

GIMNAZIJA "MATIJA MESIĆ"
Slavonija I 8
35000 Slavonski Brod

PREDMET: TJELESNA I ZDRAVSTVENE KULTURA

ELEMENTI I KRITERIJI OCJENJIVANJA

ZA UČENIKE GIMNAZIJE 1., 2., 3., I 4. RAZREDA

- AKTIV TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE -

1. ELEMENTI I KRITERIJI OCJENJIVANJA

a) MOTORIČKA ZNANJA (MZ)

Razina naučenosti određenih motoričkih gibanja koja su predviđena za provjeravanje u izvedbenom planu i programu za pojedini razred.

NEDOVOLJAN (1) – učenik ne može ili povremeno uspije izvesti određeno gibanje na razini prepoznavanja.

DOVOLJAN (2) – učenik izvodi gibanje tako da se prepoznaju osnovni prostorni pokazatelji tog gibanja.

DOBAR (3) – učenik izvodi pravilno prostorne pokazatelje ali vremenski pokazatelji značajno odstupaju od standardne izvedbe gibanja.

VRLO DOBAR (4) – učenik izvodi pravilno bitne dijelove gibanja ali još uvijek postoje određena prostorno-vremenska odstupanja od standardne izvedbe gibanja.

ODLIČAN (5) – izvodi pravilno gibanje bez odstupanja od standardne izvedbe.

b) MOTORIČKA POSTIGNUĆA (MP)

Motorička postignuća su sprega motoričkih znanja, motoričkih i funkcionalnih sposobnosti s ciljem postizanja osobno najboljeg postignuća (iskazuje se u fizikalnim veličinama). Njihovo ocjenjivanje provodi se pomoću kriterija za procjenu motoričkih postignuća.

c) KINANTROPOLOSKA POSTIGNUĆA (KP) (motoričke i funkcionalne sposobnosti) – procjenjuju se na temelju Cro Fit normi.

Morfološka obilježja – u funkciji kvalitetnijeg tumačenja rezultata motoričkih i funkcionalnih sposobnosti. Ona podrazumijevaju:

- tjelesnu visina,
- tjelesnu težina,
- opseg podlaktice,
- kožni nabor nadlaktice,
- postotak masti,
- indeks tjelesne mase.

Motoričke sposobnosti:

- koordinacija – poligon okretom,
- fleksibilnost – pretklon u uskom raznoženju,
- repetitivna snaga – podizanje trupa kratko.

Funkcionalne sposobnosti:

- trčanje 800 m za učenice,
- trčanje 1000 m za učenike.

d) ODGOJNI UČINCI

Sustavno se prate i provjeravaju tijekom čitave školske godine.

Obuhvaćaju:

- aktivnost učenika na satu TZK (izvršavanje zadataka koje nastavnik postavlja pred učenike),
- vladanje učenika (odnos prema nastavniku i drugim učenicima te zaposlenicima škole, odnos prema školskoj imovini, ...),
- higijensko – zdravstvene navike (čista oprema i nokti koji moraju biti skraćeni zbog sigurnosti samog učenika i drugih učenika koji sudjeluju u nastavnom procesu),
- nošenje čiste (**obavezne**) opreme za nastavu TZK (čiste patike za dvoranu, bijela majica, kratke sportske hlače, trenerka, gumica za kosu).

Na satu tjelesne i zdravstvene kulture nije dozvoljeno:

- nošenje nakita (naušnice, narukvice, ogrlice, lančića, sata, prstena, ...) zbog vlastite sigurnosti ali i sigurnosti drugih učenika,
- unošenje mobitela u dvoranu te korištenje istog na satu TZK,
- unošenje hrane i pića (osim vode),
- učenje ostalih nastavnih predmeta.

2. ZAKLJUČNA OCJENA

Model vrednovanja sastavnica ocjenjivanja u zaključnoj ocjeni

Sastavnice ocjenjivanja	Postotni udio sastavnice u zaključnoj ocjeni
Motorička znanja	40%
Motorička postignuća	10%
Kinantropološka postignuća	10%
Odgojni učinci	40%
Zaključna ocjena:	100%

Zaključna ocjena proizlazi iz aritmetičke sredine, osim u slučaju kada učenik pokaže izniman napredak u razvoju svojih znanja i postignuća kontinuirano tijekom školske godine.

3. OSLOBOĐENJE OD NASTAVE TZK

Bolest učenika se opravdava *isključivo liječničkom ispričnicom* koja je namijenjena samo za nastavu tjelesne i zdravstvene kulture i koja mora biti potpisana od strane roditelja.

Liječnik opće prakse učenika zbog bolesti može osloboditi od nastave TZK u trajanju **do tri tjedna**. Sve duže od toga učenika od nastave TZK jedino može osloboditi **Zavod za javno zdravstvo**. Učenik je dužan dostaviti svu potrebnu dokumentaciju predmetnom nastavniku u što kraćem roku.

Učenik zbog bolesti može biti oslobođen nastave TZK djelomično ili potpuno, jedno polugodište ili cijelu školsku godinu. Učenik je dužan predmetnom nastavniku dostaviti potrebnu dokumentaciju koja potvrđuje njegovo oslobođenje, te valjanu **POTVRDU ZAVODA ZA JAVNO ZDRAVSTVO** u što kraćem roku.

Liječnik opće prakse NE MOŽE učenika osloboditi nastave TZK u trajanju dužem od tri tjedna (jednokratno).

U slučaju oslobođenja cijelu školsku godinu, roditelji mogu u učeničkoj referadi potpisati izjavu da su suglasni o puštanju njihovog djeteta sa sata TZK. Tek tada učenik nije dužan nazočiti satu TZK.

U slučaju da je učenik oslobođen nastave TZK prvo polugodište, a u drugom polugodištu normalno pohađa nastavu učeniku će na kraju nastavne godine biti zaključena ocjena. U obrnutom slučaju učeniku se na kraju nastavne godine neće zaključiti ocjena iz predmeta TZK.