

MJERILA PRAĆENJA, PROVJERAVANJA I OCJENJIVANJA UČENIKA U TZK

Samo osmišljeni sustav praćenja i vrednovanja rezultata uz napredovanje učenika omogućuje spoznati vrijednosti tog odgojno obrazovnog područja. Planskim i sustavnim djelovanjem na učenike, moguće je djelovati na razvoj njihovih funkcionalnih i motoričkih sposobnosti, na količinu motoričkih znanja, razinu motoričkih dostignuća, kognitivne i konativne osobine, a za to 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 dijagnostičiranjem.

Sustav praćenja jednostavan je za provedbu, primjenjiv u svim uvjetima, pouzdan i objektivan. Dakle, može se i mora provoditi za vrijeme redovite nastave, temeljen na osnovama izvedbenog programa za određeni razred te da služi učenicima kao osnova za samokontrolu i samo ocjenjivanje osobnog rada i napretka. Prilikom ocjenjivanja treba 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 dostignuća**
- **motoričke i aerobne sposobnosti**
- **odgojne zadaće**

TJELESNA I ZDRAVSTVENA KULTURA

OBAVEZE UČENIKA:

- Nazočnost na satu TZK-a u propisanoj sportskoj opremi
- u slučaju bolesti donijeti ispričnicu liječnika

ELEMENTI PRAĆENJA, PROVJERAVANJA I OCJENJIVANJE UČENIKA:

SASTAVNICE OCJENJIVANJA (nastavnik sam određuje omjere)

- Motorička znanja 20%
 - Motorička postignuća 10%
 - Motoričke sposobnosti 5%
 - Funkcionalne sposobnosti 5%
 - Odgojne zadaće 60%
- ZAKLJUČNA OCJENA 100%

OCJENJUJE SE OSOBNI NAPREDAK SVAKOG POJEDINOG UČENIKA U ODNOSU NA PRETHODNU PROVJERU, UZ UVAŽAVANJE OSOBNIH MOGUĆNOSTI I SPOSOBNOSTI UČENIKA.

OCJENJIVANJE MOTORIČKIH ZNANJA

OPIS	OCJENA
1. Uz veću pomoć učitelja učenik odbija izvesti zadatak.	Nedovoljan
2. Uz pomoć učitelja učenik izvodi nepotpuno zadani sadržaj.	Dovoljan
3. Uz pomoć učitelja učenik u potpunosti realizira zadani sadržaj.	Dobar
4. Samostalno izvodi nastavne sadržaje uz male nedostatke.	Vrlo dobar
5. Samostalno, besprijekorno realizira nastavne sadržaje.	Odličan

OCJENJIVANJE MOTORIČKIH POSTIGNUĆA

PRAĆENJEM I PROVJERAVANJEM MOTORIČKIH POSTIGNUĆA, TIJEKOM ODREĐENOG VREMENSKOG RAZDOBLJA, OCJENJUJE SE OSOBNI NAPREDAK SVAKOG UČENIKA.

OCJENJIVANJE MOTORIČKIH I FUNKCIONALNIH SPOSOBNOSTI

PRAĆENJEM ANTROPOMETRIJSKIH OBILJEŽJA UČENIKA, MOTORIČKIH I FUNKCIONALNIH SPOSOBNOSTI KROZ INICIJALNO, TRANZITIVNO I FINALNO MJERENJE, OCJENJUJE SE OSOBNI NAPREDAK SVAKOG UČENIKA.

OCJENJIVANJE ODGOJNIH UČINAKA RADA

OPIS	OCJENA
Učenik učestalo nema propisanu sportsku opremu na satu TZK-a (50%) Uzbjegava vježbati, zanemaruje zdravstveno-higijenske obveze, svojim ponašanjem ometa nastavu.	<i>NEDOVOLJAN</i>
Učenik povremeno ne donosi na sat TZK-a propisanu sportsku opremu (25%) nerado vježba i ne pridaje značaj tjelovježbi.	<i>DOVOLJAN</i>
Učenik ponekad nema propisanu sportsku opremu (10%). Vježba sam, ali pod kontrolom. Svoje znanje rijetko primjenjuje.	<i>DOBAR</i>
Učenik redovito vježba u propisanoj sportskoj opremi, naučena znanja primjenjuje u vježbanju. Ima razvijene zdravstveno-higijenske navike.	<i>VRLO DOBAR</i>
Učenik redovito, aktivno i samoinicijativno vježba u propisanoj sportskoj opremi na satu TZK-a i na satu izvannastavne aktivnosti. Uzorno se ponaša prema kolegama i učiteljima. Ima razvijene zdravstveno - higijenske navike.	<i>ODLIČAN</i>