**ВРЕДНОВАЊЕ ФИЗИЧКОГ ВЕЖБАЊА**

Ученик/ученица испољава позитиван став према физичком вежбању у свакодневном животу.

|  |  |
| --- | --- |
| Сматрам да физичко вежбање позитивно утиче на мој психофизички развој и моје здравље | 1 2 3 4 5 |
| Све више размишљам о важности и значају физичког вежбања за моје здравље | 1 2 3 4 5 |
| Физичко вежбање значајно доприносеи здравијем и дужем животу | 1 2 3 4 5 |
| редовно физичко вежбање чини да се човек у сваком погледу осећа боље | 1 2 3 4 5 |
| позитивни ефекти физичког вежбања су толико значајни да вреди уложити потребан напор | 1 2 3 4 5 |
| Ја волим физичко вежбање, рекреацију и спорт | 1 2 3 4 5 |

Ученик/ученица испољава заинтересованост за физичко вежбање.

|  |  |
| --- | --- |
| Недостаје ми права мотивација да бих се бавио физичким вежбањем | 1 2 3 4 5 |
| Не треба ми подстрек да бих се бавио физичким вежбањем | 1 2 3 4 5 |
| моју мотивацију за бављење физичким вежбањем оценио бих оценом: | 1 2 3 4 5 |
| често желим да се бавим физичким вежбањем | 1 2 3 4 5 |
| волео бих да се бавим физичким вежбањем, али ми увек нешто недостаје за то | 1 2 3 4 5 |

Доказује се кроз физичко вежбање. Ученик/ученица има позитиван став према физичком вежбању као наставној обавези.

|  |  |
| --- | --- |
| Сматрам да физичко вежбање доприноси изградњи карактера и развоју личности | 1 2 3 4 5 |
| ако не бих редовно вежбао, мање бих ценио себе | 1 2 3 4 5 |
| ако се не бих редовно бавио физичким вежбањем осећао бих да нисам остварио све своје потенцијале | 1 2 3 4 5 |
| За мене је физичко вежбање важан део мог живота | 1 2 3 4 5 |