**TJELESNA I ZDRAVSTVENA KULTURA**

***Predmet Tjelesna i zdravstvena kultura sadrži četiri predmetna područja:***

*A) Kineziološka teorijska i motorička znanja (OŠ TZK A; SŠ TZK G A)*

*B) Morfološka obilježja, motoričke i funkcionalne sposobnosti (OŠ TZK B; SŠ TZK GB)*

*C) Motorička postignuća (OŠ TZK C; SŠ TZK G C)*

*D) Zdravstveni i odgojni učinci tjelesnog vježbanja (OŠ TZK D; SŠ TZK G D)*

***Sadržaji praćenja i provjeravanja su:***

*a) Motorička znanja*

*b) Motorička postignuća*

*c) Morfološke značajke, motoričke i funkcionalne sposobnosti*

*d) Aktivnost učenika i odgojni učinci.*

*U Tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi elementi ocjenjivanja koji se neposredno kriterijski ocjenjuju su:*

*a) Motorička znanja*

*b) Motorička postignuća*

*c) Aktivnost učenika i odgojni učinci.*

**Tekst u kurzivu je u cijelosti preuzet iz Kurikuluma za Tjelesnu i zdravstvenu kulturu.**

Kako je u nastavnom predmetu Tjelesna i zdravstvena kultura rezultat rada uvelike ovisi o fizičkim karakteristikama učenika, u praksi se pokazalo kako učenici ostvaruju zadane ishode na najmanjoj razini ocjene dobar te da je sve ispod te razine demotivirajuće za učenika.

**Zdravstveni i odgojni učinci tjelesnog vježbanja** u kojemu će se vrednovati učenički odnos prema aktivnosti i njihova uključenost u iste uvelike ovisi o osobnosti učenika te u tom predmetnom području učenik može ostvariti ocjene od odličan do nedovoljan.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Predmetno područje A: Kineziološka teorijska i motorička znanja** | | | | | | | | | |
| **ISHOD: OŠ TZK A.3.1. Usavršava prirodne načine gibanja.** | | | | | | | | | |
| **RAZRADA ISHODA** | **DOBAR** | | | **VRLO DOBAR** | | | | **ODLIČAN** | |
| Izvodi prilagođene prirodne načine gibanja temeljnih struktura. | Djelomično pravilno izvodi raznovrsne načine gibanja tijela u prostoru. | | | Uz povremene korekcije od strane učitelja izvodi raznovrsne načine gibanja tijela u prostoru. | | | | Prepoznaje i pravilno i motorički ispravno izvodi raznovrsne načine gibanja tijela u prostoru. | |
| **ISHOD: OŠ TZK A.3.2. Igra i razlikuje elementarne igre prema složenosti.** | | | | | | | | | |
| **RAZRADA ISHODA** | **DOBAR** | | | **VRLO DOBAR** | | | | **ODLIČAN** | |
| Razlikuje vrste elementarnih igara prema složenosti. | Teško razlikuje vrste elementarnih igara, igre provodi uz dodatne upute. | | | Igru provodi prema uputi razlikujući vrste elementarnih igara. | | | | Shvaća i primjenjuje pravila igre u potpunosti razlikujući vrste elementarnih igara. | |
| **ISHOD: OŠ TZK A.3.3. Izvodi ritmičke i plesne strukture.** | | | | | | | | | |
| **RAZRADA ISHODA** | **DOBAR** | | | **VRLO DOBAR** | | | | **ODLIČAN** | |
| Prepoznaje i izvodi ritmičke i plesne strukture. | Uz česte korekcije i dodatne upute provodi ritmičke i plesne strukture. | | | Prepoznaje i izvodi ritmičke i plesne strukture uz manje korekcije. | | | | Skladno, ritmično i samostalno izvodi ritmičke i plesne strukture. | |
| **Predmetno područje B: Morfološka obilježja, motoričke i funkcionalne sposobnosti** | | | | | | | | | |
| **ISHOD: OŠ TZK B.3.1. Sudjeluje u provjeravanju morfoloških obilježja, motoričkih i funkcionalnih sposobnosti**  **te procjeni pravilnoga tjelesnog držanja** | | | | | | | | | |
| **RAZRADA ISHODA:**  Prepoznaje morfološke značajke, motoričke i funkcionalne sposobnosti te važnost pravilnoga tjelesnog držanja. | | | | | **Ostvarivanje ishoda se prati i ne podliježe vrednovanju.** | | | | |
| **Predmetno područje C: Motorička postignuća** | | | | | | | | | |
| **ISHOD: OŠ TZK C.3.1. Prati osobna motorička postignuća.** | | | | | | | | | |
| **RAZRADA ISHODA:**  Prati i uspoređuje osobna postignuća u svladanim obrazovnim sadržajima. | | | | | **Ostvarivanje ishoda se prati i ne podliježe vrednovanju.** | | | | |
| **Predmetno područje D: Zdravstveni i odgojni učinci tjelesnog vježbanja** | | | | | | | | | |
| **ISHOD: OŠ TZK D.3.1. Koristi osnovne kineziološke aktivnosti na otvorenim vježbalištima.** | | | | | | | | | |
| **RAZRADA ISHODA:**  Sudjeluje u tjelesnim aktivnostima na otvorenom ovisno o posebnostima zavičaja. | | | | | **Ostvarivanje ishoda se prati i ne podliježe vrednovanju.** | | | | |
| **ISHOD: OŠ TZK D.3.2. Izvodi raznovrsne vježbe u svrhu poboljšanja sustava za kretanje.** | | | | | | | | | |
| **RAZRADA ISHODA** | **DOBAR** | | **VRLO DOBAR** | | | | **ODLIČAN** | | |
| Usavršava jednostavne vježbe za poboljšanje sustava za kretanje. | Izvodi jednostavne vježbe za poboljšanje sustava za kretanje. | | Usavršava jednostavne vježbe za poboljšanje sustava za kretanje. | | | | Usavršava vježbe za poboljšanje sustava za kretanje. | | |
| **ISHOD: OŠ TZK D.3.3. Surađuje sa suigračima i poštuje pravila igre.** | | | | | | | | | |
| **RAZRADA ISHODA** | **NEDOVOLJAN** | **DOVOLJAN** | | | **DOBAR** | **VRLO DOBAR** | | | **ODLIČAN** |
| Surađuje tijekom igre i prihvaća pravila igre. | Ne shvaća pravila niti njihovu važnost u igri. | Pravila igre shvaća i prihvaća tek uz stalne intervencije učitelja. | | | Prihvaća samo neka od postavljenih pravila igre. | Prihvaća i slijedi postavljena pravila uz manje opomene i podsjećanja na isto. | | | Prihvaća, slijedi i razumije postavljena pravila igre. |