

OSNOVNA ŠKOLA VIDICI
KRITERIJI OCJENJIVANJA ZA ŠKOLSKU GODINU
2025./2026. GODINU IZ NASTAVNOG PREDMETA
TIJELESNA I ZDRAVSTVENA KULTURA

UČITELJI: Antonija Živković Radnić 7.a,7.b,7.c

Paskval Skelin 5.a,5.b,5.c,6.a,6.b,6.c,8.a,8.b,8.c

Za uspješno sudjelovanje u nastavi TZK potrebno je:

1. Redovito nošenje propisane opreme za vježbanje:

- Bijela majica
- Kratke ili duge sportske hlače crne boje
- Sportske tenisice

Učenici/učenice/ moraju biti obučeni da njihova odjeća i obuća ne može izazvati samoozljeđivanje (preširoke sportske majice, nezavezane sportske tenisice). Na sebi i kod sebe ne smiju imati predmete kojima mogu ozlijediti sebe ili druge (sat, prsten, naučnica, narukvice, lančiće ili pirsing), a isto tako duga kosa mora biti zavezana. Žvakanje žvakaće gume nije dozvoljeno za vrijeme nastave, nokti moraju biti kratki i čisti, a lice bez šminke. Ako učenik na sat ne donese opremu za vježbanje dobije minus, a za tri skupljena minusa dobiva ocjenu 1 u rubriku iz zalaganja i odnosa prema radu.

2. Redovito sudjelovanje tijekom nastavnog sata

3. Aktivno sudjelovanje na mjerenjima, testiranjima i provjerama

4. Napredak funkcionalnih i motoričkih sposobnosti

5. Stanje i rezultati motoričkih postignuća

**6. Usvojenost znanja i vještina, ostalih objektivnih sastavnica
(sudjelovanje u sekcijama sportskog društva škole)**

7. Odnos prema radu, starijima i prijateljima

ELEMENTI VREDNOVANJA u nastavnom predmetu TZK su:

- Motorička znanja
- Motorička postignuća
- Aktivnost učenika i odgojni učinci

1. 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 postignuća i razvoj motoričkih sposobnosti.

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 općenitom kriteriju ocjenjivanja motorička znanja u nastavi TZK možemo ocijeniti na ovaj način:

ODLIČAN	Učenik zadatak izvodi pravilno u cijelosti bez pogrešaka u strukturi i elementima motoričkog gibanja i bez odstupanja od standardne izvedbe ili su ona nebitna, te u odličnoj dinamici kretanja.
VRLO DOBAR	Učenik zadatak izvodi pravilno u cijelosti uz manja odstupanja tj. manje pogreške u strukturi i elementima motoričkog gibanja, ali dinamika izvedbe je vrlo dobra.
DOBAR	Učenik zadatak izvodi uz značajna odstupanja od osnovne strukture i elemenata motoričkog gibanja uz veće pogreške ili uz asistenciju, dinamika izvedbe je dobra.
	Učenik zadatak izvodi nepravilno s većim pogreškama u strukturi i elementima motoričkog gibanja, teško se

DOVOLJAN	prepoznaje zadani element, a tehnika izvođenja motoričkog zadatka je opterećena velikim brojem pogrešaka.
NEDOVOLJAN	Učenik ne razumije postavljene motorički zadatak, nije u stanju uopće izvesti traženi motorički zadatak ili učenik ne želi izvesti motorički zadatak.

2. MOTORIČKA POSTIGNUĆA

Motorička postignuća su sprega motoričkih znanja i motoričkih sposobnosti učenika, da ih u određenoj motoričkoj aktivnosti povežu i maksimalno iskoriste radi postizanja što boljeg rezultata. Ovo predmetno područje razmatra učinke procesa vježbanja koji se uglavnom izražavaju rezultatima postignutim u pojedinim kineziološkim aktivnostima. Motorička postignuća provjeravaju se i ocjenjuju pomoću mjerenja pri čemu kao rezultat dobijemo konkretne vrijednosti izražene brojkom i jedinicom mjere (metar, minuta, broj postignutih ponavljanja). Provjeravanje motoričkih postignuća treba se temeljiti na programu TZK za svaki razred posebno. Za sve elemente, nastavne teme ili motoričke aktivnosti, kod kojih se rezultat može objektivno mjeriti, treba utvrditi normative. Provjeravanje i ocjenjivanje motoričkih postignuća iz nastavne cjeline najprimjerenije je provoditi pomoću tzv. situacijskih testova. Testovi mogu sadržavati jedan ili više elemenata, ovisno o tome što se pomoću njih želi utvrditi. Osim toga, za te testove karakteristično je i to da ne predviđaju samo vrijeme izvođenja određenog elementa, nego i način na koji treba pojedini element izvesti, dakle i točnost izvođenja testom zadanog elementa.

Primjer: trčanje na 60 m – kriterij

- Najbolji rezultat: 8,08
- Najslabiji rezultat: 11,03
- Oduzima se najbolji od najslabijeg rezultata $11,03 - 8,08 = 2,95$
- Dobiveni rezultat 2,95 podijeliti s četiri (ocijene od 2 -5) $= 0,74$
- Uvrstiti u tablicu:
 - 8,08 – 9,04 = odličan
 - 9,05 – 10,01 = vrlo dobar

- 10,02 – 10,08 = dobar
- 10,09 – 11,05 = dovoljan
- Ispod 11,06 = nedovoljan

ODLIČAN	Biti će ocijenjen rezultat koji se nalazi u prvoj četvrtini po vrijednosti dobivenih rezultata ili napreda od prethodne procjene.
VRLO DOBAR	Biti će rezultat druge četvrtine dobivenih rezultata ili napredak od prethodne procjene.
DOBAR	Svi rezultati u trećoj po vrijednosti četvrtini ili napredak od prethodne procjene.
DOVOLJAN	Svi rezultati u posljednjoj po vrijednosti četvrtini izmjerenih rezultata ili bez napretka od prethodne procjene
NEDOVOLJAN	Ocjena za nepotrebno odustajanje, povredu pravila ili diskvalifikaciju.

3. AKTIVNOST UČENIKA I ODGOJNI UČINCI

Aktivnost učenika i odgojne učinke, učitelj procjenjuje:

- a) Na temelju bilješki o sudjelovanju, nošenju opreme, aktivnosti
- b) Na temelju subjektivnog zapažanja

Aktivnost učenika i odgojni učinci ocjenjuju se 4 do 10 puta godišnje, na temelju zabilježenih zapažanja učitelja te ostalih varijabli.

Procjenjuju se praćenjem i provjeravanjem ovih varijabli:

- Aktivnost učenika u nastavi TZK i ponašanje na satu
- Sudjelovanje učenika u izvannastavnim aktivnostima u TZK
- Stečene zdravstveno-higijenske navike (nošenje opreme, higijena odjeće i obuće, te osobna higijena)
- Teorijska znanja

Vrednovanje je sustavno prikupljanje podataka u procesu učenja i postignutoj razini odgojno-obrazovnih ishoda, kompetencija, znanja, vještina, sposobnosti, odgovornosti prema radu, samostalnosti u skladu s unaprijed definiranim i prihvaćenim metodama i elementima.

ODLIČAN	Redovito sudjeluje u nastavnom procesu (100%), ispunjava svoje obveze prema postavljenim aktivnostima, ima razvijen pozitivan stav prema tjelesnoj aktivnosti, korektnog odnosa prema ostalim učenicima i učiteljima, poštuje pravila, savjesno izvršava zadane zadatke, uključen je u izvannastavne aktivnosti.
VRLO DOBAR	Uglavnom redovito sudjeluje u nastavnom procesu (99% - 80%), uglavnom ispunjava svoje obveze prema postavljenim aktivnostima, ponekad potreban poticaj u radu, uglavnom poštuje pravila, uglavnom redovito izvršava zadane zadatke, povremeno sudjeluje u izvannastavnim aktivnostima.
DOBAR	Djelomično sudjeluje u nastavnom procesu (79% - 50%), djelomično ispunjava svoje obveze prema postavljenim aktivnostima, potreban stalni poticaj u radu, potrebno poticati korektniji odnos prema ostalim učenicima, poštuje pravila uz stalni poticaj.
DOVOLJAN	Povremeno sudjeluje u nastavnom procesu (do 49%), zadane zadatke ispunjava uz poticaj, potrebno razvijati pozitivan stav prema tjelesnoj aktivnosti, povremeno poštuje pravila, potrebno razvijati korektniji odnos prema ostalim učenicima i učiteljima.
NEDOVOLJAN	Ne sudjeluje u nastavnom procesu, izričito odbija raditi bilo kakav motorički zadatak, ne nosi opremu.

Tri su osnovna pristupa vrednovanju:

1. **Vrednovanje naučenog** je ocjenjivanje razine postignuća učenika. Ima za svrhu procjenu razine usvojenosti znanja, vještina i stavova. Ono se provodi tijekom nastavne godine nakon obrađenih i ponovljenih sadržaja kojima se ostvaruju pojedini ishodi ili skupine ishoda. Obzirom na svrhu ono je sumativno pa rezultira ocjenom, te može biti pisano i usmeno.

Vrednovanje naučenoga se provodi onda kad učitelj procijeni da je važno u određenim etapama odgojno-obrazovnoga procesa dokumentirati i izvijestiti o učeničkim postignućima i napredovanju. Učenici su uvijek upoznati s ciljem vrednovanja, vremenom kad će se vrednovanje provoditi, s metodama vrednovanja, ljestvicama za vrednovanje i kriterijima vrednovanja.

Vrednovanje naučenoga, kao i ostali pristupi vrednovanju, treba biti kriterijsko. Kriterijsko vrednovanje podrazumijeva procjenu razine postignuća učenika u odnosu na kriterije ostvarenosti (usvojenosti) odgojno-obrazovnih ishoda.

2. **Vrednovanje za učenje** služi unapređivanju i planiranju budućeg učenja i poučavanja, a važno je razumjeti da vrednovanje za učenje ne rezultira ocjenom već mu je svrha formativna.

Neke od metoda i tehnika vrednovanja za učenje:

- Ciljana pitanja tijekom nastave radi provjere razumijevanja učenika,
- Opažanje ponašanja učenika tijekom individualnog rada, rada u parovima i u skupinama,
- Vođenje skupnih rasprava,
- Seminarski radovi
- Kvizovi

Povratna informacija koju učenik dobiva kroz ovaj pristup vrednovanju ima za njega veliku vrijednost jer ga usmjerava, potiče na napredovanje te na preuzimanje odgovornosti nad vlastitim učenjem. Da bi povratna informacija ostvarila svoju ulogu ona mora biti konkretna i jasna, točno navesti što je učenik napravio dobro, a što nije te kod učenika prepoznati uzorke neuspjeha i ponuditi načine kako teškoće svladati. Vrednovanje za učenje podrazumijeva davanje povratne informacije prije ocjenjivanja. Učenici na osnovi te informacije mogu poboljšati svoj rad i bolje se pripremiti za sumativnu

provjeru te biti uspješnije ocijenjeni. Vrednovanje kao učenje podrazumijeva kreativno uključivanje učenika u proces vrednovanja, te razvoj učenikoga autonomnog i samo reguliranog pristupa učenju.

3. Vrednovanje kao učenje je aktivno uključivanje učenika u proces vrednovanja uz podršku učitelja potiče se razvoj učenikova samostalnog i samo reguliranog pristupa učenju.

Metode i tehnike u ovom pristupu vrednovanja su:

- Razgovor s učenicima
- Samo vrednovanje i samoprocjena
- Vršnjačko vrednovanje (učenici su aktivno uključeni u vrednovanje učenja i postignuća svojih vršnjaka)

SADRŽAJ PRAĆENJA I PROVJERAVANJA

1. Antropološka obilježja
2. Motorička znanja
3. Motorička postignuća
4. Motoričke sposobnosti
5. Funkcionalne sposobnosti
6. Odgojne obrazovne zadaće

Praćenje učenika upisuje se u rubriku Bilješke, a služi za praćenje rada i napretka u radu i dio je ukupnog procesa vrednovanja tijekom nastavne godine.

U rubriku Bilješke upisuju se:

- Sadržaji koji se praktično provjeravaju ili ocjenjuju
- Usvojeni ishodi
- Zapažanja o učenikovom odnosu prema radu, odnosu prema drugim učenicima i samom nastavniku kao i njegovo zalaganje, trud i želja za postizanje što boljeg rezultata
- Nošenje opreme za rad

PRAĆENJE I PROVJERAVANJE UČENIKA S POTEŠKOĆAMA

Učenik/ca s teškoćama u razvoju svladava nastavni program prema redovnom nastavnom programu uz primjenu individualnih i individualiziranih postupaka, produženih stručno-rehabilitacijskih tretmana ili prema prilagođenom programu, integracijom u razredne odjele ili u posebnom razrednom odjelu.

Prilagodba programa primjerenog njihovim sposobnostima uključuje:

- Rasterećenje sadržaja za koje se pretpostavlja da ih učenici neće moći usvojiti niti motorički izvesti zbog smanjenih motoričkih, funkcionalnih ili kognitivnih sposobnosti
- Smanjenja normi i vremena potrebnog za izvođenje određenog motoričkog zadatka
- Motoričkih zadatak se uči analitički da se uči dio po dio i na kraju ako postoji mogućnost spojiti u jednu cjelinu
- Omogućavanje duljeg vremena za rad, vježbanje, ponavljanje bitnijih dijelova motoričkog zadatka
- Poticanje odgovornosti i samostalnosti
- Češće provjeravanje i poticanje napretka
- Pozitivno potkrepljivanje poželjnog ponašanja, uspjeha i napretka

Predmetni učitelj prilagodit će sposobnostima i potrebama svakog pojedinca učenika/ce ciljeve nastave TZK, aktivnosti za učenike te metode i oblike rada, nastavna sredstva i pomagala sukladno rješenju učenika/ce.

Kod učenika s teškoćama vrjednovati će se odnos prema radu i postavljenim zadacima te odgojnim vrijednostima. Vrednovanje će poticati učenike na aktivno sudjelovanje u nastavi i izvannastavnim aktivnostima. Načini i postupci vrednovanja usklađeni su s preporukama stručnog tima.

Ocjenjivanje se obavlja tako da dodijeljena ocjena djeluje poticajno i motivirajuće! A načini i postupci prilagodbe/individualizacije dogovorit će se sa svakim učenikom pojedinačno na početku nastavne godine, o čemu će biti obavješteni i roditelji učenika.

Kod kriterija ocjenjiva uzimati će se u obzir specifičnosti djeteta.

ZAKLJUČNA OCJENA

Zaključna je ocjena iz nastavnoga predmeta izraz postignute razine učenikovih kompetencija u nastavnome predmetu i rezultat ukupnog procesa vrednovanja tijekom nastavne godine, a izvodi se temeljem elemenata vrednovanja : motorička znanja, motorička postignuća, aktivnost učenika i odgojni učinci. Zaključna ocjena donosi se na temelju prethodno obavljenih radnji (praćenja, provjeravanja i ocjenjivanja) tijekom cijele školske godine.

Sastavnice zaključne ocjene u postotku:

- Motorička znanja – 40%
- Motorička postignuća – 20%
- Aktivnost učenika i odgojni učinci – 40%

ZAKLJUČNA OCJENA NIJE ARITMETIČKI PROSIJEK UPISANIH OCJENA !!!