

Osnovna škola Stjepana Antolovića Privlaka

Školska 40, 32251 Privlaka

**ELEMENTI I KRITERIJI OCJENJIVANJA U NASTAVI TJELESNE I
ZDRAVSTVENE KULTURE**

školska godina 2017./2018.

Daria Bićanić, mag. cin.

ELEMENTI PROVJERAVANJA I OCJENJIVANJA

U tjelesnom i zdravstvenom području ocjenjivanje se provodi prema propisanim elementima ocjenjivanja koji su istovjetni u svim razredima predmetne nastave osnovnoga školstva i u srednjem školstvu.

Ocjenjivanje i vrednovanje usklađeno je s aktualnim *Pravilnikom o načinima, postupcima i elementima vrednovanja učenika u osnovnoj i srednjoj školi*. Prema članku 3. spomenutog Pravilnika, elemente ocjenjivanja pojedinog nastavnog predmeta i postupke vrednovanja (u ovom slučaju Tjelesne i zdravstvene kulture) izrađuje učitelj/nastavnik određenoga nastavnoga predmeta s učiteljima/nastavnicima istoga nastavnoga predmeta, odnosno odgojno-obrazovnoga područja na lokalnoj, regionalnoj, odnosno nacionalnoj razini.

ELEMENTI OCJENJIVANJA TZK-e

Motorička znanja – 40 %

Motorička postignuća – 10 %

Kinantropološka postignuća – 10 %

Odgojni učinci – 40 %

Motorička znanja su prvi element ocjenjivanja predmeta Tjelesna i zdravstvena kultura u kojem se upisuju ocjene o razini naučenosti određenih motoričkih gibanja (nastavnih tema) koje su predviđene za provjeravanje prema izvedbenom nastavnom planu i programu tjelesne i zdravstvene kulture za pojedini razredni odjel. Motorička znanja provjeravaju se kontinuirano tijekom nastavne godine prema razrađenom kriteriju njihove procjene.

Učitelj TZK-e izrađuje kriterije ocjenjivanja za svaku nastavnu temu koju planira provjeravati. Učitelj prije ocjenjivanja učenicima opisuje i objašnjava kriterije ocjenjivanja te očekivana postignuća.

Kriterij ocjenjivanja motoričkih znanja:

| | |
|-----------------------|--|
| Nedovoljan (1) | Učenik odbija izvesti zadano motoričko gibanje. |
| Dovoljan (2) | Motoričko znanje učenika u fazi početnog usavršavanja. Učenik izvodi gibanje tako da se prepoznaju osnovni prostorni pokazatelji gibanja. Međutim, izvedba je nekoordinirana i nespretna te izrazito značajno odstupa od standardnog izvođenja. |
| Dobar (3) | Motoričko znanje učenika u fazi naprednog usavršavanja. Učenik izvodi pravilno prostorne pokazatelje gibanja, ali vremenski pokazatelji kretnji i pokreta značajno odstupaju od standardnog izvođenja. |
| Vrlo dobar (4) | Motoričko znanje učenika je u fazi početnog učvršćivanja (stabilizacije). Učenik izvodi pravilno sve dijelove gibanja, ali još uvijek postoje određena vremensko-prostorna odstupanja od standardne izvedbe gibanja (manji tehnički i estetski nedostaci). |
| Odličan (5) | Motoričko znanje učenika je u fazi završnog učvršćivanja (automatizacije). Učenik izvodi pravilno gibanje u svim fazama izvedbe bez odstupanja od standardne izvedbe ili su ona nebitna. Estetska komponenta izvedbe pristuna, fini pokreti. |

Motorička postignuća su drugi element ocjenjivanja predmeta Tjelesna i zdravstvena kultura, a iskazuju se kao sprega motoričkih znanja i motoričkih sposobnosti i/ili funkcionalnih sposobnosti s ciljem postizanja osobno najboljeg postignuća. U element motorička postignuća upisuju se ocjene o najvećim osobnim motoričkim postignućima učenika koje je moguće objektivno mjeriti i iskazati u fizikalnim veličinama.

Njihovo ocjenjivanje provodi se pomoću kriterija za procjenu motoričkih postignuća.

Primjer: Kriterij za ocjenu preskakivanja kratke vijače sunožno u mjestu u 15 sekunda

| Ocjena | Vrednovanje |
|-----------------------|------------------------------|
| Nedovoljan (1) | 1-2 preskoka |
| Dovoljan (2) | 3-5 povezanih preskoka |
| Dobar (3) | 6-10 povezanih preskoka |
| Vrlo dobar (4) | 11-14 povezanih preskoka |
| Odličan (5) | 15 povezanih preskoka i više |

Ovo je samo jedan od primjera ocjenjivanja motoričkih postignuća. Jednom utvrđeni standardi ne vrijede uvijek jer se postignuća učenika razlikuju iz godine u godinu, od jednog do drugog razrednog odjela i sl.

Učenik koji nepotrebno odustaje, krši pravila određenog zadatka, bude diskvalificiran ocjenjuje se nedovoljnom ocjenom.

Kinantropološka postignuća su treći element ocjenjivanja kojim se vrednuju i ocjenjuju postignuća učenika iz tri podprostora – morfološka obilježja, motoričke sposobnosti, funkcionalne sposobnosti.

Kinantropološka postignuća na satu TZK-e u pravilu se provode kao početna i završna provjeravanja učenikovih postignuća.

Morfološka obilježja koja se prate u osnovnom školstvu:

- Tjelesna visina (ATJVIS)
- Tjelesna težina(ATJTEZ)
- Opseg podlaktice (AOP)

Motoričke sposobnosti:

- Prenošenje pretrčavanjem (MAGPRP)
- Pretklon u uskom raznožnom položaju (MFLPRU)
- Podizanje trupa iz ležanja (MRSPTL)
- Skok u dalj iz mjesta (MESSD)
- Taping rukom u 15 sekundi (MBPTR15)

Funkcionalne sposobnosti:

- Trčanje na 600 metara (F600ZO)
- Trčanje na 800 metara (F800MO)

Primjer: Test brzine – taping rukom (motoričke sposobnosti)

| ORIJENTACIJSKE VRIJEDNOSTI TAPINGA RUKOM | | | | | |
|--|-------------|----------------|-----------|----------------|-----------|
| Razred | LOŠE | ISPODPROSJEČNO | PROSJEČNO | IZNADPROSJEČNO | IZVRSNO |
| 5. | manje od 25 | 26-27 | 28-29 | 30-31 | 32 i više |
| 6. | manje od 26 | 27-29 | 30-31 | 32-33 | 34 i više |
| 7. | manje od 27 | 28-30 | 31-33 | 34-35 | 36 i više |
| 8. | manje od 28 | 29-31 | 32-34 | 35-37 | 38 i više |

Odgojni učinci rada su četvrti element ocjenjivanja predmeta Tjelesna i zdravstvena kultura, a odnose se na učinke odgojnoga rada s učenicima i odgojne reakcije učenika tijekom nastavnog procesa.

Podelementi odgojnih učinaka koji se prate i provjeravaju tijekom nastavnog procesa jesu aktivnost učenika na satu tjelesne i zdravstvene kulture, vladanje učenika na satu, razina zdravstveno-higijenskih navika, sudjelovanje u izvannastavnim i izvanškolskim aktivnostima, redovito nošenje sportske opreme, napredak u motoričkim i funkcionalnim sposobnostima.

Na kraju tekućeg mjeseca, učitelj na osnovi navedenih podelemenata upisuje brojčano ocjenu iz odgojnih učinaka.

ZAKLJUČIVANJE OCJENA

Zaključna ocjena iz predmeta Tjelesna i zdravstvena kultura izvodi se na kraju nastavne godine, a odraz je cjelokupnih učenikovih odgojno-obrazovnih postignuća. Izvodi se samo iz ocjena upisanih po elementima ocjenjivanja određenog predmeta u e-Dnevniku, a dorađuje se temeljem zabilježaka koje su prikupljene postupcima praćenja i provjeravanja koji nisu ocijenjeni.

Obveze učenika na satu tjelesne i zdravstvene kulture

- 1. Oprema za sat tjelesne i zdravstvene kulture:** čista bijela majica, kratke sportske hlačice ili duga trenerka (učenice mogu nositi i tajice navedenih boja) te čista preobuća (*Napomena:* Prema Kućnom redu škole učenicima nije dozvoljeno vježbanje u prekratkim hlačicama/majicama);
 - 2. Zdravstveno-higijenske navike:** kratko podrezani nokti, skinuti sav nakit kako ne bi došlo do ozljeđivanja drugih učenika; kosa uredno svezana u rep ili na neki drugi način pokupljena kako učeniku ne bi smetala tijekom vježbanja; na satu nije dozvoljeno imati žvakaću gumu;
 - 3.** Iz sigurnosnih razloga učenicima nije dozvoljeno ulaziti u dvoranu bez poziva nastavnice i svaki ovakav prekršaj bit će evidentiran u odgojnim učincima. Učenici ulaze u svlačionice tek nakon što svi učenici prethodnog razreda izađu, a do tada čekaju u holu škole kod vrata, a ne u hodniku ispred svlačionica.
 - 4. Ispričavanje sati:** Učenici koji ne vježbaju **više od dva nastavna sata uzastopno** iz opravdanih razloga (bolest, ozljeda) moraju ili dostaviti odgovarajuću liječničku ispričnicu ili će roditelj osobno doći u školu i sate opravdati kod razrednika koji će potom obavijestiti nastavnicu. Sate je potrebno opravdati u tekućem mjesecu kako učenik ne bi bio zakinut za ocjenu u tom mjesecu radi neispričanih sati. *Pisane ispričnice od strane roditelja neće biti uvažene.*
- Bilo bi poželjno da roditelji učenika koji imaju određene **zdravstvene probleme** upoznaju nastavnicu s time kako se tjelesnim vježbanjem ne bi dodatno narušilo zdravstveno stanje učenika.
- 5.** Učenici koji zbog bolesti ili drugih opravdanih razloga ne mogu obavljati aktivnosti na satu, sjede sa strane i pomažu u pripremi tjelesnih zadataka kao i pri asistenciji ako je to potrebno. Učenici koji aktivno ne rade na satu zbog bolesti ili drugih opravdanih razloga NE smiju sjediti u svlačionicama. Učenicima za vrijeme sata nije dozvoljeno samovoljno odlazanje u svlačionice kao ni korištenje mobitela. Učenici koji ne vježbaju i dalje su na satu te se tako i moraju ponašati (bez ležanja po klupama, dovikivanja učenicima koji vježbaju, stvaranja buke).
 - 6.** Učenicima nije dopušteno na satu imati **mobilne uređaje**. Sve mobilne aparate prije početka sata učenici moraju isključiti i ostaviti ili u svlačionici ili na stolu u dvorani. Prema Kućnom redu škole ovakav prekršaj bit će evidentiran u bilješkama kao i odgojnim učincima.
 - 7.** Učenice za vrijeme **menstruacije** vježbaju, ali sniženim intenzitetom. Za vrijeme menstruacije na sat obvezno dolaze u odgovarajućoj sportskoj opremi i vježbaju u uvodnom i pripremnom dijelu sata, a ostatak su oslobođene od vježbanja ako smatraju da ne mogu odraditi sadržaje glavnog dijela sata. One učenice koje imaju zdravstveni problem, trebaju napomenuti nastavnici.
 - 8.** Učenicima nije dozvoljeno silovito napucavanje lopte iz **sigurnosnih razloga** kao ni **uništavanje** sportske opreme. (*Napomena:* Kućni red škole nalaže da su učenici dužni popraviti svaku štetu koju su prouzročili.)

9. Na satu neće biti toleriran **neprimjeren rječnik**, neprimjereni ponašanje prema učenicima iz razreda za vrijeme vježbanja ili sportske igre. Isto tako, ne tolerira se ni prigovaranje nastavnicima kao ni nepoštivanje pravila igre.

10. Za svaki odlazak iz dvorane za vrijeme trajanja sata, učenici moraju dobiti **usmenu dozvolu** nastavnice.

Daria Bićanić, mag. cin.

učiteljica TZK-e