

# Tjelesna i zdravstvena kultura, 3. razred

Predmetno područje A: Kineziološka teorijska i motorička znanja						
odgojno-obrazovni ishodi	razrada ishoda	odgojno-obrazovni ishodi na razini 5	odgojno-obrazovni ishodi na razini 4	odgojno-obrazovni ishodi na razini 3	odgojno-obrazovni ishodi na razini 2	odgojno-obrazovni ishodi na razini 1
OŠ TZK A.3.1. Usavršava prirodne načine gibanja.	Izvodi prilagođene prirodne načine gibanja temeljnih struktura.	Pravilno izvodi i primjenjuje prilagođene prirodne načine gibanja temeljnih struktura. Iskazuje veliku zainteresiranost i učinkovitost.	Izvodi prirodne načine kretanja, pravilno ih oblikujući, prateći zadana uputstva.	Izvodi prirodne načine gibanja uz mala odstupanja od standardne izvedbe motoričkog zadatka.	Izvodi prirodne načine gibanja uz odstupanja od standardne izvedbe motoričkog zadatka.	
OŠ TZK A.3.2. Igra i razlikuje elementarne igre prema složenosti.	Razlikuje vrste elementarnih igara prema složenosti.	Razlikuje i igra elementarne igre, pažljivo koristeći usvojenost pravila, osnove fer playa i vodeći brigu o ostalim suigračima	Razlikuje i igra elementarne igre koristeći sva usvojena pravila i načine igara.	Sudjeluje u elementarnim igrama.	Ponekad sudjeluje u elementarnim igrama, odbija držati se zajednički dogovorenih pravila.	
OŠ TZK A.3.3. Izvodi ritmičke i plesne strukture.	Prepoznaje i izvodi ritmičke i plesne strukture.	Iskazuje interes i usvaja i prepoznaje, u plesu i primjenjuje ritmičke i plesne strukture. Aktivno pristupa složenosti izvođenja više puta vježbajući i potičući ostale učenike.	Izvodi ritmičke i plesne strukture povezujući naučene elemente u cjelinu i prikazujući ih unutar razredne zajednice.	Izvodi jednostavne ritmičke i plesne strukture povezujući naučene elemente u cjelinu.	Ponekad izvodi jednostavne ritmičke i plesne strukture koje je zapamtio bez uvježbavanja.	
Predmetno područje B: Morfološka obilježja, motoričke i funkcionalne sposobnosti						
OŠ TZK B.3.1. Sudjeluje u provjeravanju morfoloških obilježja, motoričkih i funkcionalnih sposobnosti te procjeni pravilnoga tjelesnog držanja	Prepoznaje morfološke značajke, motoričke i funkcionalne sposobnosti te važnost pravilnoga tjelesnog držanja	Imenuje i prepoznaje morfološke značajke te ih zna i prikazati. Funkcionalne i motoričke sposobnosti smatra izuzetno važnima za razvoj te uočava i primjerom iskazuje važnost pravilnog tjelesnog držanja.	Prepoznaje značajke motoričke i funkcionalne sposobnosti i usvaja osnovno znanje o pravilnom držanju tijela.	Usvaja osnovno znanje o provedbi provjeravanja.	Sudjeluje u provjeravanju, ali ne zna objasniti značenje morfološkog, motoričkog i funkcionalnog provjeravanja na satu TZKa.	
Predmetno područje C: Motorička postignuća						

OŠ TZK C.3.1. Prati osobna motorička postignuća.	Prati i uspoređuje osobna postignuća u svladanim obrazovnim sadržajima.	Aktivno sudjeluje i ostvaruje zavidna motorička dostignuća. Svoj rezultat uspoređuje, analizira i nastavlja aktivno utjecati na ostvarivanje izvrsnih postignuća.	Izvodi raznovrsne strukture usvojenih obrazovnih sadržaja i ponekad prati svoj uspjeh, ali ne utječe na daljnje poboljšanje.	Izvodi raznovrsne strukture usvojenih obrazovnih sadržaja i djelomično prati postignuća u njima.	Djelomično izvodi raznovrsne strukture usvojenosti obrazovnih sadržaja, ne prati ostvarena postignuća.	
---	---	---	--	--	--	--

**Predmetno područje D: Zdravstveni i odgojni učinci tjelesnog vježbanja**

OŠ TZK D.3.1. Koristi osnovne kineziološke aktivnosti na otvorenim vježbalištima.	Sudjeluje u tjelesnim aktivnostima na otvorenom ovisno o posebnostima zavičaja.	Izvodi osnovne kineziološke aktivnosti na izvrsnoj razini. Razmišlja o načinima postignuća što boljeg rezultata.	Aktivno izvodi kineziološke aktivnosti na različitim otvorenim vježbalištima. Ponekad je potrebno više ga poticati.	Izvodi osnovne kineziološke aktivnosti na početnoj razini.	Izvodi osnovne kineziološke aktivnosti kada i ako je spreman za sudjelovanje.	
OŠ TZK D.3.2. Izvodi raznovrsne vježbe u svrhu poboljšanja sustava za kretanje.	Usavršava jednostavne vježbe za poboljšanje sustava za kretanje.	Jednostavne vježbe izvodi pravilno, pokušavajući usavršiti vježbanjem sustav za kretanjem, te pronalazeći i nove vježbe koje potiču kvalitetnije kretanje.	Izvodi jednostavne vježbe koje pomažu bolje kretanje. Uz poticaj ostvaruje i nove oblike vježbanja potaknute kretanjem.	Izvodi vježbe za poboljšanje sustava za kretanje.	Djelomično izvodi vježbe koje su mu pokazane.	
OŠ TZK D.3.3. Surađuje sa suigračima i poštuje pravila igre.	Surađuje tijekom igre i prihvaća pravila igre.	Sudjeluje sa suigračima tijekom igre, prihvaća pravila igre i poštuje svoje suigrače. Promišlja o igri i načinima kako ostvariti što bolji rezultat.	Surađuje u igri i slijedi pravila igre. Iskazuje interes za pobjedom unutar igre.	Surađuje u igri i slijedi ih uz manja odstupanja.	Rijetko sudjeluje u igri i ne slijedi zadana pravila igre.	