**NASTAVNI PREDMET: 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.*

**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.2.1. Izvodi prirodne načine gibanja i mijenja položaj tijela u prostoru.** |
| **RAZRADA ISHODA** | **DOBAR** | **VRLO DOBAR** | **ODLIČAN** |
| prepoznaje i izvodi raznovrsne promjene položaja i gibanja tijela u prostoru | Prepoznaje i djelomično pravilno izvodi raznovrsne promjene položaja i gibanja tijela u prostoru. | Prepoznaje i, uz povremene korekcije od strane učitelja, izvodi raznovrsne promjene položaja i gibanja tijela u prostoru.. | Prepoznaje i pravilno i motorički ispravno izvodi raznovrsne promjene položaja i gibanja tijela u prostoru. |
| razlikuje i izvodi jednostavne prirodne načine gibanja | Oponašajući izvodi jednostavne prirodne načine gibanja, pri čemu gibanja izvodi djelomično pravilno. | Oponašajući izvodi jednostavne prirodne načine gibanja, pri čemu gibanja izvodi pravilno uz povremene korekcije od strane učitelja. | Oponašajući izvodi jednostavne prirodne načine gibanja, pri čemu gibanja izvodi pravilno i motorički ispravno. |
| izvodi prilagođene prirodne načine gibanja | Prema primjeru prepoznaje raznovrsne prirodne načine gibanja. | Prepoznaje raznovrsne prirodne načine gibanja koje izvodi uglavnom pravilno. | Prepoznaje i demonstrira raznovrsne prirodne načine gibanja. |
| **ISHOD: OŠ TZK A.2.2. Provodi elementarne igre.** |
| **RAZRADA ISHODA**  | **DOBAR** | **VRLO DOBAR** | **ODLIČAN** |
| sudjeluje u elementarnim igrama | Teško razumije upute igre te istu provodi uz dodatne upute. | Igru provodi prema uputi. | Shvaća i primjenjuje pravila igre u potpunosti. |
| **Predmetno područje B: Morfološka obilježja, motoričke i funkcionalne sposobnosti** |
| **ISHOD: OŠ TZK B.2.1.** **Sudjeluje u provjeravanju antropološkog statusa i pravilnoga tjelesnog držanja.****Razrada ishoda:*** Praćenje morfoloških obilježja, motoričkih i funkcionalnih sposobnosti te statusa tjelesnog držanja.
 | **Ostvarivanje navedenoga ishoda se prati** **i ne podliježe vrednovanju.** |
| **Predmetno područje C: Motorička postignuća** |
| **ISHOD: OŠ TZK C.2.1. Uključen je u praćenje osobnih motoričkih postignuća.** |
| **RAZRADA ISHODA** | **DOBAR** | **VRLO DOBAR** | **ODLIČAN** |
| prati i prepoznaje osobna motorička postignuća u svladanim obrazovnim sadržajima obuhvaćenih kurikulumom | Izvodi osnovne strukture usvojenih obrazovnih sadržaja uz pomoć učitelja i iz više pokušaja. | Izvodi osnovne strukture naučenoga elementarnog znanja na razini početnog usavršavanja. | Samostalno izvodi osnovne strukture usvojenih obrazovnih sadržaja. |
| **Predmetno područje D: Zdravstveni i odgojni učinci tjelesnog vježbanja** |
| **ISHOD: OŠ TZK D.2.1. Prepoznaje i primjenjuje postupke za održavanje higijene pri tjelesnoj aktivnosti** **te se brine o opremi za tjelesno vježbanje.** |
| **RAZRADA ISHODA** | **NEDOVOLJAN** | **DOVOLJAN** | **DOBAR** | **VRLO DOBAR** | **ODLIČAN** |
| preuzima odgovornost i razvija svijest o potrebi provođenja tjelesnog vježbanja u primjerenim zdravstveno-higijenskim uvjetima | Na sat ne nosi odgovarajuću opremu za rad te ne vodi brigu o tjelesnoj higijeni prije ni nakon vježbanja. | Isključivo uz stalno učiteljevo praćenje i podsjećanje donosi odgovarajuću opremu za TZK i brine o tjelesnoj higijeni.  | Uz učiteljevo podsjećanje donosi odgovarajuću opremu za TZK i brine o tjelesnoj higijeni. | Prepoznaje važnost postupaka za održavanje higijene koju primjenjuje nakon tjelesnog vježbanja. Uglavnom redovito donosi odgovarajuću opremu za TZK. | Uviđa važnost održavanja higijene, redovito donosi urednu i čistu odgovarajuću opremu za TZK. |
| **ISHOD: OŠ TZK D.2.2.** **Usvaja mogućnosti tjelesnog vježbanja na otvorenim** **i zatvorenim sportskim vježbalištima.****Razrada ishoda:*** Primjenjuje poznate kineziološke motoričke aktivnosti na otvorenim i zatvorenim sportskim vježbalištima.
 | **Ostvarivanje navedenoga ishoda se prati i** **ne podliježe vrednovanju.** |
| **OŠ TZK D.2.3. Surađuje u elementarnim igrama i prihvaća pravila igara.** |
| **RAZRADA ISHODA** | **NEDOVOLJAN** | **DOVOLJAN** | **DOBAR** | **VRLO DOBAR** | **ODLIČAN** |
| prihvaća pravila igara i surađuje sa suigračima | Ne shvaća pravila niti njihovu važnost u igri. U stalnom je sukobu sa suigračima. | 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. Poštuje i uvažava suigrače. |
| **OŠ TZK D.2.4. Aktivno sudjeluje u elementarnim igrama koje razvijaju** **samopoštovanje, samopouzdanje i ustrajnost.** |
| **RAZRADA ISHODA** | **NEDOVOLJAN** | **DOVOLJAN** | **DOBAR** | **VRLO DOBAR** | **ODLIČAN** |
| izvodi elementarne igre koje razvijaju samopoštovanje i samopouzdanje | 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. |
| * Ustrajnošću postizati ciljeve.
 | **Ostvarivanje razrade navedenoga ishoda se prati** **i ne podliježe vrednovanju.** |