

# Kriterij praćenja i ocjenjivanja u predmetnoj nastavi iz tjelesne i zdravstvene kulture

**Juraj Žunec, prof**

- Redovito nošenje potrebne opreme (majica kratkih rukava, čiste patike)
- Redovito sudjelovanje u nastavi
- Aktivno sudjelovanje na mjerenjima, testiranjima i provjerama
- Napredak u funkcionalnim i motoričkim sposobnostima
- Stanje i rezultati u motoričkim postignućima
- Usvojenost znanja i vještina, ostalih objektivnih sastavnica (sudjelovanje u sekcijama škole)
- **Ocjena nije aritmetički prosjek**

## SASTAVNICE OCJENE

**MOTORIČKA ZNANJA: 20%**

**MOTORIČKA POSTIGNUĆA: 10%**

**KINANTROPOLOŠKA POSTIGNUĆA: 20%**

**ODGOJNI UČINCI RADA: 50%**

## KRITERIJ OCJENJIVANJA U NASTAVI TZK

Bez osmišljenog sustava praćenja i ocjenjivanja rezultata rada te napredovanja učenika nije moguće spoznati vrijednosti tog odgojno obrazovnog područja. Da bi se moglo planski i sustavno djelovati na učenike, tj. na razvoj njihovih funkcionalnih i motoričkih sposobnosti, na količinu motoričkih znanja, razinu motoričkih dostignuća, kognitivne i konativne osobine, nužno je utvrditi

početno stanje tih antropoloških obilježja učenika, te odrediti smjernice njihove preobrazbe. Praćenjem i provjeravanjem treba utvrditi i dobiti informaciju o učenikovu ostvarivanju zadataka TZK-e, objektivnim dijagnosticiranjem. Sustav praćenja jednostavan je za provedbu, primjenjiv u svim uvjetima, pouzdan i objektivan. Dakle, može se i mora provoditi za vrijeme redovite nastave, da se temelji na osnovama izvedbenog programa za određeni razred i da služi učenicima kao osnova za samokontrolu i samo ocjenjivanje osobnog rada i napretka. Prilikom ocjenjivanja treba istovjetno uzeti u obzir sve elemente vrednovanja, kako bi se doveli u ravnopravni položaj ne samo svi zadaci TZK-a, nego i učenici s obzirom na postojeće stanje njihovih antropoloških obilježja. Zaključna ocjena mora biti odraz osobina i sposobnosti učenika, tj. odraz njegove ličnosti.

### **Sastavnice za ocjenjivanje:**

- **motorička znanja**
- **motorička postignuća**
- **kinantropološka postignuća**
- **odgojni učinci**

## **MOTORIČKA ZNANJA**

Motorička znanja su stupanj usvojenosti pojedinih motoričkih struktura koje mogu biti na različitim razinama.

Provjeravanje motoričkih znanja potrebno je i zato što od razine tih učenikovih znanja ovisi i iskoristivost ostalih njegovih potencijala i razina motoričkih dostignuća i razvoj motoričkih sposobnosti. Zato bi učenici trebali stjecati motorička znanja:

- a) na razini zakonitosti (npr. da znaju zašto treba vježbati, kako, kada, kakvi su učinci vježbanja i si.),
- b) u svrhu njihova uvođenja u ostale organizacijske oblike rada,
- c) s gledišta svakodnevnih potreba (slobodno vrijeme, urgentne situacije, vrhunski šport i sl.).

Motorička znanja mogu biti obuhvaćena inicijalnim, tranzitivnim i finalnim provjeravanjem.

Osnova za praćenje i provjeravanje motoričkih znanja je tranzitivno provjeravanje.

Elementi za tranzitivno provjeravanje motoričkih znanja izvode se na temelju izvedbenog programa za određeni razred.

Prema standardnom sustavu ocjenjivanja motorička znanja u tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi ocjenjujem na ovaj način:

**ODLIČAN (5)** - za vježbu izvedenu pravilno i sa sigurnošću u svim fazama, te uz estetsku dotjeranost i u dobroj dinamici kretanja

**VRLO DOBAR (4)** - za vježbu izvedenu pravilno i sigurno uz manje tehničke ili estetske nedostatke, i u lošoj dinamici kretanja

**DOBAR (3)** - za vježbu izvedenu sa promjenjivim uspjehom uz manju sigurnost i manje tehničke i estetske nedostatke

**DOVOLJAN (2)** - za vježbu izvedenu slabo i nesigurno uz veće tehničke i estetske nedostatke

**NEDOVOLJAN (1)** – ne razumije postavljeni zadatak, ako vježbu ne izvodi, odustaje

## **MOTORIČKA POSTIGNUĆA**

Motorička dostignuća su sprega motoričkih znanja i motoričkih sposobnosti, a izražavaju se putem sposobnosti učenika da ih u konkretnoj motoričkoj aktivnosti poveže i maksimalno iskoristi radi postizanja što boljeg rezultata.

Kako se motorička dostignuća svode na postizanje maksimalnih rezultata u pojedinim motoričkim aktivnostima, svrha je njihova provjeravanja utvrditi potencijalne mogućnosti učenika, odnosno razinu njihovih dostignuća u pojedinim nastavnim cjelinama - motoričkim strukturama.

I motorička dostignuća mogu biti, kao što je rečeno i za motorička znanja, obuhvaćena inicijalnim, tranzitivnim i finalnim provjeravanjem.

Motorička dostignuća provjeravam i ocjenjujem pomoću mjerenja pri čemu kao rezultat dobijem konkretne vrijednosti izražene brojkom i jedinicom mjere (metar, minuta, broj postignutih ponavljanja)

**ODLIČAN (5)** - bit će ocjenjeno napredovanje osobnog rezultata

**VRLO DOBAR (4)** - je ocjena stagniranje u rezultatu

**DOBAR (3)** - je ocjena za umjereno nazadovanje u rezultatu

**DOVOLJAN (2)** - je ocjena za nazadovanje u rezultatu

**NEDOVOLJAN (1)** - je ocjena za nepotrebno odustajanje, povredu pravila, diskvalifikaciju i sl.

## **KINANTROPOLOŠKA POSTIGNUĆA:**

### **1. MOTORIČKE SPOSOBNOSTI**

Definiraju se kao latentne motoričke strukture koje su odgovorne za beskonačan broj manifestiranih motoričkih reakcija i mogu se izmjeriti i opisati.

Praćenje i provjeravanje motoričkih sposobnosti ocjenjujem nakon testiranja tranzitivnog ili finalnog stanja. Rezultati se izražavaju kao u slučaju dostignuća.

**ODLIČAN (5)** - bit će ocijenjeno napredovanje u pet ili šest segmenata motoričkih sposobnosti

**VRLO DOBAR (4)** - napredovanje u četiri segmenta

**DOBAR (3)** - napredovanje u tri segmenta

**DOVOLJAN (2)** - napredovanje u dva segmenta

**NEDOVOLJAN (1)** - napredovanje u jednom ili nijednom segmentu

**2. FUNKCIONALNE SPOSOBNOSTI** ocjenjujem rezultat izražen vremenom koje je potrebno za savladavanje standardizirane udaljenosti (testovi F600 i F800) proizvoljnim tempom, nakon tranzitivnog ili finalnog mjerenja kao:

**ODLIČAN (5)** - bit će ocijenjeno napredovanje osobnog rezultata

**VRLO DOBAR (4)** - je ocjena stagniranje u rezultatu

**DOBAR (3)** - je ocjena za umjereno nazadovanje u rezultatu

**DOVOLJAN (2)** - je ocjena za nazadovanje u rezultatu

**NEDOVOLJAN (1)** - je ocjena za diskvalifikaciju ili nepotrebno odustajanje

## **ODGOJNI UČINCI**

Budući da je odgoj stalan i neprekidan proces, a mogućnosti odgojnog djelovanja u tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi velike, rad s učenicima treba organizirati i provoditi tako da se za vrijeme nastave i tijekom drugih organizacijskih oblika rada osigura permanentno odgojno djelovanje na učenika.

Pretpostavljajući da su određene učeničke aktivnosti, navike, teorijska znanja indikatori njihova odnosa prema radu i vlastitu zdravlju te jedan od preduvjeta za njihov cjelokupan odnos prema tjelesnom vježbanju i da su neizravno i odgojne varijable, odgojne učinke procjenjujem praćenjem i provjeravanjem, te ostalim objektivnim komponentama (oprema, briga za zdravlje, higijenske i radne navike, aktivnost, sudjelovanje u INA, IŠA i dr.)

**ODLIČAN (5)** - radi redovito, ispunjava gore navedene zahtjeve i sudjeluje u sportskim INA i IŠA

**VRLO DOBAR (4)** - radi redovito, ispunjava većinu gore navedenih zahtjeva i ne sudjeluje u INA i IŠA

**DOBAR (3)** - radi redovito sa više opravdanih izostanaka

**DOVOLJAN (2)** radi neredovito i ne ispunjava većinu gore postavljenih zadataka

**NEDOVOLJAN (1)** - redovito ne radi, i ne ispunjava gore navedene zahtjeve, 3 puta bez opreme na satu, 3 puta zapisan zbog ometanja razrednih kolega ili tijeka nastave