

KRITERIJI OCJENJIVANJA U NASTAVI

TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE

Monika Vargić, 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

Elementi ocjenjivanja iz predmeta Tjelesna i zdravstvena kultura su:

1. Motorička znanja
2. Motorička postignuća
3. Kinantropološka postignuća (motoričke i funkcionalne sposobnosti)
4. Odgojni učinci

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

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.

Učitelj 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 i ocijenjen 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 i ocijenjen 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 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,

KINANTROPOLOŠKA POSTIGNUĆA

Kinantropološkim postignućima se ocjenjuju i vrednuju postignuća učenika iz tri dijela:

1. Morfološka obilježja (VISINA, TEŽINA, POSTOTAK MASNOG TKIVA, INDEKS TJELESNE MASE)
2. Motoričke sposobnosti (PRENOŠENJE PRETRČAVANJEM, PRETKLON U USKOM RAZNOŽENJU ILI STAVU SPOJENOM, PODIZANJE TRUPA IZ LEŽANJA, SKOK U DALJ)
3. Funkcionalne sposobnosti (TRČANJE 800 METARA ZA UČENIKE I TRČANJE 600M ZA UČENICE)

Funkcionalne sposobnosti

definiramo kao sposobnost organizma za primitak i transport energije, ali i kao sposobnost povećanja raspona regulacije, stabilnosti sustava i sposobnosti rada (tj. dug kisika). Na funkcionalne sposobnosti se može značajno utjecati tjelesnim vježbanjem. Razina funkcionalnih sposobnosti u direktnoj je vezi sa stanjem dišnog i srčano-žilnog sustava učenika, a tako i sa zdravstvenim statusom učenika. Isto tako razvijanjem funkcionalnih sposobnosti kod učenika utječemo na prevenciju bolesti navedenih organa. Funkcionalne sposobnosti obuhvaćamo inicijalnim, tranzitivnim i finalnim provjeravanjem, a ocjenjujemo jednom u polugodištu, i to u toku prvog polugodišta (listopad i prosinac), a u drugom polugodištu između pedesetog i šezdesetog sata. Udio ocjena funkcionalnih sposobnosti u odnosu na ostale elemente ocjenjivanja iznosi oko 5 %.

Glavna smjernica pri ocjenjivanju motoričkih sposobnosti je skripta CROFIT norme u kojem se nalaze tablice s prosječnim rezultatima funkcionalnih sposobnosti za učenike osnovnih i srednjih škola u Republici Hrvatskoj, a u obzir se mora uzeti i učenikov napredak i motivacija.

Funkcionalne sposobnosti se mjere sljedećim testovima:

- 800 metara (dječaci)
- 600 metar (djevojčice)

Nakon odrađenih testova izrađuje se tablica - skala sa vrijednostima rezultata učenika istih razreda

tekuće školske godine, a u obzir se mora uzeti i učenikov napredak te motivacija.

Broj ocjena tijekom jedne nastavne godine iznosi 2-3.

TEMELJEM ANALIZE RAZLIKA IZMEĐU POČETNOG I ZAVRŠNOG PROVJERAVANJA

NASTAVNIK OCJENJUJE NAPREDAK UČENIKA.

ODGOJNI UČINCI RADA

kao jedni od najvažnijih komponenti u ocjenjivanju predmeta Tjelesna i zdravstvena kultura, sudjeluju u ukupnom omjeru ocjena sa oko 40%. Učenicima će na zadnjem satu svakih tri mjeseca bit će 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. sudjelovanje učenika u izvannastavnim aktivnostima u području tjelesne i zdravstvene kulture (aktivno uključivanje u različitim natjecanjima, u rad ŠSD-a i sportskih sekcija)
3. stečene zdravstveno-higijenske navike
4. odnos učenika prema predmetu TZK-e, učitelju TZK-e, drugim učenicima i prema osoblju koje radi u dvorani i na igralištu (timski rad, međusobno uvažavanje i pomaganje, primjereno ponašanje, prihvaćanje različitosti u spolu)
5. teorijska znanja
6. 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 (3 O- tijekom 1 mjeseca = ocjena nedovoljan (1)), ili je učenik usmjeren na razgovor kod pedagoga (ravnatelja ili razrednika)

dovoljan (2) - učenik ne izvršava zadaće koje su pred njega postavljene, no želi sudjelovati u sportskim igrama, učenik je potjeran u svlačionicu unatoč opomenama učitelja, no nakon određenog vremena se vrati i izvršava obveze, 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

doobar (3) – učenik udara loptu po dvorani i time ugrožava sigurnost učenika, verbalno i ne verbalno komunicira s drugim učenicima na neprimjeren način (mjesečno jedan puta), ne sudjeluje aktivno u sportu već pasivno stoji na terenu, potjeran u svlačionicu unatoč opomenama učitelja, ako učenik često zaboravlja primjerenu sportsku odjeću i obuću

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, poštuje i pomaže drugima, aktivan na satu, trudi se, sudjeluje u sportskim sekcijama i natjecanjima.

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. Učitelj ima dužnost zapisati vrijeme, mjesto i način na koji učenici ne izvršavaju svoje obaveze. Svi učenici moraju donijeti liječničku ispričnicu u slučaju ne vježbanja (ozlijede, bolova..) U slučaju trenutnih bolova (upala mišića, hematoma, zubobolja, glavobolja, istegnuća ligamenata) učenik mora upozoriti učitelja prije početka sata i/ili tijekom sata i u tom slučaju je potrebno donijeti ispričnicu od roditelja, ne više od dva puta tokom mjeseca.

Učenice koje imaju menstruaciju redovito vježbaju i ukoliko je potrebno raditi će prilagođene vježbe sa strane, a ukoliko je menstruacija bolna i smatraju da nikako ne mogu vježbati trebaju napomenuti učitelja prije početka sata i/ili tijekom sata i u tom slučaju je potrebno donijeti ispričnicu od doktora, (ne više od 1 puta tokom mjeseca).

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 plave hlače (ovisno o vremenskim uvjetima može gornji ili donji dio trenirke ili tajice, također tamne boje – plave, crne). Majica mora biti uredno zatakuta u hlače, i mora pokrivati sve dijelove trupa prilikom vježbanja, a tenisice propisno zategnute.

2) 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.

3) Obavezno je skinuti nakit i satove.

4) Na nastavi TZK nije dopušteno žvakanje i konzumiranje ostale hrane.

5) Zabranjeno je korištenje mobitela i ostalih uređaja na satu.

7) Nakon ulaska u svlačionice, učenici imaju 5 minuta za presvlačenje

9) Ulazak u dvoranu je bez trčanja, prestizanja, naguravanja i buke.

10) Zabranjen je ulaz u dvoranu bez dozvole ili prisustva učitelja.

12) Strogo je zabranjeno penjanje i vješanje na bilo koju od sprava koje se nalaze u dvorani, bez prisustva učitelja i određenih zaštitnih sredstava.

13) 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...

14) Strogo je zabranjeno ulaziti u spremište i uzimati rekvizite bez dozvole učitelja.

15) U slučaju da je učenik bolestan, obavezno treba donijeti liječničku ispričnicu, te prisustvovati nastavi i pratiti istu.

16) U slučaju ne donošenja opreme učeniku se upisuje bilješka- nema opreme. Učenik koji tri puta nema opremu na

satima 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.

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 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 5-10 cca 40%

2.) MOTORIČKA POSTIGNUĆA 2-3 cca 10%

3.) KINANTROPOLOŠKA POSTIGNUĆA 2-3 cca 10%

4.) ODGOJNI UČINCI 5-10 cca 40%

UK: 100%