NN 27/2019 (20.3.2019.), Odluku o donošenju kurikuluma za nastavni predmet Tjelesne i zdravstvene kulture za osnovne škole i gimnazije u Republici Hrvatskoj

MINISTARSTVO ZNANOSTI I OBRAZOVANJA

558

Na temelju članka 27. stavka 9. Zakona o odgoju i obrazovanju u osnovnoj i srednjoj školi (»Narodne novine«, broj 87/08, 86/09, 92/10, 105/10 – ispravak, 90/11, 16/12, 86/12, 94/13, 152/14, 7/17 i 68/18) ministrica znanosti i obrazovanja donosi

ODLUKU

O DONOŠENJU KURIKULUMA ZA NASTAVNI PREDMET TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE ZA OSNOVNE ŠKOLE I GIMNAZIJE U REPUBLICI HRVATSKOJ

I.

Ovom Odlukom donosi se kurikulum za nastavni predmet Tjelesna i zdravstvena kultura za osnovne škole i gimnazije u Republici Hrvatskoj.

II.

Sastavni dio ove Odluke je kurikulum nastavnog predmeta Tjelesna i zdravstvena kultura.

III.

Početkom primjene ove Odluke stavlja se izvan snage:

– Nastavni plan i program za osnovnu školu koji se odnosi na predmet Tjelesna i zdravstvena kultura objavljen u »Narodnim novinama«, broj 102/06,

– Nastavni plan i program za stjecanje školske spreme u programima opće, jezične, klasične i prirodoslovno-matematičke gimnazije koji se odnosi na predmet Tjelesna i zdravstvena kultura, a donesen je Odlukom o zajedničkom i izbornom dijelu programa za stjecanje srednje školske spreme u programima opće, jezične, klasične i prirodoslovno-matematičke gimnazije, klasa: 602-03/94-01-109, urbroj: 532-02-2/1-94-01, Zagreb, 2. ožujka 1994. (Glasnik Ministarstva kulture i prosvjete, 1994.),

– Nastavni plan i program prirodoslovne gimnazije koji se odnosi na predmet Tjelesna i zdravstvena kultura, a koji je donesen Odlukom o nastavnom planu i programu prirodoslovne gimnazije, klasa: UP/I-602-03/03-01/0115, urbroj: 532-02-02-01/2-03-2 od 2. prosinca 2003. godine.

IV.

Ova Odluka stupa na snagu prvoga dana od dana objave u »Narodnim novinama«, a primjenjuje se za učenike 1. i 5. razreda osnovne škole i 1. razreda gimnazije od školske godine 2019./2020., za učenike 2., 3., 6. i 7. razreda osnovne škole, 2. i 3. razreda gimnazije od školske godine 2020./2021., a za učenike 4. i 8. razreda osnovne škole i 4. razreda gimnazije od školske godine 2021./2022.

Klasa: 602-01/19-01/00026
Urbroj: 533-06-19-0050
Zagreb, 18. ožujka 2019.

Ministrica
prof. dr. sc. Blaženka Divjak, v. r.

KURIKULUM NASTAVNOG PREDMETA TJELESNA I ZDRAVSTVENA KULTURA ZA OSNOVNE ŠKOLE I GIMNAZIJE U REPUBLICI HRVATSKOJ

A. SVRHA I OPIS PREDMETA

Tjelesna i zdravstvena kultura (pokrata: u daljnjem tekstu TZK) provodi se u cijeloj vertikali odgojno-obrazovnoga sustava Republike Hrvatske te je uz izvannastavne i izvanškolske (kineziološke/sportske) aktivnosti sastavni dio tjelesnog i zdravstvenog odgojno-obrazovnog područja. Temelji se na usvajanju i usavršavanju kineziloških motoričkih vještina, znanja i navika koje pridonose zadovoljavanju osnovne ljudske potrebe za kretanjem; razvoju morfoloških obilježja, motoričkih i funkcionalnih sposobnosti; sudjelovanju u elementarnim i naprednim kineziološkim/sportskim programima te stvaranju kritičkog promišljanja i pozitivnog stajališta prema tjelesnom vježbanju, zdravlju i zdravom načinu življenja. Time se stječu temeljne kompetencije, poglavito one koje proizlaze iz potrebe primjerenog i stalnog prilagođavanja novim radnim i životnim uvjetima.

Stručne i znanstvene spoznaje za ovaj predmet proizlaze iz znanstvenog polja Kineziologije, odnosno iz njezinih znanstvenih grana kao što su: Kineziološka edukacija, Kineziologija sporta, Kineziološka rekreacija, Kineziološka antropologija, Kineziterapija i prilagođena tjelesna aktivnost…

U definiranju opisa i odgojno-obrazovnih ciljeva učenja, poučavanja i vježbanja značajne su spoznaje o utjecaju programiranoga tjelesnog vježbanja na razvoj i održavanje morfoloških obilježja, motoričkih i funkcionalnih sposobnosti.

Predmet TZK omogućuje da učenici bolje upoznaju svoje tijelo, njegovo funkcioniranje, prednosti i ograničenja, da razumiju važnost cjeloživotnoga tjelesnog vježbanja za očuvanje i unaprjeđenje zdravlja; potiče skladan rast i razvoj organizma te pravilno tjelesno držanje; pridonosi većim radnim sposobnostima, uspjehu u učenju te osobnom i socijalnom razvoju.

Tjelesnim vježbanjem omogućuje se povećanje socijalne inkluzije, razvija se sposobnost donošenja odluka i rješavanja situacijskih problema, ali isto tako razvija se samopouzdanje, samopoimanje, upornost, odlučnost te mnoga pozitivna psihička obilježja učenika. Znanje i vještine koje se stječu te navike koje se razvijaju u ovome nastavnom predmetu potiču solidarnost, osjećaj odgovornosti, razvijanje moralnih vrijednosti i samopoštovanje te prihvaćanje različitosti.

U širokome rasponu vrijednosti, nastavni predmet TZK pridonosi, uz ostalo, upoznavanju s olimpijskim pokretom, razvoju nacionalnoga identiteta, očuvanju tradicijske kulture te razvoju socijalne kohezije, povjerenja i njegovanju kvalitetnih međuljudskih odnosa. Važno mjesto TZK ima i u Nacionalnome programu sporta u smislu pravodobnog prepoznavanja i usmjeravanja učenika u odgovarajuće izvannastavne i izvanškolske kineziološke/sportske aktivnosti koje odgovaraju razinama njihova talenta, interesa i mogućnosti.

Svaka odgojno-obrazovna razina i ciklus temelje se i nastavljaju na usvojena kineziološka motorička znanja i vještine, što omogućuje povezano i učinkovito djelovanje na antropološka obilježja učenika. Sadržaji ovoga predmeta, promicanjem primjerenog ponašanja i prihvaćanjem općeljudskih vrijednosti, značajni su odgojni čimbenici te upućuju na nenasilno rješavanje sukoba, razvijaju sposobnost ovladavanja i upravljanja ostalim neprimjerenim oblicima ponašanja te pridonose emocionalnoj samoregulaciji.

Predmet TZK djeluje rasterećujuće na učenike i predstavlja planski određen i učinkovit način aktivnog odmora. Prema tome, ne bi ga trebalo smatrati ukupnim opterećenjem kojem je učenik izložen posebice u školi.

Na temelju navedenog, TZK je jedan od bitnih činitelja zdravlja te pridonosi razvoju osobnosti učenika, osvješćuje važnost prevencije nastanka pretilosti i s njom povezanih bolesti. Pravilnim tjelesnim držanjem smanjene su mogućnosti nastanka ozljeda ili bolnih sindroma te time TZK pozitivno utječe i na cjeloviti antropološki status učenika.

Stručnim i znanstveno utemeljenim tjelesnim vježbanjem ostvaruje se značaj Tjelesnoga i zdravstvenoga odgojno-obrazovnog područja u formiranju pozitivnog stajališta prema tjelesnom vježbanju, zdravlju i kvaliteti življenja.

B. ODGOJNO-OBRAZOVNI CILJEVI UČENJA I POUČAVANJA

1. Stjecati kineziološka teorijska i motorička znanja s ciljem samostalne primjene u svakodnevnome tjelesnom vježbanju.

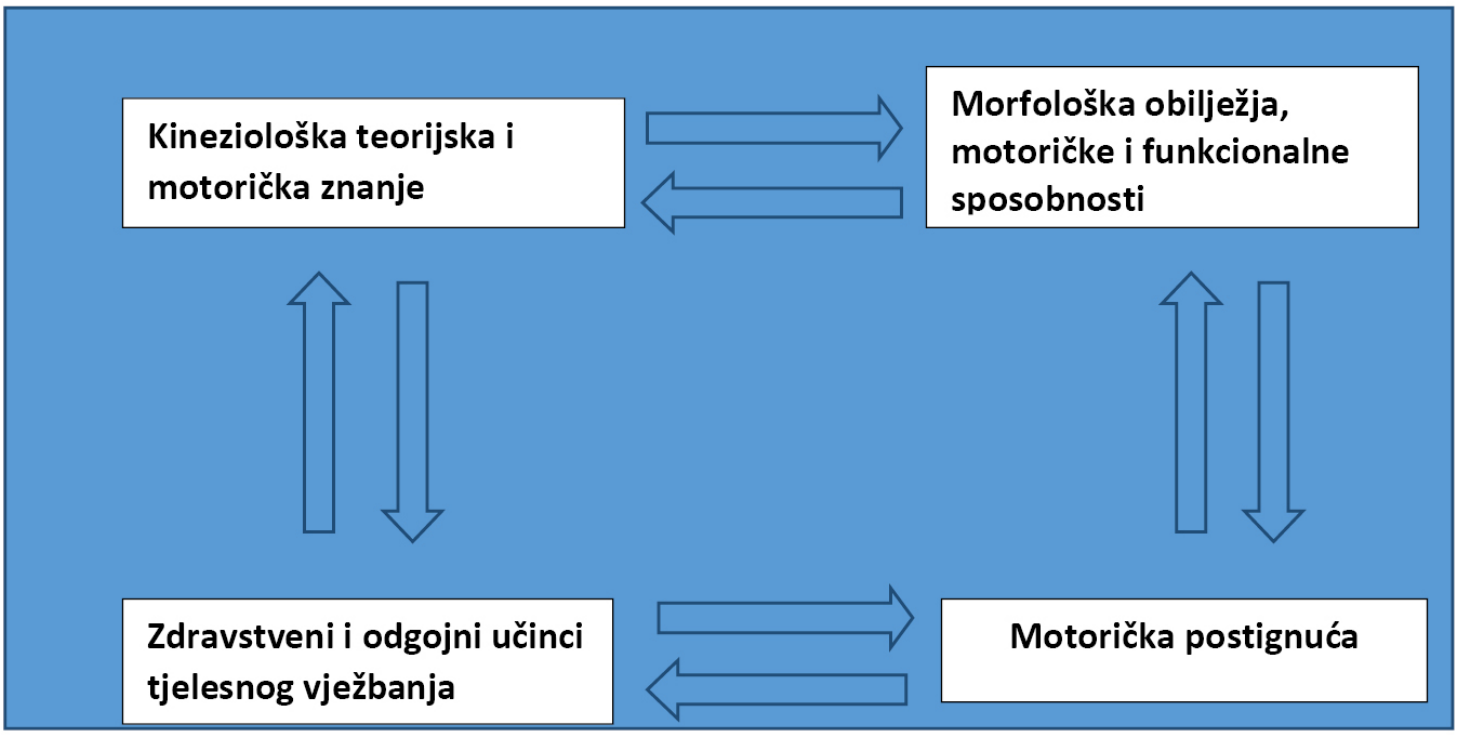
2. Osposobiti za praćenje morfoloških obilježja, motoričkih i funkcionalnih sposobnosti te obilježja pravilnoga tjelesnog držanja radi kontrole, održavanja i unaprjeđivanja osobne tjelesne spremnosti.

3. Osposobiti za samostalnu provedbu programa usmjerenog podizanju razine motoričkih sposobnosti i postignuća s naglaskom na provođenje tjelesnog vježbanja u prirodi i ostalim odgovarajućim otvorenim i zatvorenim sportskim vježbalištima.

4. Razviti pozitivno stajalište prema kineziološkim aktivnostima, usvojiti navike redovitoga tjelesnog vježbanja radi podizanja razine zdravlja i kvalitete življenja.

5. Usvojiti odgojne vrijednosti tijekom tjelesnog vježbanja i primjenjivati ih u svakodnevnim životnim situacijama.

C. PREDMETNA PODRUČJA KURIKULUMA



Slika 1. Grafički prikaz predmeta Tjelesna i zdravstvena kultura

Predmet Tjelesna i zdravstvena kultura sadrži četiri predmetna područja:

A) Kineziološka teorijska i motorička znanja (OŠ TZK A; SŠ TZK G A)

B) Morfološka obilježja, motoričke i funkcionalne sposobnosti (OŠ TZK B; SŠ TZK GB)

C) Motorička postignuća (OŠ TZK C; SŠ TZK G C)

D) Zdravstveni i odgojni učinci tjelesnog vježbanja (OŠ TZK D; SŠ TZK G D)

Predmetna područja kurikuluma, objašnjena opisom i smjernicama, osiguravaju razumljivost, dorečenost i kontinuitet odgojno-
-obrazovnog procesa. Njima se određuju sve aktivnosti koje čine smislene i jedinstvene cjeline, a koje su temeljene na širokom rasponu mogućnosti, od usvajanja i usavršavanja kinezioloških teorijskih i motoričkih znanja, vježbanja, brige o tijelu do odgojno-obrazovnih utjecaja. Tjelesnim vježbanjem se uz usvajanje kineziološkihteorijskih i motoričkih znanja, uz usavršavanje i njihovu primjenu te specifičnim motoričkim i kineziterapijskim vježbama otvara prostor za uspješnost odgojno-obrazovnog procesa. Stvara se mogućnost kritičkog promišljanja, donošenje odluka, izbora i prihvaćanja autonomnosti, kako učenika tako i učitelja/nastavnika, u smjeru motivirajućih, raznovrsnih i izazovnih iskustava učenja te se potiče zadovoljstvo u odgojno-obrazovnom procesu uz kineziološke aktivnosti za koje je iskazan interes.

Predmetna područja izrazito su povezana, čime razvijaju pozitivan pristup prema kineziološkim aktivnostima, osiguravaju svestrani odgojno-obrazovni pristup koji omogućuje zadovoljenje raznovrsnih potreba učenika, prepoznavanje i razvoj njihovih sposobnosti te otkrivanje i skrb o njihovoj darovitosti.

Omogućavanjem stjecanja motoričkih znanja, vještina i navika u sklopu predmetnih područja, uvelike se pridonosi zdravom načinu življenja, a postavljenim očekivanjima i ishodima predmetnih područja nastavnoga predmeta TZK razvijaju se sposobnosti i osobine koje imaju izravan utjecaj na dobrobit pojedinca, zajednice i društva.

Ova predmetna područja svojom svrhom omogućuju povezivanje sa svim područjima i predmetima u odgojno-obrazovnome procesu. Sadržaji su im usmjereni na temeljne kompetencije (osobni razvoj i dobrobit, komunikacija i suradnja, rješavanje situacijskih problema i donošenje odluka, kreativnost i inovativnost, osobna i društvena odgovornost, upravljanje obrazovnim i profesionalnim razvojem), a sva su jednakovrijedna i jednako zastupljena u cijeloj vertikali odgojno-obrazovnoga sustava.

Ovakvim pristupom oblikovanju predmetnih područja stvara se prostor u kojem mogućnosti i interesi učenika postaju smjernice učiteljima i nastavnicima prema zajedničkom cilju, a to je aktivan, zdrav, sposoban i zadovoljan učenik.

A) KINEZIOLOŠKA TEORIJSKA I MOTORIČKA ZNANJA

Predmetno područje Kineziološka teorijska i motorička znanja, ističe usvajanje, usavršavanje i primjenu raznovrsnih kineziološkihteorijskih i motoričkih znanja i vještina, čijim se svladavanjem ostvaruje određena kompetencija učenika uključujući i motoričku pismenost. Učenici će stečena znanja i vještine moći koristiti u kineziološkim aktivnostima, čime se

izrazito utječe na aktivno provođenje slobodnog vremena, podizanje ukupne kvalitete življenja i unapređenje zdravlja. Posebna pozornost posvetit će se darovitim učenicima te učenicima s posebnim potrebama radi njihova usmjeravanja u sport i druge njima primjerene programirane kineziološke aktivnosti. Stečena su znanja i vještine posebice su važne za razvoj i održavanje radne sposobnosti, za izvršavanje školskih obveza te poštovanje pravila i različitosti. Istodobno, ovo predmetno područje usmjereno je prema očuvanju sustava za kretanje primjenom naučenih specifičnih motoričkih i kineziterapijskih vježbi. Uz sastavnice ovoga predmetnog područja prenosi se tradicijska kultura i čuva nacionalni identitet. U konačnici, sadržajima ovoga predmetnog područja unaprjeđuje se temeljna kineziološka teorijska i motorička znanja i kompetencije.

B) MORFOLOŠKA OBILJEŽJA, MOTORIČKE I FUNKCIONALNE SPOSOBNOSTI

Predmetno područje Morfološka obilježja, motoričke i funkcionalne sposobnosti usredotočuje se na ljudsko tijelo i na njegova obilježja. Učenjem o vlastitom tijelu i povezivanjem naučenog učenici će biti osposobljeni za praćenje i održavanje optimalne razine tjelesne spremnosti. Sadržaji u sklopu ovog predmetnog područja naglašavaju poboljšanje i održavanje motoričkih i funkcionalnih sposobnosti usmjerenih prema povećanju tjelesne spremnosti i razine zdravlja te praćenju pokazatelja morfoloških obilježja te obilježja pravilnoga tjelesnog držanja. Omogućuje se i samostalno praćenje antropoloških obilježja te vrednovanja učinaka tjelesnog vježbanja, uz mogućnost ostvarivanja izvrsnosti osobnih ciljeva. Poseban naglasak u ovome području stavlja se na primjenu odgovarajućih kineziooloških programa vježbanja i sportova kao njihova integriranog dijela, a sve u skladu sa senzibilnim fazama razvoja učenika. Ciljevi ovoga predmetnog područja su: samopraćenje i razumijevanje morfoloških značajki, motoričkih i funkcionalnih sposobnosti i njihovo održavanje na optimalnoj razini; kreiranje centralne e-baze podataka o morfološkim obilježjima, motoričkim i funkcionalnim sposobnostima učenika osnovnih i srednjih škola u Republici Hrvatskoj.

Osim kontinuiranog praćenja rada i napretka učenika, prikupljeni podaci pomoći će pri odabiru odgovarajućih sadržaja za individualno unaprjeđenje i usmjeravanje učenika u izvannastavne i izvanškolske kineziološke/sportske aktivnosti. Navedena centralna baza podataka bit će povezana i s odgovarajućim uredima i ministarstvima s ciljem što objektivnijeg praćenja zdravlja i kvalitete življenja djece i mladih u Republici Hrvatskoj.

C) MOTORIČKA POSTIGNUĆA

Značajni odgojno-obrazovni ciljevi kurikuluma TZK ostvaruju se u ovome predmetnom području i podrazumijevaju osposobljavanje za samostalnu provedbu programa usmjerenih ka podizanju razine motoričkih postignuća koji uključuju: osposobljenost za jutarnje tjelesno vježbanje, prepoznavanje korisnosti mikropauza, makropauza, stanki prilikom učenja; prepoznavanje i osvješćivanje potreba o pravilnoj izmjeni rada u odnosu na vrijeme vježbanja; primjenu prirodnih oblika gibanja u svakodnevnom životu i radu, primjenu naučenog u izabranome sportu te kineziološko – rekreativnim aktivnostima; osposobljenost za samostalnu provedbu jednostavnih programa usmjerenih održavanju i podizanju razine motoričkih postignuća, osposobljenost za primjenu naučenog pri vježbanju te rješavanje situacijskih problema u otežanim i izvanrednim uvjetima.

Ovo predmetno područje razmatra učinke procesa vježbanja koji se uglavnom izražavaju rezultatima postignutim u pojedinim kineziološkim aktivnostima.

D) ZDRAVSTVENI I ODGOJNI UČINCI TJELESNOG VJEŽBANJA

Predmetno područje Zdravstveni i odgojni učinci tjelesnog vježbanja usmjereno je ponajprije na razvijanje pozitivnog stajališta i kritičkog mišljenja prema tjelesnom vježbanju te usvajanju i praćenju zdravstvenih, higijenskih i ekoloških navika te navika svakodnevnoga tjelesnog vježbanja. Aktivnosti u sklopu ovoga predmetnog područja ističu važnost stjecanja i promjene navika radi uspostave zdravog načina življenja. Upućuje učenika na prepoznavanje i razumijevanje zakonitosti utjecaja tjelesnog vježbanja, osnova uravnotežene prehrane, stjecanje spoznaje o značaju osobnoga zdravlja, važnosti kineziterapijskih vježbi, vježbi opuštanja i pravilnog obrasca disanja te održavanje higijene u najširem smislu riječi. Ovo predmetno područje usmjereno je ka optimalnom vježbanju učenika s posebnim potrebama (daroviti učenici i učenici s teškoćama u razvoju).

Osviještenost o potrebi tjelesnog vježbanja u primjerenim zdravstveno-higijenskim uvjetima u suglasju s predmetnim područjem Zdravstveni i odgojni učinci tjelesnog vježbanja osigurat će kritičko mišljenje i donošenje odluka o potrebi stvaranja cjeloživotne navike tjelesnog vježbanja zbog njezina pozitivnog utjecaja na kvalitetu življenja s naglaskom na potrebno pravilno tjelesno vježbanje s ciljem prevencije nastanka raznih mišićno-koštanih bolnih stanja, pretilosti, dijabetesa i kroničnih bolesti povezanih s nedovoljnom aktivnosti tijekom životnoga vijeka.

Aktivnosti u prirodi i prirodnom okruženju te općenito život u pokretu razvija i podiže ekološku svijest te je snažna motivacija za svakodnevnu primjenu radi ostvarivanja osobne dobrobiti i zadovoljstva.

Odgojne vrijednosti ostvaruju se cjelokupnim odgojno-obrazovnim procesom, a upravo kineziološki sadržaji i posebno raznovrsni sportovi kao njihov integrirani dio imaju naglašeni utjecaj i na usvajanje odgojnih vrijednosti. To podrazumijeva uključivanje kognitivnih sposobnosti: kritička promišljanja, rješavanje situacijskih problema i kreativno razmišljanje;

socijalna komunikacija, suradnja, vođenje i međukulturalne vještine samovrjednovanja, samoupravljanja i samousmjeravanja, kao i vještine upravljanja te ostale osobne sposobnosti i obilježja koja su dio etičke i građanske odgovornosti. Svemu navedenome je cilj stvaranje pozitivnog stajališta i vrijednosti, pripadajuće samostalnosti i odgovornosti prema potrebi pravilnoga tjelesnog vježbanja, stvaranja cjeloživotnih navika vježbanja u užem, a kretanja u širem smislu te prihvaćanje različitosti, prihvaćanje drugoga i drukčijega uz istodobno visoku razinu samopoštovanja i samopouzdanja.

Odgojne vrijednosti naglašavaju važnost poštovanja osobnosti svakog učenika te poticajnim okruženjem i stimulacijom, uz kineziološke sadržaje, treba razvijati vlastitu kreativnost, kritičko promišljanje, rješavanje problemskih situacija, znatiželju i zadovoljstvo, što uvjetuje odgovorno donošenje odluka.

D. ODGOJNO-OBRAZOVNA OČEKIVANJA PO RAZREDIMA I PREDMETNIM PODRUČJIMA TE KLJUČNI SADRŽAJI

U tablicama su odgojno-obrazovni ishodi učenja i poučavanja Tjelesne i zdravstvene kulture označeni troslovnom pokratom TZK, zatim oznakom predmetnog područja primjerice A te brojčanom oznakom ishoda u sklopu određenog predmetnog područja.

U tablicama se nalazi opis razine »dobar« ostvarenosti odgojno-obrazovnih ishoda, a detaljan opis svih četiriju razina – zadovoljavajuća, dobra, vrlo dobra i iznimna – naći će se u metodičkome priručniku.

Osnovna škola, Tjelesna i zdravstvena kultura, 1. razred – 105 sati godišnje

Osnovna škola, Tjelesna i zdravstvena kultura, 2. razred – 105 sati godišnje

Predmetno područje A: Kineziološka teorijska i motorička znanja		
odgojno-obrazovni ishodi	razrada ishoda	odgojno-obrazovni ishodi na razini usvojenosti »dobar« na kraju nastavne godine
OŠ TZK A.1.1. Izvodi prirodne načine gibanja.	Izvodi raznovrsne prirodne načine gibanja za ovladavanje prostorom, preprekama, otporom i baratanjem predmetima. Prepoznaje raznovrsne prirodne načine gibanja.	Oponašajući izvodi prirodne načine gibanja, pri čemu gibanja izvodi djelomično pravilno.
Sadržaji za ostvarivanje odgojno-obrazovnih ishoda: Prirodni načini gibanja: – hodanja-trčanja, puzanja, kolutanja, valjanja, premetanja, skakanja, padanja – poskoci, skokovi, preskoci, naskoci, saskoci, penjanja, spuštanja (silaženja), provlačenja – dizanja, nošenja, guranja, vučenja, upiranja, višenja – baratanje predmetima raznovrsnih oblika, dimenzija, težina. Motoričke igre s elementima prirodnih načina gibanja.		
Preporuke za ostvarivanje odgojno-obrazovnih ishoda: – Učenje, usvajanje i usavršavanje prirodnih načina gibanja. – Učitelj određuje aktivnosti kojima će se ostvariti ishodi prema uvjetima rada, tj. provedbe nastave TZK na otvorenim i zatvorenim sportskim vježbalištima.		
odgojno-obrazovni ishodi	razrada ishoda	odgojno-obrazovni ishodi na razini usvojenosti »dobar« na kraju nastavne godine
OŠ TZK A.1.2. Provodi jednostavne motoričke igre.	Sudjeluje u jednostavnim motoričkim igrama.	Igru provodi prema uputi.
Sadržaji za ostvarivanje odgojno-obrazovnih ishoda: Motoričke igre s elementima hodanja, trčanja, poskoka, skokova, bacanja, hvatanja, penjanja i silaženja, puzanja, valjanja, preskakanja, provlačenja, padova…		
Preporuke za ostvarivanje odgojno-obrazovnih ishoda: Učenje, usvajanje i usavršavanje prirodnih načina gibanja.		
Predmetno područje B: Morfološka obilježja, motoričke i funkcionalne sposobnosti		
odgojno-obrazovni ishodi	razrada ishoda	odgojno-obrazovni ishodi na razini usvojenosti »dobar« na kraju nastavne godine
OŠ TZK B.1.1. Slijedi upute za svrstavanje u prostoru i prema tjelesnoj visini.	Sudjeluje u praćenju svoje visine i tjelesne mase. Razlikuje tjelesnu visinu od tjelesne mase. Pronalazi svoje mjesto u svrstavanju prema visini (vrsta...).	Uz učiteljevu pomoć pronalazi svoje mjesto u svrstavanju.
Sadržaji za ostvarivanje odgojno-obrazovnih ishoda: – praćenje tjelesne visine i tjelesne mase.		
Preporuke za ostvarivanje odgojno-obrazovnih ishoda: – sustavno pratiti morfološka obilježja, motoričke i funkcionalne sposobnosti – izvoditi motoričke igre prilagođene dobi nakon procjene inicijalnog stanja.		
Predmetno područje C: Motorička postignuća		
odgojno-obrazovni ishodi	razrada ishoda	odgojno-obrazovni ishodi na razini usvojenosti »dobar« na kraju nastavne godine