

OSNOVNA ŠKOLA ŽAKANJE

KRITERIJI OCJENJIVANJA U  
NASTAVI TJELESNE I  
ZDRAVSTVENE KULTURE

Marina Maršić, mag.cin

Ocjenjivanje je postupak kojim se na ugovoren način (ocjenom od 1 do 5) izražava uspjeh učenika, prati njegov odgojno-obrazovni razvoj i određuje razina koju je u tome postigao. U predmetu Tjelesna i zdravstvena kultura ocjenjivanje se provodi na način da ocjena bude ogledalo konkretnog stanja učenika i odraz njegove ličnosti. Kako bi ocjena bila što objektivnija, zasnovana je na planskom, sustavnom, svestranom i objektivnom praćenju i provjeravanju. Isto tako pri donošenju ocjene učiteljica će uzeti u obzir sve čimbenike koji izravno ili neizravno utječu na proces vrednovanja rada učenika: aktualno antropološko stanje učenika, zdravstveno stanje učenika prije i za vrijeme ocjenjivanja, materijalni uvjeti rada, stav učenika prema radu i ocjenjivanju, interesi učenika...

Prema Pravilniku o načinima, postupcima i elementima vrednovanja učenika u osnovnoj i srednjoj školi učiteljica Tjelesne i zdravstvene kulture utvrđuje elemente ocjenjivanja te načine i postupke vrednovanja.

Učiteljica će na početku školske godine, i tijekom školske godine upoznati učenike sa elementima ocjenjivanja, kao i sa načinima i postupcima vrednovanja. Učenika će iz predmeta TZK ocjenjivati samo učiteljica koji ga poučava, a svaku ocjenu će objaviti javno i obrazložiti svakom učeniku, te objavljenu ocjenu upisati u imenik u odgovarajuću rubriku. Kod ocjenjivanja učenika s teškoćama treba vrednovati njegov odnos prema radu i postavljenim zadacima, interes učenika te odgojnim vrijednostima u svim elementima ocjenjivanja, a njihovi posebni programi i individualni kurikulumi biti primjereni teškoći i osobini učenika .

### Elementi ocjenjivanja iz predmeta Tjelesna i zdravstvena kultura su:

1. Motorička znanja
2. Motorička postignuća
3. Odgojni učinci

--- Morfološka obilježja (visina i težina se prate i provjeravaju, ali se ne ocjenjuju).

--- Funkcionalne i motoričke sposobnosti se provjeravaju na početku (inicijalno), tranzitivno i na kraju godine (završno). Inicijalno provjeravanje rezultira opisnom ocjenom dok završno rezultira jednom ocjenom iz funkcionalnih sposobnosti i jednom ukupnom ocjenom iz motoričkih sposobnosti. Glavna smjernica pri ocjenjivanju motoričkih sposobnosti je skripta CROFIT norme u kojem se nalaze tablice s prosječnim rezultatima funkcionalnih i motoričkih sposobnosti za učenike osnovnih i srednjih škola u Republici Hrvatskoj.

# MOTORIČKA ZNANJA

su stupanj usvojenosti pojedinih motoričkih struktura, a ocjenjujemo ih testovima motoričkih znanja. Na motorička znanja može se utjecati primjerenim vježbanjem i sustavnim ponavljanjem određenih struktura kretanja sve dok se motoričko znanje ne usvoji na zadovoljavajućoj razini. Motorička znanja nisu pod utjecajem genskog činitelja, već se stječu isključivo vježbanjem. Učiteljica samostalno određuje koje će nastavne teme ocjenjivati u okviru motoričkih znanja tijekom nastavne godine. Udio ocjena motoričkih znanja u odnosu na ostale elemente ocjenjivanja iznosi oko 40 %, što znači da učenik može svaki mjesec dobiti otprilike jednu ocjenu iz motoričkih znanja. Učenik može biti ocijenjen i više puta od planiranog, na primjer; ukoliko sudjeluje na natjecanjima ili sličnim aktivnostima vezanim za TZK, ili se posebno ističe u određenim motoričkim zadacima.

Ocjenjivanje motoričkih znanja:

1. Odličan (5): učenik izvede motoričko gibanje pravilno, nastavna tema usvojena u potpunosti. Učenik nema nikakvih poteškoća u savladavanju motoričkog zadatka, a tehnička izvedba je izuzetna, bez estetske pogreške. Motoričko znanje primjenjuje u svim situacijama na pravilan način.
2. Vrlo dobar(4): učenik izvede motoričko gibanje uz male pogreške, postoje određena prostorno-vremenska odstupanja od standardne izvedbe gibanja, a tehnička izvedba nije na očekivanoj razini s manjim estetskim pogreškama. Motoričko znanje primjenjuje uz male korekcije.
3. Dobar(3): učenik izvede motoričko gibanje uz veće pogreške, vremenski pokazatelji kretnji i pokreta značajno odstupaju od standardne izvedbe gibanja, a tehnička izvedba mu je površna, nesigurna, s bitnim estetskim pogreškama. Primjena znanja teško izvediva.
4. Dovoljan(2): učenik izvede motoričko gibanje uz velike pogreške
5. Nedovoljan(1): učenik ne može izvesti motoričko gibanje ni u jednom obliku, pa ni uz pomoć, ili odbija izvesti motoričko gibanje

Male pogreške su one koje ne utječu na narušavanje osnovne strukture kretanja.

Veće pogreške su one koje zbog kojih se uočljivo odstupa od pravilnog izvođenja određenog motoričkog gibanja (ili od pravilne tehnike), ali još uvijek bitno ne utječu na promjenu osnovne strukture kretanja.

Velike pogreške su one koje dovode do odstupanja od pravilnog izvođenja motoričkog gibanja (ili od pravilne tehnike), i do promjene u osnovnoj strukturi kretanja.

# MOTORIČKA POSTIGNUĆA

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. Provjeravanje motoričkih postignuća temelji se na planu i programu za svaki razred zasebno, a provodi se putem testova motoričkih postignuća. Svaki učenik nakon određene pripreme ima tri do pet pokušaja (u iznimnim slučajevima može dobiti dodatni pokušaj) da test izvede što bolje u skladu sa svojim mogućnostima. Udio ocjena motoričkih postignuća u odnosu na ostale elemente ocjenjivanja iznosi oko 10 %, što znači da učenik može u jednom polugodištu dobiti jednu do dvije ocjene iz motoričkih postignuća. Učenik može biti ocijenjen i više puta od planiranog, na primjer; ukoliko sudjeluje na natjecanjima ili sličnim aktivnostima vezanim za TZK, ili se posebno ističe u određenim motoričkim postignućima. Kriterij se izračunava temeljem postignutih rezultata unutar razrednog odjela. Kriterij ocjenjivanja je različit za dječake i djevojčice.

Ocjenjivanje motoričkih postignuća:

- 1) Odličan (5) - biti će ocijenjen rezultat koji se nalazi u prvoj četvrtini po vrijednosti dobivenih rezultata
- 2) Vrlo dobar (4) - bit će rezultat druge četvrtine dobivenih rezultata
- 3) Dobar (3) - svi rezultati u trećoj po vrijednosti četvrtini
- 4) Dovoljan (2) - svi rezultati u posljednjoj po vrijednosti četvrtini izmjerenih rezultata
- 5) Nedovoljan (1) - je ocjena za nepotrebno odustajanje, povredu pravila, diskvalifikaciju i sl.

## ODGOJNI UČINCI RADA

kao jedni od najvažnijih komponenti u ocjenjivanju predmeta Tjelesna i zdravstvena kultura, sudjeluju u ukupnom omjeru ocjena sa oko 50%. Učenicima će na **zadnjem satu svakog mjeseca biti upisana jedna ocjena kao ogledalo njegovog odgojno-obrazovnog učinka i napretka u proteklom mjesecu**. Odgojne varijable se ne mogu jednostavno izmjeriti, stoga će se procjenjivati praćenjem i provjeravanjem sljedećih varijabli:

1. aktivnost učenika u nastavi tjelesne i zdravstvene kulture (pravovremeno dolaženje na sat, poštivanje pravila igre, poštivanje učitelja i njegovih zahtjeva)
2. stečene zdravstveno-higijenske navike
3. odnos učenika prema predmetu TZK, učiteljici TZK, drugim učenicima i prema osoblju koje radi u dvorani i na igralištu (timski rad, međusobno uvažavanje i pomaganje, primjereno ponašanje, prihvaćanje različitosti u spolu)
4. teorijska znanja
5. redovito nošenje odgovarajuće sportske opreme

Ocjena: **nedovoljan (1)** – često ne poštivanje kućnog reda škole, učitelja, zaposlenika, drugih učenika na bilo koji način ne primjeren školi, ugrožavanje sigurnosti učenika, psovanje, oštećivanje imovine., ako učenik često zaboravlja primjerenu sportsku odjeću i obuću (3xO- tijekom 1 mjeseca = ocjena nedovoljan (1))

**dovoljan (2)** - učenik ne izvršava zadaće koje su pred njega postavljene, no želi sudjelovati u sportskim igrama, ne dolazi pravovremeno na nastavu, verbalno i ne verbalno komunicira s drugim učenicima na neprimjeren način, ako učenik često zaboravlja primjerenu sportsku odjeću i obuću (3 O- tijekom 1 mjeseca = ocjena nedovoljan (1)),

**dobar (3)** – učenik udara loptu po dvorani i time ugrožava sigurnost učenika, verbalno i ne verbalno komunicira s drugim učenicima na neprimjeren način (mjesečno jedanputa), ne sudjeluje aktivno u sportu već pasivno stoji na terenu, ako učenik često zaboravlja primjerenu sportsku odjeću i obuću (3x O- tijekom 1 mjeseca = ocjena nedovoljan (1)),

**vrlo dobar (4)** – učenik poštuje druge, pomaže drugima, sudjeluje u sportskim sekcijama, natjecanjima, aktivan na satu, no ponekad je zaboravio opremu, zakasnio na sat ili ga je trebalo ponekad usmjeravati na rad i sadržaje,

**odličan (5)** – pravovremeni dolazak na sat, redovito nosi opremu, (kod učenika/ca s dugom kosom gumica za kosu je obavezni dio opreme) poštuje i pomaže drugima, aktivan na satu, trudi se.

Broj ocjena tijekom jedne nastavne godine iznosi 5-10.

Aktivnost i vladanje učenika na satu bilježi se u pregledu rada, bilježnici za odgojne učinke i e- dnevniku pod rubrikom odgojni učinci (bilješke) te se vrednuje ocjenama 1-5 tokom svakog mjeseca. Učiteljica ima dužnost zapisati vrijeme, i način na koji učenici ne izvršavaju svoje obaveze. Svi učenici moraju donijeti liječničku ispričnicu u slučaju ne vježbanja (ozlijeđe, bolova..) U slučaju trenutnih bolova (upala mišića, hematoma, zubobolja, glavobolja, istegnuća ligamenata) učenik mora upozoriti učiteljicu prije početka sata ili tijekom sata ukoliko do istog dođe za vrijeme nastave .

Moguća je dopuna aktivnosti i vladanja učenika tokom školske godine ako se za to pokaže potreba.

## Pravila ponašanja na satu tjelesne i zdravstvene kulture

- 1) Učenik je dužan prisustvovati nastavi TZK-a u odgovarajućoj opremi; čiste tenisice (primjerene za nastavu TZK) i čarape, bijela ispeglana majica, kratke hlače (ovisno o vremenskim uvjetima može gornji ili donji dio trenirke ili tajice).
- 2) Nakon sata TZK učenici se obavezno presvlače u drugu odjeću u kojoj pohađaju daljnju nastavu
- 3) Duga kosa (smatra se onom koja upada u oči) mora biti uredno pričvršćena kako ne bi ometala učenika u izvođenju nastave, te kako bi se smanjila mogućnost ozljede.
- 4) Obavezno je skinuti nakit i satove.
- 5) Na nastavi TZK nije dopušteno žvakanje žvakaćih guma i konzumiranje ostale hrane.
- 6) Zabranjeno je korištenje mobitela i ostalih uređaja na satu.
- 7) Učenici se presvlače u svlačionici i tamo čekaju učiteljicu da ih pusti u dvoranu.
- 8) Ulazak u dvoranu je bez trčanja, prestizanja, naguravanja i buke, te se odmah staje u jednu vrstu
- 9) Strogo je zabranjeno ulaziti u dvoranu bez dozvole ili prisustva učitelja.
- 10) Strogo je zabranjeno penjanje i vješanje na bilo koju od sprava koje se nalaze u dvorani, bez prisustva profesora i određenih zaštitnih sredstava.
- 11) Strogo je zabranjeno diranje i pomicanje postavljenih sprava, rekvizita i lopti koje se nalaze u dvorani. One se tamo nalaze iz određeni razloga npr. za poligon, kružni oblik rada...
- 12) Strogo je zabranjeno ulaziti u spremište i uzimati rekvizite bez dozvole učitelja.
- 13) U slučaju ne donošenja opreme učeniku se upisuje O-. Učenik koji tri puta nema opremu na satu TZK dobiva ocjenu nedovoljan iz odgojnih učinaka na kraju mjeseca. Često ne nošenje opreme tokom godine NE MOŽE BITI ZAKLJUČNA OCJENA ODLIČAN (5) kao niti teže i često kršenja pravila na satu.
- 14) Psovanje, izrugivanje i omalovažavanje je strogo zabranjeno i isto rezultira negativnom ocjenom u odgojne učinke za tekući mjesec.
- 15) Učenik je prisutan na satu, ako je na parketu dvorane (prostoru školskog igrališta), a samovoljno napuštanje navedenog prostora je napuštanje nastave.
- 16) Učenici za vrijeme nastave ne smiju napuštati dvoranu bez prethodnog pitanja učiteljice za dozvolu
- 17) Napuštanje nastave rezultira negativnom ocjenom iz odgojnih učinaka za tekući mjesec i upisivanje izostanka sa tog sata.

## ZAKLJUČNO OCJENJIVANJE

Zaključna ocjena iz predmeta je izraz postignute razine učenikovih kompetencija iz predmeta TZK, i rezultat ukupnog procesa vrednovanja tijekom nastavne godine.

Zaključna ocjena iz nastavnoga predmeta na kraju nastavne godine ne mora proizlaziti iz aritmetičke sredine upisanih ocjena, osobito ako je učenik pokazao napredak u drugom polugodištu, ali ako je **učenik tijekom šk.god. imao više ocjena nedovoljan (1) iz ne nošenja opreme i ne poštivanja školskih i sportskih pravila, te pravila TZK s kojima su upoznati na početku školske godine,tada NE MOŽE IMATI NA KRAJU ŠKOLSKE GODINE ZAKLJUČNU OCJENU ODLIČAN (5), BEZ OBZIRA NA OSTALE OCJENE.**

### ORIJENTACIJSKA UČEŠĆA ELEMENATA OCJENJIVANJA U ZAKLJUČNOJ OCJENI

1.) MOTORIČKA ZNANJA 5-15	cca 40%
2.) MOTORIČKA POSTIGNUĆA 2-6	cca 10%
3.) ODGOJNI UČINCI 5-10	cca 50%
UK:	100%



