

Elementi i kriteriji ocjenjivanja

3. Pravila ponašanja na satu TZK:

OPREMA:

1. Učenik je obavezan prisustvovati nastavi u opremi koja se sastoji od bijele majice, plavog šorca (tajice ili trenerka do koljena), bijelih čarapa i čistih tena (donijeti u školu u vrećici ne na nogama).
2. Učenik koji ne radi mora imati čiste tene za ulazak u dvoranu.
3. Vrijedne stvari ne ostavljaj u svlačionici nego kod profesora na stolu!
4. Ako jedan dio opreme nedostaje, učenik je bez opreme.
5. Duga kosa mora biti uredno zavezana.
6. Obavezno je skinuti nakit i satove.

IZOSTANCI:

7. Učenici koji imaju zdravstvenih problema i potrebno im je oslobađanje dijela sadržaja programa TZK-a po Zakonu o srednjem školstvu, trebaju regulirati svoj status do 30. rujna u skladu sa Zakonom.
8. Učenica u opremi može jedan puta u polugodištu ne raditi, iza toga opravdanje je samo liječničko. Tko nema opremu prvi put- oprošteno, iza toga negativna ocjena.
9. Bijeg sa sata je negativna ocjena.

Ocijene:

1. Učenik prilikom ocjenjivanja ne radi, negativna ocjena se evidentira u pregledu rada, ako se učenik ne javi u roku dva tjedna, ocjena se prenosi u dnevnik.
2. Ukoliko učenik ima više negativnih nego pozitivnih ocjena zaključuje se negativna.
3. Krivo upisan podatak u pregled rada povlači negativnu ocjenu za upisivača i onoga kome je upisan.
4. Zadnja dva tjedna u polugodištu i na kraju godine se ne ocjenjuje.
5. Svaki mjesec dobiva se ocjena iz odgojnih zadataka.
6. Ocjene se zaključuju u skladu sa aritmetičkom sredinom svih ocjena.

PONAŠANJE:

7. Žvakanje žvakaće gume, te uključen mobitel ili slična naprava, se kažnjava negativnom ocjenom.
8. Učenik je prisutan na satu, ako je na parketu dvorane, za napuštanje parketa učenik mora imati usmeno odobrenje nastavnika.
9. Učenik, koji je u svlačionici prvi do vrata, je dežurni učenik te je odgovoran za zaključavanje vrata i red u svlačionici.
10. Ponašanje koje bi na službenoj utakmici uzrokovalo dodjelu crvenog kartona zbog nesportskog ponašanja u nastavi TZK-a ima za posljedicu negativnu ocjena.
11. Osobni prostor profesora je prostor dva metra oko stola, učenicima nije dozvoljeno ulaziti u taj prostor.

12. Svaki razred je odgovoran za održavanje reda u dvorani kao i u svlačionice u kojoj se presvlači, te će nadoknaditi načinjenu štetu.

POČETAK SATA:

13. Nakon početka sata, učenici imaju 5 minuta za presvlačenje.
14. Nakon ulaska u dvoranu učenici u vrsti po abecedi čekaju prozivku. Kad je prozvan učenik jednim korakom iskorači, radi kontrole opreme.
15. Strogo je zabranjeno korištenje sprava i lopti bez dopuštenja profesora.

4. Elementi ocjenjivanja

Postoji pet elemenata ocjenjivanja: motorička znanja, motoričke sposobnosti, motorička dostignuća, funkcionalne sposobnosti i odgojni zadaci.

Motorička znanja – ovdje se ocjenjuje sve ono što učenici usvajaju u toku školske godine, a to su nastavne teme koje su vidljive iz globalnog odnosno operativnog plana i programa.

Motoričke sposobnosti – su oni testovi koji se mjere na razne načine, a ne pripadaju motoričkim dostignućima.

Motorička dostignuća – ovdje se ocjenjuje ono što i koliko učenik uspije savladati u toku rada kroz nastavu, a tu se uključuje ponovljeno testiranje motoričkih sposobnosti (koliko ih je učenik poboljšao), te dostignuće učenika u načinu izvedbe općih pripremnih vježbi koje se izvode u istoimenom dijelu sata.

Funkcionalne sposobnosti – test za ocjenjivanje funkcionalnih sposobnosti su istrajna trčanja na duge dionice.

Odgojni zadaci – ovaj je najvažniji element ocjenjivanja u čitavom predmetu. Upravo iz razloga što je ovo nastava TZK-a u školi, a ne sportski trening, motoričke sposobnosti i dostignuća, te funkcionalne sposobnosti ostaju u drugom planu. Jako je važno da učenik shvati koliko je potrebno redovito se i kontinuirano baviti tjelesnom vježbom, bez obzira na intenzitet vježbanja. Zbog toga se od učenika traži da bude prisutan fizički na svakom nastavnom satu i to se odgovarajuće vrednuje.

5. Kriteriji ocjenjivanja

Sat 5. Trčanje 1200 m. mladići (1)

Ocjena:

- 5- učenik se cijelo vrijeme trajanja testa kreće u brzom tempu
- 4- učenik se cijelo vrijeme testa kreće u usporenom ritmu
- 3- učenik se povremeno kreće korakom da bi se odmorio
- 2- učenik se pretežno kreće korakom
- 1- učenik odbija raditi ili nema opremu

Trčanje 1000 m. djevojke

Ocjena:

- 5- učenica se cijelo vrijeme trajanja testa kreće u brzom tempu

- 4- učenica se cijelo vrijeme testa kreće u usporenom ritmu
- 3- učenica se povremeno kreće korakom da bi se odmorio
- 2- učenica se pretežno kreće korakom
- 1- učenica odbija raditi ili nema opremu

Sat. 13. Nogomet, žongliranje (2) učenici

Ocjena:	1	2	3	4	5
Ponaljanja:	1	2-8	9-16	17-24	25

Sat. 13. Odbojka I i II vršno, III i IV čekić (2) učenice

Razred/Ocjena	2	3	4	5
I	2-5	6-10	11-14	15
II	6-10	11-15	16-19	20
III i IV	2-4	5-6	7-8	9

Sat. 16. Izostanci (3)

5-bez izostanaka

4-sa opravdanim izostancima

3-jedan neopravdan izostanak (bez opreme)

2-jedan neopravdan i više opravdanih

1-dva neopravdana izostanka i svaki slijedeći neopravdani (bijeg sa sata)

Sat 20. Aerobik (4) učenice

5. – Radi nasmijana

4. – Prati rad i nogama i rukama sa smanjenom amplitudom

3. – Prati rad nogu, a rad ruku zapinje

2. - Radi kada je se prati inače ne

1. – Često zabušava i stoji ne radeći

Sat. 23. trčanje 20 metara (4)

Razred	1	2	3	4	5
IM	4,03	3,86	3,62	3,40	
IZ	4,63	4,40	4,11	3,84	
IIM	4,00	3,81	3,54	3,30	
IIZ	4,63	4,40	4,11	3,84	
IIIM	3,95	3,75	3,50	3,25	
IIIZ	4,59	4,36	4,07	3,80	
IVM	3,90	3,70	3,45	3,20	
IVZ	4,59	4,36	4,07	3,80	

Sat 27: Posebni zadatci (5)

5 – organizacija natjecanja, učešće u školskim ekipama, vođenje zagrijavanja i slični doprinosi na nivou škole i nastave TZK

1 – pušenje u dvorani, tuča na nastavi i slični disciplinski prekršaji.

Sat 27: Izostanci (6)

Isto kao i 16. sat

Sat 28: slalom košarka (7)

Ocjene:

	1	2	3	4	5
Učenici	14	13	12	11	
Učenice	17	16	15	14	

Sat 29: Zaključivanje

Iz prosjeka ocjena zaključiti, mala odstupanja za učenike koji su pozitivan primjer preporučljiva.

Sat 39: PLES (8)

- 5 – korak, ritam, držanje
- 4 – korak, ritam, na krivu dobu
- 3 – korak, povremeno gubi ritam
- 2 – ne poznaje korak
- 1 – ne želi odgovarati

Sat 42: Borilačke vještine (9)

- 5 – svi elementi tehnički ispravni
- 4 – jedan element nije tehnički ispravan
- 3 – dva elementa imaju tehničkih nedostataka
- 2 – samo jedan element tehnički ispravan
- 1 – ne želi odgovarati

Sat 47. Bodybuilding (10)

- 5. - koncentracija
- 4. - amplituda pokreta
- 3. - kontrola brzine pokreta
- 2. - pravilno disanje
- 1. - ne vježba

Sat 52: košarka, slobodna bacanja (11)

IZ – proba – 6 bacanja- direktno 2, američki 1, može pepnuti

IIZ – proba – 5 bacanja- direktno 2, američki 1, ne može pepnuti
IIIZ – proba – 6 bacanja- 1-1, može pepnuti
IVZ – proba – 6 bacanja- 1-1, ne može pepnuti

IM – proba – 6 bacanja- uz američko bez pada na pod
IIM – proba – 5 bacanja- uz američko bez pada na pod
IIIM – proba – 7 bacanja- uz američko iz zraka
IVM – proba – 6 bacanja- uz američko iz zraka

Sat 55. Izostanci (12)

Isto kao i 16.sat

Sat 60. Odbojka servis (13)

I donji 6 servisa	– ocjena koliko ubaci u polje
II donji –gornji 5/7 servisa	– ocjena koliko ubaci u polje
III gornji 6 servisa	– ocjena koliko ubaci u polje
IV gornji 5 servisa	– ocjena koliko ubaci u polje

Sat 66. Izostanci (14)

Sat 69. Posebni zadatci (15)

Sat 70. Zaključivanje (Iz prosjeka ocjena zaključiti, mala odstupanja za učenike koji su pozitivan primjer preporučljiva.)

9. Program za ocjenjivanje učenika po posebnim potrebama

Ako mogu raditi dio programa učenici dobiju ocjenu iz tog djela i zaključi se ocjena sa manje elemenata.

Ako je oslobođen praktičnog djela programa:

a)dobit će referat (3-4 stranice teksta) i izlaganje pred svojim razredom, svako polugodište te će na osnovu njega dobit ocjenu.

b)organizirat će natjecanje na razini škole na osnovu kojeg će dobit ocjenu:

Ocjena se formira iz sljedećih elemenata:

Kategorija A: Izlaganje

Rad

Tema

Rok izrade

Mišljenje učenika

Kategorija B: Broj učenika

Broj utakmica/mečeva

Vrijeme trajanja

Medijska pratnja

Mišljenje učesnika

Svaki kriterij donosi 0,0.5 ili 1 bod.

Zbroj bodova je i ocjena.

Predmetni nastavnici:

Stipan Prce, prof.

Ivan Šprlje, prof.