

*Biserka Telebar*

## **PRIMJER MODELA VREDNOVANJA MOTORIČKIH ZNANJA U DRUGOM RAZREDU SREDNJE ŠKOLE**

### **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 postignuća i osiguravanje primjerenih odgojnih učinaka (V. Findak).<sup>1</sup>

Ocjenjivanje je postupak kojim se na način utvrđen propisima prati i utvrđuje stupanj realizacije cilja programskih zadaća, učinci programa te određuje razina koja je u tome postignuta. U tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi ocjenjivanje je postupak kojim se na prethodno ugovoren način prati i utvrđuje stupanj realizacije ciljeva programskih zadaća i postignuti učinci programa. Zadatak je ocjenjivanja da se na objektivan način vrednuje napredak učenika. Ono je zasnovano na sustavnom, svestranom, planskom i neprekidnom objektivnom praćenju i provjeravanju uvažavajući objektivna mjerila i individualne značajke svakog učenika.

### **2. IZRADA TESTOVA MOTORIČKIH ZNANJA**

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

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

---

<sup>1</sup> Findak, V. (1999). Metodika tjelesne i zdravstvene kulture. Školska knjiga, Zagreb

Na temelju navedenog 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 sljedeći način:

- *Odličan* – učenik izvodi motoričko gibanje pravilno
- *Vrlo dobar* – u pitanju su male pogreške
- *Dobar* – radi se o većim pogreškama
- *Dovoljan* – radi se o velikim pogreškama
- *Nedovoljan* – učenik ne može izvesti motoričko gibanje ni u jednom obliku, dakle ni uz pomoć.

U ovom radu bit će prezentiran primjer modela sustava vrednovanja motoričkih znanja u drugom razredu srednje škole za učenike i učenice (Službeni plan i program)<sup>2</sup>.

### 3. PRIMJER TESTOVA MOTORIČKIH ZNANJA

#### 3.1. Nastavna cjelina: trčanje

**Naziv testa:** Štafetno trčanje na 4x80 metara (učenici – učenice)

**Pomagala:** Štafetne palice

**Mjesto izvođenja:** Školsko igralište, atletska staza

**Opis testa:** Zadatak izvode četiri učenika/učenice koji stoje na udaljenosti od 80 metara jedan od drugog na atleskoj stazi školskog igrališta. Zadatak je svakog učenika/učenice da se približi drugom učeniku/učenici trčećim korakom u brzom trčanju i da na pravilan način preda palicu u zoni primopredaje štafetne palice.

**Pravilna izvedba testa:** Na znak nastavnika prvi učenik/učenica kreće iz položaja visokog starta sa štafetnom palicom u ruci i tehnikom brzog trčanja trči dionicu od 80 metara gdje ga čeka drugi učenik/učenica koji počinje trčati u zoni zaleta tako da u zoni primopredaje postigne punu brzinu trčanja. Učenik/učenica sa štafetnom palicom (predavatelj palice) u brzom trčanju stigne do učenika/učenice (primatelj palice). U drugoj polovici zone za primopredaju štafetne palice predavatelj palice daje dogovoreni signal (najčešće „hop“). Kao odgovor na signal, primatelj palice, ne okrećući glavu i tijelo pruža desnu ruku palcem odvojenim od ostalih prstiju i prima palicu koju mu predaje predavatelj kretnjom odozdo prema gore. Primatelj štafetne palice trči drugu dionicu od 80 metara do sljedećeg učenika/učenice koji čeka u zoni zaleta. Na taj način primopredaju štafetne palice izvedu svi učenici na atleskoj stazi. Učenik/učenica u zadnjoj dionici trči do ciljne linije.

---

<sup>2</sup> Službeni plan i program za drugi razred srednje škole

**Ocjenjivanje:** Nakon što svi učenici/učenice izvedu primopredaju štafetne palice donosi se konačna ocjena o primopredaji štafetne palice.

**Kriterij za ocjenjivanje:**

PRAVILAN VISOKI START I TEHNIKA BRZOG TRČANJA	TRČANJE U ZONI ZALETA	DAVANJE PRIMOPREDAJNOG ZNAKA	TEHNIČKI PRAVILNO PREDAVANJE/PRIMANJE PALICE	RITAM TRČANJA NAKON PRIMANJA/PREDAJE PALICE	UKUPAN BROJ BODOVA
XX	XX	X	XXX	XX	10

**Ocjene:**

- **Odličan** - učenik/učenica (predavatelj palice) pravilno izvede visoki start i trči dionicu, na vrijeme reagira na znak za predaju/primanje palice, pravodobno kreće s trčanjem u zoni zaleta, precizno i točno predaje/prima palicu, pravilno trči nakon primanja palice
- **Vrlo dobar** - učenik/učenica pravilno izvede visoki start i trči dionicu, pravodobno kreće s trčanjem u zoni zaleta, s malim zakašnjenjem reagira na znak za predaju/primanje palice, precizno, malo nesigurno predaje/prima palicu, pravilno trči nakon primanja palice
- **Dobar** - učenik/učenica pravilno izvede visoki start i trči dionicu, kasni s kretanjem u zoni zaleta, kasno reagira na znak za predaju/primanje palice, nesiguran je pa okreće glavu kod predaje/primanja palice, nepravilno trči nakon primanja palice
- **Dovoljan** - učenik/učenica nepravilno izvodi visoki start i trčanje dionice, s velikim zakašnjenjem kreće sa zaletom u zoni zaleta, kasno reagira na znak za predaju/primanje palice, palicu predaje/prima nesigurno, pritom okreće trup i glavu, nepravilno trči nakon primanja palice
- **Nedovoljan** - učenik/učenica nepravilno izvodi visoki start i trčanje dionice, kasni sa zaletom u zoni zaleta, ne reagira na znak za predaju/primanje palice, ne uspijeva predati/primiti palicu, pri tom okreće trup i glavu.

### 3.2. Nastavna cjelina: preskoci

**Naziv testa:** Prednoška iz kosog zaleta (učenici - učenice)

**Pomagala:** Švedski sanduk, odskočna daska, 3 strunjače

**Mjesto izvođenja:** Školska dvorana za tjelesnu i zdravstvenu kulturu

**Opis testa:** Učenik/učenica se nalazi na određenoj udaljenosti od švedskog sanduka. Zadatak je da iz trčeceg zaleta izvede preskok prednošku iz kosog zaleta preko švedskog sanduka

**Pravilna izvedba testa:** Za prednošku lijevim kosim zaletom daska se zadnjim dijelom zakrene ulijevo u odnosu na položaj švedskog sanduka.

Nakon zaleta učenik/učenica se odrazi na dasci vanjskom nogom, dok je unutrašnja noga zamašna. U momentu odraza učenik/učenica podiže opruženu zamašnu nogu visoko gore u prednoženje. U tom trenutku u fazi naskoka na spravu učenik/učenica se podiže, unutarnja noga je u visokom prednoženju, rukom koja se nalazi na strani zamašne noge oslanja se na gornju površinu sprave, dok vanjska odrazna noga dostiže unutarnju zamašnu. Ruka iznad zamašne noge ustupa mjesto drugoj ruci pa učenik/učenica rukama izvede preхват. Desna ruka preuzima odraz i usmjerava kretanje u završnoj fazi prednoške iz kosog zaleta. Iz sklonjenog položaja, u uznosu s visoko podignutim i opruženim nogama, učenik/učenica trzajem uvijek tijelo i u luku doskoči na strunjaču bočno, s druge strane sanduka.

**Ocjenjivanje:** Svaki učenik/učenica zadatak izvodi 2 puta, a kao konačna ocjena uzima se ocjena bolje izvedenog preskoka.

#### Kriterij za ocjenjivanje:

PRAVILAN ZALET	SNAŽAN ODRAZ ODRAZKOM I ZAMAH ZAMAŠNOM NOGOM	PRAVILAN PREHVAT RUKAMA	PRAVOVREMENO SPAJANJE ODRAZNE I ZAMAŠNE NOGE	PRAVILAN BOČNI DOSKOK NA STRUNJAČU	UKUPAN BROJ BODOVA
X	XXX	XX	XX	XX	10

#### Ocjene:

- **Odličan** – učenica/učenik izvede pravilan zalet, snažan odraz odraznom nogom, snažno zamahne zamašnom nogom, pravilno postavi ruku te napravi brzi preхват rukama, zauzme sklonjeni položaj i pravovremeno spoji odraznu i zamašnu nogu i izvede bočni doskok na strunjaču

- **Vrlo dobar** – učenica/učenik izvede pravilan zalet, snažan odraz odraznom nogom, snažno zamahne zamašnom nogom, pravilno postavi ruku te napravi brzi preхват rukama, zauzme sklonjeni položaj i pravovremeno spoji odraznu i zamašnu nogu, ali doskok na strunjaču nije bočni
- **Dobar** – učenica/učenik izvede pravilan zalet, ne baš snažan odraz odraznom i zamah zamašnom nogom, pravilno postavi ruku, ali preхват rukama je nesiguran, zauzme sklonjeni položaj. Kasni sa spajanjem i pružanjem odrazne noge, a doskok na strunjaču nije bočni
- **Dovoljan** – učenica/učenik izvede pravilan zalet, odraz odraznom i zamah zamašnom nogom nije dovoljno snažan, nepravilno postavi ruku i izvede spori preхват rukama. Položaj tijela nije do kraja sklonjeni, ne pruža i ne spaja noge, a doskok nije bočni
- **Nedovoljan** – učenica/učenik izvede nepravilan zalet, odrazi se pogrešnom nogom, pa i zamah nije dobar, stoga ne može izvesti prednošku

#### 4. ZAKLJUČAK

Iz predloženog primjera modela sustava vrednovanja motoričkih znanja vidi se da postoji potreba za njihovom izradom za svaku nastavnu temu unutar postojećih nastavnih cjelina iz službenog plana i programa ministarstva prosvjete i sporta. Reprezentativne teme na temelju kojih su izrađeni i valorizirani testovi, odabrane su po znanju autora, uz poštivanje načela izrade testova motoričkih znanja i postignuća pa treba naglasiti da su one samo prijedlog. Za učenike/učenicice drugih razreda ovi rezultati mogu poslužiti kao orijentacijske vrijednosti i kao temelj za usporedbu postignutih rezultata s učenicima istog godišta.

#### 5. LITERATURA

1. Findak, Mironović, Schmidt, Šnajder. (1987). *Tjelesna i zdravstvena kultura u osnovnoj školi*. Školska knjiga, Zagreb.
2. Findak, V. (1999). *Metodika tjelesne i zdravstvene kulture*. Školska knjiga, Zagreb.
3. Findak, V., I. Gagro, V. Juras, M. Mraković i J. Reljić (1986). *Metodologija praćenja i vrednovanja u tjelesno-zdravstvenom odgojno obrazovnom području*. Delegatski bilten br. 82, Zagreb.
4. Findak, V., D. Metikoš i M. Mraković (1992). *Kineziološki priručnik za učitelje*. Hrvatski pedagoško-književni zbor, Zagreb.
5. *Službeni plan i program za 2. razred srednje škole*.