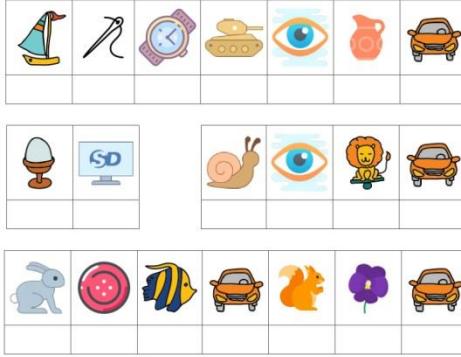


Obrazac „Metodičkih preporuka za ostvarivanje odgojno-obrazovnih ishoda predmetnih kurikuluma i međupredmetnih tema za osnovnu i srednju školu“

OSNOVNI PODACI	
Ime i prezime	Vesna Lukinić
Zvanje	Diplomirani učitelj s pojačanim predmetom matematike - mentor
Naziv škole u kojoj ste trenutačno zaposleni	Osnovna škola Nikole Hribara
Adresa elektroničke pošte	vesna.lukinic@skole.hr
Naslov metodičkih preporuka	Naše tijelo i zdravlje - ponavljanje
Predmet (ili međupredmetna tema)	Priroda i društvo Zdravlje
Za međupredmetnu temu navesti u sklopu kojega nastavnoga predmeta, sata razrednika ili izvannastavne aktivnosti se izvodi.	Priroda i društvo Tjelesno zdravstvena kultura
Razred	1. (prvi)
OBVEZNI ELEMENTI	
Odgojno-obrazovni ishod (oznaka i tekst iz kurikulumapredmeta ili međupredmetnih tema objavljenih u NN)	<p>PID OŠ A.1.1. Učenik uspoređuje organiziranost u prirodi opažajući neposredni okoliš.</p> <p>PID OŠ B.1.1. Učenik uspoređuje promjene u prirodi i opisuje važnost brige za prirodu i osobno zdravlje.</p> <p>PID OŠ B.1.2. Učenik se snalazi u vremenskim ciklusima, prikazuje promjene i odnose među njima te objašnjava povezanost vremenskih ciklusa s aktivnostima u životu.</p>
Tijek nastavnoga sata	<p>UVODNI DIO SATA</p> <p>Otkrivanje skrivene poruke - individualno</p> <p>Najava cilja sata</p> <p>PONAVLJANJE</p> <p>Ppt prezentacija- frontalno</p> <p>Rekreativna pauza: pjesma JEDI, JEDI, JEDI JOŠ</p>



	<p>PONAVLJANJE – u skupinama</p> <p>a) Učenici otkrivaju,slažu i lijepe pojmove vezane uz OSOBNU HIGIJENU, PRAVILNO ODIJEVANJE I OBUVANJE, ZDRAVU PREHRANU I PRAVILNU RASPODJELU RADA I ODMORA.</p> <p>b) Digitalni sadržaji na tabletu, računalu ili mobitelu.</p> <p>VREDNOVANJE</p> <p>Nastavni listići - diferencirani</p>	
<p>Opis svih aktivnosti (što rade učenici, a što učitelj/nastavnik)</p>	<p>UČITELJ</p> <p>Učitelj motivira, ohrabruje, sugerira , ispravlja , objašnjava ,pomaže, ...</p> <p>1. aktivnost</p> <p>Učitelj dijeli učenicima slikovnu abecedu i zadatak na listiću. Uz pomoć slikovne abecede potrebno je otkriti skrivenu poruku. Svaka sličica predstavlja jedno slovo. Sličice su posložene tako da tvore skrivenu poruku.</p> 	<p>UČENICI</p> <p>Učenici promatraju slikovnu abecedu uz čiju će pomoć otkriti skrivenu poruku. Svakoj zadanoj sličici pridružuju slovo koje se u konačnici tvoriti jednu poruku.(ČISTOĆA JE POLA ZDRAVLJA).</p> <p>PRILOG 1</p>
	<p>Učitelj piše naslov na ploču.</p>	<p>Učenici prepisuju naslov s ploče u svoje bilježnice.</p>

	<p>Učitelj pitanjima sugerira izradu plana ploče tj. podnaslova.</p> <p>1.OSOBNA HIGIJENA</p> <p>2.RAZNOIKA HRANA</p> <p>3.ODJEĆA I OBUĆA</p> <p>4.RAD I ODMOR</p> <p>REKREATIVNA PAUZA</p> <p>Učitelj objašnjava pravila igre Kip i „pušta“ pjesmu (kada glazba utihne potrebno se ukipiti , pretvoriti u zanimljiv, neobičan, smiješan kip).</p>	<p>Učenici odgovaraju na postavljena pitanja</p> <p>Učenici plešu uz glazbu, kada se glazba utiša pretvore se u kip po volji.</p>
	<p>2. aktivnost</p> <p>Učitelj prezentira pitanja putem ppt prezentacije.</p> <p>Učitelj paljenjem svjetla na semaforu (crveno - ako je netočno i zeleno - ako je točno) daje točno rješenje.</p>	<p>Učenici podižu štapić s točnim odgovorom. T (ako je odgovor točan) i N (ako je odgovor netočan) (PRILOG 2).</p> <p>Učenici provjeravaju točnost svojih odgovora promatranjem svjetla na semaforu.</p>
	<p>3. aktivnost</p> <p>Učitelj objašnjava zadatak i dijeli učenike u četiri skupine. Svakoj skupini dijeli omotnicu s izrezanim slovima u boji. Slova, po boji, potrebno je složiti u odgovarajuće pojmove. Svaka skupina ima svoju grupu pojmovea koji odgovaraju određenom podnaslovu na ploči.</p>	<p>Učenici slažu slova u pojmove koje lijepe na papir (A3).</p> <p>1.skupina slaže pojmove: šampon, sapun, češalj, parfem, tuš gel i losion.</p> <p>2.skupina slaže</p>



		<p>pojmove: sarma, salata, bombon, limun, jagoda i pecivo.</p> <p>3.skupina slaže pojmove: kaput, čizme, čarapa, haljina, cipele i košulja.</p> <p>4.skupinaslaže pojmove: plivanje, plesanje, igranje, učenje, spavanje i rolanje.</p> <p>Svaka skupina svoj papir (A3) donosi pred ploču i lijepi ispod odgovarajućeg podnaslova (PRILOG 3).</p>
	<p>4. aktivnost</p> <p>Učitelj na platnu projicira poveznice za digitalne sadržaje.</p> <p>1.digitalni sadržaj: na crtežu strelicama pokazati zadane dijelove tijela</p> <p>2.digitalni sadržaj: u križaljku potrebno je upisati tražene pojmove</p> <p>5. aktivnost</p> <p>Učitelj na platnu daje poveznicu. Dijeli razred u tri skupine (desetine) za igru memori. Skupina otvara karticu i trži joj para. Ukoliko pronađe nastavlja igru, ukoliko ne karticu otvara druga desetina.</p>	<p>Učenici rješavaju zadatke na tabletima (u paru) ili na mobilnim (individualno).</p> <p>Radom u skupinama igraju igru memori.</p>

	6. aktivnost	Učenici rješavaju diferencirane zadatke																																							
Sadržaji koji se koriste u aktivnostima	Otkrivanje skrivene poruke, odgovaranje na pitanja putem ppt-a, slaganje slova u riječi, rješavanje križaljke, povezivanje dijelova tijela sa crtežom, zbrajanje i oduzimanje, povezivanje rezultata s pridruženim slovom , otkrivanje šifre,.. ..																																								
Primjeri vrednovanja za učenje, vrednovanja kao učenje ili naučenog uz upute	<p>1. VREDNOVANJE ZA UČENJE</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>ELEMENTI VREDNOVANJA</th> <th>IZVRSNO</th> <th>DOBRO</th> <th>MOŽE BOLJE</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Znaš nabrojiti zdravu hranu.</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Nabralaš dnevne obroke.</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Razlikuješ odjeću i obuću.</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Znaš što je osobna higijena i zašto je važna.</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p>2. VREDNOVANJE KAO UČENJE</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>ELEMENTI VREDNOVANJA</th> <th></th> <th></th> <th></th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Razlikujem zdravu od nezdrave hrane.</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Znam nabrojiti glavne dnevne obroke.</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Znam nabrojiti odjeću i obuću po godišnjim dobima.</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Znam što je slobodno, a što organizirano vrijeme.</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p>3. VREDNOVANJE NAUČENOGA</p> <p>DIFERENCIRANI NASTAVNI LISTIĆI</p> <p>PRILOG 3 (Listić namijenjen prosječnim učenicima)</p> <p>PRILOG 4 (Listić namijenjen darovitim učenicima i učenicima koji pokazuju određenu sklonost rješavanju složenijih zadataka.)</p>	ELEMENTI VREDNOVANJA	IZVRSNO	DOBRO	MOŽE BOLJE	Znaš nabrojiti zdravu hranu.				Nabralaš dnevne obroke.				Razlikuješ odjeću i obuću.				Znaš što je osobna higijena i zašto je važna.				ELEMENTI VREDNOVANJA				Razlikujem zdravu od nezdrave hrane.				Znam nabrojiti glavne dnevne obroke.				Znam nabrojiti odjeću i obuću po godišnjim dobima.				Znam što je slobodno, a što organizirano vrijeme.			
ELEMENTI VREDNOVANJA	IZVRSNO	DOBRO	MOŽE BOLJE																																						
Znaš nabrojiti zdravu hranu.																																									
Nabralaš dnevne obroke.																																									
Razlikuješ odjeću i obuću.																																									
Znaš što je osobna higijena i zašto je važna.																																									
ELEMENTI VREDNOVANJA																																									
Razlikujem zdravu od nezdrave hrane.																																									
Znam nabrojiti glavne dnevne obroke.																																									
Znam nabrojiti odjeću i obuću po godišnjim dobima.																																									
Znam što je slobodno, a što organizirano vrijeme.																																									



	<p>PRILOG 7 (Za učenike je pripremljen i dodatni listić „Špijunska šifra“)</p> <p>PRILOG 5 (Listić namijenjen učenicima koji imaju poteškoća u usvajanju sadržaja)</p>																																	
Razrađeni problemski zadaci, zadaci za poticanje kritičkog razmišljanja, kreativnosti i/ili istraživački zadaci; ovisno o predmetu i nastavnoj temi	<p>PRILOG 7</p> <p>Ovaj zadatak napisan je kao špijunska šifra.</p> <p>Otkrij što je Zdravka imala za ručak?</p> <p>Ključ za otkrivanje šifre izgleda ovako:</p> <table border="1"><tr><td>0</td><td>2</td><td>4</td><td>6</td><td>8</td><td>10</td><td>12</td><td>14</td><td>16</td><td>18</td><td>20</td></tr><tr><td>↓</td><td>↓</td><td>↓</td><td>↓</td><td>↓</td><td>↓</td><td>↓</td><td>↓</td><td>↓</td><td>↓</td><td>↓</td></tr><tr><td>E</td><td>R</td><td>H</td><td>Ć</td><td>A</td><td>U</td><td>I</td><td>J</td><td>V</td><td>B</td><td>O</td></tr></table> <p>$10 + 4 = \underline{\quad} = \underline{\quad}$ $10 - 8 = \underline{\quad} = \underline{\quad}$ $10 + 6 = \underline{\quad} = \underline{\quad}$ $2 + 8 = \underline{\quad} = \underline{\quad}$ $10 + 2 = \underline{\quad} = \underline{\quad}$ $10 + 10 = \underline{\quad} = \underline{\quad}$ $10 - 6 = \underline{\quad} = \underline{\quad}$ $10 + 8 = \underline{\quad} = \underline{\quad}$ $10 - 4 = \underline{\quad} = \underline{\quad}$ $10 - 2 = \underline{\quad} = \underline{\quad}$ $3 + 5 = \underline{\quad} = \underline{\quad}$ $9 - 9 = \underline{\quad} = \underline{\quad}$</p> <p>Zdravka je za ručak imala: _____, _____ i _____.</p>	0	2	4	6	8	10	12	14	16	18	20	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	E	R	H	Ć	A	U	I	J	V	B	O
0	2	4	6	8	10	12	14	16	18	20																								
↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓																								
E	R	H	Ć	A	U	I	J	V	B	O																								
DODATNI ELEMENTI¹																																		
Poveznice na više odgojno- obrazovnih ishoda različitih predmeta ili očekivanja međupredmetnih tema	<p>OŠ HJ A.1.1 Učenik razgovara i govori u skladu s jezičnim razvojem izražavajući svoje potrebe, misli i osjećaje. OŠ HJ A.1.4. Učenik piše školskim formalnim pismom slova, riječi i kratke rečenice u skladu s jezičnim razvojem OŠ HJ A.1.5. Učenik upotrebljava riječi, sintagme i rečenice u točnome značenju u uobičajenim komunikacijskim situacijama.</p> <p>MAT OŠ B.1.1.</p> <p>Zbraja i oduzima u skupu brojeva do 20.</p> <p>OŠ TZK A.2.1.</p>																																	

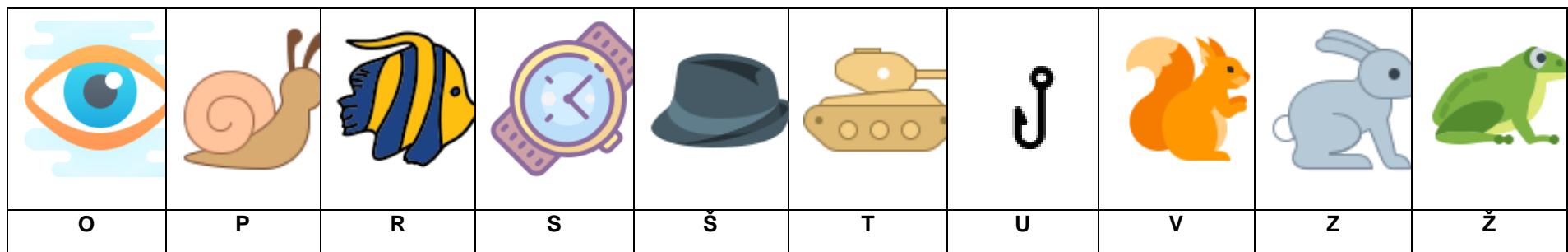
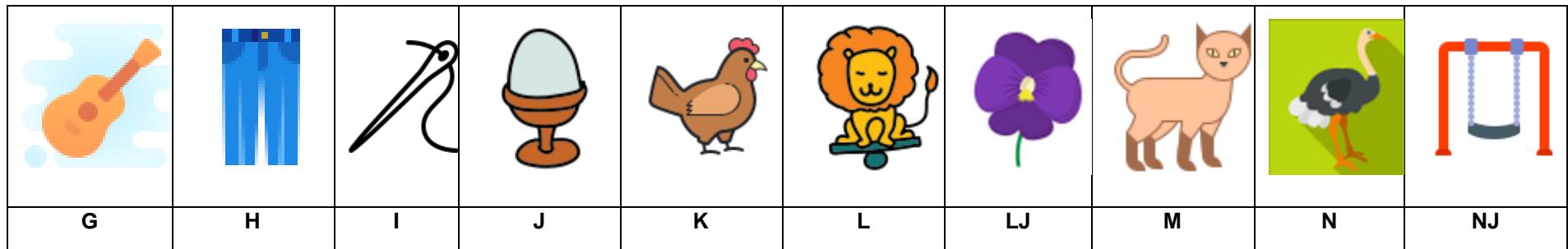
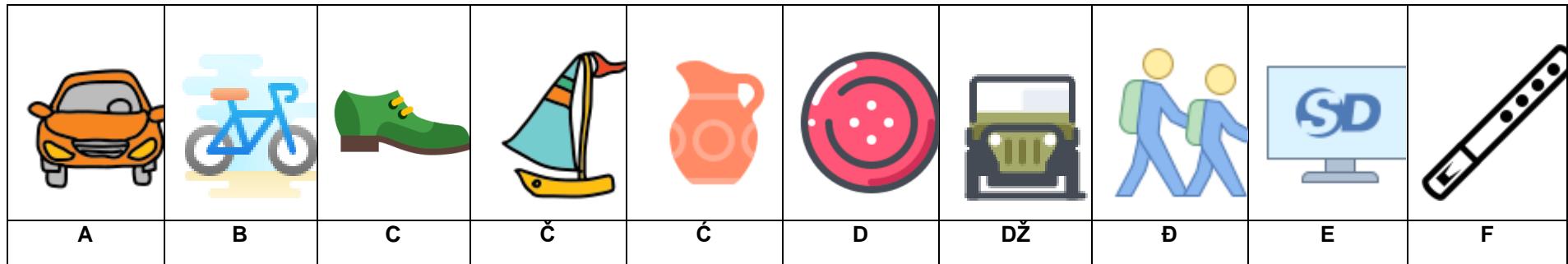
¹Sastavni elementi prijave koji omogućuju dodanu vrijednost provedbi javnoga poziva. Nisu obvezni, ali nose dodatne bodove u skladu s kriterijima procjene metodičkih preporuka.



	<p>Izvodi prirodne načine gibanja i mijenja položaj tijela u prostoru.</p> <p>MEĐUPREDMETNE TEME</p> <p>osr A.1.1. Razvija sliku o sebi.</p> <p>osr A.1.3. Razvija svoje potencijale.</p> <p>goo A.1.1. Ponaša se u skladu s dječjim pravima u svakodnevnom životu.</p> <p>Goo C.1.1. Sudjeluje u zajedničkom radu u razredu.</p> <p>ZDRAVLJE</p> <p>A.1.1.B Opisuje važnost redovite tjelesne aktivnosti za rast i razvoj.</p> <p>A.1.2. Razlikuje osnove pravilne od nepravilne prehrane i opisuje važnost tjelesne aktivnosti.</p> <p>A.1.3. Opisuje načine održavanja i primjenu osobne higijene i higijene okoline.</p> <p>ikt A.1.2. Učenik se uz učiteljevu pomoć služi odabranim uređajima i programima.</p> <p>ikt A.1.3. Učenik primjenjuje pravila za odgovorno i sigurno služenje programima i uređajima.</p>
Aktivnost u kojima je vidljiva interdisciplinarnost	<ol style="list-style-type: none">1. aktivnost – upisivanje slova u zadano polje i otkrivanje skrivene poruke (HJ)2. aktivnost - čitanje i razumijevanje postavljenog pitanja (HJ) Rekreativna pauza: plesanje u ritmu (GK)3. aktivnost – izrada plakata i pridruživanje plakata ponuđenim točkama plana ploče (uku)4. aktivnost – razlikovanje voća – povrća; odjeće – obuće;5. aktivnost – opažanjem i pamćenjem spajati (osr)6. aktivnost – razumijevanje pročitanog (HJ)
Aktivnosti koje obuhvaćaju prilagodbe za učenike s teškoćama	Učenici uz pomoć učitelje rješavaju nastavni listić prilagođen zadacima s produljenim vremenom za rješavanje (PRILOG 5).
Aktivnosti za motiviranje i rad s darovitim učenicima	Učenici će samostalno rješavati nastavni listić koji sadrži složenije zadatke (PRILOG 4).
Upute za kriterijsko vrednovanje	Za kriterijsko vrednovanje kompleksnih i problemskih



kompleksnih i problemskih zadataka i/ili radova esejskoga tipa	zadataka potrebno je koristiti prosječno složene zadatke u skladu s mogućnostima darovitih učenika unutar razrednog odjela. Ocjene raspoređujemo unutar najboljeg i najslabijeg ostvarenog rezultata.
Projektni zadaci (s jasnim scenarijima, opisima aktivnosti, rezultatima projekta, vremenskim okvirima)	Učenici dobivaju tablicu u koju će, tijekom narednog vikenda (subota, nedjelja) upisivati što su imali za doručak, ručak i večeru. Na sljedećem satu prirode i društva razgovaramo/analiziramo tko se zdravo hranio, a tko manje zdravo ili nezdravo (PRILOG 6).
Poveznice na multimedijске i interaktivne sadržaje	https://skolazazivot.hr/kurikulumi-2/ https://matchthememory.com/vlukinic https://wordwall.net/play/560/873/166 https://wordwall.net/play/560/884/908
Prijedlozi vanjskih izvora i literature	



ŠAMPOON
SAPUN
ČEŠALJ
PARFEM
TUŠ GEL
LOSION



Ministarstvo
znanosti i
obrazovanja



S A R M A

S A L A T A

B O M B O N

L I M U N

J A G O D A

P E C I V O

K A P U T

Č I Z M E

Č A R A P A

H A L J I N A

C I P E L A

K O Š U L J A

PLIVANJE
PLESANJE
IGRANJE
UČENJE
SPAVANJE
ROLANJE

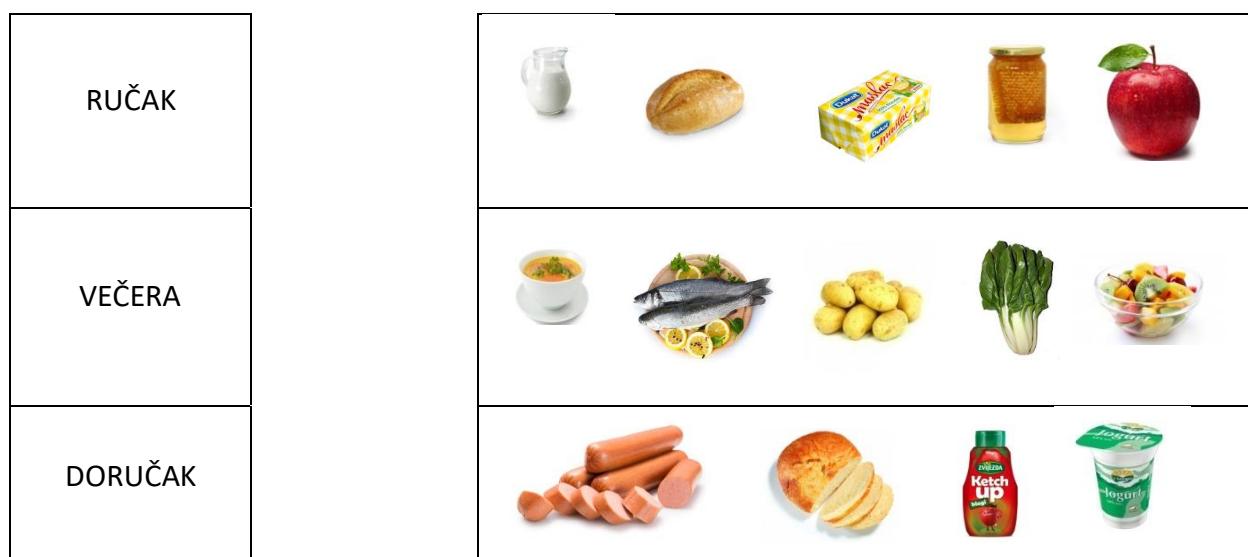
NAŠE ZDRAVLJE

PRILOG 3

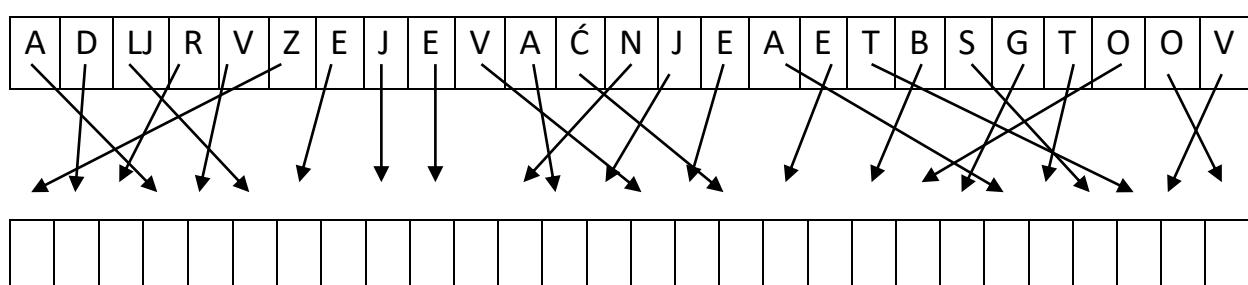
1. Zaokruži što ti je potrebno za dobro zdravlje.



2. Spoji.



3. Otkrij što piše.



NAŠE ZDRAVLJE

PRILOG 4

1. Svakoj zagonetki pronađi odgovor. Pomogni si sličicama.

Mi smo, djeco, sestre dvije,
volimo kad kiša lije,
jer šljapkamo i gazimo more blata
sve do kućnih vrata.

Da sam slatka svi mi kažu
i na kruh me često mažu
Čuvaj lice, čuvaj bradu
Kada jedeš

Kada ruke nisu čiste,
mene zovu i koriste.
Nečistoća odmah ode
al' ne radim ja bez vode.

HIGIJENA	ODJEĆA – OBUĆA	PREHRANA	SLOBODNO VRIJEME

Kad se lijepo zarumene,
evo hrane slasne,
djevojčici često daje
naušnice krasne.

Svi što me vole
svi me tuku,
udaraju nogom
i bacaju iz ruku.

Kad nastupe topli dani
izlaska mi gazda brani.
Ako zimi kreneš na put
Ti sa sobom nosi

2. Zaokruži namirnice i složi zdravi doručak, ručak i večeru.



3. Riješi anagram.

A D L J R V X E X E V A Ć X J E A E T X S G T O V O

Z_____ J_____ N_____ B_____!

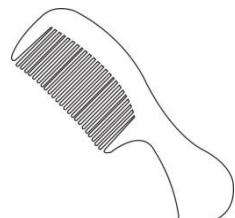
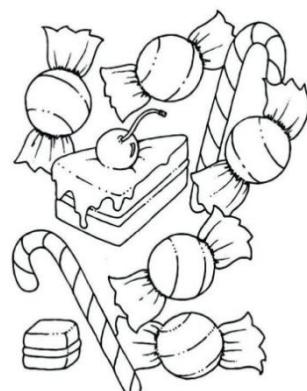
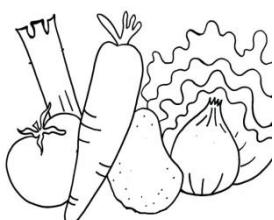
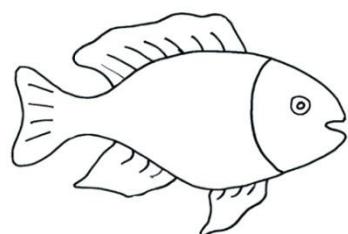
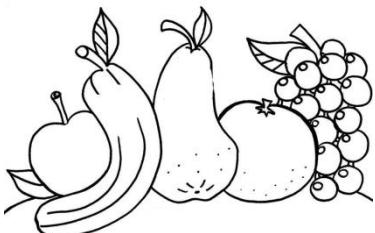
4. Dopuni narodne izreke:

- a) JEDNA JABUKA NA DAN, _____ IZ KUĆE V____ !
- b) BOLJE SPRIJEČITI NEGO _____ !
- c) U ZDRAVOM _____ ZDRAV _____ !

NAŠE ZDRAVLJE

PRILOG 5

1. Oboji što ti je potrebno za dobro zdravlje.



2. Složi pravilno poslovicu.

JE, BOGATSTVO, ZDRAVLJE, NAJVEĆE

Z _____ J _____ N _____ B _____ !



ŠTO SAM JEO/JELA OVOG VIKENDA?

PRILOG 6

Ovaj zadatak napisan je kao špijunska šifra.

Otkrij što je Zdravka imala za ručak?

Ključ za otkrivanje šifre izgleda ovako:

0	2	4	6	8	10	12	14	16	18	20
↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
E	R	H	Ć	A	U	I	J	V	B	O

$$10 + 4 = \underline{\quad} = \underline{\quad}$$

$$10 - 8 = \underline{\quad} = \underline{\quad}$$

$$10 + 6 = \underline{\quad} = \underline{\quad}$$

$$2 + 8 = \underline{\quad} = \underline{\quad}$$

$$10 + 2 = \underline{\quad} = \underline{\quad}$$

$$10 + 10 = \underline{\quad} = \underline{\quad}$$

$$10 - 6 = \underline{\quad} = \underline{\quad}$$

$$10 + 8 = \underline{\quad} = \underline{\quad}$$

$$10 - 4 = \underline{\quad} = \underline{\quad}$$

$$10 - 2 = \underline{\quad} = \underline{\quad}$$

$$3 + 5 = \underline{\quad} = \underline{\quad}$$

$$9 - 9 = \underline{\quad} = \underline{\quad}$$

Zdravka je za ručak imala: , i .



NAŠE TIJELO I ZDRAVLJE

ponavljanje

1. PITANJE

Za higijenu tijela potrebna nam je samo voda.

T-N



2. PITANJE

Dnevni obroci su: doručak, ručak i večera.

T-N



3. PITANJE

Čizme i cipele spadaju u obuću.

T-N



4. PITANJE

Spavanje je osnovni odmor svakog čovjeka.

T-N



5. PITANJE

Ruke peremo uvijek poslije jela.

T-N





6. PITANJE

Za doručak je dobro jesti sarmu.

T-N



7. PITANJE

Zimski odjevni predmeti su: kaput, šal,
rukavice i kapa.

T-N



8. PITANJE

Dobro je što više vremena provoditi uz
TV.



9. PITANJE

Samo povremeno se kupamo i režemo
nokte.

T-N



10. PITANJE

Prvi dnevni obrok je ručak.

T-N



11. PITANJE

Odjeća i obuća mora biti primjerena
godišnjem dobu.

T-N





12. PITANJE

Jabuka i kruška spadaju u povrće.

T-N



13. PITANJE

Drugi naziv za zubara je stomatolog.

T-N



14. PITANJE

Doručak je obrok prije spavanja.

T-N



15. PITANJE

Zube peremo prije jela.

T-N



16. PITANJE

Treba jesti raznoliku hranu.

T-N



17. PITANJE

Sandale i natikače su ljetna obuća.

T-N





18. PITANJE

Paprika, rajčica i peršin spadaju u voće.

T-N



19. PITANJE

Za večeru je dobro jesti laganiju hranu.

T-N



20. PITANJE

Stručnjak koji brine o našem zdravlju
zove se liječnik.

T-N

