

OPISNE OCJENE ZA 8. RAZRED

BEČKI VALCER

NEDOVOLJAN – Učenik ne izvodi korake u ritmu, loše drži tijelo, te ne može izvesti korake plesa kako je zadano.

DOVOLJAN – Učenik djelomično izvodi korake.

DOBAR – Učenik pravilno izvodi ples, ali griješi u držanju tijela i držanju ruku.

VRLO DOBAR – Učenik napravi malu grešku u koracima.

ODLIČAN – Učenik cijeli zadani ples otpleše točno u ritmu glazbe.

ENGLJSKI VALCER

NEDOVOLJAN- Učenik ples ne izvodi točno.

DOVOLJAN – Učenik ples izvodi uz pomoć

DOBAR – Učenik dosta griješi i ne prati glazbu

VRLO DOBAR – Učenik malo griješi u koracima, ali ima dobar ritam.

ODLIČAN – Učenik ples izvodi pravilno u ritmu glazbe.

SKOK ŠUT (K)

NEDOVOLJAN – Učenik ne uspije povesti loptu niti je uhvatiti.

DOVOLJAN – Učenik uspijeva izvršiti hvatanje dodane lopte ali nesigurno i često griješi u strukturi koraka.

DOBAR – Učenik zna uhvatiti loptu, te izvrši bacanje lopte na koš ali loptu baca objema rukama.

VRLO DOBAR – Učenik nakon hvatanja ima dobru strukturu pokreta, ali nakon šuta po košu tijelo radi zaklon ili otklon.

ODLIČAN – Učenik izvodi šut na pravilan način uz poštivanje pravilne strukture pokreta.

FINTE (R)

NEDOVOLJAN – Učenik ne može povesti i uhvatiti loptu da bi izveo fintu.

DOVOLJAN – Učenik vodi loptu, ali kada treba napraviti fintu lopta mu ispada iz ruku.

DOBAR – Učenik elemenat izvodi korektno uz narušenu koordinaciju pokreta.

VRLO DOBAR – Učenik vodi loptu, hvata ju, ali u trenutku fintiranja struktura pokreta malo je narušena.

ODLIČAN – Učenik izvodi koordinirano pokret u cjelosti.

VJEŽBA NA TLU

NEDOVOLJAN – Učenik ne može izvesti elemente.

DOVOLJAN – Struktura pokreta je gruba, nekoordinirana, ali učenik može napraviti elemente uz asistenciju.

DOBAR – Učenik izvodi elemente u cjelosti, uz otklone i određene nepravilnosti.

VRLO DOBAR – Učenik izvodi elemente u potpunosti uz nekoordinirane pokrete.

ODLIČAN – Učenik izvodi elemente u potpunosti.

SKOK UVIS IZ POLUKRUŽNOG ZALETA

NEDOVOLJAN – Učenik nema dobar zalet, odraz mu je sunožan, kod prelaska preko letvice noge su pogrčene u koljenima.

DOVOLJAN – Učenik ima dobar zalet, ali mu je narušena koordinacija pokreta kako kod odraza tako i kod preskoka.

DOBAR – Učenik ima polukružan zalet, jednonožan odraz, ali su mu pogrčene noge u koljenima i iz toga razloga ruši letvicu.

VRLO DOBAR – Polukružan zalet, jednonožni odraz, noge pružene u koljenima, ali u trenutku doskoka baca se na leđa.

ODLIČAN – Učenik izvodi element pravilno u cjelosti.

MOTORIČKA POSTIGNUĆA

SKOK U VIS IZ POLUKRUŽNOG ZALETA

Norme se formiraju na temelju postignutih rezultata učenika.

OPISNE OCJENE ZA 7. RAZRED

GORNJI SERVIS (O)

NEDOVOLJAN – Zauzima pogrešan stav prije servisa (desna ruka, desna noga),krivo baca loptu, lopta ne pada u suprotno polje.

DOVOLJAN – Prije servisa zauzima pravilan stav, ali loptu baca ispred sebe te je udara daleko ispred sebe. Ruka kojom udara loptu cijelo je vrijeme opružena u laktu pa zamah vrši iz ramena.

DOBAR – Učenik zauzima pravilan stav i vrši pravilno pokrete prije udarca po lopti, ali loptu ne udara na najvišoj točki nego niže, pa ona ima visoku parabolu, a tijelo mu je nagnuto prema nazad.

VRLO DOBAR – Učenik zauzima pravilan stav i pravilno vrši pokrete prije udarca po lopti, ali kako loptu ne baca pravilno lijevom rukom, udara je sa strane te ona ne leti u željenom smjeru.

ODLIČAN – Učenik zauzima dijagonalan stav, loptu baca lijevom rukom gore i malo ispred desnog ramena, desnu ruku podiže gore i savija u laktu, tijelom čini zaklon, zatim ispravlja tijelo,brzo pruža ruku i udara po lopti otvorenim dlanom malo iznad njenog najšireg dijela, loptu udara u najvišem mogućem položaju, a težinu tijela prenosi na lijevu nogu.

DONJI SERVIS (O)

NEDOVOLJAN - Zauzima pogrešan stav prije servisa (desna ruka, desna noga),krivo baca loptu, lopta ne pada u suprotno polje.

DOVOLJAN - Prije servisa zauzima pravilan stav, ali loptu baca dalje ispred sebe te je udara daleko ispred sebe. Ruka kojom udara loptu cijelo je vrijeme pogrčena u laktu pa zamah ne vrši iz ramena nego iz lakta.

DOBAR - Učenik zauzima pravilan stav i vrši pravilno pokrete prije udarca po lopti, ali loptu ne udara na pravilan način, pa ona ima visoku parabolu, a tijelo mu je nagnuto prema nazad.

VRLO DOBAR - Učenik zauzima pravilan stav i pravilno vrši pokrete prije udarca po lopti, ali kako loptu ne baca pravilno lijevom rukom, udara je sa strane te ona ne leti u željenom smjeru.

ODLIČAN - Učenik zauzima dijagonalan stav, loptu baca lijevom rukom ispred sebe, desnom rukom radi pravilan zamah, te udara pravilno po lopti, a lopta leti u željenom smjeru i na željenu daljinu. Nakon udarca po lopti težinu tijela prenosi na desnu nogu, te ulazi u teren za igru.

PODMETNI SASKOK

NEDOVOLJAN – učenik ne može zauzeti poziciju visa

DOVOLJAN – učenik samo može zauzeti poziciju visa stojećeg

DOBAR – učenik radi ljuljanje na preči, bez skoka

VRLO DOBAR – učenik iz ljuljanja radi skok sa greškama u doskoku, ili otklonu tijela

ODLIČAN – učenik izvodi element u cjelini

ENGLJSKI VALCER

NEDOVOLJAN- Učenik ples ne izvodi točno.

DOVOLJAN – Učenik ples izvodi uz pomoć

DOBAR – Učenik dosta griješi i ne prati glazbu

VRLO DOBAR – Učenik malo griješi u koracima, ali ima dobar ritam.

ODLIČAN – Učenik ples izvodi pravilno u ritmu glazbe.

BEČKI VALCER

NEDOVOLJAN – Učenik ne izvodi korake u ritmu, loše drži tijelo, te ne može izvesti korake plesa kako je zadano.

DOVOLJAN – Učenik djelomično izvodi korake.

DOBAR – Učenik pravilno izvodi ples, ali griješi u držanju tijela i držanju ruku.

VRLO DOBAR – Učenik napravi malu grešku u koracima.

ODLIČAN – Učenik cijeli zadani ples otpleše točno u ritmu glazbe.

ŠUT S POZICIJE KRILA (R)

NEDOVOLJAN – Učenik ne uspijeva ništa učiniti.

DOVOLJAN – Učenik izvodi šut, ali bez otklona ne može prebaciti vratara kao ni načiniti zasuk.

DOBAR – Učenik kod šuta s krila radi manji otklon, no kod istrčavanja ne uspijeva uvijek prebaciti golmana, a zasuk na poziciji kružnog napadača ne uspijeva uvijek izvesti.

VRLO DOBAR – Učenik kod šuta s krila radi manji otklon pa češće pogađa vratara.

ODLIČAN – Učenik kod šuta s krila, u fazi leta pravilno se otkloni. U slučaju istrčavanja vratara zna ga prebaciti.

VRŠNO ODBIJANJE (O)

ODLIČAN - pravilno, precizno i čisto odbija loptu u željenom pravcu, dobro se postavlja pod loptu, ima pravilno držanje tijela, rad nogu, ruku i prstiju, odbija loptu u različitim smjerovima i na različite visine. Loptu može odbiti najmanje 15 puta uzastopce

VRLO DOBAR - odbija loptu u željenom smjeru, dobro se postavlja prema njoj, pravilan mu je rad nogu, ruku i tijela, samo su mu prsti ruku malo kruti, pa se prilikom odbijanja čuje nečist udarac po lopti.

DOBAR- odbija loptu u željenom smjeru i dobro se postavlja prema njoj, ali mu je rad nogu i ruku krut i odsječen, a prsti su mu ukočeni, zbog slabe amortizacije lopte čuje se udarac po njoj.

DOVOLJAN - odbija loptu u željenom smjeru, ali se netočno postavlja prema lopti, prsti su mu ukočeni, kao i pokreti cijelog tijela, loptu odbija jako ukočeno ili previše ukočenim prstima.

NEDOVOLJAN - učenik ne želi izvoditi motoričku aktivnost, ili nije pokazao trud da je uvježba.

PODLAKTIČNO ODBIJANJE (O)

ODLIČAN – izvodi strukturu gibanja pravilno u cjelosti. Radi podčučanj u nogama kada treba udariti loptu, postavlja se točno ispod loptu, ruke su opružene u laktu, te udarac izvodi iz nogu.

VRLO DOBAR - izvodi strukturu gibanja pravilno u cjelosti. Radi podčučanj u nogama kada treba udariti loptu, postavlja se točno ispod loptu, ruke su opružene u laktu, te udarac izvodi iz nogu, ali ne može precizno pogoditi svoga suigrača.

DOBAR – ne opruža ruke u cjelosti u laktu, ne postavlja se dobro spram leta lopte

DOVOLJAN – učenik odbija loptu na bilo koji način

NEDOVOLJAN – učenik ne želi izvoditi motoričku aktivnost, ili nije pokazao trud da je uvježba.

MOTORIČKA POSTIGNUĆA

SERVIS

Kriterij je koliko točno servisa ubaci u polje za igru, tu ocjenu dobije.

OPISNE OCJENE ZA 6. RAZRED

SKOK ŠUT (R)

NEDOVOLJAN – Uopće ne uspijeva izvesti skok šut.

DOVOLJAN – Skok-šut ne uspijeva uvijek izvesti ni iz prostora 6m, ni iz prostora 9m, a ni udarac mu nije točan.

DOBAR – Skok-šut uglavnom izvodi točno unutar prostora 6 – 9 metara, ali s nedovoljno naglašenim odrazom u daljinu.

VRLO DOBAR – Skok-šut izvodi pravilno, točno, ali bez odraza ispred linijevratareva prostora, već unutar prostora 6 i 9 metara.

ODLIČAN – Skok-šut izvodi pravilno, odrazom usmjerenim u daljinu i doskokom na odraznu nogu, točno i s pravilnim ritmom kretanja.

ZGRČKA

NEDOVOLJAN – Učenik ne može izvesti preskok ni uz pomoć.

DOVOLJAN – Učenik izvodi preskok uz pomaganje (asistenciju).

DOBAR – Učenik izvodi preskok uz manje pogreške.

VRLO DOBAR – Učenik izvodi element s doskokom na opružene noge.

ODLIČAN – Učenik izvodi preskok s lakoćom i mekanim doskokom u čučanj.

DONJI SERVIS (O)

NEDOVOLJAN - Zauzima pogrešan stav prije servisa (desna ruka, desna noga),krivo baca loptu, lopta ne pada u suprotno polje.

DOVOLJAN - Prije servisa zauzima pravilan stav, ali loptu baca dalje ispred sebe te je udara daleko ispred sebe. Ruka kojom udara loptu cijelo je vrijeme pogrčena u laktu pa zamah ne vrši iz ramena nego iz lakta.

DOBAR - Učenik zauzima pravilan stav i vrši pravilno pokrete prije udarca po lopti, ali loptu ne udara na pravilan način, pa ona ima visoku parabolu, a tijelo mu je nagnuto prema nazad.

VRLO DOBAR - Učenik zauzima pravilan stav i pravilno vrši pokrete prije udarca po lopti, ali kako loptu ne baca pravilno lijevom rukom, udara je sa strane te ona ne leti u željenom smjeru.

ODLIČAN - Učenik zauzima dijagonalan stav, loptu baca lijevom rukom ispred sebe, desnom rukom radi pravilan zamah, te udara pravilno po lopti, a lopta leti u željenom smjeru i na

željenu daljinu. Nakon udarca po lopti težinu tijela prenosi na desnu nogu, te ulazi u teren za igru.

SKOK UVIS IZ POLUKRUŽNOG ZALETA

NEDOVOLJAN – Učenik nema dobar zalet, odraz mu je sunožan, kod prelaska preko letvice noge su pogrčene u koljenima.

DOVOLJAN – Učenik ima dobar zalet, ali mu je narušena koordinacija pokreta kako kod odraza tako i kod preskoka.

DOBAR – Učenik ima polukružan zalet, jednonožan odraz, ali su mu pogrčene noge u koljenima i iz toga razloga ruši letvicu.

VRLO DOBAR – Polukružan zalet, jednonožni odraz, noge pružene u koljenima, ali u trenutku doskoka baca se na leđa.

ODLIČAN – Učenik izvodi element pravilno u cjelosti.

MOTORIČKA POSTIGNUĆA

SKOK U VIS IZ POLUKRUŽNOG ZALETA

Kriterij će se utvrditi kada svi učenici preskoče određenu visinu.

DONJI SERVIS

Učenik ima 5 pokušaja. Koliko puta pravilno ubaci servis u polje za igru, takvu ocjenu dobije.

OPISNE OCJENE ZA 5. RAZRED

ŠUT S TLA (R)

NEDOVOLJAN – učenik ne zna voditi loptu, uhvatiti ju i šutnuti po голу.

DOVOLJAN – vodi loptu, ali ju ne može uhvatiti i šutnuti po голу.

DOBAR – vodi loptu, hvata ju i puca na gol, ali su pokreti nekoordinirani.

VRLO DOBAR – vodi loptu, hvata ju radi šut po голу, ali ne može pogoditi gol.

ODLIČAN – izvođenje elementa koordinirano u cjelosti.

STOJ NA RUKAMA UZ OKOMITU PLOHU

NEDOVOLJAN – Učenik ne može izvesti motoričko gibanje ni uz pomoć.

DOVOLJAN – Učenik radi velike greške (pogrčene ruke u laktu, glava nije u produžetku tijela, pogrčene noge u koljenima).

DOBAR – Učenik radi veće pogreške.

VRLO DOBAR – Učenik dobro izvodi motoričko gibanje, ali su u pitanju male greške.
ODLIČAN – Učenik izvodi motoričko gibanje pravilno.

RAZNOŠKA

NEDOVOLJAN – Učenik ne može izvesti element ni uz pomoć.
DOVOLJAN – Učeniku je pri izvođenju elementa potrebna asistencija.
DOBAR – Učenik izvodi element s pogrčenim koljenima i doskokom na opružene noge.
VRLO DOBAR – Učenik izvodi element s lakoćom i mekanim doskokom u čučnju, ali s nedovoljno opruženim koljenima.
ODLIČAN – Učenik izvodi element s lakoćom, opruženim koljenima i s mekanim doskokom u čučanj.

PODLAKTIČNO ODBIJANJE (O)

ODLIČAN – izvodi strukturu gibanja pravilno u cjelosti. Radi podčučanj u nogama kada treba udariti loptu, postavlja se točno ispod loptu, ruke su opružene u laktu, te udarac izvodi iz nogu.
VRLO DOBAR - izvodi strukturu gibanja pravilno u cjelosti. Radi podčučanj u nogama kada treba udariti loptu, postavlja se točno ispod loptu, ruke su opružene u laktu, te udarac izvodi iz nogu, ali ne može precizno pogoditi svoga suigrača.
DOBAR – ne opruža ruke u cjelosti u laktu, ne postavlja se dobro spram leta lopte
DOVOLJAN – učenik odbija loptu na bilo koji način
NEDOVOLJAN – učenik ne želi izvoditi motoričku aktivnost, ili nije pokazao trud da je uvježba.

VRŠNO ODBIJANJE (O)

ODLIČAN - pravilno, precizno i čisto odbija loptu u željenom pravcu, dobro se postavlja pod loptu, ima pravilno držanje tijela, rad nogu, ruku i prstiju, odbija loptu u različitim smjerovima i na različite visine. Loptu može odbiti najmanje 15 puta uzastopce
VRLO DOBAR - odbija loptu u željenom smjeru, dobro se postavlja prema njoj, pravilan mu je rad nogu, ruku i tijela, samo su mu prsti ruku malo kruti, pa se prilikom odbijanja čuje nečist udarac po lopti.
DOBAR- odbija loptu u željenom smjeru i dobro se postavlja prema njoj, ali mu je rad nogu i ruku krut i odsječen, a prsti su mu ukočeni, zbog slabe amortizacije lopte čuje se udarac po njoj.
DOVOLJAN - odbija loptu u željenom smjeru, ali se netočno postavlja prema lopti, prsti su mu ukočeni, kao i pokreti cijelog tijela, loptu odbija jako ukočeno ili previše ukočenim prstima.
NEDOVOLJAN - učenik ne želi izvoditi motoričku aktivnost, ili nije pokazao trud da je uvježba.

ŠUTIRANJE NA KOŠ S MJESTA (K)

ODLIČAN – izvodi strukturu gibanja pravilno u cjelosti. Šutira jednom rukom, a drugom pridrži loptu. Nakon šuta, šuterska ruka je opružena, završni impuls lopti daju prsti i zglobovi šake.

VRLO DOBAR – izvodi strukturu gibanja pravilno u cjelosti. Šutira jednom rukom, a drugom pridrži loptu. Nakon šuta, šuterska ruka nije opružena do kraja, završni impuls lopti daju prsti i zglobovi šake.

DOBAR – šutira na koš sa obadvije ruke.

DOVOLJAN – šutira na koš tek toliko da baci loptu. Lopta ne pogađa tablu.

NEDOVOLJAN - učenik ne želi izvoditi motoričku aktivnost, ili nije pokazao trud da je uvježba.

MOTORIČKA POSTIGNUĆA

VRŠNO ODBIJANJE

Kriterij će se utvrditi kada svi učenici izvedu zadatak na način da odbijaju loptu koliko god puta mogu u zrak iznad sebe.

SKOKOVI S VIJAČOM

DOVOLJAN - 10 skokova

DOBAR – 15 skokova

VRLO DOBAR – 20 skokova

ODLIČAN – 25 skokova

Pohađanje nastave, odnosno sata tjelesne i zdravstvene kulture

ODLIČAN - Učenik koji redovito pohađa nastavu, aktivno sudjeluje na satu, izvršava sve obveze vezano za sat TZK-a, kulturno se odnosi prema vršnjacima, redovito nosi sportsku opremu, te jednom mjesečno nema sportsku opremu ili iz nekog drugog neopravdanog razloga ne radi.

VRLO DOBAR – Učenik redovito radi, izvršava sve obveze na satu, ali dva puta mjesečno ne ponese opremu na sat ili iz nekakvog drugog neopravdanog razloga ne sudjeluje na satu.

DOBAR – Učenik tri puta nema opremu ili iz nekog drugog neopravdanog razloga ne sudjeluje na satu.

DOVOLJAN – Učenik četiri puta mjesečno nema opremu ili iz nekog drugog neopravdanog razloga ne sudjeluje na satu, ne izvršava svoje obveze na nastavi, neaktivan je.

NEDOVOLJAN – Učenik pet ili više puta mjesečno ne nosi opremu, ne sudjeluje u nastavnom procesu, remeti rad ostalih učenika.

Djevojčice koje imaju menstruaciju, te taj dan zbog bolova nisu u stanju pohađati sat, učitelj dozvoljava da učenica sjedi sa strane i taj nastavni sat ne radi. Mjesečno se pravda samo jedan sat zbog menstruacije.