

Osnovna škola Stjepana Antolovića Privlaka

Školska 40, 32251 Privlaka

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

Školska godina 2024./2025.

Daria Bićanić, mag. cin.

ELEMENTI PROVJERAVANJA I OCJENJIVANJA

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

Prema članku 3. *Pravilnika o načinima, postupcima i elementima vrednovanja učenika u osnovnoj i srednjoj školi* metode i elementi vrednovanja postignute razine ostvarenosti odgojno-obrazovnih ishoda, kompetencija i očekivanja proizlaze iz nacionalnoga, predmetnih i međupredmetnih kurikuluma, nastavnih programa, strukovnih kurikuluma, školskoga kurikuluma te ovoga Pravilnika i pravila ponašanja učenika koje donosi škola.

U Tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi elementi ocjenjivanja koji se neposredno kriterijski ocjenjuju su:

ELEMENTI OCJENJIVANJA TZK-e

Motorička znanja – 40 %

Motorička postignuća – 10 %

Aktivnost učenika i odgojni učinci – 50 %

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:

Dovoljan (2)	Motoričko znanje učenika je u početnoj fazi usvajanja, ne može izvesti određeno gibanje ili ga povremeno uspije izvesti na razini prepoznavanja. 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 prisutna, fini pokreti.

Motorička postignuća su drugi element ocjenjivanja predmeta Tjelesna i zdravstvena kulture, 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 vijače na različite načine u mjestu

Ocjena	Vrednovanje
Dovoljan (2)	do 5 povezanih različitih preskoka
Dobar (3)	6 – 7 povezanih različitih preskoka
Vrlo dobar (4)	8 – 9 povezanih različitih preskoka
Odličan (5)	10 povezanih različitih 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.

Kinantropološka postignuća su element praćenja kojim se vrednuju 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:

- Visina (ATJVIS)
- Težina(ATJTEZ)
- Postotak masnog tkiva (APOSMA)
- Indeks tjelesne mase (AITJMS)

Motoričke sposobnosti:

- Poligon natraške (MKOPLN)
- Kotrljanje lopte nedominantnom rukom (MKOKLR)
- Poligon okretom (MKOPLO)
- Koraci u stranu (MAGKUS)
- Osmica sagibanjem (MAGOSS)
- Prenosanje pretrčavanjem (MAGPRP)
- Pretklon raznožno (MFLPRR)
- Pretklon na klupici (MFLPRK)
- Pretklon u uskom raznoženju (MFLPRU)
- Skok u dalj s mjesta (MESSDM)
- Sprint iz visokog starta na 20 m (MESS20)
- Bacanje medicinke (1 kg) iz ležanja (MESBML)
- Podizanje trupa iz ležanja (MRSPTL)
- Podizanje trupa kratko (MRSPTK)
- Čučnjevi (MRSCUC)

Funkcionalne sposobnosti:

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

Primjer: Test eksplozivne snage – skok u dalj s mjesta (motorička sposobnost)

ORIJENTACIJSKE VRIJEDNOSTI SKOKA U DALJ S MJESTA (dječaci)					
Razred	Izrazito ispodprosječno	Umjereno ispodprosječno	PROSJEČNO	UMJERENO IZNADPROSJEČNO	IZRAZITO IZNADPROSJEČNO
5.	< 138	139 - 149	150 - 170	171 - 180	> 181
6.	< 141	142 - 153	154 - 177	178 - 189	> 190
7.	< 155	156 - 167	168 - 191	192 - 203	> 204
8.	< 164	165 - 177	178 - 203	204 - 216	> 217

Aktivnost i odgojni učinci rada su treći 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 koje 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, nastavnica na osnovi navedenih podelemenata upisuje brojčano ocjenu iz aktivnosti i odgojnih učinaka.

ZAKLJUČIVANJE OCJENA

Tijekom nastavnoga procesa vrednovanje se provodi s pomoću tri sastavnice. To su: vrednovanje za učenje, vrednovanje ka učenju i vrednovanje naučenog (okvir). Zaključna ocjena ne mora biti aritmetička sredina.

Daria Bičanić, učiteljica TZK-e u OŠ Stjepana Antolovića