**Насоки за часовите по ,,Физичко и здравствено образование’’ за седмо одделение.**

**-Вежби за обликување** (да се совладат вежбите кои ги имаме работено на часовите по физичко ,потсетете се со помош на долунаведениот линк и да се практикуват пред секоја од активностите односно најмалку три пати седмично)

Извор: <https://www.youtube.com/watch?v=sCo6LYs3Ntg>

**-Историски развој на кошарката**

Извор: <https://mk.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%BE%D1%88%D0%B0%D1%80%D0%BA%D0%B0>

**-Елементи во кошарката**

Извор: <http://frosinamarkoska7.blogspot.com/2016/12/blog-post_5.html>

1.**Водење на топка**

<https://www.youtube.com/watch?v=QDzOAOXozMo>

2.**Додавање и фаќање на различни начини во движење**

<https://www.youtube.com/watch?v=pY7GkytanjQ>

3. **Кошаркарски двочекор со положување на топка**

<https://www.youtube.com/watch?v=Y5ABxlC62vA&feature=youtu.be>

**\*Домашна задача**-Да се изработи проектна задача за кошарката во која ќе бидат вклучени и сите горенаведени елементи.

Ви посакувам успешни активности!

Професор по Физичко и здравствено образование:Јорданчо Јанев