

Osnovna škola A.G.Matoša, Novalja

Predmetni nastavnik Borka Badurina - Dudić

Predmet Tjelesna i zdravstvena kultura

KRITERIJI PRAĆENJA I OCJENJIVANJA UČENIKA

U TJELESNOJ I ZDRAVSTVENOJ KULTURI

Prema pravilniku o načinima, postupcima i elementima vrednovanja učenika (na temelju članka 72. stavka 9. Zakona o odgoju i obrazovanju u osnovnoj i srednjoj školi (Narodne novine, broj 87/08., 86/09., 92/10. i 105/10.-ispr.).

Definicije pojmova

(1) Vrednovanje je sustavno prikupljanje podataka u procesu učenja i postignutoj razini kompetencija: znanjima, vještinama, sposobnostima, samostalnosti i odgovornosti prema radu, u skladu s unaprijed definiranim i prihvaćenim načinima, postupcima i elementima, a sastavnice su praćenje, provjeravanje i ocjenjivanje.

(2) Praćenje je sustavno uočavanje i bilježenje zapažanja o postignutoj razini kompetencija i postavljenim zadacima definiranim nacionalnim i predmetnim kurikulumom, nastavnim planom i programom te strukovnim i školskim kurikulumom.

(3) Provjeravanje podrazumijeva procjenu postignute razine kompetencija u nastavnome predmetu ili području i drugim oblicima rada u školi tijekom školske godine.

(4) Ocjenjivanje je pridavanje brojčane ili opisne vrijednosti rezultatima praćenja i provjeravanja učenikovog rada prema sastavnicama ocjenjivanja svakoga nastavnoga predmeta.

Načini, postupci i elementi vrednovanja

(1) Načini, postupci i elementi vrednovanja postignute razine kompetencija proizlaze iz nacionalnoga i predmetnoga kurikuluma, nastavnoga plana i programa škole.

(2) Elemente ocjenjivanja određenoga nastavnoga predmeta te načine i postupke vrednovanja izrađuje učitelj/nastavnik određenoga nastavnoga predmeta s učiteljima/nastavnicima istoga nastavnoga predmeta, odnosno odgojno-obrazovnoga područja na lokalnoj, regionalnoj, odnosno nacionalnoj razini.

Aktivnosti u procesu vrednovanja razvoja učenikovih kompetencija i ponašanja provode učitelji/nastavnici, razrednici i stručni suradnici transparentno, javno i kontinuirano, poštujući učenikovu osobnost i dajući svakom učeniku jednaku priliku.

Vrednovanje učenika s teškoćama

(1) Kod učenika s teškoćama treba vrednovati njegov odnos prema radu i postavljenim zadacima te odgojnim vrijednostima.

(2) Načine, postupke i elemente vrednovanja učenika s teškoćama, koji savladavaju individualne programe i posebne kurikulume uključujući i vladanje, učitelji/nastavnici trebaju primjeriti teškoći i osobnosti učenika.

(3) Vrednovanje valja usmjeriti na poticanje učenika na aktivno sudjelovanje u nastavi izazvanastavnim aktivnostima, razvijati njegovo samopouzdanje i osjećaj napredovanja kako bi kvalitetno iskoristio očuvane sposobnosti i razvio nove.

(4) Načini i postupci vrednovanja trebaju biti u skladu s preporukama stručnoga tima za pojedino područje, primjereni stupnju i vrsti teškoće te jasni svim sudionicima u procesu vrednovanja.

(5) Razinu razvijenosti kompetencija učenika treba provjeravati oblikom u kojemu mu njegova teškoća najmanje smeta i u kojemu se najbolje može izraziti. Pogreške nastale zbog teškoće moraju se ispraviti, ali ne smiju utjecati na cjelokupno vrednovanje rada, tj. na ocjenu. Ocjenu treba popratiti opisno.

Uvodno ili inicijalno provjeravanje

(1) Učitelj/nastavnik može na početku nastavne godine - u svrhu uvida u postignutu razinu kompetencija učenika u pojedinome razrednome odjelu i nastavnome predmetu – provesti uvodno ili inicijalno provjeravanje. Svako se inicijalno provjeravanje mora najaviti i provesti do kraja drugoga tjedna od početka nastavne godine, a pisane inicijalne provjere ne ubrajaju se u broj planiranih pisanih provjera iz članka 10. ovoga Pravilnika.

(2) Rezultat inicijalne provjere **motoričkih sposobnosti** upisuju se u bilješke o praćenju učenika, ne ocjenjuje se te služi pravovremenome pružanju kvalitetne individualne informacije učeniku i roditelju.

Zaključna ocjena iz nastavnoga predmeta

(1) Zaključna je ocjena iz nastavnoga predmeta izraz postignute razine učenikovih kompetencija u nastavnome predmetu/području i rezultat ukupnoga procesa vrednovanja tijekom nastavne godine, a izvodi se temeljem elemenata vrednovanja: **motoričkih znanja, motoričkih dostignuća, motoričkih sposobnosti, aerobnih sposobnosti (funkcionalnih) i odgojnih učinaka.**

(2) Učitelji/nastavnici na početku školske godine na stručnim aktivima pojedinih nastavnih predmeta utvrđuju elemente, načine i postupke u procesu zaključivanja ocjene.

(3) 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.

Tijekom praćenja učenikova razvoja učitelj/nastavnik u rubriku bilježaka u imeniku upisuje samo ona zapažanja koja su učitelju/nastavniku u praćenju učenika uočljiva, učeniku i roditelju razumljiva te koja učitelju/nastavniku mogu pomoći u konačnomeocjenjivanju uspjeha u nastavnome predmetu, odnosno odgojno-obrazovnome području.

(6) **Roditelj ima pravo na uvid u postignute razine kompetencija svojeg djeteta, koja su detaljno praćena kroz bilježenje podataka u programu Kineziološka kultura.**

Elementi ocjenjivanja, načini i postupci vrednovanja u predmetu tjelesna i zdravstvena kultura

Praćenje i vrednovanje rada u tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi potrebno je s jedne strane, da bi se na što objektivniji način utvrdilo stanje određenih **antropoloških obilježja**, razinu **motoričkih znanja i motoričkih dostignuća, odgojnih učinaka rada**, te kako bi se definirali egzaktni ciljevi vježbanja za svakog učenika, a s druge strane zbog definiranja procedura programiranja te zbog kontrole efekata vježbanja.

S obzirom da je jedan od temeljnih ciljeva praćenja i vrednovanja utvrđivanje razine ostvarenja ciljeva i zadaća tjelesne i zdravstvene kulture, sadržaj praćenja, provjeravanja i ocjenjivanja trebao bi obuhvatiti sva antropološka obilježja (antropometrijske karakteristike, motoričke, funkcionalne i kognitivne sposobnosti, osobine ličnosti), motorička znanja i motorička dostignuća, zdravstveno stanje učenika i odgojne učinke rada (Findak, 1999.).

U školskoj praksi prije svega treba definirati cilj ocjenjivanja. Dakle treba se jasno odrediti što, s kojim ciljem, kako i kada određene komponente pratiti, vrednovati i ocjenjivati. A da bi to bilo moguće potrebno je unificirati kriterije te predložiti razinu znanja i dostignuća koju bi učenici trebali usvojiti u pojedinom razvojnom razdoblju.

PRIMJER

MOTORIČKA ZNANJA –biti će vrednovana na skali vrednovanja od 5-1:

- 5 = **ODLIČAN** – svaki onaj koji po procjeni izvrši određeno motoričko gibanje sukladno s biomehaničkom gibanju i sukladno načinu i tehnici izvođenja nekog gibanja,
- 4 = **VRLO DOBAR** – dat ćemo uvijek onom tko čini malu grešku (su one kada se motoričko gibanje u principu izvodi pravilno, pri čemu nije narušena osnovna struktura kretanja, ali dolazi do manjih teškoća)
- 3 = **DOBAR** – dobiva onaj koji narušava uočljivo pravilnost izvođenja nekog motoričkog gibanja ili kretanja ali ne dovodi u pitanje osnovnu strukturu kretanja,
- 2 = **DOVOLJAN** – dobiva onaj, ako ugrožava pravilnost izvođenja i ako je ugrožena osnovna struktura izvođenja kretanja ili gibanja
- 1 = **NEDOVOLJAN** – ako učenik ne može izvesti određeno motoričko gibanje

Nastavna jedinica: Ciklična kretanja različitim tempom do 6 minuta (za učenike i učenice).

Naziv testa: Tehnika trčanja dužih dionica.

Pomagala: Tablica za upisivanje i starter.

Mjesto izvođenja: Atletska staza, školsko igralište ili dvorana za tjelesnu i zdravstvenu kulturu

Opis testa: Učenik nakon visokog starta prezentira ispravnu tehniku trčanja dužih dionica, submaksimalnim tempom, u trajanju od 6 minuta u krug.

Pravilna izvedba testa: Učenici/ce na startni znak nastavnika "Na mjesta!" dolaze do startne linije i zauzimaju poziciju visokog starta. Prebacuju težinu tijela na prednju nogu te na startni znak startaju. Trčeći dužu dionicu lakšim tempom učenici/ce drže tijelo u gotovo uspravnom položaju. Noga se stavlja na podlogu najprije prednjim dijelom, a zatim cijelim stopalom. Odrasna se noga na kraju odraza potpuno opruži, a brzo podizanje zamašne noge pogoduje još efikasnijem odrazu. Rameni pojas i ruke su opušteni, te svojim radom pomažu očuvanju ravnoteže trkačeva tijela. Pogled je usmjeren ispred sebe, ruke savijene u laktovima pod kutom od 90 stupnjeva, prsti savijeni u ne stisnutu šaku, zamašno kretanje ruku naprijed – natrag do medijalne osi tijela i visine brade. Ulasku u cilj prethodi ubrzanje čija dužina može biti različita, ovisno o dužini dionice. Tijelo je tada u malo većem pretklonu, a ruke rade energičnije. Nakon prolaska ciljne ravnine učenik/ca trebaju protrčati još desetak metara u postepenom zaustavljanju bez nabijanja na pete i naglog "kočenja".

Ocjenjivanje: Učenici trče istodobno 6 minuta kontinuiranim tempom a nastavnik za to vrijeme vodi evidenciju o tehnici trčanja dužih dionica.

Kriterij za ocjenjivanje:

Poštivanje startnih zapovijedi	Položaj tijela u poziciji visokog starta	Položaj stopala za vrijeme kontakta s tлом	Položaj tijela za vrijeme trčanja	Rad rukama	Ulazak u cilj i faza zaustavljanja	Ukupan broj bodova
x	x	x	xxx	xx	xx	10

Odličan (5): Učenik/ca poštuje startne zapovijedi i zauzima ispravnu poziciju visokog starta. Za vrijeme trčanja učenik/ca tehnički pravilno postavlja stopalo na tlo. Pri čemu je tijelo uspravno tj. blagom pretklonu. Kretnje rukama savijenim u laktovima pod ispravnim kutom i ispravnom amplitudom. Prilikom ulaska u cilj ubrzava kretanje i nakon prelaska ciljne linije postepeno usporava.

Vrlo dobar (4): Učenik/ca poštuje startne zapovijedi i zauzima ispravnu poziciju visokog starta. Za vrijeme trčanja učenik/ca tehnički pravilno **ali 'tvrdo'** postavlja stopalo na tlo. Pri čemu je tijelo uspravno tj. blagom pretklonu. Kretnje rukama savijenim u laktovima pod ispravnim kutom i ispravnom amplitudom. Prilikom ulaska u cilj ubrzava kretanje **ali se odmah zaustavlja.**

Dobar (3): Učenik/ca poznaje stratne zapovijedi ali zauzima **uspravnu poziciju** visokog starta. Rad rukama koje **nisu savijene u laktovima ili su samo malo savijene je otežan, kontakt stopala s tлом nije prvo preko prednjeg vanjskog dijela nego na cijeli prednji dio stopala**, osnovna struktura gibanja je dobra ali je ono ukočeno i «tvrdo». Prilikom ulaska u cilj ubrzava kretanje ali **se odmah zaustavlja**.

Dovoljan (2): Učenik/ca **ne poznaje startne zapovijedi te zauzima pogrešnu poziciju** visokog (ista ruka ista noga) starta. Rad rukama koje **su potpuno savijene u laktovima je otežan i uzrokuje rotaciju gornjeg dijela trupa, kontakt s tлом je preko punog stopala**, osnovna struktura gibanja je loša. **Tijelo je u uspravnom položaju. Učenik naglo staje nakon ulaska u cilj.**

Nedovoljan (1): Učenik/ca **ne poznaje stratne zapovijedi te zauzima pogrešnu poziciju** visokog (ista ruka ista noga) starta. Rad rukama koje **su potpuno savijene u laktovima je otežan i uzrokuje rotaciju gornjeg dijela trupa, kontakt s tлом je preko punog stopala**, osnovna struktura gibanja je 'gegajuća'. **Tijelo je u uspravnom položaju. Učenik naglo staje nakon ulaska u cilj..**

MOTORIČKA POSTIGNUĆA – biti će vrednovana na skali vrednovanja od 5-1 prema kriterijima za svaki razred posebno, a koji se utvrđuju nakon prvog provedenog mjerenja neke motoričke sposobnosti (brzine, preciznosti, repetitivne i eksplozivne snage, koordinacije, izdržljivosti, fleksibilnosti, preciznosti, agilnosti). Nakon uspostavljenog kriterija, vrijednosti prvog i svakog slijedećeg mjerenja se međusobno uspoređuju. Ocjenjuje se vrijednost pomaka u rezultatu mjerenja.

MOTORIČKE SPOSOBNOSTI – biti će vrednovana na skali vrednovanja od 5-1 prema zadanim kriterijima programa Kineziološka kultura, za svaki razred posebno, koji podržava statističku obradu podataka i pokazuje vrijednost u obliku ocjene sa dvije decimale.

FUNKCIONALNE SPOSOBNOSTI – biti će vrednovana na skali vrednovanja od 5-1 prema zadanim kriterijima za svaki razred posebno, koji se utvrđuju nakon prvog mjerenja aerobnih i anaerobnih sposobnosti. Nakon uspostavljenog kriterija, vrijednosti prvog i svakog slijedećeg mjerenja se međusobno uspoređuju. Ocjenjuje se vrijednost pomaka u rezultatu mjerenja.

ODGOJNI UČINCI RADA – biti će vrednovana na skali vrednovanja od 5-1 prema odgojnim sastavnicama:

1. ODNOS PREMA RADU: na vrijeme ulazi u sportsku dvoranu primjerene sportske odjeće i obuće, pridržava se pravila rada, usvaja mjere opreza za očuvanje života i zdravlja, usvaja znanja o očuvanju i promicanju zdravlja, razvija odgovornosti za vlastito zdravlje,, prihvaća odgovornosti nakon opomena, aktivno se uključuje u rad športskih klubova i sportskih grupa u školi, te se kroz njih natječe u ekipnim sportovima čime promiče ime škole, promiče uljuđene navijačke navike,

2. ODNOS PREMA UČENICIMA: osposobljen je za timski rad, prihvaća pravila i uočava njihovu važnost, prihvaća odgovornosti za sigurno provođenje rada na satu bez ugrožavanja sigurnosti, da svojim ponašanjem ne iziskuje intervenciju odrasle osobe, da nema pritužbi drugih učenika na neprimjereno verbalno i tjelesno nasilje, promiče opće ljudske vrijednosti, prihvaća i uvažava različitosti prema spolu, vjeri, rasi, nacionalnosti, učenicima s posebnim potrebama, ima sposobnost tolerancije, uljuđeno se ponaša, primjereno prihvaća sportske rezultate.
3. ODNOS PREMA DRUGIM DJELATNICIMA ŠKOLE: dobra komunikacija, primjerenog rječnika i neverbalnih znakova, pazi na sigurnost sebe i drugih.
4. ODNOS PREMA IMOVINI: primjerena upotreba i čuvanje školske imovine, sportskih sredstava i pomagala, primjereno čuvanje svojih stvari bez oštećivanja i otuđivanja tuđih stvari.
5. ODNOS PREMA SEBI: ima osjećaj ravnoteže između obaveza i odgovornosti stječe higijenske navika, razvija higijenske navika, njeguje higijenske navika, usvaja zdrave prehrambene navike i zdrav životni stil, ne ugrožava svoju i tuđu sigurnost neprimjerenim i zabranjenim sredstvima unešenim u školu, prihvaća odgovornost za svoje ponašanje, ima razvijen osjećaj samokontrole.