

Ajdin Lišić

05.09.2026. 12:13
Pogledano: 350 puta

Donji školski servis u odbojci

Čas je usmjeren na usvajanje pravilne tehnike donjeg školskog servisa, razvoj preciznosti, koordinacije i saradnje, uz poštivanje pravila igre, međusobnu podršku, fer-plej, samokontrolu i uvažavanje različitih sposobnosti učenika.

Organizacijski oblik nastave

Predmetna nastava 7. razred

Vrsta nastavnog procesa

Osnovna vrsta nastave - Redovna nastava

Suradnja škole sa roditeljima i zajednicom te razvoj školskog kolektiva

Aktivnosti sa učenicima

Trajanje

45 minuta

Oblasti

Područje tjelesne i zdravstvene kulture

Predmet

Tjelesni i zdravstveni odgoj

Ključne kompetencije

Učiti kako učiti

Građanska kompetencija

Ciljevi i ishodi učenja i poučavanja

Cilj: Učenici treba da usvoje tehniku donjeg školskog servisa uz
poznavanje osnovnih pravila igre, razvoj socijalne saradnje u grupama i zajedničko rješavanje zadataka.

Ishodi:

Učenik/učenica:

- upoznati sa složenom strukturom kretanja servisa
- eliminišu nastale strukturalne greške
- uspješno izvode donji školski servis na kraćim distancama

Detaljan opis realizacije
Autor pripreme: Ajdin Lišić

Aktivnost 1

Nastavnik će pregledati urednost sportske opreme i krenuti u uvođenje učenika u čas primjenom mini poligona kretnih zadataka kroz 3-4 paralelne kolone. Prethodno će učenici od rekvizita sastaviti mini poligon zadataka. Učenici izvode: hodanje po gredi, penjanje i silaženje na ripstolu, skokovi preko improvizovanih prepona, puzanje, nošenje medicinke lopte. Učenici paze na vrijeme nastupa i sigurnost svih učesnika u vježbanju.

Aktivnost 2

Vježbe oblikovanja (9 – 10) učenici će izvesti kombinirajući vježbe snage,
labavljenja i jačanja pojedinih dijelova tijela, naročito ruku i ramenog pojasa u formaciji kruga. Akcenat postavljamo na pravilno izvođenje vježbe, međusobno pomaganje bez negativnih komentara.

Aktivnost 3

Nastavnik će demonstrirati izvođenje servisa, a zatim i na laptopu tehniku
servisa u situacionim okolnostima, tj. u igri.
1. Učenici u parovima poprečno terena bez lopte „izvode“ školski servis imitirajući izvedbu i uz saradničko učenje i dijalog, analiziraju kretnje pri servisu i razvijajući socijalnu saradnju.
2. Učenici su u parovima preko mreže, izvode servis sa partnerom uz mrežu, a zatim i iza linije od 3m uz saradničku korekciju pokreta do usvajanja potpune tehnike servisa.
3. Donji servis učenici izvode sa sredine terena, tj. sa pozicije 6 ostvarujući zajedničku saradnju i pomaganje manje naprednim drugovima i drugaricama, uvažavajući različite sposobnosti.
4. Kao u prethodnoj vježbi, učenici u parovima servis izvode sa različitih mjesta terena prema

partneru koji vrši prijem lopte na prste ili podlaktice. Nastavnik će koristiti laptop da bi pokazao učenicima izvođenje servisa u različitim situacijama u igri, nakon čega učenici postavljaju pitanja o detaljima izvedbe zadatka, pravilima igre i ostvarujući se kroz saradničko učenje i dijalog.
5. Učenici izvode donji školski servis iza linije od 9 metara ka partneru. Varijanta broj 2: Takmičenje parova u pogađanju strunjača na pozicijama 4, 5 i 6, uz razvoj preciznosti, samokontrole, zdravog dijaloga.

Aktivnost 4

Štafetnu igru izvesti će učenici u formi 3 paralelne kolone nošenjem lopte oko postavljenih stalaka. Varijanta broj 2: učenici trče do stalka, odbijaju loptu vršno i vraćaju se nazad na začelje svoje kolone, pazeći na sigurnost svih učenika i odgovorno izvršavajući postavljeni zadatak, razvijajući fer-play, bez negativnih komentara.

Aktivnost 5

Na svakom od koševa učenici će izvesti 5 - 8 slobodnih bacanja radi
postepenosti smirivanja organizma. Učenici odlaze na opremanje i održavanje lične higijene.

Potrebni resursi

- 10 odbojkaških lopti
- stalci
- čunjevi
- pritke
- strunjače
- š. sanduk
- laptop
- mreža
- košarkaške lopte

Praćenje i procjenjivanje

/

Ideje za domaće zadaće (nastavak aktivnosti) i uključivanje roditelja

/

Savjeti za druge nastavnike/ce kod realizacije ove lekcije/teme

/

Metode i tehnike

Collections

Mirovna pedagogija: kompendijum priprema za čas

Priprema za čas - Osnovna škola