Osnovna škola Ivane Brlić – Mažuranić, Orahovica

**TJELESNA I ZDRAVSTVENA KULTURA**

**VREDNOVANJE OSTVARENOSTI ODGOJNO – OBRAZOVNIH ISHODA**

Razred: 1.b

Učiteljica: Monika Slivka

Školska godina 2024./2025.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **A: Kineziološka teorijska i motorička znanja** | | | | |
| **ODGOJNO-OBRAZOVNI ISHODI** | **RAZRADA ISHODA** | | | |
| **OŠ TZK A.1.1.**  Izvodi prirodne načine gibanja. | Izvodi raznovrsne prirodne načine gibanja za ovladavanje prostorom, preprekama, otporom i baratanjem predmetima.  Prepoznaje raznovrsne prirodne načine gibanja. | | | |
| **PRIRODNI NAČINI GIBANJA** | * hodanja-trčanja, puzanja, kolutanja, valjanja, premetanja, skakanja, padanja * poskoci, skokovi, preskoci, naskoci, saskoci, penjanja, spuštanja (silaženja), provlačenja * dizanja, nošenja, guranja, vučenja, upiranja, višenja * baratanje predmetima raznovrsnih oblika, dimenzija, težina. | | | |
| **SADRŽAJ** | **RAZINE USVOJENOSTI (OSTVARENOSTI) ODGOJNO-OBRAZOVNIH ISHODA** | | | |
| **ZADOVOLJAVAJUĆA**  **DOVOLJAN (2)** | **DOBRA**  **DOBAR (3)** | **VRLO DOBRA**  **VRLO DOBAR (4)** | **IZNIMNA**  **ODLIČAN (5)** |
| Prirodni načini gibanja.  Motoričke igre s elementima prirodnih načina gibanja. | Uz pomoć izvodi prirodne načine gibanja, pri čemu kretanja izvodi djelomično pravilno. | Oponašajući izvodi prirodne načine gibanja, pri čemu gibanja izvodi djelomično pravilno.  Oponašajući izvodi prirodne načine gibanja, pri čemu gibanja izvodi djelomično pravilno.  Prema primjeru prepoznaje raznovrsne prirodne načine gibanja. | Samostalno izvodi prirodne načine gibanja s manjim odstupanjem od upute.  Oponašajući izvodi prirodne načine gibanja, pri čemu gibanja izvodi pravilno uz povremene korekcije od strane učitelja.  Prepoznaje raznovrsne prirodne načine gibanja koje izvodi uglavnom pravilno. | Samostalno i pravilno izvodi različite prirodne načine gibanja za svladavanje prostora, prepreka i otpora te spretno barata predmetima.  Oponašajući izvodi prirodne načine gibanja, pri čemu gibanja izvodi pravilno i motorički ispravno.  Prepoznaje i demonstrira raznovrsne prirodne načine gibanja. |
| **ODGOJNO-OBRAZOVNI ISHODI** | **RAZRADA ISHODA** | | | |
| **OŠ TZK A.1.2.**  Provodi jednostavne motoričke igre. | Sudjeluje u jednostavnim motoričkim igrama. | | | |
| **SADRŽAJ** | **RAZINE USVOJENOSTI (OSTVARENOSTI) ODGOJNO-OBRAZOVNIH ISHODA** | | | |
| **ZADOVOLJAVAJUĆA**  **DOVOLJAN (2)** | **DOBRA**  **DOBAR (3)** | **VRLO DOBRA**  **VRLO DOBAR (4)** | **IZNIMNA**  **ODLIČAN (5)** |
| Motoričke igre s elementima hodanja, trčanja, poskoka, skokova, bacanja, hvatanja, penjanja i silaženja, puzanja, valjanja, preskakanja, provlačenja, padova… | Igru provodi prema uputi na poticaj. | Igru provodi prema uputi.  Ne razumije upute igre te istu provodi uz dodatne upute. | Igra igre prema uputi, pri čemu motorička kretanja izvodi uglavnom pravilno.  Igru provodi prema uputi. | Predlaže nove igre za igranje te motorička kretanja u njima izvodi pravilno i povezano.  Shvaća i primjenjuje pravila igre u potpunosti. |
| **B: Morfološka obilježja, motoričke i funkcionalne sposobnosti** | | | | |
| **ODGOJNO-OBRAZOVNI ISHODI** | **RAZRADA ISHODA** | | | |
| **OŠ TZK B.1.1.**  Slijedi upute za svrstavanje u prostoru i prema tjelesnoj visini. | Sudjeluje u praćenju svoje visine i tjelesne mase.  Razlikuje tjelesnu visinu od tjelesne mase.  Pronalazi svoje mjesto u svrstavanju prema visini (vrsta...). | | | |
| **SADRŽAJ** | **RAZINE USVOJENOSTI (OSTVARENOSTI) ODGOJNO-OBRAZOVNIH ISHODA** | | | |
| **ZADOVOLJAVAJUĆA**  **DOVOLJAN (2)** | **DOBRA**  **DOBAR (3)** | **VRLO DOBRA**  **VRLO DOBAR (4)** | **IZNIMNA**  **ODLIČAN (5)** |
| Praćenje tjelesne visine i tjelesne mase. | Uz neposrednu pomoć pronalazi svoje mjesto u vrsti. | Uz učiteljevu pomoć pronalazi svoje mjesto u svrstavanju. | Samostalno pronalazi svoje mjesto u svrstavanju prema visini. | Samostalno se svrstava u prostoru prema uputi. |
| **C: Motorička postignuća** | | | | |
| **ODGOJNO-OBRAZOVNI ISHODI** | **RAZRADA ISHODA** | | | |
| **OŠ TZK C.1.1.**  Prati motorička postignuća. | Prati i prepoznaje osobna postignuća u svladanim obrazovnim sadržajima. | | | |
| **SADRŽAJ** | **RAZINE USVOJENOSTI (OSTVARENOSTI) ODGOJNO-OBRAZOVNIH ISHODA** | | | |
| **ZADOVOLJAVAJUĆA**  **DOVOLJAN (2)** | **DOBRA**  **DOBAR (3)** | **VRLO DOBRA**  **VRLO DOBAR (4)** | **IZNIMNA**  **ODLIČAN (5)** |
| Obrazovni sadržaji i motoričke igre u skladu s razvojnim obilježjima učenika. | Uz pomoć učitelja prepoznaje osobna postignuća u svladanim obrazovnim sadržajima. | Izvodi osnovne strukture usvojenih obrazovnih sadržaja.  Izvodi osnovne strukture usvojenih obrazovnih sadržaja uz pomoć učitelja i iz više pokušaja. | Uz pomoć učitelja prepoznaje i prati osobna postignuća u svladanim obrazovnim sadržajima.  Izvodi osnovne strukture usvojenih obrazovnih sadržaja. | Prepoznaje i uz pomoć učitelja prati osobna postignuća u svladanim obrazovnim sadržajima.  Samostalno izvodi osnovne strukture usvojenih obrazovnih sadržaja. |
| **D: Zdravstveni i odgojni učinci tjelesnog vježbanja** | | | | |
| **ODGOJNO-OBRAZOVNI ISHODI**  **RAZRADA ISHODA** | | | | |
| **OŠ TZK D.1.1.**  Primjenjuje postupke za održavanje higijene pri tjelesnim vježbanjem i brine se o opremi za TZK. | Primjenjuje postupke za održavanje higijene pri tjelesnom vježbanju.  Brine se o opremi za TZK. | | | |
| **SADRŽAJ** | **RAZINE USVOJENOSTI (OSTVARENOSTI) ODGOJNO-OBRAZOVNIH ISHODA** | | | |
| **ZADOVOLJAVAJUĆA**  **DOVOLJAN (2)** | **DOBRA**  **DOBAR (3)** | **VRLO DOBRA**  **VRLO DOBAR (4)** | **IZNIMNA**  **ODLIČAN (5)** |
| Ovisni o uvjetima za provedbu nastave TZK (na otvorenim i u zatvorenim sportskim vježbalištima). | Uz učiteljevu uputu i pomoć primjenjuje postupke za održavanje higijene pri tjelesnom vježbanju, a odgovarajuću opremu za Tjelesnu i zdravstvenu kulturu donosi povremeno.  Isključivo uz stalno učiteljevo praćenje i podsjećanje donosi odgovarajuću opremu za TZK. | Uz učiteljevo praćenje primjenjuje postupke za održavanje higijene pri tjelesnom vježbanju te donosi odgovarajuću opremu za TZK.  Uz učiteljevo podsjećanje donosi odgovarajuću opremu za TZK. | Na učiteljev poticaj primjenjuje postupke za održavanje higijene pri tjelesnom vježbanju, donosi odgovarajuću opremu za Tjelesnu i zdravstvenu kulturu te brine o njoj.  Uglavnom redovito donosi odgovarajuću opremu za TZK. | Samostalno primjenjuje postupke za održavanje higijene pri tjelesnom vježbanju, redovito donosi opremu za Tjelesnu i zdravstvenu kulturu i brine o njoj.  Redovito donosi urednu i čistu odgovarajuću opremu za TZK. |
| **ODGOJNO-OBRAZOVNI ISHODI** | **RAZRADA ISHODA** | | | |
| **OŠ TZK D.1.2.**  Slijedi upute za rad i pravila motoričke igre. | Prihvaća pravila igre.  Razmatra prihvatljiva i neprihvatljiva ponašanja u igri. | | | |
| **SADRŽAJ** | **RAZINE USVOJENOSTI (OSTVARENOSTI) ODGOJNO-OBRAZOVNIH ISHODA** | | | |
| **ZADOVOLJAVAJUĆA**  **DOVOLJAN (2)** | **DOBRA**  **DOBAR (3)** | **VRLO DOBRA**  **VRLO DOBAR (4)** | **IZNIMNA**  **ODLIČAN (5)** |
| Pravila motoričkih igara | Sluša upute za rad i slijedi pravila igre u igri uz učiteljev poticaj i praćenje.  Pravila igre shvaća i prihvaća tek uz stalne intervencije učitelja.  Odgovornost za neprihvatljivo ponašanje prihvaća tek nakon intervencije učitelja. | Pokazuje interes za suradnju sa suigračima u igri.  Prihvaća samo neka od postavljenih pravila igre.  U igri ponekada dolazi do nepoželjnih oblika ponašanja. | Spremno sudjeluje u igri  te dosljedno slijedi upute za rad i pravila igre.  Prihvaća i slijedi postavljena pravila uz manje opomene i podsjećanja na isto.  U igri se uglavnom ponaša primjereno. | Aktivno sudjeluje u igri, razlikuje prihvatljiva i neprihvatljiva ponašanja u igri prema pravilima te uz vođenje učitelja iznosi kritički sud o postupcima sudionika igre.  Prihvaća, slijedi i razumije postavljena pravila igre.  U igri se ponaša primjereno, prihvaća odgovornost za svoje ponašanje. |