poticaj učitelja učenik prati svoje učenje i napredovanje tijekom učenja. osr A.2.1. Razvija sliku o sebi.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – vođenje lopte s promjenom smjera kretanja, skok uvis iz kosog zaleta te vučenje i potiskivanje suvježbača.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova uz pomoć kratke vijače.	
			OŠ TZK D.4.3. Priprema i skrbi o školskom vježbalištu.	Sudjeluje u pripremi dvorane za skok uvis te brine o donošenju i odnošenju lopti.	

15.	Ciklična kretanja različitim tempom do 4 minute Vođenje lopte s promjenom smjera kretanja (K) Udarac na vrata sredinom hrpta stopala (N) Skok u vis iz kosog zaleta odraz lijevom i desnom nogom	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno voditi loptu uz promjenu smjera kretanja te izvoditi udarac na vrata sredinom hrpta stopala.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. osr A.2.1. Razvija sliku o sebi. uku C.2.4. Emocije Učenik se koristi ugodnim emocijama i raspoloženjima tako da potiču učenje i kontrolira neugodne emocije i raspoloženja tako da ga ne ometaju u učenju.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – skok uvis iz kosog zaleta te funkcionalnih sposobnosti – ciklična kretanja.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova uz pomoć lopti.	
			OŠ TZK D.4.3. Priprema i skrbi o školskom vježbalištu.	Sudjeluje u pripremi dvorane za skok uvis te brine o donošenju i odnošenju lopti.	

16.	Ubacivanje lopte u koš jednom rukom odozgora nakon vođenja – košarkaški dvokorak (K) Dodavanje i hvatanje lopte u kretanju (R) Gađanje lopticom u pokretni cilj s udaljenosti do 5 m Mini rukomet (R)	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno izvoditi košarkaški dvokorak.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. osr A.2.3. Razvija osobne potencijale. uku D.2.2. Suradnja s drugima Učenik ostvaruje dobru komunikaciju s drugima, uspješno surađuje u različitim situacijama i spreman je zatražiti i ponuditi pomoć.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – dodavanje i hvatanje lopte u kretanju i gađanje lopticom u cilj na zraku na otvorenom.	
		D	OŠ TZK D.4.1. Izvodi naprednije kineziološke motoričke aktivnosti na otvorenom.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova uz pomoć loptica.	
			OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova uz pomoć loptica.	

STUDENI 8 sati	SADRŽAJ ZA OSTVARIVANJE ODGOJNO-OBRAZOVNIH ISHODA	PREDMETNO PODRUČJE	ODGOJNO-OBRAZOVNI ISHODI	RAZRADA ODGOJNO- OBRAZOVNIH ISHODA	ODGOJNO-OBRAZOVNA OČEKIVANJA MEĐUPREDMETNIH TEMA
17.	Dodavanje i hvatanje lopte u kretanju (R) Ubacivanje lopte u koš jednom rukom odozgora nakon vođenja – košarkaški dvokorak (K) Penjanje po mornarskim ljestvama Dječji nogomet (N)	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno izvoditi košarkaški dvokorak.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. zdr A.2.3. Opisuje važnost održavanja pravilne osobne higijene za očuvanje zdravlja s naglaskom na pojačanu potrebu osobne higijene tijekom puberteta. osr A.2.1. Razvija sliku o sebi.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – dodavanje i hvatanje lopte u kretanju i penjanje po mornarskim ljestvama.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova uz pomoć krugova.	
			OŠ TZK D.4.4. Primjenjuje pravila raznovrsnih sportova.	Primjenjuje pravila dječjeg nogometa.	

18.	Vođenje lopte sredinom hrpta stopala (N) Ubacivanje lopte u koš jednom rukom odozgora nakon vođenja – košarkaški dvokorak (K) Ciklična kretanja različitim tempom do 4 minute Narodni ples po izboru iz zavičajnog područja	A	OŠ TZK A.4.2. Prepoznaje i izvodi ritmičke i plesne strukture u jednostavnim koreografijama.	Prepoznaje i izvodi plesne strukture uz pjesmu Staro sito i korito iz kajkavskog zavičajnog područja.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. uku D.2.2. Suradnja s drugima Učenik ostvaruje dobru komunikaciju s drugima, uspješno surađuje u različitim situacijama i spreman je zatražiti i ponuditi pomoć.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – vođenje lopte sredinom hrpta stopala, košarkaški dvokorak te funkcionalnih sposobnosti – ciklična kretanja.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova bez pomagala uz glazbenu pratnju.	
19.	Dodavanje i hvatanje lopte iz „košarice“ u odbojkaškom stavu (O)	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno povezivati kolot naprijed i natrag.	zdr A.2.3. Opisuje važnost održavanja pravilne osobne higijene za očuvanje zdravlja s

	Povezivanje koluta naprijed i natrag na različite načine Vođenje lopte sredinom hrpta stopala (N)	C	OŠ TZK C.4.1. Prati osobna motorička postignuća i njihovo unaprjeđenje.	Prati osobna motorička postignuća i napredak u dodavanju i hvatanju lopte iz „košarice“ u odbojkaškom stavu i vođenju lopte sredinom hrpta stopala.	naglaskom na pojačanu potrebu osobne higijene tijekom puberteta. osr A.2.3. Razvija osobne potencijale.
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova uz pomoć palica.	
			OŠ TZK D.4.4. Primjenjuje pravila raznovrsnih sportova.	Primjenjuje odbojkaška i nogometna pravila.	
20.	Povezivanje koluta naprijed i natrag na različite načine Penjanje po mornarskim ljestvama Vođenje lopte s promjenom smjera kretanja (K)	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno povezivati kolut naprijed i natrag na različite načine.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – penjanje po mornarskim ljestvama i vođenje lopte s	osr A.2.2. Upravlja emocijama i ponašanjem. uku C.2.1. Vrijednost učenja

				promjenom smjera kretanja.	Učenik može objasniti vrijednost učenja za svoj život.
		C	OŠ TZK C.4.1. Prati osobna motorička postignuća i njihovo unaprjeđenje.	Prati i uspoređuje osobna postignuća.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova u parovima.	
21.	Penjanje po mornarskim ljestvama Povezivanje koluta naprijed i natrag na različite načine Ubacivanje lopte u koš jednom rukom odozgora nakon vođenja – košarkaški dvokorak (K) Mini rukomet (R)	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno izvoditi košarkaški dvokorak.	zdr A.2.3. Opisuje važnost održavanja pravilne osobne higijene za očuvanje zdravlja s naglaskom na pojačanu potrebu osobne higijene tijekom puberteta. uku B.2.2.Praćenje Na poticaj učitelja učenik prati svoje učenje i napredovanje tijekom učenja. osr A.2.1. Razvija sliku o sebi.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – penjanje po mornarskim ljestvama i povezivanje koluta naprijed i natrag na različite načine.	
		C	OŠ TZK C.4.1. Prati osobna motorička postignuća i njihovo unaprjeđenje.	Prati i uspoređuje osobna postignuća.	

		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova bez pomagala.	
			OŠ TZK D.4.4. Primjenjuje pravila raznovrsnih sportova.	Primjenjuje rukometna pravila.	
22.	Penjanje po mornarskim ljestvama Narodni ples po izboru iz zavičajnog područja Ubacivanje lopte u koš jednom rukom odozgora nakon vođenja – košarkaški dvokorak (K)	A	OŠ TZK A.4.2. Prepoznaje i izvodi ritmičke i plesne strukture u jednostavnim koreografijama.	Prepoznaje i izvodi plesne strukture uz pjesmu Staro sito i korito iz kajkavskog zavičajnog područja.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. uku B.2.2.Praćenje Na poticaj učitelja učenik prati svoje učenje i napredovanje tijekom učenja. osr A.2.1. Razvija sliku o sebi.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – penjanje po mornarskim ljestvama i košarkaški dvokorak.	
		C	OŠ TZK C.4.1. Prati osobna motorička postignuća i njihovo unaprjeđenje.	Prati i uspoređuje osobna motorička postignuća te ih unaprjeđuje.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa,	

				uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova bez pomagala uz glazbenu pratnju.	
23.	Penjanje po mornarskim ljestvama Narodni ples po izboru iz zavičajnog područja Vis stojeći prednji provlakom u vis stojeći stražnji na dočelnim spravama Skok u vis iz kosog zaleta odraz lijevom i desnom nogom	A	OŠ TZK A.4.2. Prepoznaje i izvodi ritmičke i plesne strukture u jednostavnim koreografijama.	Prepoznaje i izvodi plesne strukture uz pjesmu Staro sito i korito iz kajkavskog zavičajnog područja.	zdr A.2.3. Opisuje važnost održavanja pravilne osobne higijene za očuvanje zdravlja s naglaskom na pojačanu potrebu osobne higijene tijekom puberteta. uku C.2.4. Emocije Učenik se koristi ugodnim emocijama i raspoloženjima tako da potiču učenje i kontrolira neugodne emocije i raspoloženja tako da ga ne ometaju u učenju.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – penjanje po mornarskim ljestvama, vis stojeći prednji provlakom u vis stojeći stražnji te skok uvis iz kosog zaleta.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova bez pomagala uz glazbenu pratnju.	

			OŠ TZK D.4.3. Priprema i skrbi o školskom vježbalištu.	Sudjeluje u pripremi dvorane za skok uvis.	
24.	Vis stojeći prednji provlakom u vis stojeći stražnji na dočelnim spravama Udarac na vrata sredinom hrpta stopala (N) Penjanje po konopu ili motki do 2 m Narodni ples po izboru iz zavičajnog područja	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno izvoditi vis stojeći prednji provlakom u vis stojeći stražnji.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. osr A.2.3. Razvija osobne potencijale. uku D.2.2. Suradnja s drugima Učenik ostvaruje dobru komunikaciju s drugima, uspješno surađuje u različitim situacijama i spreman je zatražiti i ponuditi pomoć.
			OŠ TZK A.4.2. Prepoznaje i izvodi ritmičke i plesne strukture u jednostavnim koreografijama.	Prepoznaje i izvodi plesne strukture uz pjesmu Staro sito i korito iz kajkavskog zavičajnog područja.	
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – udarac na vrata sredinom hrpta stopala i penjanje po konopu/motki.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova uz pomoć lopti.	

PROSINAC 6 sati	SADRŽAJ ZA OSTVARIVANJE ODGOJNO-OBRAZOVNIH ISHODA	PREDMETNO PODRUČJE	ODGOJNO- OBRAZOVNI ISHODI	RAZRADA ODGOJNO- OBRAZOVNIH ISHODA	ODGOJNO-OBRAZOVNA OČEKIVANJA MEĐUPREDMETNIH TEMA
25.	Povezivanje koluta naprijed i natrag na različite načine Penjanje po mornarskim ljestvama Vođenje lopte s promjenom smjera kretanja (K)	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno povezivati kolut naprijed i natrag na različite načine.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. osr A.2.2. Upravlja emocijama i ponašanjem. uku C.2.1. Vrijednost učenja Učenik može objasniti vrijednost učenja za svoj život.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – penjanje po mornarskim ljestvama i vođenje lopte s promjenom smjera kretanja.	
		C	OŠ TZK C.4.1. Prati osobna motorička postignuća i njihovo unaprjeđenje.	Prati i uspoređuje osobna postignuća.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova u parovima.	
26.	Penjanje po konopu ili motki do 2 m Udarac na vrata sredinom hrpta stopala (N)	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja	Oponašanjem uči pravilno izvoditi sunožni naskok na odskočnu dasku i skok pruženo.	zdr A.2.3. Opisuje važnost održavanja pravilne osobne higijene za očuvanje zdravlja s naglaskom na

	Ubacivanje lopte u koš jednom rukom odozgo nakon vođenja – košarkaški dvokorak (K) Sunožni naskok na odskočnu dasku i skok pruženo		raznovrsnih grupacija sportova.		pojačanu potrebu osobne higijene tijekom puberteta. osr A.2.1. Razvija sliku o sebi. uku C.2.4. Emocije Učenik se koristi ugodnim emocijama i raspoloženjima tako da potiču učenje i kontrolira neugodne emocije i raspoloženja tako da ga ne ometaju u učenju.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – penjanje po konopcu ili motki, udarac na vrata sredinom hrpta stopala i košarkaški dvokorak.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova uz pomoć loptica.	
27.	Vođenje lopte sredinom hrpta stopala (N) Povezivanje koluta naprijed i natrag na različite načine Sunožni naskok na odskočnu dasku i skok pruženo Dječja košarka (K)	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno izvoditi sunožni naskok na odskočnu dasku i skok pruženo.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. uku D.2.2. Suradnja s drugima Učenik ostvaruje dobru komunikaciju s drugima, uspješno surađuje u različitim situacijama i spreman je zatražiti i ponuditi pomoć. goo C.2.2. Promiče solidarnost u školi.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – vođenje lopte sredinom hrpta stopala i povezivanje koluta naprijed i natrag na različite načine.	
		D	OŠ TZK D.4.2.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i	

			Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova uz pomoć krugova.	
			OŠ TZK D.4.4. Primjenjuje pravila raznovrsnih sportova.	Primjenjuje pravila dječje košarke.	
28.	Vis prednji na karikama Vođenje lopte sredinom hrpta stopala (N) Skok u vis iz kosog zaleta odraz lijevom i desnom nogom Dječja košarka (K)	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno izvoditi vis prednji na karikama.	zdr A.2.3. Opisuje važnost održavanja pravilne osobne higijene za očuvanje zdravlja s naglaskom na pojačanu potrebu osobne higijene tijekom puberteta. osr A.2.3. Razvija osobne potencijale. uku B.2.4. Samovrednovanje/samoprocjena Na poticaj učitelja, ali i samostalno, učenik samovrednuje proces učenja i svoje rezultate te procjenjuje ostvareni napredak.
		C	OŠ TZK C.4.1. Prati osobna motorička postignuća i njihovo unaprjeđenje.	Prati i uspoređuje osobna postignuća u vođenju lopte sredinom hrpta stopala te skoku uvis iz kosog zaleta.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova na švedskoj klupi.	

			OŠ TZK D.4.4. Primjenjuje pravila raznovrsnih sportova.	Primjenjuje pravila dječje košarke.	
29.	Sunožni naskok na odskočnu dasku i skok pruženo Penjanje po konopu ili motki do 2 m Vis prednji na karikama	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno izvoditi vis prednji na karikama.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. osr A.2.2. Upravlja emocijama i ponašanjem. uku C.2.1. Vrijednost učenja Učenik može objasniti vrijednost učenja za svoj život.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – sunožni naskok na odskočnu dasku i skok pruženo te penjanje po konopu ili motki.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova bez pomagala.	
30.	Povezivanje koluta naprijed i natrag na različite načine Dodavanje i hvatanje lopte u kretanju (R) Vis prednji na karikama Dječja košarka (K)	B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – dodavanje i hvatanje lopte u kretanju.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. uku B.2.2.Praćenje Na poticaj učitelja učenik prati svoje učenje i napredovanje tijekom učenja.
		C	OŠ TZK C.4.1. Prati osobna postignuća	Prati i uspoređuje osobna postignuća u povezivanju koluta naprijed i natrag na	

			i njihovo unaprjeđenje.	različite načine te visu prednjem na karikama.	osr A.2.1. Razvija sliku o sebi.
	D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova uz pomoć punjenih loptica.		
		OŠ TZK D.4.4. Primjenjuje pravila raznovrsnih sportova.	Primjenjuje pravila dječje košarke.		

SIJEČANJ 8 sati	SADRŽAJ ZA OSTVARIVANJE ODGOJNO-OBRAZOVNIH ISHODA	PREDMETNO PODRUČJE	ODGOJNO-OBRAZOVNI ISHODI	RAZRADA ODGOJNO- OBRAZOVNIH ISHODA	ODGOJNO-OBRAZOVNA OČEKIVANJA MEĐUPREDMETNIH TEMA
31.	Galop naprijed i strance Penjanje po mornarskim ljestvama Vođenje lopte s promjenom smjera kretanja (K) Dodavanje i hvatanje lopte iz „košarice“ u odbojkaškom stavu (O)	A	OŠ TZK A.4.2. Prepoznaje i izvodi ritmičke i plesne strukture u jednostavnim koreografijama.	Prepoznaje i izvodi ritmičku strukturu galop naprijed i strance.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. uku B.2.2.Praćenje Na poticaj učitelja učenik prati svoje učenje i napredovanje tijekom učenja. goo C.2.2. Promiče solidarnost u školi.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – penjanje po mornarskim ljestvama, vođenje lopte s promjenom smjera kretanja te dodavanje i hvatanje lopte iz „košarice“ u odbojkaškom stavu.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova na švedskoj klupi.	
32.	Dodavanje i hvatanje lopte iz „košarice“ u odbojkaškom stavu (O) Galop naprijed i strance	A	OŠ TZK A.4.2. Prepoznaje i izvodi ritmičke i plesne strukture u jednostavnim koreografijama.	Prepoznaje i izvodi ritmičku strukturu	zdr A.2.3. Opisuje važnost održavanja pravilne osobne higijene za očuvanje zdravlja s

	Dodavanje i hvatanje lopte u kretanju (R)			galop naprijed i strance.	naglaskom na pojačanu potrebu osobne higijene tijekom puberteta. osr A.2.1. Razvija sliku o sebi.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – dodavanje i hvatanje lopte iz „košarice“ u odbojkaškom stavu te dodavanje i hvatanje lopte u kretanju.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova bez pomagala u parovima.	
33.	Penjanje po konopu ili motki do 2 m Udarac na vrata sredinom hrpta stopala (N) Vaga zanoženjem na tlu Dječja košarka (K)	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno izvoditi vagu zanoženjem na tlu.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. uku D.2.2. Suradnja s drugima Učenik ostvaruje dobru komunikaciju s drugima,
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – penjanje po konopu ili motki te udarac na vrata sredinom hrpta stopala.	

		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova uz pomoć lopti.	uspješno surađuje u različitim situacijama i spreman je zatražiti i ponuditi pomoć.
			OŠ TZK D.4.4. Primjenjuje pravila raznovrsnih sportova.	Primjenjuje pravila dječje košarke.	
34.	Ubacivanje lopte u koš jednom rukom odozgo nakon vođenja – košarkaški dvokorak (K) Vaga zanoženjem na tlu Penjanje po mornarskim ljestvama	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno izvoditi vagu zanoženjem na tlu.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – košarkaški dvokorak i penjanje po mornarskim ljestvama.	osr A.2.3. Razvija osobne potencijale. uku C.2.2.Slika o sebi kao učeniku
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih	Učenik iskazuje pozitivna i visoka očekivanja i vjeruje u svoj uspjeh u učenju.

				i donjih udova uz pomoć palica.	
35.	Vaga zanoženjem na tlu Vođenje lopte s promjenom smjera kretanja (K) Dodavanje i hvatanje lopte u kretanju (R) Penjanje po konopu ili motki do 2 m	B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – vođenje lopte s promjenom smjera kretanja, dodavanje i hvatanje lopte u kretanju te penjanje po motki.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. osr A.2.2. Upravlja emocijama i ponašanjem. uku C.2.1. Vrijednost učenja Učenik može objasniti vrijednost učenja za svoj život.
		C	OŠ TZK C.4.1. Prati osobna motorička postignuća i njihovo unaprjeđenje.	Prati i uspoređuje osobna postignuća u izvođenju vage zanoženjem na tlu.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova bez pomagala.	
36.	Iz upora prednjega na niskoj pritki odnjihom saskok Sunožni naskok na odskočnu dasku i skok pruženo	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno iz upora prednjega na niskoj pritki odnjihom napraviti saskok.	zdr A.2.3. Opisuje važnost održavanja pravilne osobne higijene za očuvanje zdravlja s naglaskom na pojačanu

	Penjanje po mornarskim ljestvama	B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – sunožni naskok na odskočnu dasku i saskok pruženo te penjanje po mornarskim ljestvama.	potrebu osobne higijene tijekom puberteta. osr A.2.1. Razvija sliku o sebi.
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova uz pomoć kratke vijače.	
			OŠ TZK D.4.3. Priprema i skrbi o školskom vježbalištu.	Sudjeluje u pripremi dvorane za sat te brine o donošenju i odnošenju nastavnih pomagala.	
37.	Povezivanje koluta naprijed i natrag na različite načine Ubacivanje lopte u koš jednom rukom odozgora nakon vođenja - košarkaški dvokorak (K) Iz upora prednjega na niskoj pritki odnjihom saskok Dječja košarka (K)	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno iz upora prednjega na niskoj pritki odnjihom napraviti saskok.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. uku D.2.2. Suradnja s drugima
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – povezivanje koluta naprijed i natrag na	

				različite načine te košarkaški dvokorak.	Učenik ostvaruje dobru komunikaciju s drugima, uspješno surađuje u različitim situacijama i spreman je zatražiti i ponuditi pomoć. osr A.2.2. Upravlja emocijama i ponašanjem.
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova bez pomagala. Primjenjuje pravila dječje košarke.	
			OŠ TZK D.4.4. Primjenjuje pravila raznovrsnih sportova.	Primjenjuje pravila dječje košarke.	
38.	Sunožni naskok na odskočnu dasku i skok pruženo Iz upora prednjega na niskoj pritki odnjihom saskok Penjanje po konopu ili motki do 2 m Vaga zanoženjem na tlu	B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – sunožni naskok na odskočnu dasku i skok pruženo, iz upora prednjega na niskoj pritki odnjihom saskok, penjanje po motki te vagu zanoženjem na tlu.	zdr A.2.3. Opisuje važnost održavanja pravilne osobne higijene za očuvanje zdravlja s naglaskom na pojačanu potrebu osobne higijene tijekom puberteta. osr A.2.3. Razvija osobne potencijale.
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa,	

				uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova uz pomoć lopti.	
--	--	--	--	---	--

VELJAČA 6 sati	SADRŽAJ ZA OSTVARIVANJE ODGOJNO-OBRAZOVNIH ISHODA	PREDMETNO PODRUČJE	ODGOJNO-OBRAZOVNI ISHODI	RAZRADA ODGOJNO- OBRAZOVNIH ISHODA	ODGOJNO-OBRAZOVNA OČEKIVANJA MEĐUPREDMETNIH TEMA
39.	Penjanje po mornarskim ljestvama Sunožni naskok na odskočnu dasku i skok pruženo Vis stojeći prednji provlakom u vis stojeći stražnji na dočelnim spravama Povezivanje koluta naprijed i natrag na različite načine	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno iz visa stojećeg prednjeg provlakom prijeći u vis stojeći stražnji.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. osr A.2.2. Upravlja emocijama i ponašanjem. uku C.2.1. Vrijednost učenja Učenik može objasniti vrijednost učenja za svoj život.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – penjanje po mornarskim ljestvama, sunožni naskok na odskočnu dasku i saskok pruženo te povezivanje koluta naprijed i natrag.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova uz pomoć loptica.	

			OŠ TZK D.4.3. Priprema i skrbi o školskom vježbalištu.	Sudjeluje u pripremi dvorane za sat te brine o donošenju i odnošenju nastavnih pomagala.	
40.	Vis stojeći prednji provlakom u vis stojeći stražnji na dočelnim spravama Penjanje po konopu ili motki do 2 m Vaga zanoženjem na tlu. Dječja košarka (K)	B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – penjanje po motki te vagu zanoženjem na tlu.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. uku B.2.2.Praćenje Na poticaj učitelja učenik prati svoje učenje i napredovanje tijekom učenja. osr A.2.1. Razvija sliku o sebi.
		C	OŠ TZK C.4.1. Prati osobna motorička postignuća i njihovo unaprjeđenje.	Prati i uspoređuje osobna postignuća u izvođenju visa stojećeg prednjeg provlakom u vis stojeći stražnji.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova uz pomoć lopti.	
			OŠ TZK D.4.3. Priprema i skrbi o školskom vježbalištu.	Sudjeluje u pripremi dvorane za sat te brine o donošenju i odnošenju nastavnih pomagala.	

			OŠ TZK D.4.4. Primjenjuje pravila raznovrsnih sportova.	Primjenjuje pravila dječje košarke.	
41.	<p>Narodni ples po izboru iz zavičajnog područja</p> <p>Penjanje po mornarskim ljestvama Iz upora prednjega na niskoj pritki odnjihom saskok Povezivanje koluta naprijed i natrag na različite načine</p>	A	OŠ TZK A.4.2. Prepoznaje i izvodi ritmičke i plesne strukture u jednostavnim koreografijama.	Prepoznaje i izvodi narodni ples <i>Staro sito i korito</i> iz kajkavskog zavičajnog područja.	<p>zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. uku B.2.2.Praćenje Na poticaj učitelja učenik prati svoje učenje i napredovanje tijekom učenja. osr A.2.1. Razvija sliku o sebi.</p>
B		OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – penjanje po mornarskim ljestvama i povezivanje koluta naprijed i natrag na različite načine.		
C		OŠ TZK C.4.1. Prati osobna motorička postignuća i njihovo unaprjeđenje.	Prati i uspoređuje osobna postignuća u prelaženju iz upora prednjega na niskoj pritki u saskok odnjihom.		
D		OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova bez pomagala.		
		OŠ TZK D.4.3.	Sudjeluje u pripremi dvorane za sat te		

			Priprema i skrbi o školskom vježbalištu.	brine o donošenju i odnošenju nastavnih pomagala.	
42.	Vis stojeći prednji provlakom u vis stojeći stražnji na dočelnim spravama Penjanje po konopu ili motki do 2 m Povezivanje koluta naprijed i natrag na različite načine Dječja košarka (K)	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno iz visa stojećeg prednjeg provlakom prijeći u vis stojeći stražnji.	zdr A.2.3. Opisuje važnost održavanja pravilne osobne higijene za očuvanje zdravlja s naglaskom na pojačanu potrebu osobne higijene tijekom puberteta. uku C.2.4. Emocije Učenik se koristi ugodnim emocijama i raspoloženjima tako da potiču učenje i kontrolira neugodne emocije i raspoloženja tako da ga ne ometaju u učenju.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – penjanje po motki te povezivanje koluta naprijed i natrag.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova u parovima.	
			OŠ TZK D.4.3. Priprema i skrbi o školskom vježbalištu.	Sudjeluje u pripremi dvorane za sat te brine o donošenju i odnošenju nastavnih pomagala.	
43.	Vis prednji na karikama Penjanje po konopu ili motki do 2 m Vaga zanoženjem na tlu	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno izvoditi vis prednji na karikama.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu

	Dječji nogomet (N)	B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – penjanje po motki i vagu zanoženjem na tlu.	aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. osr A.2.3. Razvija osobne potencijale. uku D.2.2. Suradnja s drugima Učenik ostvaruje dobru komunikaciju s drugima, uspješno surađuje u različitim situacijama i spreman je zatražiti i ponuditi pomoć.
		C	OŠ TZK C.4.1. Prati osobna motorička postignuća i njihovo unaprjeđenje.	Prati i uspoređuje osobna postignuća u motoričkim vježbama.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova uz pomoć kratke vijače.	
			OŠ TZK D.4.4. Primjenjuje pravila raznovrsnih sportova.	Primjenjuje pravila dječjeg nogometa.	
44.	Penjanje po konopu ili motki do 2 m Trokorak Povezivanje koluta naprijed i natrag na različite načine Vis prednji na karikama	A	OŠ TZK A.4.2. Prepoznaje i izvodi ritmičke i plesne strukture u jednostavnim koreografijama.	Prepoznaje i izvodi plesnu strukturu trokorak.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. osr A.2.1. Razvija sliku o sebi. uku C.2.1. Vrijednost učenja
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – penjanje po motki, povezivanje koluta	

				naprijed i natrag na različite načine te vis prednji na karikama.	Učenik može objasniti vrijednost učenja za svoj život.
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova bez pomagala uz glazbenu pratnju.	
			OŠ TZK D.4.3. Priprema i skrbi o školskom vježbalištu.	Sudjeluje u pripremi dvorane za sat te brine o donošenju i odnošenju nastavnih pomagala.	

OŽUJAK 8 sati	SADRŽAJ ZA OSTVARIVANJE ODGOJNO-OBRAZOVNIH ISHODA	PREDMETNO PODRUČJE	ODGOJNO-OBRAZOVNI ISHODI	RAZRADA ODGOJNO- OBRAZOVNIH ISHODA	ODGOJNO-OBRAZOVNA OČEKIVANJA MEĐUPREDMETNIH TEMA
45.	Vis stojeći prednji provlakom u vis stojeći stražnji na dočelnim spravama Penjanje po konopu ili motki do 2 m Vaga zanoženjem na tlu. Dječja košarka (K)	B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – penjanje po motki te vagu zanoženjem na tlu.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. uku B.2.2.Praćenje Na poticaj učitelja učenik prati svoje učenje i napredovanje tijekom učenja. osr A.2.1. Razvija sliku o sebi.
		C	OŠ TZK C.4.1. Prati osobna motorička postignuća i njihovo unaprjeđenje.	Prati i uspoređuje osobna postignuća u izvođenju visa stojećeg prednjeg provlakom u vis stojeći stražnji.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova uz pomoć lopti.	
			OŠ TZK D.4.3. Priprema i skrbi o školskom vježbalištu.	Sudjeluje u pripremi dvorane za sat te brine o donošenju i odnošenju nastavnih pomagala.	

			OŠ TZK D.4.4. Primjenjuje pravila raznovrsnih sportova.	Primjenjuje pravila dječje košarke.	
46.	Vis stojeći prednji provlakom u vis stojeći stražnji na dočelnim spravama Trokorak Penjanje po mornarskim ljestvama Dječja košarka (K)	A	OŠ TZK A.4.2. Prepoznaje i izvodi ritmičke i plesne strukture u jednostavnim koreografijama.	Prepoznaje i izvodi plesnu strukturu trokorak.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. uku D.2.2. Suradnja s drugima Učenik ostvaruje dobru komunikaciju s drugima, uspješno surađuje u različitim situacijama i spreman je zatražiti i ponuditi pomoć. osr A.2.2. Upravlja emocijama i ponašanjem.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – vis stojeći prednji provlakom u vis stojeći stražnji te penjanje po mornarskim ljestvama.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova na švedskoj klupi.	
			OŠ TZK D.4.4. Primjenjuje pravila raznovrsnih sportova.	Primjenjuje pravila dječje košarke.	

47.	Iz upora prednjega na niskoj pritki odnjihom saskok Ubacivanje lopte u koš jednom rukom odozgo nakon vođenja – košarkaški dvokorak (K) Povezivanje koluta naprijed i natrag na različite načine Vaga zanoženjem na tlu	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno iz upora prednjeg na niskoj pritki odnjihom saskočiti.	zdr A.2.3. Opisuje važnost održavanja pravilne osobne higijene za očuvanje zdravlja s naglaskom na pojačanu potrebu osobne higijene tijekom puberteta. osr A.2.3. Razvija osobne potencijale. uku B.2.4. Samovrednovanje/samoprocjena Na poticaj učitelja, ali i samostalno, učenik samovrednuje proces učenja i svoje rezultate te procjenjuje ostvareni napredak.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – košarkaški dvokorak, povezivanje koluta naprijed i natrag te vagu zanoženjem na tlu.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova uz pomoć lopti.	
			OŠ TZK D.4.3. Priprema i skrbi o školskom vježbalištu.	Sudjeluje u pripremi dvorane za sat te brine o donošenju i odnošenju nastavnih pomagala.	
48.	Povezivanje koluta naprijed i natrag na različite načine	A	OŠ TZK A.4.2. Prepoznaje i izvodi ritmičke i plesne strukture u	Prepoznaje i izvodi narodni ples <i>Staro sito i korito</i> iz	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu

	Vođenje lopte s promjenom smjera kretanja (K) Narodni ples po izboru iz zavičajnog područja Vis stojeći prednji provlakom u vis stojeći stražnji na dočelnim spravama		jednostavnim koreografijama.	kajkavskog zavičajnog područja.	aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. osr A.2.2. Upravlja emocijama i ponašanjem. uku C.2.1. Vrijednost učenja Učenik može objasniti vrijednost učenja za svoj život.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – povezivanje koluta naprijed i natrag, vođenje lopte s promjenom smjera kretanja te vis stojeći prednji provlakom u vis stojeći stražnji.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova na švedskoj klupi.	
			OŠ TZK D.4.3. Priprema i skrbi o školskom vježbalištu.	Sudjeluje u pripremi dvorane za sat te brine o donošenju i odnošenju nastavnih pomagala.	
49.	Vis prednji na karikama Penjanje po mornarskim ljestvama	A	OŠ TZK A.4.1.	Oponašanjem uči pravilno izvoditi vis prednji na karikama.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu

	Vaga zanoženjem na tlu Dječja košarka (K)		Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.		aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. uku B.2.2.Praćenje Na poticaj učitelja učenik prati svoje učenje i napredovanje tijekom učenja. osr A.2.1. Razvija sliku o sebi.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – penjanje po mornarskim ljestvama i vagu zanoženjem na tlu.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova u parovima.	
		D	OŠ TZK D.4.4. Primjenjuje pravila raznovrsnih sportova.	Primjenjuje pravila dječje košarke.	
50.	Vis stojeći prednji provlakom u vis stojeći stražnji na dočelnim spravama Vođenje lopte s promjenom smjera kretanja (K) Vaga zanoženjem na tlu Skok u vis iz kosog zaleta odraz lijevom i desnom nogom	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno izvoditi vis stojeći prednji provlakom u vis stojeći stražnji.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. uku B.2.2.Praćenje Na poticaj učitelja učenik prati svoje učenje i napredovanje tijekom učenja.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – vođenje lopte s	

				promjenom smjera kretanja.	osr A.2.1. Razvija sliku o sebi.
		C	OŠ TZK C.4.1. Prati osobna motorička postignuća i njihovo unaprjeđenje.	Prati i uspoređuje osobna postignuća u izvođenju vage zanoženjem na tlu.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova bez pomagala.	
			OŠ TZK D.4.3. Priprema i skrbi o školskom vježbalištu.	Sudjeluje u pripremi dvorane za sat te brine o donošenju i odnošenju nastavnih pomagala.	
51.	Ubacivanje lopte u koš jednom rukom odozgo nakon vođenja – košarkaški dvokorak (K) Vis stojeći prednji provlakom u vis stojeći stražnji na dočelnim spravama Vaga zanoženjem na tlu Iz upora prednjega na niskoj pritki odnjihom saskok	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno izvoditi košarkaški dvokorak.	zdr A.2.3. Opisuje važnost održavanja pravilne osobne higijene za očuvanje zdravlja s naglaskom na pojačanu potrebu osobne higijene tijekom puberteta. uku C.2.4. Emocije Učenik se koristi ugodnim emocijama i raspoloženjima tako da potiču učenje i kontrolira
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – vis stojeći prednji provlakom u vis stojeći stražnji, vagu zanoženjem na tlu te	

				iz upora prednjeg na niskoj pritki odnjihom saskok.	neugodne emocije i raspoloženja tako da ga ne ometaju u učenju.
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova bez pomagala.	
			OŠ TZK D.4.3. Priprema i skrbi o školskom vježbalištu.	Sudjeluje u pripremi dvorane za sat te brine o donošenju i odnošenju nastavnih pomagala.	
52.	Galop naprijed i strance Iz upora prednjega na niskoj pritki odnjihom saskok Gađanje lopticom u pokretni cilj s udaljenosti do 5 m Ciklična kretanja različitim tempom do 4 minute	A	OŠ TZK A.4.2. Prepoznaje i izvodi ritmičke i plesne strukture u jednostavnim koreografijama.	Prepoznaje i izvodi ritmičku strukturu galop naprijed i strance.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – gađanje lopticom u pokretni cilj te funkcionalnih sposobnosti – ciklička kretanja različitim tempom.	osr A.2.3. Razvija osobne potencijale. uku D.2.2. Suradnja s drugima Učenik ostvaruje dobru komunikaciju s drugima, uspješno surađuje u različitim situacijama i spreman je zatražiti i ponuditi pomoć.

		C	OŠ TZK C.4.1. Prati osobna motorička postignuća i njihovo unaprjeđenje.	Prati i uspoređuje osobna postignuća u izvođenju ritmičke strukture galop.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Prati i uspoređuje osobna postignuća u izvođenju ritmičke strukture galop.	

TRAVANJ 8 sati	SADRŽAJ ZA OSTVARIVANJE ODGOJNO-OBRAZOVNIH ISHODA	PREDMETNO PODRUČJE	ODGOJNO-OBRAZOVNI ISHODI	RAZRADA ODGOJNO- OBRAZOVNIH ISHODA	ODGOJNO-OBRAZOVNA OČEKIVANJA MEĐUPREDMETNIH TEMA
53.	Vučenje i potiskivanje suvježbača na različite načine uz korištenje pomagala Bacanje medicinke od 1 kg suručno iz različitih položaja Dodavanje i hvatanje lopte iz „košarice“ u odbojkaškom stavu (O)	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno bacati medicinku suvanjem.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. osr A.2.3. Razvija osobne potencijale. uku D.2.2. Suradnja s drugima Učenik ostvaruje dobru komunikaciju s drugima, uspješno surađuje u različitim situacijama i spreman je zatražiti i ponuditi pomoć.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – dodavanje i hvatanje lopte iz „košarice“ u odbojkaškom stavu.	
		C	OŠ TZK C.4.1. Prati osobna motorička postignuća i njihovo unaprjeđenje.	Prati i uspoređuje osobna postignuća u snazi, pri vučenju i potiskivanju suvježbača.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova na švedskoj klupi.	

54.	Bacanje medicinke od 1 kg suručno iz različitih položaja Trokorak Penjanje po konopu ili motki do 2 m Dječji nogomet (N)	A	OŠ TZK A.4.2. Prepoznaje i izvodi ritmičke i plesne strukture u jednostavnim koreografijama.	Prepoznaje i izvodi plesnu strukturu trokorak.	zdr A.2.3. Opisuje važnost održavanja pravilne osobne higijene za očuvanje zdravlja s naglaskom na pojačanu potrebu osobne higijene tijekom puberteta. osr A.2.1. Razvija sliku o sebi. uku C.2.4. Emocije Učenik se koristi ugodnim emocijama i raspoloženjima tako da potiču učenje i kontrolira neugodne emocije i raspoloženja tako da ga ne ometaju u učenju.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – bacanje medicinke suvanjem iz različitih položaja te penjanje po konopu.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova bez pomagala uz glazbenu pratnju.	
			OŠ TZK D.4.4. Primjenjuje pravila raznovrsnih sportova.	Primjenjuje pravila dječjeg nogometa.	
55.	Dodavanje i hvatanje lopte iz „košarice“ u odbojkaškom stavu (O) Ciklična kretanja različitim tempom do 4 minute	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno dodavati i hvatati loptu iz „košarice“ u odbojkaškom stavu.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju.

	Gađanje lopticom u pokretni cilj s udaljenosti do 5 m	B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – gađanje lopticom u cilj te funkcionalnih sposobnosti – ciklička kretanja, na zraku na školskom igralištu.	uku D.2.2. Suradnja s drugima Učenik ostvaruje dobru komunikaciju s drugima, uspješno surađuje u različitim situacijama i spreman je zatražiti i ponuditi pomoć. osr A.2.3. Razvija osobne potencijale.
		D	OŠ TZK D.4.1. Izvodi naprednije kineziološke motoričke aktivnosti na otvorenom.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova u parovima.	
			OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.		
56.	Dodavanje i hvatanje lopte u kretanju (R) Skok u vis iz kosog zaleta odraz lijevom i desnom nogom Bacanje medicine od 1 kg suručno iz različitih položaja Dodavanje i hvatanje lopte iz „košarice“ u odbojkaškom stavu (O)	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno izvoditi skok uvis iz kosog zaleta.	zdr A.2.3. Opisuje važnost održavanja pravilne osobne higijene za očuvanje zdravlja s naglaskom na pojačanu potrebu osobne higijene tijekom puberteta. osr A.2.3. Razvija osobne potencijale. uku B.2.4. Samovrednovanje/samoprocjena Na poticaj učitelja, ali i samostalno, učenik
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti – bacanje medicine suvanjem te dodavanje i hvatanje lopte iz	

				„košarice“ u odbojkaškom stavu.	samovrednuje proces učenja i svoje rezultate te procjenjuje ostvareni napredak.
		C	OŠ TZK C.4.1. Prati osobna motorička postignuća i njihovo unaprjeđenje.	Prati i uspoređuje osobna postignuća u dodavanju i hvatanju lopte u kretanju.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova s krugovima.	
57.	Brzo trčanje na 50 m iz poluisokog starta Bacanje medicine od 1 kg suručno iz različitih položaja Narodni ples po izboru iz zavičajnog područja	A	OŠ TZK A.4.2. Prepoznaje i izvodi ritmičke i plesne strukture u jednostavnim koreografijama.	Prepoznaje i izvodi narodni ples <i>Staro sito i korito</i> iz kajkavskog zavičajnog područja.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. osr A.2.2. Upravlja emocijama i ponašanjem. uku C.2.1. Vrijednost učenja Učenik može objasniti vrijednost učenja za svoj život.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – bacanje medicine suvanjem.	
		C	OŠ TZK C.4.1. Prati osobna motorička postignuća i njihovo unaprjeđenje.	Prati i uspoređuje osobna postignuća u brzom trčanju na 50 m iz poluisokog starta.	

		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova bez pomagala uz glazbenu pratnju.	
58.	Vučenje i potiskivanje suvježbača na različite načine uz korištenje pomagala Ubacivanje lopte u koš jednom rukom odozgora nakon vođenja - košarkaški dvokorak (K) Bacanje medicinke od 1 kg suručno iz različitih položaja	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno izvoditi košarkaški dvokorak.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. uku B.2.2.Praćenje Na poticaj učitelja učenik prati svoje učenje i napredovanje tijekom učenja. osr A.2.1. Razvija sliku o sebi.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – vučenje i potiskivanje suvježbača te bacanje medicinke.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih	

				udova na švedskoj klupi.	
			OŠ TZK D.4.4. Primjenjuje pravila raznovrsnih sportova.	Primjenjuje pravila igre graničar.	
59.	Dodavanje i hvatanje lopte iz „košarice“ u odbojkaškom stavu (O) Ciklična kretanja različitim tempom do 4 minute Gađanje lopticom u pokretni cilj s udaljenosti do 5 m	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno dodavati i hvatati loptu iz „košarice“ u odbojkaškom stavu.	
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – gađanje lopticom u cilj te funkcionalnih sposobnosti – ciklička kretanja, na zraku na školskom igralištu.	
		D	OŠ TZK D.4.1. Izvodi naprednije kineziološke motoričke aktivnosti na otvorenom.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova u parovima.	
OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.					
60.	Dodavanje i hvatanje lopte iz „košarice“ u odbojkaškom stavu (O)	A	OŠ TZK A.4.1.	Oponašanjem uči pravilno dodavati i hvatati loptu iz	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim

	Brzo trčanje na 50 m iz poluisokog starta Vučenje i potiskivanje suvježbača na različite načine uz korištenje pomagala		Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	„košarice“ u odbojkaškom stavu.	sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. uku B.2.2.Praćenje Na poticaj učitelja učenik prati svoje učenje i napredovanje tijekom učenja.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – vučenje i potiskivanje suvježbača te funkcionalnih sposobnosti – brzo trčanje.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova uz pomoć lopti.	

SVIBANJ 8 sati	SADRŽAJ ZA OSTVARIVANJE ODGOJNO-OBRAZOVNIH ISHODA	PREDMETNO PODRUČJE	ODGOJNO-OBRAZOVNI ISHODI	RAZRADA ODGOJNO- OBRAZOVNIH ISHODA	ODGOJNO-OBRAZOVNA OČEKIVANJA MEĐUPREDMETNIH TEMA
61.	Skok u vis iz kosog zaleta odraz lijevom i desnom nogom Bacanje medicine od 1 kg suručno iz različitih položaja Brzo trčanje na 50 m iz poluvisokog starta	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno izvoditi skok u vis iz kosog zaleta.	zdr A.2.3. Opisuje važnost održavanja pravilne osobne higijene za očuvanje zdravlja s naglaskom na pojačanu potrebu osobne higijene tijekom puberteta. osr A.2.1. Razvija sliku o sebi.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – bacanje medicine te funkcionalnih sposobnosti – brzo trčanje.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, ustopave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova uz pomoć kratke vijače.	
			OŠ TZK D.4.3. Priprema i skrbi o školskom vježbalištu.	Sudjeluje u pripremi dvorane za sat te brine o donošenju i odnošenju nastavnih pomagala.	

62.	<p>Bacanje medicine od 1 kg suručno iz različitih položaja Vođenje lopte sredinom hrpta stopala (N) Vučenje i potiskivanje suvježbača na različite načine uz korištenje pomagala Mini rukomet (R)</p>	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno voditi loptu sredinom hrpta stopala.	<p>zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. uku D.2.2. Suradnja s drugima Učenik ostvaruje dobru komunikaciju s drugima, uspješno surađuje u različitim situacijama i spreman je zatražiti i ponuditi pomoć. osr A.2.2. Upravlja emocijama i ponašanjem.</p>
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – bacanje medicine te vučenje i potiskivanje suvježbača.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova uz pomoć palica.	
			OŠ TZK D.4.4. Primjenjuje pravila raznovrsnih sportova.	Primjenjuje pravila mini rukometa.	
63.	<p>Skok u vis iz kosog zaleta odraz lijevom i desnom nogom Bacanje medicine od 1 kg suručno iz različitih položaja Ubacivanje lopte u koš jednom rukom odozgora nakon vođenja – košarkaški dvokorak (K) Dječji nogomet (N)</p>	B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti – skok u vis iz kosog zaleta te bacanje medicine suvanjem.	<p>zdr A.2.3. Opisuje važnost održavanja pravilne osobne higijene za očuvanje zdravlja s naglaskom na pojačanu potrebu osobne higijene tijekom puberteta. osr A.2.3. Razvija osobne potencijale.</p>
		C	OŠ TZK C.4.1.	Prati i uspoređuje osobna postignuća u	

			Prati osobna motorička postignuća i njihovo unaprjeđenje.	izvođenju košarkaškog dvokoraka.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova bez pomagala.	
			OŠ TZK D.4.3. Priprema i skrbi o školskom vježbalištu.	Sudjeluje u pripremi dvorane za sat te brine o donošenju i odnošenju nastavnih pomagala.	
			OŠ TZK D.4.4. Primjenjuje pravila raznovrsnih sportova.	Primjenjuje pravila dječjeg nogometa.	
64.	Brzo trčanje na 50 m iz poluvisokog starta Dodavanje i hvatanje lopte iz „košarice“ u odbojkaškom stavu (O) Skok u vis iz kosog zaleta odraz lijevom i desnom nogom Mini rukomet (R)	B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti – dodavanje i hvatanje lopte iz „košarice“ u odbojkaškom stavu te brzo trčanje.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. osr A.2.2. Upravlja emocijama i ponašanjem. uku C.2.1. Vrijednost učenja Učenik može objasniti vrijednost učenja za svoj život.
		C	OŠ TZK C.4.1. Prati osobna motorička postignuća i njihovo unaprjeđenje.	Prati i uspoređuje osobna postignuća u izvođenju skoka u vis.	

		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova u parovima.	
			OŠ TZK D.4.3. Priprema i skrbi o školskom vježbalištu.	Sudjeluje u pripremi dvorane za sat te brine o donošenju i odnošenju nastavnih pomagala.	
			OŠ TZK D.4.4. Primjenjuje pravila raznovrsnih sportova.	Primjenjuje pravila mini rukometa.	
65.	Gađanje lopticom u pokretni cilj s udaljenosti do 5 m Dodavanje i hvatanje lopte iz „košarice“ u odbojkaškom stavu (O) Skok u vis iz kosog zaleta odraz lijevom i desnom nogom Mini rukomet (R)	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno izvoditi skok uvis iz kosog zaleta.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. uku B.2.2.Praćenje Na poticaj učitelja učenik prati svoje učenje i napredovanje tijekom učenja. osr A.2.1. Razvija sliku o sebi.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti – dodavanje i hvatanje lopte iz „košarice“ u odbojkaškom stavu.	
		C	OŠ TZK C.4.1. Prati osobna motorička postignuća i njihovo unaprjeđenje.	Prati i uspoređuje osobna postignuća u gađanju lopticom u pokretni cilj.	

		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova s lopticama.	
			OŠ TZK D.4.4. Primjenjuje pravila raznovrsnih sportova.	Primjenjuje pravila mini rukometa.	
66.	Penjanje po konopu ili motki do 2 m Gađanje lopticom u pokretni cilj s udaljenosti do 5 m Trokorak Vučenje i potiskivanje suvježbača na različite načine uz korištenje pomagala	A	OŠ TZK A.4.2. Prepoznaje i izvodi ritmičke i plesne strukture u jednostavnim koreografijama.	Prepoznaje i izvodi plesnu strukturu trokorak.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. uku B.2.2.Praćenje Na poticaj učitelja učenik prati svoje učenje i napredovanje tijekom učenja. osr A.2.1. Razvija sliku o sebi.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – penjanje po konopu te gađanje lopticom u pokretni cilj.	
		C	OŠ TZK C.4.1. Prati osobna motorička postignuća i njihovo unaprjeđenje.	Prati i uspoređuje osobna postignuća u vučenju i potiskivanju suvježbača na različite načine.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa,	

				uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova bez pomagala bez pomagala.	
67.	Galop naprijed i strance Gađanje lopticom u pokretni cilj s udaljenosti do 5 m Udarac na vrata sredinom hrpta stopala (N)	A	OŠ TZK A.4.2. Prepoznaje i izvodi ritmičke i plesne strukture u jednostavnim koreografijama.	Prepoznaje i izvodi ritmičku strukturu galop naprijed i strance.	zdr A.2.3. Opisuje važnost održavanja pravilne osobne higijene za očuvanje zdravlja s naglaskom na pojačanu potrebu osobne higijene tijekom puberteta. uku C.2.4. Emocije Učenik se koristi ugodnim emocijama i raspoloženjima tako da potiču učenje i kontrolira neugodne emocije i raspoloženja tako da ga ne ometaju u učenju.
		B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – gađanje lopticom u pokretni cilj i udarac na vrata sredinom hrpta stopala, na zraku na školskom igralištu.	
		D	OŠ TZK D.4.1. Izvodi naprednije kineziološke motoričke aktivnosti na otvorenom.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova u parovima.	
OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.					
68.	Vučenje i potiskivanje suvježbača na različite načine uz korištenje pomagala	A	OŠ TZK A.4.1. Oponaša osnovne strukture gibanja raznovrsnih grupacija sportova.	Oponašanjem uči pravilno izvoditi udarac na vrata	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu

<p>Udarac na vrata sredinom hrpta stopala (N) Ubacivanje lopte u koš jednom rukom odozgora nakon vođenja - košarkaški dvokorak (K) Mini rukomet (R)</p>			sredinom hrpta stopala.	<p>aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. osr A.2.3. Razvija osobne potencijale. uku D.2.2. Suradnja s drugima Učenik ostvaruje dobru komunikaciju s drugima, uspješno surađuje u različitim situacijama i spreman je zatražiti i ponuditi pomoć.</p>
	B	OŠ TZK B.4.2. Izvodi primjerene vježbe za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.	Izvodi vježbe za razvoj motoričkih sposobnosti – vučenje i potiskivanje suvježbača na različite načine uz pomoć pomagala.	
	C	OŠ TZK C.4.1. Prati osobna motorička postignuća i njihovo unaprjeđenje.	Prati i uspoređuje osobna postignuća u izvođenju košarkaškog dvokoraka, na zraku na školskom igralištu.	
	D	OŠ TZK D.4.1. Izvodi naprednije kineziološke motoričke aktivnosti na otvorenom.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova uz pomoć lopti.	
		OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.		
		OŠ TZK D.4.4. Primjenjuje pravila raznovrsnih sportova.	Primjenjuje pravila mini rukometa.	

LIPANJ 4 sata	SADRŽAJ ZA OSTVARIVANJE ODGOJNO-OBRAZOVNIH ISHODA	PREDMETNO PODRUČJE	ODGOJNO-OBRAZOVNI ISHODI	RAZRADA ODGOJNO- OBRAZOVNIH ISHODA	ODGOJNO-OBRAZOVNA OČEKIVANJA MEĐUPREDMETNIH TEMA
69.	Finalno provjeravanje (visina, težina, opseg podlaktice, kožni nabor nadlaktice)	B	OŠ TZK B.4.1. Sudjeluje u provjeravanju morfoloških obilježja, motoričkih i funkcionalnih sposobnosti te obilježja pravilnoga tjelesnog držanja.	Prepoznaje morfološka obilježja i motoričke sposobnosti i sudjeluje u njihovom provjeravanju.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju. uku B.2.4. Samovrednovanje/samoprocjena Na poticaj učitelja, ali i samostalno, učenik samovrednuje proces učenja i svoje rezultate te procjenjuje ostvareni napredak.
		C	OŠ TZK C.4.1. Prati osobna motorička postignuća i njihovo unaprjeđenje.	Prati osobna motorička i funkcionalna postignuća i uspoređuje ih s prošlogodišnjim.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, ustpostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova bez upotrebe pomagala.	
70.	Finalno provjeravanje (skok udalj s mjesta, pretklon u uskom raznoženju, prenošenje pretrčavanjem)	B	OŠ TZK B.4.1. Sudjeluje u provjeravanju morfoloških obilježja, motoričkih i funkcionalnih	Prepoznaje motoričke sposobnosti i sudjeluje u njihovom provjeravanju.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju.

			spособnosti te obilježja pravilnoga tjelesnog držanja.		uku B.2.4. Samovrednovanje/samoprocjena Na poticaj učitelja, ali i samostalno, učenik samovrednuje proces učenja i svoje rezultate te procjenjuje ostvareni napredak.
		C	OŠ TZK C.4.1. Prati osobna motorička postignuća i njihovo unaprjeđenje.	Prati osobna motorička i funkcionalna postignuća i uspoređuje ih s inicijalnim.	
		D	OŠ TZK D.4.2. Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova bez upotrebe pomagala.	
71.	Finalno provjeravanje (trčanje tri minute, podizanje trupa)	B	OŠ TZK B.4.1. Sudjeluje u provjeravanju morfoloških obilježja, motoričkih i funkcionalnih sposobnosti te obilježja pravilnoga tjelesnog držanja.	Prepoznaje motoričke i funkcionalne sposobnosti i sudjeluje u njihovom provjeravanju.	zdr A.2.2.B Primjenjuje pravilnu tjelesnu aktivnost sukladno svojim sposobnostima, afinitetima i zdravstvenom stanju.
		C	OŠ TZK C.4.1. Prati osobna motorička postignuća i njihovo unaprjeđenje.	Prati osobna motorička i funkcionalna postignuća i uspoređuje ih s inicijalnim.	uku B.2.4. Samovrednovanje/samoprocjena Na poticaj učitelja, ali i samostalno, učenik samovrednuje proces učenja i svoje rezultate te procjenjuje ostvareni napredak.
		D	OŠ TZK D.4.2.	Koristi vježbe za aktivaciju sustava za	

			Izvodi vježbe za aktivaciju sustava za kretanje.	kretanje i pravilno držanje tijela, vježbe aktivacije trupa, uspostave pravilnog obrasca disanja te aktivacije mišića gornjih i donjih udova uz pomoć kratke vijače.	
72.	Zaključivanje ocjena4				