



Vrednovanje online nastave i zadataka u 11. i 12. mjesecu

Zadatak u 11. mjesecu

1. Samostalno provođenje mjerenja testa funkcionalnih sposobnosti, trčanje na 6 min ili F6.
2. Izvršen traženi ili zamjenski alternativni zadatak – „motivacijska“ ocjena pod rubrikom **motoričke i funkcionalne sposobnosti**.
3. Zadatak nije izvršen – upisana samo **bilješka**.

Naknadno upisane ocjene (vrijeme provedbe u realnim uvjetima u školi)

1. **Trčanje na 100 m** (mjerene u 10. i 11. mjesecu), prema utvrđenim kriterijima za nastavu u realnim uvjetima, školi.
2. **Trčanje na 200 m s preponama**.

Zadatak/ci u 12. mjesecu

1. Mjerenje i izvođenje parametara treninga tipa **HIIT treninga, kardio ili boksačkog treninga u intervalima, uz visoki intenzitet** (uključen i **zamjenski zadatak** prema navedenim uputama).
2. **Zadatak: 2 treninga/aktivnosti** u različitim danima, 2 screenshota.
3. **Potpuno izvršen zadatak** sa oba treninga, „motivacijska“ ocjena u rubriku **kineziološka teorijska i motorička znanja uz bilješku**.
1. **Djelomično izvršen zadatak** (npr. samo jedan zapis ili screenshot treninga), niža ocjena u rubriku **kineziološka teorijska i motorička znanja uz bilješku**.

Odgojni zadaci – zdravstveni i odgojni učinci tjelesnog vježbanja

1. **Jedan ocjena u gore navedenu rubriku upisana za 12. mjesec** koja objedinjuje kontinuiran rad tokom **11. i 12. mjeseca** (obratite pozornost na eventualno **nenošnje opreme** tokom perioda u školi u početku 11. mjeseca ili eventualno neopravdavanje BO u tom periodu, **ispričnica roditelja mailom**, poslati do ponedjeljka, **21.12.**, u protivnom umanjuje se ocjena).
2. **Neizvršavanje online zadatka** iz 11. (F6) ili 12. mjeseca (HIIT), također utječe na nižu ocjenu iz OZ.

NAPOMENA !! ...MOLIM NE DIJELITE SCREENSHOTOVE MEĐU SOBOM, SVE ŠTO RADITE, RADITE ZA SEBE.

