

Branimir Štimec
Ružica Štimec
Nedeljko Pavlec
Radovan Cesarec

PROVJERAVANJE MOTORIČKOG ZNANJA KOD UČENIKA PRVIH RAZREDA

1. UVOD

Za učenike prvog razreda sve je novo: od dolaska u školu, aktivnosti koje imaju u školi, učenici s kojima idu u razred pa sve do povratka iz škole. Pogotovo na nastavi tjelesne i zdravstvene kulture gdje je učionica zamijenjena dvoranom, u kojoj je potrebno imati propisanu sportsku odjeću i obuću, a za nastavu tjelesne i zdravstvene kulture treba se preodjenuti i preobući u svlačionici prije početka sata.

Učenici prvih razreda osnovnih škola u Republici Hrvatskoj prema nastavnom planu i programu imaju 35 radnih tjedana, nastavnu tjelesne i zdravstvene kulture izvode 3 puta tjedno u trajanju od 45 minuta (jedan školski sat). Ukupan broj sati tjelesne i zdravstvene kulture u prvom razredu iznosi 105 sati. Za uvođenje učenika u nastavu tjelesne i zdravstvene kulture kao i testiranje antropometrijskih značajki, motoričkih i funkcionalnih sposobnosti u inicijalnom, tranzitivnom i finalnom stanju tijekom školske godine potrebno je 10 nastavnih sati, pa iz toga proizlazi da je nastavnicima u prvom razredu za učenje i usvajanje novih motoričkih znanja (nastavnih tema) na raspolaganju 95 nastavnih sati. U prvom razredu prema nastavnom planu i programu ima 25 nastavnih tema koje su podijeljene u 8 nastavnih cjelina. Od ukupno 25 nastavnih tema, njih 7 bi učenici morali obavezno usvojiti. (Preskakivanje kratke vijače sunožno u mjestu, kolut naprijed niz kosinu, različiti položaji visova i hvatova, stoj na lopaticama, hodanja i trčanja uz glazbenu pratnju, elementarna igra bez pomagala, štafetna igra bez pomagala (nastavni plan i program za 1. razred)). Struktura sata tjelesne i zdravstvene kulture u trajanju od 45 minuta prema (Findak 1996) podijeljena je na uvodni dio sata 3-5 minuta, pripremni dio sata 7-10 minuta, glavni dio sata 25-30 minuta (glavni A 2/3 i glavni B 1/3) te završni dio sata 3-5 minuta. Učenici uče i usvajaju motorička znanja, koja predstavljaju stupanj usvojenosti pojedinih motoričkih struktura (nastavnih tema) koje mogu biti na različitim razinama (Findak 1996), u glavnom A dijelu glavnog-dijela sata koji traje 15 - 20 minuta. To konkretno znači da učenici u prvom razredu osnovne škole za učenje i usvajanje 25 propisanih nastavnih tema imaju na raspolaganju ukupno 1425 minuta (95 sati x 15 minuta) odnosno po jednoj nastavnoj temi 57 minuta. S obzirom

da se na jednom satu tjelesne i zdravstvene kulture u prvom razredu mogu obrađivati dvije nastavne teme iz navedenog proizlazi da se jedna nastavna tema može ponoviti u prosjeku tijekom cijele školske godine 7,6 puta (95 sati / 25 nastavnih tema = 3,8 x 2 teme na jednom satu ukupno 7,6 puta). Da bi efekti učenja odnosno usvajanja novih odnosno svih nastavnih tema bili što efikasniji nastavne teme podijeljene su tijekom cijele školske godine na način da se uče od jednostavnijih po strukturi prema složenijim nastavnim temama. Od ukupno 7 ponavljanja prvo ponavljanje je upoznavanje s novom nastavnom temom zatim slijedi 3 sata učenja nastavne teme, 5. sat je provjera naučenog te 6. i 7. sat pojavljuju se tijekom cjelogodišnjeg plana i programa u kasnijim satima kako bi učenici obnovili znanje nastavne teme.

2. CILJ

Cilj je rada prikaz načina dijagnosticiranja motoričkog znanja kod učenika prvih razreda osnovne škole, odnosno provjera naučenih nastavnih tema tijekom cijele školske godine, koji mogu biti učenikove kompetencije prilikom ocjenjivanja motoričkog znanja. Sekundarni je cilj rada izbor nastavnih tema koje najbolje reprezentiraju sve nastavne teme u prvom razredu osnovne škole.

3. METODA RADA

Provjera motoričkog učenja odnosno motoričkog znanja radi se pomoću testova motoričkih znanja koji su kreirani na sljedeći način (Findak 1996):

Odličan – učenik izvede motoričko gibanje pravilno, Vrlo dobar – u pitanju su male pogreške, Dobar – riječ je o većim pogreškama, Dovoljan – riječ je o velikim pogreškama, Nedovoljan – učenik ne može izvesti motoričko gibanje ni u jednom obliku, dakle ni uz pomoć.

Izbor nastavnih tema

1. Brzo trčanje do 20 m iz visokog starta
 2. Preskakivanje kratke viječe sunožno u mjestu
 3. Kolut naprijed niz kosinu
 4. Stoj na lopaticama
 5. Penjanje i silaženje po švedskim ljestvama
1. Brzo trčanje do 20 m iz visokog starta
- Odličan (5)** – učenik iz visokog startnog položaja (lijeva noga i desna ruka naprijed ili desna noga i lijeva ruka naprijed), kreće na znak trčeći pravocrtno zadanu dionicu. Na znak startera stavlja stražnju nogu naprijed te dionicu trči po prstima, ruke su lagano savijene u zglobu lakta, a šake blago stisnute.

Vrlo dobar (4) – male pogreške - učenik ne trči pravocrtno.

Dobar (3) – veće pogreške – učenik prilikom starta krene s prednjom nogom, trčanje po petama.

Dovoljan (2) – velike pogreške – učenik trči s ravno ispruženim rukama.

Nedovoljan (1) – učenik ne može pretrčati zadanu dionicu.

2. Preskakivanje kratke vijače sunožno u mjestu

Odličan (5) – učenik iz visokog spetnog stava u potpuno pruženoj poziciji s lagano savijenim laktovima, izvodi besprekidno 10 sunožnih preskoka preko vijače.

Vrlo dobar (4) – male pogreške – učenikove ruke nisu simetrične, tijelo je malo savijeno, izvodi besprekidno 10 sunožnih preskoka preko vijače.

Dobar (3) – veće pogreške – učenik radi međuposkok, tijelo je pogrčeno, izvodi besprekidno 10 sunožnih preskoka preko vijače s međuposkokom.

Dovoljan (2) – velike pogreške – učenik ne izvodi zadatak sunožno, tijelo jako pogrčeno, ruke nesimetrične, izvodi besprekidno 10 proizvoljnih preskoka preko vijače.

Nedovoljan (1) – učenik ne može izvesti besprekidno 10 preskoka preko vijače.

3. Kolut naprijed niz kosinu

Odličan (5) - učenik iz visokog spetnog stava na povišenju, raširenih ruku (odručenje), izvodi element spuštajući ruke na strunjaču paralelno (predručenje) u širini ramena s dlanovima usmjerenim prema naprijed. Glavu stavlja na prsa te sunožnim odrazom radi kolut preko lopatica a da pritom rukama hvata potkoljenice koje su pogrčene u fazi kolutanja, te se digne u početni položaj visokog spetnog stava raširenih ruku (odručenje).

Vrlo dobar (4) – male pogreške - učeniku nisu dlanovi usmjereni prema naprijed, učenik se ne hvata za potkoljenice, već za koljeno.

Dobar (3) – veće pogreške – ruke i noge nisu paralelne, dizanje uz pomoć ruku, ne oslanja se na lopatice.

Dovoljan (2) – velike pogreške - učenike se ne može dići u početni položaj, radi kolut preko glave.

Nedovoljan (1) – učenik ne može izvesti kolut naprijed ni u jednom obliku, dakle ni uz pomoć.

4. Stoj na lopaticama

Odličan (5) – učenik iz ležanja na leđima podiže ispružene noge iznad glave, zatim rukama podupire leđa te dolazi u potpuno pruženu poziciju, na tlo se oslanja zadnji dio glave, zadnji dio ramenog pojasa te zadnji dijelovi nadlaktica, zadržati poziciju 10 sekundi.

Vrlo dobar (4) – male pogreške – noge nisu opružene u koljenu i stopalu.

Dobar (3) – veće pogreške – tijelo je sklonjeno umjesto opruženo.

Dovoljan (2) – velike pogreške – nije uspostavljena ravnoteža i učenike pada naprijed ili nazad.

Nedovoljan (1) – učenik ne može ispružiti tijelo i noge.

5. Penjanje i silaženje po švedskim ljestvama

Odličan (5) – učenik se može popeti po švedskima ljestvama naizmjenično s nogama i rukama po pritkama, penje se do zadnje pritke te silazi na isti način, pritku po pritku.

Vrlo dobar (4) – male pogreške - učenik preskače pritke ili stavlja obje noge na jednu pritku samo prilikom penjanja ili samo prilikom silaženja.

Dobar (3) – veće pogreške – učenik preskače pritke ili stavlja obje noge na jednu pritku prilikom penjanja i silaženja.

Dovoljan (2) – velike pogreške – učenik preskače pritke ili stavlja obje noge na jednu prilikom penjanja i silaženja te se hvata s unutrašnje strane švedskih ljestvi.

Nedovoljan (1) – učenik se ne može popeti do vrha švedskih ljestvi.

4. DISKUSIJA

U radu je prikazan način na koji se može dijagnosticirati motoričko znanje odnosno usvojenost nastavnih tema. Svi učenici moraju savladati nastavne teme na razini ocjene dovoljan (2), a težiti tijekom školske godine ocjeni odličan. Izabrane nastavne teme u dobroj mjeri reprezentiraju uglavnom sve nastavne teme iz nastavnog plana i programa za osnovnu školu te se mogu koristiti prilikom ocjenjivanja učenika u segmentu motorička znanja na način da se uzme prosječna ocjena iz svih opisanih nastavnih tema.

U potpunosti je razumljivo da će stupanj usvojenosti određene nastavne teme kod nekih učenika biti na višoj, a kod nekih učenika na nižoj razini, također i brzina usvajanja određene nastavne teme će biti različita. U znatnoj mjeri na to će utjecati antropometrijske značajke, motoričke i funkcionalne sposobnosti koje obavezno

treba dijagnosticirati prilikom prvih satova nastave tjelesne i zdravstvene kulture (Cesarec 2011). Samo dobro usvojeno motoričko znanje u sprezi s sposobnostima može rezultirati dobrim motoričkim postignućima.

No međutim, svakodnevna školska praksa potvrđuje da postoji veliki raskorak između propisanih nastavnih tema i njihove usvojenosti. Iz svakodnevne prakse vidljivo je da učenici viših razreda ne mogu uopće izvesti nastavne teme koje su propisane u nižim razredima, primjerice premet strance ili kolut nazad, a također je vidljivo iz svakodnevne prakse da ni učenici koje se svakodnevno bave određenim sportom npr. nogometom ili košarkom ne mogu izvesti te nastavne teme. Da konkretiziramo, završna ocjena tjelesne i zdravstvene kulture uglavnom ne odgovara stvarnom stanju već se smatra ocjenom za podizanje sveukupnog prosjeka ocjena. Danas djeca sve manje vremena provode u igri krećući se, a rezultati kod viših razreda u motoričkim i funkcionalnim sposobnostima su ispodprosječni (Štimec 2007). Iz navedenih razloga važno je skrenuti pozornost na dijagnosticiranje upravo motoričkih znanja (nastavnih tema), a posebno je to važno kod učenika prvih razreda osnovne škole. Kad učenici u prvom razredu osnovne škole savladaju sve teme propisane nastavnim planom i programom vrlo lako će savladavati nastavne teme propisane za drugi razred, a također će se tim znanjima koristiti u svakodnevnoj igri u slobodno vrijeme.

5. LITERATURA

1. Cesarec (2011). Dijagnostika koordinacije kod različitih dobnih kategorija, 9.godišnja međunarodna konferencija, Kondicijska priprema sportaša 2011, Zagreb.
2. Findak (1996). Primjenjena kineziologija u školstvu, Hrvatski-pedagoški književni zbor, Zagreb 1996. Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu.
3. Findak (1990). Tjelesna i zdravstvena kultura u osnovnoj školi, Priručnik za nastavnike tjelesne i zdravstvene kulture, Školska knjiga, Zagreb.
4. Findak (2001). Metodika tjelesne i zdravstvene kulture, Priručnik za nastavu tjelesne i zdravstvene kulture II. Izdanje, Školska knjiga Zagreb.
5. Findak (1996). Tjelesna i zdravstvena kultura u osnovnoj školi, Priručnik za učitelje razredne nastave II. Izdanje, Školska knjiga Zagreb.
6. Štimec (2007). Aktualno stanje učenika petih razreda osnovnih škola Varaždinske županije u usporedbi s rezultatima Republike Hrvatske, 16. ljetna škola kineziologa Republike Hrvatske, Poreč.
7. Štimec (2008). Razlike između učenika Elektrostrojarske škole i Medicinske škole Varaždin u antropološkim obilježjima uvjetovane mogućnostima primjene kinezioloških operatora, 17. ljetna škola kineziologa Republike Hrvatske, Poreč

8. Štimec (2008). Trening snage u pripremnom periodnu kod mladih biciklista presudan za postizanje vrhunskog rezultata, 6. međunarodna konferencija, Kondicijska priprema sportaša 2008, Zagreb.
9. Štimec (2008). Relations between some anthropological characteristics and shool success in particular shool of the 5th elementary shool grade pupils, 5th International scientific conference on kineziology, Zagreb.
10. Štimec (2009). Metrijske karakteristike skale nesportskog ponašanja u uzorku učenika srednje škole, 18. ljetna škola kineziologa Republike Hrvatske, Poreč
11. Štimec (2009). Biciklistički trening u okviru kondicijske pripreme djece. II Kondicijski trening 7, Zagreb.
12. Štimec (2010). Školska športska natjecanja osnovnih i srednjih škola u Varaždinskoj županiji – uvid u školsku godinu 2009./2010. , 19. ljetna škola kineziologa Republike Hrvatske, Poreč.
13. Ministarstvo znanosti obrazovanja i sporta (2006). Nastavni plan i program za osnovnu školu, Zagreb, <http://public.mzos.hr/Default.aspx?sec=2199>