

Недела 4 Датум: број на час 7		ПРВО ПОЛУГОДИЕ Тема 1: 8.1 Сили и движење Единица: Брзини и растојанија			Одделение VIII	
Време	Цели на учење	Критериуми за успех	Активности		Ресурси	Доказ за постигнатото
			Опис	Форми		
5	Пресметува средна брзина и средно забрзување Прави едноставни пресметувања	Можам да пресметам средна брзина и средно забрзување Можам да правам едноставни пресметувања	Наставникот ги истакнува критериумите за успех. Поставува прашања преку кои се повторува наученото од претходниот час. Бара од учениците да ја напишат формулата за пресметување брзина. Проверува дали разбираат едноставни пресметки (пр. Која е брзината ако лицето поминува 4 метри за 2 секунди?).	Ц		Усни одговори на учениците Дискусија Заклучоци, Точно извршени пресметки
30	Идентификува трендови и шаблони во резултатите (корелациите). Толкува податоци од секундарни извори. Пресметува средна брзина и средно забрзување	Можам да видам трендови во резултатите и да извлечам заклучок Можам да толкувам податоци од секундарни извори. Можам да пресметам средна брзина и средно забрзување	Наставникот им дава на учениците податоци за машкиот и женскиот светски рекорд во различни дисциплини. Учениците ги користат податоците за да ја пресметаат средната брзина за секое растојание. Тие ги организираат податоците во табела или електронска табеларна пресметка. Наставникот ги поставува следните прашања: Дали средната брзина е побрза на пократки или подолги растојанија? Колку се побрзи најбрзите мажи од најбрзите жени? Учениците ги користат резултатите за да одговорат на поставените прашања.	Г=4 Г=4	Податоци за светските рекорди кај мажи и жени за следниве дисциплини: 100m, 200m, 400m, 800m, 1000m, 1500m, 5000m, 10000m, маратон (42.195 m). Електронски табели (ако се достапни). На учениците може да им се даде да направат електронска табеларна пресметка или обична табела за	Набљудување е Дискусија, изведен заклучок согласно со поставените барања Точно извршени пресметки




			Наставникот развива дискусија по следното прашање: <i>Дали мислите дека спринтерите трчаат со иста брзина на секоја точка од патеката?</i> Потоа го воведува поимот моментална брзина.	Ц	пополнување.	
5	Извлекува заклучоци.	Можам да извлекувам правилен заклучок	Се извлекува заклучок дека брзината може да се споредува долж различни растојанија и времиња. Може да се направат обични или електронски табели за да се организира и анализира голема количина податоци.	Ц		Активноста на ученикот вотекот на целиот час
Организација Детали за диференцијација/ групи/ улога на возрасен (поврзано со активностите)			Забелешки / можности за проширување/ домашна работа		Клучна терминологија	
<p>Вовед: Организација на цела паралелка. Дискутирање со учениците за предзнаењата што ги имаат за брзина</p> <p>Групна активност: Групите добиваат исти активности, кои учениците може да ги извршуваат и независно.</p> <p>Наставникот набљудува, дава поддршка и по потреба ја помага работата на учениците.</p>			<p>Проширување на знаењата на учениците кои завршиле: Домашна работа –прашања и задачи пр.од учебник или работен лист</p>		<p>брзина просечна растојание време табеларни пресметки средна моментална брзина</p>	

Светски рекорди кај мажи



Дисциплина	Рекорд	Атлетичар	Датум	Нагпревар	Место
100 m (razvoj)	9.58 (+0,9 m/s)	 Usain Bolt	16. 8. 2009.	Svetsko prvenstvo	 Berlin
200 m (razvoj)	19.19 (-0,3 m/s)	 Usain Bolt	20. 8. 2009.	Svetsko prvenstvo	 Berlin
400 m (razvoj)	43.03	 Wayde van Niekerk	14. 8. 2016.	Olimpiski igri	 Rio de Janeiro
800 m (razvoj)	1:40.91	 David Rudisha	9. 8. 2012.	Olimpiski igri	 London
1000 m (razvoj)	2:11.96	 Noah Ngeny	5. 9. 1999.	Miting vo Rieti	 Rieti
1500 m (razvoj)	3:26.00	 Hicham El Guerrouj	14. 7. 1998.	Golden Gala	 Rim
5000 m (razvoj)	12:37.35	 Kenenisa Bekele	31. 5. 2004.	Fanny Blankers-Koen Games	 Hengelo
10.000 m (razvoj)	26:17.53	 Kenenisa Bekele	26. 8. 2005.	Memorijal Van Damme	 Bruxelles

Светски рекорди кај жени

Disciplina	Rekord	Atletičarka	Datum	Natprevaruvanje	Mesto
100 m (razvoj)	10.49	 Florence Griffith Joyner	16. 7. 1988.	Amerikanski olimpiski kvalifikacii	 Indianapolis
200 m (razvoj)	21.34	 Florence Griffith Joyner	29. 9. 1988.	Olimpiski igri	 Seoul
400 m (razvoj)	47.60	 Marita Koch	6. 10. 1985.	Svetski kup	 Canberra
800 m (razvoj)	1:53.28	 Jarmila Kratochvílová	26. 7. 1983.		 München
1000 m (razvoj)	2:28.98	 Svjetlana Masterkova	23. 8. 1996.	Memorijal Van Damme	 Bruxelles
1500 m (razvoj)	3:50.07	 Genzebe Dibaba	17. 7. 2015.	Herculis	 Monako
5000 m (razvoj)	14:11.15	 Tirunesh Dibaba	6. 6. 2008.	Bislett igri	 Oslo
10.000 m (razvoj)	29:17.45	 Almaz Ayana	12. 8. 2016.	Olimpiski igri	 Rio de Janeiro

Дисциплина	Рекорд	Рекорд	Средна брзина	Средна брзина
------------	--------	--------	---------------	---------------

Изработила: Цвета Андреска ОУ „Ванчо Николески“-Лескоец

	Мажи	жени	(мажи)	(жени)
100 m				
200 m				
400 m				
800 m				
1000 m				
1500 m				
5000 m				
10000 m				

