**OŠ METERIZE**

**TZK**

**KRITERIJI OCJENJIVANJA ZA ŠKOLSKU GODINU 2025./2026.**

**Prof. TONI SKELIN**

**ODGOJNI UČINCI**

Budući da je odgoj stalan i neprekidan proces, a mogućnosti odgojno djelovanja u tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi velike, rad s učenicima treba organizirati i provoditi tako da se vrijeme nastave i tijekom drugih organizacijskih oblika rada osigura permanentno odgojno djelovanje na učenika.

Pretpostavljaju da su određene učeničke aktivnosti, navike, teorijska znanja indikatori njihova odnosa prema radu i vlastitu zdravlju te jedan od preduvjeta za njihov cjelokupan odnos prema tjelesnom vježbanju i da su neizravno i odgojne varijable, odgojne učinke procjenjujem praćenjem i provjeravanjem, te ostalim objektivnim komponentama (oprema, briga za zdravlje, higijenske i radne navike, aktivnost).

**SPORTSKA OPREMA I PONAŠANJE NA NASTAVI**

Učenici moraju biti na nastavi tjelesne i zdravstvene kulture jednoobrazno obučeni (bijela majica kratih rukava, bez natpisa i donji dio sportske odjeće, dugi ili kratki). Zimi zbog hladnoće mogu nositi majicu dugih rukava. Isto tako moraju biti obučeni da njihova odjeća i obuća ne može izazvati ozljeđivanja (preširoke majice, nezavezane sportske cipele, povezana kosa). Na sebi i kod sebe ne smiju imati predmete kojim mogu ozlijediti sebe ili druge (sat, prsten, naušnica). Sve vrjednije stvari novac, mobitele ne mogu nositi na nastavu zbog mogućnosti nestanka. 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 jedan.

Učenice jednom mjesečno se mogu osloboditi sata TZK zbog mjesečnice.

ODLIČAN 5 : radi redovito, ispunjava sve gore navedene zahtjeve.

VRLO DOBAR 4 : radi redovito, ispunjava većinu gore navedenih zahtjeva

DOBAR 3 : radi redovito s više opravdanih izostanaka, ne ispunjava dio postavljenih zadataka.

DOVOLJAN 2 : radi neredovito i ne ispunjava većinu gore postavljenih zadataka.

NEDOVOLJAN 1: redovito ne radi i ne ispunjava većinu gore postavljenih zadataka.

|  |  |
| --- | --- |
| ODLIČAN (5)  | -radi redovito, ispunjava većinu gore navedenih zahtjeva, aktivnost učenika primjerena, jako se ističe- odnos učenika prema radu – izrazit interes-zdravstveno – higijenske navike jako razvijene-moralna svojstva iznadprosječna  |
| VRLO DOBAR (4) | -radi redovito, ispunjava većinu gore navedenih zahtjeva, aktivnost učenika iznad prosjeka, ističe se -odnos učenika prema radu-interes prosječan-zdravstveno-higijenske navike razvijene -moralna svojstva primjerena  |
| DOBAR (3)  | -radi redovito sa više opravdanih izostanaka, aktivnost učenika prosječna-odnos učenika prema radu-interes dobar-zdravstveno-higijenske navike – dobre-moralna svojstva dobra  |
| DOVOLJAN (2) | -radi neredovito i ne ispunjava većinu gore postavljenih zadataka, aktivnost učenika zadovoljavajuća-odnos učenika prema radu-interes zadovoljava-zdravstveno-higijenske navike zadovoljavaju -moralna svojstva zadovoljavaju  |
| NEDOVOLJAN (1)  | -redovito ne radi, aktivnost učenika ne zadovoljava-odnos učenika prema radu – slab interes-zdravstveno-higijenske navike slabe, nisu razvijene -moralna svojstva ne zadovoljavaju  |

**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 standardnom sustavu ocjenjivanja ocijeniti motorička znanja u tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi možemo na ovaj način:

***ODLIČAN —*** *Zadatak izvodi pravilno i u dobroj dinamici kretanja.*

***VRLO DOBAR —*** *Postavljeni zadatak izvodi dobro, ali u lošoj dinamici*

*kretanja.*

***DOBAR —*** *Zadatak izvodi dobro, ali je tehnika izvođenja još uvijek*

*opterećena pogreškama.*

***DOVOLJAN –*** *Traženi zadatak se tek prepoznaje pri izvođenju. Tehnika*

*izvođenja je opterećena velikim brojem pogrešaka.*

***NEDOVOLJAN –*** *Ne razumije postavljeni zadatak. Nije u stanju izvesti*

*traženu tehniku.*

**MOTORIČKA POSTIGNUĆA**

Motorička dostignuća su sprega motoričkih znanja i motoričkih sposobnosti učenika, da ih u određenoj motoričkoj aktivnosti povežu i maksimalno iskoriste radi postizanja što boljeg rezultata. Provjeravanje motoričkih dostignuća treba temeljiti na programu TZK-e za svaki razred posebno. Za sve elemente, nastavne teme ili motoričke aktivnosti, kod kojih se rezultat može objektivno mjeriti, treba utvrditi normative. Jednom utvrđene norme, ne vrijede uvijek. One su kriterijske vrijednosti za ocjenjivanje postignutih rezultata za iste učenike samo u jednoj školskoj godini. Provjeravanje i ocjenjivanje motoričkih dostignuća iz nastavne cjeline najprimjerenije je provoditi pomoću tzv. situacionalnih 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.

**ZAKLJUČNA OCJENA**

Elementi vrednovanja nisu jednako zastupljeni pri određivanju zaključne ocjene. U zaključnoj ocjeni motorička znanja čine ukupno 40%, motorička postignuća 10%, a aktivnost učenika i odgojni učinci 50% ukupne vrijednosti zaključne ocjene. Promjene u prostorima morfoloških značajki, motoričkih i funkcionalnih sposobnosti također su sastavni dio ukupnog vrednovanja učenika.

U zaključnu ocjenu se ubraja i sudjelovanje u izvannastavnim aktivnostima (INA) i sudjelovanje na školskim natjecanjima.

Učenicima koji sudjeluju u izvanastavnim aktivnostima (INA) i izlaze na školska natjecanja prosjeku ocjena se dodaje 0,1.

Učenicima koji osvoje jedno od prva tri mjesta na školskim natjecanjima prosjeku ocjena se dodaje 0,2.

Učenicima koji na regionalnom natjecanju osvoje jedno od prva tri mjesta prosjeku ocjena se dodaje 0,3.

Učenicima koji na državnom natjecanju osvoje jedno od prva tri mjesta prosjeku ocjena se dodaje 0,4.

**KRITERIJI OCJENJIVANJA MOTORIČKIH ZNANJA ZA PETI RAZRED**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***ELEMENT*** | ***ODLIČAN*** | ***VRLO DOBAR*** | ***DOBAR*** | ***DOVOLJAN*** | ***NEDOVOLJAN*** |
| **ŠKOLA TRČANJA** – niski skip | - pravilno postavlja stopala (prsti - peta) - pravilan redoslijed pokreta nogu i ruku - brzina kretanja (za dužinu pola stopala) - ispravan položaj tijela | Učenik jedan od navedenih elemenata ocjenjivanja ne izvodi ispravno  | Učenik dva navedena elementa ocjenjivanja ne izvodi ispravno | Učenik tri navedena elementa ocjenjivnja ne izvodi ispravno | Učenik sve elemente ocjenjivanja izvodi pogrešno |
| **ODBOJKA** – vršno i podlaktično odbijanje lopte iz srednjeg odbojkaškog stava | - poznaje požaj tijela u srednjem odbojkaškom stavu- pravilno postavlja košaricu i spaja podlaktice- povezuje odbijanje lopte sa radom nogu- nema viška pokreta | Učenik jedan od navedenih elemenata ocjenjivanja ne izvodi ispravno  | Učenik dva navedena elementa ocjenjivanja ne izvodi ispravno | Učenik tri navedena elementa ocjenjivnja ne izvodi ispravno | Učenik sve elemente ocjenjivanja izvodi pogrešno |
| **GIMANSTIKA** – kolut naprijed i nazad | - poznaje ispravan položaj tijela prije samog izvođenja koluta- pravilno postavlja ruke na strunjaču prilikom izvođenja koluta- kolut izvodi pravocrtno jednako opterečujući obje ruke uz ispravan položaj tijela- ne koristi se rukama prilikom ustajanja | Učenik jedan od navedenih elemenata ocjenjivanja ne izvodi ispravno  | Učenik dva navedena elementa ocjenjivanja ne izvodi ispravno | Učenik tri navedena elementa ocjenjivnja ne izvodi ispravno | Učenik sve elemente ocjenjivanja izvodi pogrešno |
| **BADMINTON** – bekend i forhend servis | - zauzima ispravan stav prilikom serviranja- ispravno drži reket i lopticu- zna razliku između bekend i forhend servisa- pravovremen u udarcu loptice | Učenik jedan od navedenih elemenata ocjenjivanja ne izvodi ispravno  | Učenik dva navedena elementa ocjenjivanja ne izvodi ispravno | Učenik tri navedena elementa ocjenjivnja ne izvodi ispravno | Učenik sve elemente ocjenjivanja izvodi pogrešno |
| **STOLNI TENIS** – bekend i forhend servis | - zauzima ispravan stav prilikom serviranja- ispravno drži reket i lopticu- zna razliku između bekend i forhend servisa- pravovremen u udarcu loptice | Učenik jedan od navedenih elemenata ocjenjivanja ne izvodi ispravno  | Učenik dva navedena elementa ocjenjivanja ne izvodi ispravno | Učenik tri navedena elementa ocjenjivnja ne izvodi ispravno | Učenik sve elemente ocjenjivanja izvodi pogrešno |
| **KOŠARKA** – šut na koš jednom rukom s grudiju iz mjesta | - zauzima ispravan položaj tijela (lagano pogrčene noge, jedna noga blago naprijed)- pravilno postavlja lijevu i desnu ruku na loptu- pogled prema košu- povezanost rada ruke koja izbacuje lopte i nogu (iz laganog počučnja) | Učenik jedan od navedenih elemenata ocjenjivanja ne izvodi ispravno  | Učenik dva navedena elementa ocjenjivanja ne izvodi ispravno | Učenik tri navedena elementa ocjenjivnja ne izvodi ispravno | Učenik sve elemente ocjenjivanja izvodi pogrešno |
| **PRESKAKIVANJE VIJAČE** – sunožno bez među poskoka | - ispravan rad ruku (pokret iz zgloba šake)- ispravan rad nogu (skok iz počučnja)- povezanost rada ruku i nogu- sposoban preskakivati vijaču bez da vijača zapinje za stopala | Učenik jedan od navedenih elemenata ocjenjivanja ne izvodi ispravno  | Učenik dva navedena elementa ocjenjivanja ne izvodi ispravno | Učenik tri navedena elementa ocjenjivnja ne izvodi ispravno | Učenik sve elemente ocjenjivanja izvodi pogrešno |

**KRITERIJI OCJENJIVANJA MOTORIČKIH ZNANJA ZA ŠESTI RAZRED**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***ELEMENT*** | ***ODLIČAN*** | ***VRLO DOBAR*** | ***DOBAR*** | ***DOVOLJAN*** | ***NEDOVOLJAN*** |
| **ŠKOLA TRČANJA** – visoki skip | - pravilno postavlja stopala i podiže koljena do visine kukova (prsti - peta) - pravilan redoslijed pokreta nogu i ruku - brzina kretanja (za dužinu stopala) - ispravan položaj tijela | Učenik jedan od navedenih elemenata ocjenjivanja ne izvodi ispravno  | Učenik dva navedena elementa ocjenjivanja ne izvodi ispravno | Učenik tri navedena elementa ocjenjivnja ne izvodi ispravno | Učenik sve elemente ocjenjivanja izvodi pogrešno |
| **ODBOJKA** – donji servis | - poznaje požaj tijela prilikom serviranja (suprotna noga naprijed, blago savijena u koljenu)- pravilno namješta loptu i ima ispravan izbačaj lopte (ispred ruke koja servira)- servira šakom ili dlanom, ruka je pružena u laktu- pravoremen u udarcu lopte | Učenik jedan od navedenih elemenata ocjenjivanja ne izvodi ispravno  | Učenik dva navedena elementa ocjenjivanja ne izvodi ispravno | Učenik tri navedena elementa ocjenjivnja ne izvodi ispravno | Učenik sve elemente ocjenjivanja izvodi pogrešno |
| **GIMANASTIKA****-** hodanje po gredi, vaga zanožem i okreti | - održava ravnotežu i ne pada sa sprave- pravilno izvodi vagu- izvodi okrete kako je zadano i pri tome ne gubi ravnotežu- poznaje i pravilno izvodi sve dijelove vježbe | Učenik jedan od navedenih elemenata ocjenjivanja ne izvodi ispravno  | Učenik dva navedena elementa ocjenjivanja ne izvodi ispravno | Učenik tri navedena elementa ocjenjivnja ne izvodi ispravno | Učenik sve elemente ocjenjivanja izvodi pogrešno |
| **JUDO**- judo padovi (prednji, bočni i stražnji) | - poznaje početni položaj (stav) prije izvođenja pada- pravilno postavlja ruke na strunjaču prilikom pada- poznaje metodiku padova (od lakšeg elementa prema težem)- sposoban je izvesti jedan od padova bez greške | Učenik točno odgovara na četiri od pet pitanja.  | Učenik točno odgovara na tri od pet postavljenih pitanja | Učenik točno odgovara na dva od pet pitanja  | Učenik točno odgovara na jedno ili nijedno od pet pitanja.  |
| **STOLNI TENIS** – bekend i forhend osnovni udarac | - zauzima ispravan stav prije udarca- ispravno postavlja reket za bekend i forhend udarac- ima pravilan rad nogu- sposoban je bekendom i forhendom dodavati se preko mreže | Učenik jedan od navedenih elemenata ocjenjivanja ne izvodi ispravno  | Učenik dva navedena elementa ocjenjivanja ne izvodi ispravno | Učenik tri navedena elementa ocjenjivnja ne izvodi ispravno | Učenik sve elemente ocjenjivanja izvodi pogrešno |
| **KOŠARKA** – vođenje lopte s promjenom brzine i pravca kretanja  | - vodi loptu s obje ruke - ima kontrolu nad loptom- savladava slalom, promjenu tempa kretanja i promjenu ruke koja vodi loptu- završava poligon bez da mu lopta pobjegne | Učenik jedan od navedenih elemenata ocjenjivanja ne izvodi ispravno  | Učenik dva navedena elementa ocjenjivanja ne izvodi ispravno | Učenik tri navedena elementa ocjenjivnja ne izvodi ispravno | Učenik sve elemente ocjenjivanja izvodi pogrešno |
| **PRESKAKIVANJE VIJAČE** – sunožno sa među poskokom | - ispravan rad ruku (pokret iz zgloba šake)- ispravan rad nogu (skok iz počučnja) i među poskok - povezanost rada ruku i nogu- sposoban preskakivati vijaču bez da vijača zapinje za stopala | Učenik jedan od navedenih elemenata ocjenjivanja ne izvodi ispravno  | Učenik dva navedena elementa ocjenjivanja ne izvodi ispravno | Učenik tri navedena elementa ocjenjivnja ne izvodi ispravno | Učenik sve elemente ocjenjivanja izvodi pogrešno |

**KRITERIJI OCJENJIVANJA MOTORIČKIH ZNANJA ZA SEDMI RAZRED**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***ELEMENT*** | ***ODLIČAN*** | ***VRLO DOBAR*** | ***DOBAR*** | ***DOVOLJAN*** | ***NEDOVOLJAN*** |
| **ŠKOLA TRČANJA****-** skokovi s noge na nogu | - pravilan redoslijed pokreta nogu (podizanje koljenja uz istovremen odraz) - rad ruku usklađen sa radom nogu- ispravan položaj tijela (trup blago nagnut naprijed)- naglašena faza leta | Učenik jedan od navedenih elemenata ocjenjivanja ne izvodi ispravno  | Učenik dva navedena elementa ocjenjivanja ne izvodi ispravno | Učenik tri navedena elementa ocjenjivnja ne izvodi ispravno | Učenik sve elemente ocjenjivanja izvodi pogrešno |
| **ODBOJKA****-** gornji servis bez rotacije „leleujavi servis“ | - poznaje stav (osnovni položaj tijela prije sevisa)- pravilno podbacuje loptu - ima pravilan zamah, udara loptu donjim dijelom dlana- zaustavlja ruku nakon udarca | Učenik jedan od navedenih elemenata ocjenjivanja ne izvodi ispravno  | Učenik dva navedena elementa ocjenjivanja ne izvodi ispravno | Učenik tri navedena elementa ocjenjivnja ne izvodi ispravno | Učenik sve elemente ocjenjivanja izvodi pogrešno |
| **GIMNASTIKA**- premet strance | - poznaje stav (osnovni položaj tijela prije izvođenja premeta)- ruke pružene u laktu idu na strunjaču- noge su pružene u koljenu za vrijeme izvođenja- izvodi premet pravocrtno bez gubljenja ravnoteže | Učenik jedan od navedenih elemenata ocjenjivanja ne izvodi ispravno  | Učenik dva navedena elementa ocjenjivanja ne izvodi ispravno | Učenik tri navedena elementa ocjenjivnja ne izvodi ispravno | Učenik sve elemente ocjenjivanja izvodi pogrešno |
| **BADMINTON**- kratka loptica na mreži | - poznaje osnovni stav - poznaje badminton kretanje- ispravno drži reket- prepoznaje situaciju u igri i zna odigrati kratku lopticu na mreži | Učenik jedan od navedenih elemenata ocjenjivanja ne izvodi ispravno  | Učenik dva navedena elementa ocjenjivanja ne izvodi ispravno | Učenik tri navedena elementa ocjenjivnja ne izvodi ispravno | Učenik sve elemente ocjenjivanja izvodi pogrešno |
| **STOLNI TENIS****-** servis s rotacijom | - zauzima ispravan stav prilikom serviranja- ispravno drži reket i lopticu- zna „otvoriti i zatvoriti“ reket prilikom serviranja- ima pravilan zamah - pravovremen u udarcu loptice | Učenik jedan od navedenih elemenata ocjenjivanja ne izvodi ispravno  | Učenik dva navedena elementa ocjenjivanja ne izvodi ispravno | Učenik tri navedena elementa ocjenjivnja ne izvodi ispravno | Učenik sve elemente ocjenjivanja izvodi pogrešno |
| **KOŠARKA** - ubacivanje lopte u koš jednom rukom nakon dodane lopte „košarkaški dvokorak“ | - zna tehnika primanja dodane lopte- zna izvesti dribling prije ubacivanja lopte u koš- ima ispravne korake u košarkaškom dvokorku- ima pravilan izbačaj lopte | Učenik jedan od navedenih elemenata ocjenjivanja ne izvodi ispravno  | Učenik dva navedena elementa ocjenjivanja ne izvodi ispravno | Učenik tri navedena elementa ocjenjivnja ne izvodi ispravno | Učenik sve elemente ocjenjivanja izvodi pogrešno |
| **RUKOMET**- rukometni trokorak „skok šut“ | - ima dobar ritam kretanja- poznaje redoslijed koraka- zna se odraziti s jedne noge- kontrolira loptu i zna pravilno izvesti udarac | Učenik pravilno izvodi kretanje, diže se na šut, radi prestup, pravilan šut rukom | Učenik pravilno izvodi kretanje, diže se na šut, radi prestup, loš šut rukom | Učenik pravilno radi kretanje, loš šut, nema brzine kretanja | Učenik radi korake, nema skoka pri šutu, loš šut |

**KRITERIJI OCJENJIVANJA MOTORIČKIH ZNANJA ZA OSMI RAZRED**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***ELEMENT*** | ***ODLIČAN*** | ***VRLO DOBAR*** | ***DOBAR*** | ***DOVOLJAN*** | ***NEDOVOLJAN*** |
| **ŠKOLA TRČANJA****-** grabeći korak | - pravilan redoslijed pokreta nogu (podizanje koljenja, ispucavanje podkoljenice, grabljenje podloge vrhovima tenisice) - rad ruku usklađen sa radom nogu- ispravan položaj tijela (trup blago nagnut naprijed)- sinkroniziran rad jedne i druge strane tijela | Učenik jedan od navedenih elemenata ocjenjivanja ne izvodi ispravno  | Učenik dva navedena elementa ocjenjivanja ne izvodi ispravno | Učenik tri navedena elementa ocjenjivnja ne izvodi ispravno | Učenik sve elemente ocjenjivanja izvodi pogrešno |
| **ODBOJKA**- podbacivanje lopte jednom rukom i smeč iz zaleta | - ispravno podbacuje loptu- poznaje odbojkašku tehniku naskoka i skoka- ispravno izvodi pokret rukom prilikom smečiranja- pravovremeno dolazi do lopte i smečira | Učenik jedan od navedenih elemenata ocjenjivanja ne izvodi ispravno  | Učenik dva navedena elementa ocjenjivanja ne izvodi ispravno | Učenik tri navedena elementa ocjenjivnja ne izvodi ispravno | Učenik sve elemente ocjenjivanja izvodi pogrešno |
| **GIMNASTIKA****-** stoj na rukama | - pravilno postavlja ruke- tijelo je opruženo i zapeto- ravnoteža je uspostavljena (3 sekunde)- polagano i kontrolirano se vraća u početni položaj | Učenik jedan od navedenih elemenata ocjenjivanja ne izvodi ispravno  | Učenik dva navedena elementa ocjenjivanja ne izvodi ispravno | Učenik tri navedena elementa ocjenjivnja ne izvodi ispravno | Učenik sve elemente ocjenjivanja izvodi pogrešno |
| **BADMINTON****-** forhend i bekend lob i drop | - poznaje osnovni stav - poznaje badminton kretanje- ispravno drži reket- prepoznaje situaciju u igri i zna odigrati forhend i bekend lob i drop | Učenik jedan od navedenih elemenata ocjenjivanja ne izvodi ispravno  | Učenik dva navedena elementa ocjenjivanja ne izvodi ispravno | Učenik tri navedena elementa ocjenjivnja ne izvodi ispravno | Učenik sve elemente ocjenjivanja izvodi pogrešno |
| **STOLNI TENIS****-** kombinacija udaraca bekend i forhend  | - zauzima ispravan stav prije udarca- prepoznaje situaciju u igri i odigrava ispravnom tehnikom - ima pravilan rad nogu- sposoban je bekendom i forhendom dodavati se preko mreže | Učenik jedan od navedenih elemenata ocjenjivanja ne izvodi ispravno  | Učenik dva navedena elementa ocjenjivanja ne izvodi ispravno | Učenik tri navedena elementa ocjenjivnja ne izvodi ispravno | Učenik sve elemente ocjenjivanja izvodi pogrešno |
| **KOŠARKA****-**vođenje lopte sa zaustavljanjem i skok šut | - kontrolira loptu tijekom vođenja- u zaustavljanju ima ispravan položaj tijela- ispravno sunožno se diže na šut- ima ispravan izbačaj | Učenik jedan od navedenih elemenata ocjenjivanja ne izvodi ispravno  | Učenik dva navedena elementa ocjenjivanja ne izvodi ispravno | Učenik tri navedena elementa ocjenjivnja ne izvodi ispravno | Učenik sve elemente ocjenjivanja izvodi pogrešno |
| **RUKOMET****-** dodavanje u paru u kretanju i šut iz skoka | - ispravno dodaje loptu, nakon dodavanja pogledava prema naprijed- ima dobar ritam trčanja- poznaje rukometni trokorak- kontrolira loptu za vrijeme dodavanja i šutiranja | Učenik jedan od navedenih elemenata ocjenjivanja ne izvodi ispravno  | Učenik dva navedena elementa ocjenjivanja ne izvodi ispravno | Učenik tri navedena elementa ocjenjivnja ne izvodi ispravno | Učenik sve elemente ocjenjivanja izvodi pogrešno |

**MJERILA PRAĆENJA, PROVJERAVANJA I OCJENJIVANJA UČENIKA U TZK**

Bez osmišljenog sustava praćenja i vrednovanja rezultata rada te napredovanja učenika nije moguće spoznati vrijednosti tog odgojno obrazovnog područja. Da bi se moglo planski i sustavno djelovati na učenike, tj. na razvoj njihovih funkcionalnih i motoričkih sposobnosti, na količinu motoričkih znanja, razinu motoričkih dostignuća, kognitivne i konativne osobine, 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 dijagnosticiranjem. Sustav praćenja jednostavan je za provedbu, primjenjiv u svim uvjetima, pouzdan i objektivan. Dakle, može se i mora provoditi za vrijeme redovite nastave, da se temelji na osnovama izvedbenog programa za određeni razred i da služi učenicima kao osnova za samokontrolu i samo ocjenjivanje osobnog rada i napretka. Prilikom ocjenjivanja treba istovjetno 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. Zaključna ocjena nije nužnu aritmetička sredina. Može biti i veća ovisno o iskazanom intresu, zalaganju, aktivnosti učenika na nastavi tzk i postignutim postignutim učincima.

***SADRŽAJ PRAĆENJA I PROVJERAVANJA***

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

***SASTAVNICE ZA OCJENJIVANJE:***

1. Motorička znanja 40%
2. Motorička postignuća 10%
3. Odgojno obrazovne zadaće 50%

**KRITERIJI OCJENJIVANJA MOTORIČKIH DOSTIGNUĆA ZA PETI RAZRED**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***ELEMENT*** | ***ODLIČAN*** | ***VRLO DOBAR*** | ***DOBAR*** | ***DOVOLJAN*** | ***NEDOVOLJAN*** |
| **BEEP TEST****15 m** | Sve preko 10og levela | Od 8 do 9,11 | Od 6 do 7,10 | Od 4 do 5,9 | Sve ispod 4og levela |
| **ODBOJKA****-** vršno odbijanje lopte o zid | 10 odbijanja | 8 odbijanja | 6 odbijanja | 4 odbijanja | Sve ispod četiri odbijanja |
| **BADMINTON****-** bekend servis | 5 servisa | 4 servisa | 3 sevisa | 2 servisa | 1 ili nijedan servis |
| **KOŠARKA****-** ubacivanje lopte u koš ispod obruča | 5 ubačaja | 4 ubačaja | 3 ubačaja | 2 ubačaja | 1 ili nijedan ubačaj |

**KRITERIJI OCJENJIVANJA MOTORIČKIH DOSTIGNUĆA ZA ŠESTI RAZRED**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***ELEMENT*** | ***ODLIČAN*** | ***VRLO DOBAR*** | ***DOBAR*** | ***DOVOLJAN*** | ***NEDOVOLJAN*** |
| **BEEP TEST****16 m** | Sve preko 10og levela | Od 8 do 9,11 | Od 6 do 7,10 | Od 4 do 5,9 | Sve ispod 4og levela |
| **ODBOJKA**- podlaktično odbijanje lopte o zid | 10 odbijanja | 8 odbijanja | 6 odbijanja | 4 odbijanja | Sve ispod četiri odbijanja |
| **BADMINTON****-** odbijanje loptice bekendom | 10 odbijanja | 8 odbijanja | 6 odbijanja | 4 odbijanja | Sve ispod četiri odbijanja |
| **KOŠARKA****-** ubacivanje lopte u koš ispod obruča | 5 ubačaja | 4 ubačaja | 3 ubačaja | 2 ubačaja | 1 ili nijedan ubačaj |

**KRITERIJI OCJENJIVANJA MOTORIČKIH DOSTIGNUĆA ZA SEDMI RAZRED**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***ELEMENT*** | ***ODLIČAN*** | ***VRLO DOBAR*** | ***DOBAR*** | ***DOVOLJAN*** | ***NEDOVOLJAN*** |
| **BEEP TEST****17 m** | Sve preko 10og levela | Od 8 do 9,11 | Od 6 do 7,10 | Od 4 do 5,9 | Sve ispod 4og levela |
| **ODBOJKA**- gornji servis | 5 prebačenih servis | 4 prebačena servisa | 3 prebačena servisa | 2 prebačena servisa | 1 ili nijedan prebačen servis |
| **BADMINTON****-** odbijanje loptice forhendom | 10 odbijanja | 8 odbijanja | 6 odbijanja | 4 odbijanja | Sve ispod četiri odbijanja |
| **KOŠARKA****-** košarkaški dvokorak | 5 ubačaja | 4 ubačaja | 3 ubačaja | 2 ubačaja | 1 ili nijedan ubačaj |

**KRITERIJI OCJENJIVANJA MOTORIČKIH DOSTIGNUĆA ZA OSMI RAZRED**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***ELEMENT*** | ***ODLIČAN*** | ***VRLO DOBAR*** | ***DOBAR*** | ***DOVOLJAN*** | ***NEDOVOLJAN*** |
| **BEEP TEST****18 m** | Sve preko 10og levela | Od 8 do 9,11 | Od 6 do 7,10 | Od 4 do 5,9 | Sve ispod 4og levela |
| **ODBOJKA**- podbacivanje lopte jednom rukom i smeč iz zaleta | 5 prebačenih lopti u terene | 4 prebačene lopte u teren | 3 prebačene lopte u teren | 2 prebačene lopte u teren | 1 ili nijedna prebačena lopte u teren |
| **BADMINTON****-** naizmjenično odbijanje lopte bekendom i forhendom | 10 odbijanja | 8 odbijanja | 6 odbijanja | 4 odbijanja | Sve ispod četiri odbijanja |
| **RUKOMET****-** bacanje lopte u zid 30 sekundi sa 5m udaljenosti | 20 bacanja | 16 bacanja | 12 bacanja | 8 bacanja | Sve ispod 8 bacanja |