

HRVATSKI KINEZIOLOŠKI SAVEZ
Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu
za 13. Ljetnu školu

**MODEL SUSTAVA VREDNOVANJA MOTORIČKIH ZNANJA
I MOTORIČKIH POSTIGNUĆA U DRUGOM RAZREDU
SREDNJE ŠKOLE**

Zagreb, 2004.

Autor:
Biserka Telebar
Čarda 10 Koprivnica
tel. 048 647 273

MODEL SUSTAVA VREDNOVANJA MOTORIČKIH ZNANJA I MOTORIČKIH POSTIGNUĆA U DRUGOM RAZREDU SREDNJE ŠKOLE

Biserka Telebar
(postdiplomand Kineziološkog fakulteta)

1. UVOD

Polazeći od kineziološkog ideala čovjeka koji podrazumijeva dobro zdravlje, harmoničan razvoj i održavanje svih čovječjih osobina i sposobnosti, te stvaranje znanja neophodnih za učinkovit život i rad u suvremenom društvu, valjanim sustavom praćenja, provjeravanja i ocjenjivanja može se smatrati samo onaj kojem je cilj unapređivanje zdravlja najmlađih i mladih, optimalan razvoj njihovih osobina i sposobnosti, usvajanje teorijskih i motoričkih znanja važnih u svakodnevnom životu i urgentnim situacijama, poboljšanje njihovih motoričkih dostignuća i osiguravanje primjerenih odgojnih učinaka (V. Findak).

Praćenjem, provjeravanjem i ocjenjivanjem potrebno je dobiti povratne informacije u kojoj mjeri su se učenici približili cilju i zadaćama programa, te kakovi su učinci programa. U tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi ocjenjivanje ima zadatak na objektivnan način vrednovati uspjeh i napredak učenika, a mora biti zasnovano na planskom, sustavnom, svestranom i neprekidnom objektivnom praćenju i provjeravanju, uvažavanju objektivnih mjerila i uvažavanju individualnih osobina svakog učenika.

Da bi se na što objektivniji način procijenio stupanj ostvarenja programskih zadataka i ciljeva kod svakog učenika, bitno je obuhvatiti, prateći slijed ocjenjivanja sve zadaće tjelesne i zdravstvene kulture kao predmet ocjenjivanja:

- zdravstveno stanje
- antropološka obilježja: antropometrijske karakteristike, motoričke sposobnosti i funkcionalne sposobnosti
- motorička znanja
- motorička postignuća
- odgojne učinke

U ovom radu predložen je primjer načina provjeravanja i vrednovanja motoričkih znanja i motoričkih postignuća kao bitnih čimbenika na putu do ostvarivanja eksplicitno definiranog cilja programa.

2. IZRADA TESTOVA MOTORIČKIH ZNANJA I MOTORIČKIH POSTIGNUĆA

Osnovni uvjet za izradu testova motoričkih znanja jest dobro poznavanje strukture motoričkih gibanja za koje se test želi izraditi, odnosno tehnika pravilnog izvođenja gibanja. Ako je taj uvjet zadovoljen, potrebno je utvrditi «težinu» pogreške. Pogreške se mogu podijeliti na:

- **male:** one koje ne utječu na narušavanje osnovne strukture gibanja
- **veće:** one zbog kojih je odstupanje od pravilnog izvođenja motoričkog gibanja uočljivo, ali još uvijek bitno ne utječu na promjenu osnovne strukture gibanja
- **velike:** one koje dovode do odstupanja od pravilnog izvođenja motoričkog gibanja i do promjene u osnovnoj strukturi kretanja

Na temelju opisanog načina i ocjena motoričkog gibanja mogu se izraditi testovi motoričkih znanja, to jest prema standardnom sustavu ocjenjivanja ocijeniti motorička znanja u tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi na slijedeći način:

- **odličan:** učenik izvodi motoričko gibanje pravilno
- **vrlo dobar:** u pitanju su male pogreške
- **dobar:** riječ je o većim pogreškama
- **dovoljan:** radi se o velikim pogreškama
- **nedovoljan:** učenik ne može izvesti motoričko gibanje ni u jednom obliku, ni uz pomoć

Za izradu testova motoričkih postignuća potrebno je utvrditi **normative** za sve motoričke aktivnosti kod kojih je rezultat objektivno mjerljiv. Utvrđeni normativi ne vrijede zauvijek, već predstavljaju kriterijske vrijednosti za procjenu postignutih rezultata za iste učenike samo u jednoj školskoj godini, dok su za druge učenike ti normativi samo orijentacijske vrijednosti.

Primjer testa za procjenu motoričkih znanja izrađen je iz nastavne cjeline **igre – vođenje lopte uz promjenu smjera i brzine kretanja (K)**.

Primjer testa za procjenu motoričkih postignuća izrađen je iz nastavne cjeline **trčanje – trčanje na 100 m iz niskog starta**.

3. TEST MOTORIČKIH ZNANJA

3.1. NASTAVNA CJELINA: IGRE (UČENICE)

Naziv testa: Vođenje lopte uz promjenu smjera i brzine kretanja (K)

Pomagala: Košarkaška lopta, 8 stalaka

Mjesto izvođenja: Školska dvorana za tjelesnu i zdravstvenu kulturu ili školsko igralište

Opis testa: Učenica s loptom nalazi se iza postavljenih stalaka međusobno udaljenih 1,5 metar. Zadatak je voditi loptu između stalaka (slalom vođenje) naizmjenično lijevom i desnom rukom.

Pravilna izvedba testa: Loptu treba voditi pored i malo ispred tijela rukom daljom od stalka. Pri potiskivanju lopte o tlo valja paziti da se lopta najkasnije odvaja od vrhova prstiju, a da pri prihvaćanju lopta najprije naliže na vrhove prstiju uz istodobno povlačenje cijele ruke (amortizacija lopte). Učestalost poigravanja i visine vođenja ovisi o brzini kretanja. Kod promjene smjera kretanja lopta se usmjerava dijagonalno u suprotnu stranu, preuzima je suprotna ruka, te se nastavlja vođenje lopte pored stalka. Izmjena ruku i promjena smjera kretanja ponavlja se dok se ne prijeđu svi stalci. Ruka koja je bliža stalku postavljena je poluopruženo prema naprijed i u stranu kao imitacija obrane od protivnika (stalka).

Ocjenjivanje: Svaka učenica izvodi zadatak 1 put i dobiva ocjenu za izvedbu.

Kriterij za ocjenjivanje:

VOĐENJE LOPTE PORED I MALO ISPRED TIJELA	AMORTIZA- CIJA LOPTE	PRAVO- DOBNO MIJENJANJE RUKE VOĐENJA LOPTE	VISINA VOĐENJA LOPTE	KOORDINI RANOST VOĐENJA KOD PROMJENE PRAVCA I BRZINE KRETANJA	POLOŽAJ RUKE BLIŽE STALKU	BROJ BOD.
XX	XX	XXX	X	X	X	10

Ocjene:

- **Odličan:** učenica koordinirano i pravilno vodi loptu pored i malo ispred tijela, pravilno amortizira loptu, pravodobno mijenja ruku vođenja lopte, visina lopte je kontrolirana i u razini struka, ruka bliža stalku pravilno je postavljena
- **Vrlo dobar:** učenica koordinirano i pravilno vodi loptu pored i malo ispred tijela, pravilno amortizira loptu, preuranjeno ili zakašnjelo mijenja ruku vođenja lopte, visina lopte je kontrolirana i u razini struka, ruka bliža stalku pravilno je postavljena

- **Dobar:** učenica nekoordinirano, ali pravilno vodi loptu pored i malo ispred tijela, pravilno amortizira loptu, preuranjeno ili zakašnjelo mijenja ruku vođenja lopte, visina lopte je nekontrolirana i kreće se od razine kukova do razine prsnog koša, ruka bliža stalku postavljena je opruženo u predručenju
- **Dovoljan:** učenica nekoordinirano vodi loptu pored i malo ispred tijela, bez amortizacije lopte vrhovima prstiju, preuranjeno ili zakašnjelo mijenja ruku vođenja lopte, visina lopte je nekontrolirana i kreće se od razine kukova do iznad razine prsnog koša, ruka bliža stalku je priručena uz tijelo
- **Nedovoljan:** učenica nekoordinirano vodi loptu pored i malo ispred tijela, bez amortizacije lopte vrhovima prstiju, ne mijenja ruku vođenja lopte, visina lopte je nekontrolirana i kreće se od razine kukova do iznad razine prsnog koša, ruka bliža stalku je priručena uz tijelo

4. TEST MOTORIČKIH POSTIGNUĆA

4.1. NASTAVNA CJELINA: TRČANJE (UČENICI-UČENICE)

Naziv testa: Trčanje na 100 metara iz niskog starta

Pomagala: Štoperica točnosti 1/10 sekundi, startna linija

Mjesto izvođenja: Školsko igralište s terenom za trčanje u dužini 100 metara ili atletska staza

Opis testa: Na zapovijed «na mjesta», učenik/učenica dolazi do startne linije i spušta se u položaj niskog starta. Na zapovijed «pozor», podigne kukove, a rukama i nogama je oslonjen o tlo. Kada je učenik/učenica spreman za trčanje (nepomičan), nastavnik daje znak «hop» za start, nakon čega učenik/učenica pretrčava označenu stazu maksimalnom brzinom (a da se ne zaustavi ispred cilja). Mjerilac vremena uključuje štopericu na znak startera, a isključuje kada učenik/učenica prijeđe preko crte cilja prsima.

Ocjenjivanje: Svaki učenik/učenica izvodi test 2 puta, a kao konačni rezultat uzima se bolji s točnošću 1/10 sekunde

Kriterij za ocjenjivanje:

UČENICI

NEDOVOLJAN	DOVOLJAN	DOBAR	VRLO DOBAR	ODLIČAN
više od 16,70 s	16,60-16,10 sek	16,00-15,60 sek	15,50-15,00 sek	manje od 15,00s

UČENICE

NEDOVOLJAN	DOVOLJAN	DOBAR	VRLO DOBAR	ODLIČAN
više od 17,70 s	17,60-17,10 sek	17,00-16,60 sek	16,50-16,00 sek	manje od 16,00s

5. ZAKLJUČAK

U izboru elemenata, nastavnih tema ili kinezioloških operatora važno je odlučiti se za one koji najbolje reprezentiraju određenu nastavnu cjelinu, odnosno motoričku strukturu. Dobiveni normativi za motorička postignuća u testu **trčanje na 100 metara iz niskog starta** izmjereni su na uzorku učenika drugog razreda Srednje škole smjera ekonomist u Koprivnici. Oni predstavljaju kriterijsku vrijednost samo za te učenike za tekuću školsku godinu, a za sve ostale učenike drugih razreda srednjih škola oni mogu poslužiti samo kao orijentacijske vrijednosti.

6. LITERATURA

1. **Findak, V. (1999);** Metodika tjelesne i zdravstvene kulture. Školska knjiga, Zagreb
2. **Findak, V., Mironović, R., Schmidt, I., Šnajder, V. (1987);** Tjelesna i zdravstvena kultura u osnovnoj školi. Školska knjiga, Zagreb
3. **Službeni plan i program za 2. razred srednje škole**