**Prijedlog godišnjeg izvedbenog kurikuluma za Tjelesnu i zdravstvenu kulturu u 6. razredu osnovne škole za školsku godinu 2021./2022.**

**Aktivnosti bez rekvizita**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Rb. | TEMA | NASTAVNI SAT | AKTIVNOST | ISHODI A područje | ISHODI B područje | ISHODI C područje | ISHODI D područje |
| 1. | ATLETIKA TRČANJA | 1. | Uvodni sat- upoznavanje učenika s izvedbenim kurikulumom i kriterijima praćenja i vrednovanja | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  |  | 2. | Ponavljanje nastavnih tema iz cjelina – 5. razreda OŠ  Škola trčanja (visoki, niski skip, izbacivanje potkoljenice, zabacivanje potkoljenice, grabeći korak, poskoci u visokom skipu) | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 2. | ATLETIKA TRČANJA | 3. | Ponavljanje nastavnih tema iz cjelina – 5. razreda OŠ  Tehnika trčanja - različite dionice (trčanje različitim tempom) | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  |  | 4. | Vježbe trčanje za pravilnu koordinaciju rada ruku i nogu | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 3. | POČETNO PROVJERAVANJE antropološkog statusa i MOTORIČKIH SPOSOBNOSTI | 5. | Ponavljanje nastavnih tema iz cjelina – 5. razreda OŠ  Provjera - visine i težine Provjera - skok u dalj, podizanje trupa, agilnost (prenošenje spužve) | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  |  | 6. | Vježbe istezanja | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 4. | ATLETIKA TRČANJA | 7. | Tehnika trčanja - brzo trčanje do 40 m | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  | PROVJERA FUNKCIONALNIH SPOSOBNOSTI | 8. | Provjera trčanja: dječaci 800m, djevojčice 600m | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 5. | ATLETIKA TRČANJA | 9. | Škola trčanja - visoki skip, niski skip preko agilnih ljestava | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  |  | 10. | Škola trčanja - slobodno pretrčavanje preko agilnih ljestava/rad stopala | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 6. | ATLETIKA TRČANJA | 11. | Tehnika trčanja preko označivača prostora (kapica) na tlu do 10m | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  |  | 12. | Tehnika niskog starta | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 7. | ATLETIKA TRČANJA | 13. | Škola trčanja – poligon (vježbe za pravilno trčanje) | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  |  | 14. | Pretrčavanje niskih prepona do 20 cm | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 8. | ATLETIKA TRČANJA | 15. | Brzo trčanje iz niskog starta do 60 m/postignuće | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  |  | 16. | Visoki skip preko niskih prepona (lagano pretrčavanje prepona) | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 9. | ATLETIKA SKOKOVI | 17. | Tehnika skoka u dalji s mjesta  Tehnika skoka u dalj iz zaleta | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  |  | 18. | Sunožni skokovi preko označivača prostora (kapica) | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 10. | ATLETIKA SKOKOVI | 19. | Skok u vis – predvježbe | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  |  | 20. | Skok u vis iz polukružnog zaleta | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 11. | ATLETIKA SKOKOVI | 21. | Skokovi na jednoj nozi preko agilnih ljestava | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  |  | 22. | Skokovi na jednoj nozi prema oznakama na tlu | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 12. | ATLETIKA HODANJA i TRČANJA | 23. | Hodanja različitim tempom i različitim dionicama | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  |  | 24. | Brzo hodanje - orijentacijsko kretanje | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 13. | FITNES / vježbe za poboljšanje motoričkih sposobnosti | 25. | Vježbe jačanja mišića ramenog pojasa | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  |  | 26. | Vježbe istezanja mišića ramenog pojasa | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 14. | FITNES / vježbe za poboljšanje motoričkih sposobnosti | 27. | Vježbe jačanja mišića trupa (trbuha i leđa) | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  |  | 28. | Vježbe istezanja mišića trupa (trbuha i leđa) | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 15. | FITNES / vježbe za poboljšanje motoričkih sposobnosti | 29.. | Vježbe jačanja mišića nogu | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  |  | 30. | Vježbe istezanja mišića nogu | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 16. | VJEŽBE KOORDINACIJE | 31. | Vježbe koordinacije rada ruku i nogu | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  |  | 32. | Vježbe koordinacije rada ruku i nogu | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 17. | ODBOJKA | 33. | Kretanje u različitim stavovima bez lopte u odbojci (O) | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  |  | 34. | Priprema za povaljku na leđa (O)  Vježbe za poboljšanje starta na loptu (O) | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 18. | ODBOJKA | 35. | Kretanje po terenu i skokovi uz mrežu (O) | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  |  | 36. | Vježba - Iz kleka spuštanje u sklek i na tlo, rolanje u desnu i lijevu stranu (O) | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 19. | ODBOJKA | 37. | Primanje lopte podlaktično naprijed - nazad imitacija bez lopte (O) | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  |  | 38. | Primanje lopte podlaktično i vršno u različitim pozicijama (O) | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 20. | PLESOVI I RITMIČKE KRETNJE | 39. | Narodni ples po izboru | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  |  | 40. | Mačji skok, dječji poskok na tlu i gredi ili šv. ljestvama | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 21. | PLESOVI I RITMIČKE KRETNJE | 41. | Različita kretanja uz glazbu | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  |  | 42. | Hodanje i trčanje uz ritam | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 22. | PLESOVI I RITMIČKE KRETNJE | 43. | Društveni ples - Bečki valcer | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  |  | 44. | Usporedba i razlike narodnog i društvenog plesa | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 23. | AEROBIK | 45. | Izvođenje osnovnih koraka u niskog intenziteta | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  |  | 46. | Mini koreografija uz glazbu | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 24. | RAVNOTEŽNI POLOŽAJI | 47. | Razni skokovi na jednoj nozi | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  |  | 48. | Vaga  Hodanje na prstima po liniji ili niskoj gredi | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 25. | KOŠARKA | 49. | Kretanje bez lopte u različitim stavovima (K) Kretanje po terenu osnovna obrana bez lopte (K) | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  |  | 50. | Kretanje, zaustavljanje i pivotiranje/simulacija bez lopte (K)  Kretanje po terenu, osnovni napad bez lopte (K) | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 26. | KOŠARKA | 51. | Osnovni šut s mjesta - simulacija bez lopte (K) | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  |  | 52. | Zaustavljanje i šutiranje iz različitih mjesta/simulacija bez lopte (K) | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 27. | RUKOMET | 53. | Kretanje bez lopte po terenu, simulacija šuta (R) | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  |  | 54. | Šutiranje lopte nakon primanja lopte iz kretanja/skok šut - imitacija bez lopte (R) | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 28. | RUKOMET | 55. | Simulacija napada, kretanje po liniji 9 m (R) | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  |  | 56. | Simulacija obrane, kretanje po liniji 6 m (R) | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 29. | STOLNI TENIS | 57. | Simulacija osnovnih udarca (ST) | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  |  | 58. | Kretanje za stolom, primanje loptice (ST) | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 30. | BADMINTON | 59. | Kretanje po terenu bez reketa i simulacija osnovnih udaraca (B) | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  |  | 60. | Različita kretanja za brzu reakciju dolaska pod lopticu (B) | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 31. | ZAVRŠNO PROVJERAVANJE antropološkog statusa i MOTORIČKIH SPOSOBNOSTI | 61. | Provjera - visine i težine Provjera - skok u dalj, podizanje trupa, agilnost (prenošenje spužve) | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  |  | 62. | Provjera - skok u dalj, podizanje trupa, agilnost (prenošenje spužve) | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 32. | ZAVRŠNO PROVJERAVANJE antropološkog statusa i FUNKCIONANIH SPOSOBNOSTI | 63. | Provjera trčanja: dječaci 800m, djevojčice 600m | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  |  | 64. | Vježbe istezanja | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 33. | NOGOMET | 65. | Kretanje bez lopte po terenu, finte i zavaravanje protivnika bez lopte (N) | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  |  | 66. | Simulacija napada i obrane (N)  Promjene smjera kretanja (N) | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 34. | NOGOMET | 67. | Trčanje unazad između dva igrača (N) | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  |  | 68. | Trčanje između čunjeva s promjenom smjera kretanja (N) | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 35. | RAZGOVOR S UČENICIMA | 69. | Igra po želji učenika | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |
|  | Zaključivanje ocjena | 70. | Zaključivanje ocjena | OŠ TZK A.6.2. |  | OŠ TZK C.6.2. | OŠ TZK D.6.2. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.3. |  |  | OŠ TZK D.6.3. |
|  |  |  |  | OŠ TZK A.6.1. | OŠ TZK B.6.1. | OŠ TZK C.6.1. | OŠ TZK D.6.1. |