

OPISNIKI IN KRITERIJI OCENJEVANJA

UMETNIŠKA GIMNAZIJA

1. LETNIK

ŠPORT	OCENJEVANJE
ATLETIKA	Dolgotrajnejši neprekinjen tek (14min – dijakinja, 18min – dijak) oz. 12. min na čas), šola teka (nizek štart, tek s poudarjenim odzivom, nizek skipling).
GIMNASTIKA	Stoja na rokah, mačji skok (DIJAKINJE), skok prednožno strižno (DIJAKI), valčkov korak, dvojni obrat za 180°
KOŠARKA	Nizko vodenje s preigravanjem s pasivno obrambo, dvokorak s polaganjem žoge od spodaj.
ODBOJKA	Zgornji odboj, spodnji odboj, spodnji servis.
IZBIRNE VSEBINE – SPLOŠNA TELESNA PRIPRAVLJENOST (ocena je izbirna)	Oblikovanje individualnega cilja za razvoj splošne telesne pripravljenosti (vzdržljivost, moč, gibljivost, ravnotežje, ...), priprava načrta vadbe, izvajanje, doseganje zastavljenega cilja, napredek.
ODZIVNOST	Sodelovanje pri urah športne vzgoje.

2. LETNIK

ŠPORT	OCENJEVANJE
ATLETIKA	Dolgotrajnejši neprekinjen tek (14min – dijakinja, 18min – dijaki oz. 12. min na čas), skok v višino (flop).
GIMNASTIKA	Sestava na parterju
KOŠARKA	Tehnika izvedbe testa petih žog ali test 5 žog na čas
ODBOJKA	Igra 6 : 0 ali prilagojena igra 3:3.
IZBIRNE VSEBINE – SPLOŠNA TELESNA PRIPRAVLJENOST (ocena je izbirna)	Oblikovanje individualnega cilja za razvoj splošne telesne pripravljenosti (vzdržljivost, moč, gibljivost, ravnotežje, ...), priprava načrta vadbe, izvajanje, doseganje zastavljenega cilja, napredek.
ODZIVNOST	Sodelovanje pri urah športne vzgoje.

3. LETNIK

ŠPORT	OCENJEVANJE
ATLETIKA	Dolgotrajnejši neprekinjen tek (14min – dijakinja, 18min – dijaki oz. 12. min na čas), suvanje krogle ali skok v daljino
GIMNASTIKA	Skok raznožno preko kože ali skok skučno preko kože ali vaja na gredi ali osnovni elementi na mali prožni ponjavi (fantje).
ROKOMET	Komolčna podaja, dolga podaja, strel s tal ali strel iz skoka.
ODBOJKA	Napadalni udarec ali zgornji servis.
IZBIRNE VSEBINE – SPLOŠNA TELESNA PRIPRAVLJENOST (ocena je izbirna)	Oblikovanje individualnega cilja za razvoj splošne telesne pripravljenosti (vzdržljivost, moč, gibljivost, ravnotežje, ...), priprava načrta vadbe, izvajanje, doseganje zastavljenega cilja, napredek.
ODZIVNOST	Sodelovanje pri urah športne vzgoje.

4. LETNIK

ŠPORT	OCENJEVANJE
ATLETIKA	Dolgotrajnejši neprekinjen tek (14min – dijakinja, 18min – dijaki oz. 12. min na čas), suvanje krogle ali skok v daljino
GIMNASTIKA	Skok stegnjeno, skok stegnjeno z obratom za 180°/ 360° ali skok prednožno skrčno/raznož-no ali skok z zabijanjem na koš.
ROKOMET	Delo v parih: dolga podaja, sprejem žoge, strel na vrata.
ODBOJKA	<u>Dijakinje:</u> Prirejena igra treh dijakinj s priporočenim zgornjim servisom in napadalnim udarcem ali igra 6:0. <u>Dijaki:</u> Igra 4 : 2 ali igra 6:0 ali prirejena igra 3:3.
IZBIRNE VSEBINE – SPLOŠNA TELESNA PRIPRAVLJENOST (ocena je izbirna)	Oblikovanje individualnega cilja za razvoj splošne telesne pripravljenosti (vzdržljivost, moč, gibljivost, ravnotežje, ...), priprava načrta vadbe, izvajanje, doseganje zastavljenega cilja, napredek.
ODZIVNOST	Sodelovanje pri urah športne vzgoje.

1. LETNIK – KRITERIJI OCENJEVANJA

ATLETIKA

OSNOVNI PROGRAM	RAVEN ZNANJA OB KONCU PRVEGA LETNIKA	PREVERJANJE	OCENJEVANJE	OCENE	
ŠPORTNA ZVRST				OCENA	VSOTA UTEŽI (število točk)
ATLETIKA	Dijaki glede na svoje sposobnosti pretečejo daljšo razdaljo, obvladajo tehniko teka in tehniko osnovnih elementov skokov in metov. Poznajo atletske izraze in pravila ter osnove delovanja človekovega telesa v mirovanju in gibanju.	- Šola teka, - neprekinjeni teki 12 minut pri pulzu do 160 utripov na minuto, - razlaga osnovnih atletske izrazov in pravil.	- Dolgotrajnejši neprekinjen tek (14min – dijakinja, 18min – dijaki oz. 12. min na čas), - šola teka (nizek štart, tek s poudarjenim odzivom, nizek skiping).	1 (nezadostno) 2 (zadostno) 3 (dobro) 4 (prav dobro) 5 (odlično)	0 – 4 5 – 6 7 – 9 10 – 11 12 - 14

KRITERIJI OCENJEVANJA – ATLETIKA – VZDRŽLJIVOSTNI TEK			
OSNOVNI PROGRAM	OCENJEVANJE	OCENE (DIJAKI)	
ŠPORTNA ZVRST		OCENA	REZULTAT
ATLETIKA	Vzdržljivostni tek (12 minut)	1 (nezadostno) 2 (zadostno) 3 (dobro) 4 (prav dobro) 5 (odlično) ali opravil/ni opravil	< 1954m 1955– 2209m 2210 – 2549m 2550 – 2889m 2890m > ali Preteče 18 minut

KRITERIJI OCENJEVANJA – ATLETIKA – VZDRŽLJIVOSTNI TEK			
OSNOVNI PROGRAM	OCENJEVANJE	OCENE (DIJAKINJE)	
ŠPORTNA ZVRST		OCENA	REZULTAT
ATLETIKA	Vzdržljivostni tek (12 minut)	1 (nezadostno) 2 (zadostno) 3 (dobro) 4 (prav dobro) 5 (odlično) ali opravil/ni opravil	< 1869 m 1870 – 2039m 2040 – 2209m 2210 –2379m 2380m > ali preteče 14 minut

OPISNIKI OCENJEVANJA – ATLETIKA – ŠOLA TEKA			
Tek s poudarjenim odzivom		Nizek štart	
KRITERIJI	UTEŽ	KRITERIJI	UTEŽ
Odriv izveden do iztegnitve	***	Boki višje za dlan od ramen v položaju - pozor	***
Skoki izvedeni po prednjem delu stopala	***	Odriv izveden od obeh stopalk štartnega bloka	***
Zamašna noga je pokrčena in zamahuje do horizontale	**	Pravilna postavitev štartnega bloka	**
Zravnani položaj zgornjega dela telesa	**	V položaju na mesta kleči na eni nogi in se opira na obe roki	**
Roke so v komolcu pokrčene in zamahujejo v smeri teka	**	V položaju pozor prenese težo tudi na roke	**
Gibanje rok je samo v ramenskem sklepu	*	Glava v podaljšku zgornjega dela telesa, pogled v tla	*
Glava v podaljšku zgornjega dela	*	Povezava štarta in štartnega pospeška	*
Seštevek:	14 točk	Seštevek:	14 točk

OPISNIKI OCENJEVANJA – ATLETIKA – ŠOLA TEKA	
Nizki skiping	
KRITERIJI	UTEŽ
Postavitev noge na tla (prsti – peta)	*****
Zravnan položaj bokov (ne sedi)	***
Hiter, živahen ritem s kratkimi koraki	***
Zravnan zgornji del telesa	**
Pogled usmerjen naravnost	**
Seštevek:	14 točk

GIMNASTIKA

OSNOVNI PROGRAM	RAVEN ZNANJA OB KONCU PRVEGA LETNIKA	PREVERJANJE	OCENJEVANJE	OCENE	
ŠPORTNA ZVRST				OCENA	VSOTA UTEŽI (število točk)
GIMNASTIKA Z RITMIČNO IZRAZNOSTJO	Dijaki samostojno izbirajo sklop gimnastičnih vaj glede na lastne potrebe in zmožnosti.	• Preval naprej in nazaj,	• Stoja na rokah,	1 (nezadostno)	0 – 4
		• stoja na rokah in glavi,	• mačji skok (DIJAKINJE),	2 (zadostno)	5 – 6
		• premet v stran (boljša stran),	• skok prednožno strižno (DIJAKI),	3 (dobro)	7 – 9
	Obvladajo ritmične prvine brez rekvizita, osnovne prvine akrobatike, prvine ravnotežja in osnove preskakovanja gimnastičnega orodja.	• ritmični koraki na parterju in nizki gredi,	• valčkov korak,	4 (prav dobro)	10 – 11
	Poznajo osnovne gimnastične izraze in pravila.	• razlaga gimnastičnih izrazov in pravil.	• dvojni obrat za 180°.	5 (odlično)	12 - 14

OPIŠNIKI OCENJEVANJA – GIMNASTIKA – OSNOVNI ELEMENTI NA PARTERJU

Dva vezana obrata za 180* v vzponu na eni in drugi nogi		Stoja na rokah		Mačji skok (DIJAKINJE)		Skok prednožno strižno (DIJAKI)		Valčkov korak	
KRITERIJI	UTEŽ	KRITERIJI	UTEŽ	KRITERIJI	UTEŽ	KRITERIJI	UTEŽ	KRITERIJI	UTEŽ
obrat na ln je izveden za 180*	***	samostojna izvedba	***	primerna višina skoka (nad 10 cm od tal)	***	primerna višina skoka (nad 10 cm od tal)	***	prvi korak je primerno dolg	***
obrat na dn je izveden za 180*	***	roke so iztegnjene	***	pravilno gibanje nog	***	pravilno gibanje nog (strig)	***	drugi in tretji korak je krajši	***
vzpon na prste	**	noge so iztegnjene	**	primerna amplituda gibov	**	primerna amplituda gibov	**	vzpon na prste	**
iztegnitev telesa	**	noge so v vertikali	**	mehak doskok	**	mehak doskok	**	pravilna ritmičnost	**
rotacija izvedena s pomočjo celega telesa	**	drža vsaj 2s	*	usklajeno gibanje rok in nog	*	iztegnitev nog pri strigu	*	pravilno gibanje rok	**
		primeren zaklon glave	*	iztegnitev stopal (špičke)	*	iztegnitev stopal	*	gibanje rok je usklajeno z gibanjem nog	*
NI izgube ravnotežja	*	dovolj dolg korak pri odzivu v stoji	*	pravilo gibanje rok (krog)	*	pravilna drža rok (iztegnitev)	*		
povezanost obeh obratov	*	iztegnitev telesa v stoji	*	pravilna drža telesa	*	pravilna drža telesa	*	pravilna drža telesa	*
Seštevek:	14 točk	Seštevek:	14 točk	Seštevek:	14 točk	Seštevek:	14 točk	Seštevek:	14 točk

KOŠARKA

	RAVEN ZNANJA OB KONCU PRVEGA LETNIKA	PREVERJANJE	OCENJEVANJE	OCENE	
				OCENA	VSOTA UTEŽI (število točk)
KOŠARKA	Dijaki obvladajo tehnične prvine vodenja žoge do stopnje, ki omogoča uspešno preigravanje obrambnega igralca in uspešen zaključek akcije s polaganjem na koš in zadetkom.	- Nizko vodenje s spremembo smeri z žogo pred telesom, - prosti met, - igra 1 : 1, 2 : 2, - seznanjenost s pravili (sojenje in pravila igre).	Nizko vodenje s preigravanjem s pasivno obrambo, dvokorak s polaganjem žoge od spodaj.	5 (odlično) 4 (prav dobro) 3 (dobro) 2 (zadostno) 1 (nezadostno)	13 - 15 10 - 12 8 - 9 6 - 7 4 - 5

OPISNIKI OCENJEVANJA – KOŠARKA – OSNOVNI ELEMENTI

VODENJE ŽOGE V PARIH (nizko vodenje)		DVOKORAK S POLAGANJEM ŽOGE OD SPODAJ	
KRITERIJ	UTEŽ	KRITERIJ	UTEŽ
Prosta roka v položaju obrambe žoge.	***	Žogo vodi z zunanjo roko.	***
Žogo vodi brez vidnega nadzora.	**	Nasprotna roka – noga pri odzivu v polaganje.	***
Žogo vodi ob in ne pred telesom.	**	Zamašna noga visoko pokrčena v višini bokov.	**
Žoga ne uhaja iz rok.	**	Dvokorak začenja in polaganje zaključi v primerni razdalji od table.	**
Žoga se odbija v višini bokov.	*	Žogo vodi ob telesu.	*
Telo je v košarkarsko napadalni preži.	*	Notranja roka v položaju branjenja žoge.	*
Žogo vodi ritmično s prisunskimi koraki ali v teku (ne skače).	*	Ritmična izvedba prehoda iz vodenja v dvokorak.	*
Uspešno menja smeri in roki vodenja.	*	Telesa v zraku ne suče.	*
Uspešno preigravanje (roling, sprememba smeri).	*	Zaključek s košem.	*
Ne obrača hrbta obrambnemu igralcu (pogled v smeri gibanja).	*		

Seštevek	15 točk	Seštevek	15 točk
----------	---------	----------	---------

ODBOJKA

OSNOVNI PROGRAM	RAVEN ZNANJA OB KONCU PRVEGA LETNIKA	PREVERJANJE	OCENJEVANJE	OCENE	
ŠPORTNA ZVRST				OCENA	VSOTA UTEŽI (število točk)
ODBOJKA	Dijaki obvladajo tehnične prvine in osnovne taktične kombinacije do stopnje, ki omogoča njihovo povezovanje v preprostih igralnih situacijah. Poznajo osnovna pravila igre.	• Zgornji odboj, • spodnji odboj, • spodnji servis, • igra 3 : 3 na prirejenem igrišču, • igra 6 : 0, • razlaga osnovnih pravil odbojkarske igre in pomena sodniških znakov.	• Zgornji odboj, • spodnji odboj, • spodnji servis.	1 (nezadostno)	0 – 4
				2 (zadostno)	5 – 6
				3 (dobro)	7 – 9
				4 (prav dobro)	10 – 11
				5 (odlično)	12 - 14

OPISNIKI OCENJEVANJA– ODBOJKA – OSNOVNI ELEMENTI					
Zgornji odboj		Spodnji odboj		Spodnji servis	
KRITERIJI	UTEŽ	KRITERIJI	UTEŽ	KRITERIJI	UTEŽ
Srednja odbojarska preža	**	Srednja odbojarska preža	**	Rahlo pokrčena preža	**
Odbojarska košarica	****	Odboj žoge na spodnji pol. podlahti	**	Položaj roke s katero držimo žogo	**
Dotik žoge z blazinicami prstov	****	Roke popolno iztegnjene	****	Položaj roke s katero udarimo žogo	****
Iztegnjene roke po podaji v smeri leta žoge	****	Iztegnitev telesa po odboju žoge	**	Udarec z iztegnjeno roko	**
Iztegnjeno telo po odboju	**	Postavitev nog rahlo diagonalno	**	Mesto udarca po žogi	**
		Točnost odboja	****	Gibanje roke po udarcu	****
Postavitev nog	*				
Seštevek:	14 točk	Seštevek:	14 točk	Seštevek:	14 točk
TOČKOVNIK: 0 – 4 = 1 (nzd), 5 – 6 = 2 (zd), 7 – 9 = 3 (db), 10 – 11 = 4 (pdb), 12 – 14 = 5 (odl)					

IZBIRNI DEL - SPLOŠNA TELESNA PRIPRAVLJENOST

Elementi spremljanja	OPISNIKI IN KRITERIJI OCENJEVANJA – SPLOŠNA TELESNA PRIPRAVLJENOST				
	5	4	3	2	1
SODELOVANJE	- Oblikovanje individualnega cilja za razvoj splošne telesne pripravljenosti, - priprava načrta vadbe, - dosledno izvajanje vadbe, - dosledno sledenje cilju, - vztrajnost in motiviranost za delo in napredek, - doseganje zastavljenega cilja, - napredek.	- Oblikovanje individualnega cilja za razvoj splošne telesne pripravljenosti, - priprava načrta vadbe, - zmanjšana pripravljenost izvajanja vadbe, - zmanjšana pripravljenost sledenja cilju, - pomanjkanje vztrajnosti in motiviranosti za delo, - delno doseganje zastavljenega cilja, - manjši napredek.	- Zmanjšana pripravljenost za oblikovanje individualnega cilja za razvoj splošne telesne pripravljenosti, - potrebna delna pomoč pri pripravi načrta vadbe, - majhna pripravljenost izvajanje vadbe, - manjša motiviranost za doseganje cilja, - manjša vztrajnost in motiviranost za doseganje napredka, - nedoseganje zastavljenega cilja, - zelo majhen napredek.	- Slaba pripravljenost za oblikovanje individualnega cilja za razvoj splošne telesne pripravljenosti, - potrebna večja pomoč pri pripravi načrta vadbe, - zelo šibka pripravljenost izvajanja vadbe, - zelo šibka motiviranost za doseganje cilja, - pomanjkanje vztrajnosti in motiviranosti za doseganje napredka, - nedoseganje zastavljenega cilja, - ni napredka.	- Nepripravljenost za oblikovanje individualnega cilja za razvoj splošne telesne pripravljenosti, - nepripravljenost priprave načrta vadbe, - nepripravljenost izvajanja vadbe, - nemotiviranost za doseganje cilja, - ni vztrajnosti in motiviranosti za doseganje napredka, - nedoseganje zastavljenega cilja, - ni napredka.

ODZIVNOST

Elementi spremljanja	OPISNIKI IN KRITERIJI OCENJEVANJA - ODZIVNOST				
	5	4	3	2	1
ODZIVNOST	- Zmožnost dobre motivacije, - vztrajnost in doslednost, samostojnost, - dobra pripravljenost na sodelovanje v skupini, - sprejemanje vzpodbude učiteljevega, individualnega in skupinskega posredovanja, - redno nosi športno opremo. Vedno upošteva pravila fer pleja	- Zmožnost manjše motivacije, - manjša vztrajnost in doslednost, samostojnost, - manjša pripravljenost na sodelovanje v skupini, - slabo sprejemanje v celoti vzpodbude učiteljevega individualnega in skupinskega posredovanja, - do 3 - krat brez športne opreme. V večini situacij upošteva pravila fer pleja.	- Šibka zmožnost motivacije, - majhna vztrajnost in doslednost, samostojnost, - slaba pripravljenost na sodelovanje v skupini, - slabo sprejemanje vzpodbude učiteljevega individualn. in skupinskega posredovanja, - do 6 - krat brez športne opreme. Včasih krši pravila fer pleja.	- Zelo slaba zmožnost motivacije, - zelo šibka vztrajnost in doslednost, samostojnost, - zelo šibka pripravljenost na sodelovanje v skupini, - zelo slabo sprejemanje vzpodbude učiteljevega individualn. in skupinskega posredovanja, - več kot 10 - krat brez športne opreme. Večkrat krši pravila fer pleja.	- Nemotiviranost za delo, - nevztrajnost in nedoslednost, nesamostojnost, - nepripravljenost na sodelovanje v skupini, - nesprejemanje vzpodbude učiteljevega individualn. in skupinskega posredovanja, - ne nosi športne opreme. Vede se nešportno in ne upošteva pravila fer pleja.

2. LETNIK – KRITERIJI OCENJEVANJA

ATLETIKA

OSNOVNI PROGRAM	RAVEN ZNANJA OB KONCU DRUGEGA LETNIKA	PREVERJANJE	OCENJEVANJE	OCENE	
ŠPORTNA ZVRST				OCENA	VSOTA UTEŽI (število točk)
ATLETIKA	Dijaki glede na svoje sposobnosti pretečejo daljšo razdaljo, izpopolnijo tehniko teka in tehniko osnovnih elementov skokov in metov. Poznajo vpliv in učinke atletske vadbe na zdrav način življenja.	- Šola teka, - neprekinjeni teki 12 minut, - skok v višino, - skok v daljin, - suvanje krogle, - razlaga atletske izrazov in pravi, - šport in zdravje.	- Dolgotrajnejši neprekinjen tek (14min – dijakinja, 18min – dijaki oz. 12. min na čas), - skok v višino (flop).	1 (nezadostno) 2 (zadostno) 3 (dobro) 4 (prav dobro) 5 (odlično)	0 – 4 5 – 6 7 – 9 10 – 11 12 - 14

OPISNIKI OCENJEVANJA – ATLETIKA – SKOK V VIŠINO - FLOP		
		TOČKOVNIK
Skok v višino (flop)		Utež predstavlja največje število točk, ki jih dijak lahko prejme za pravilno izveden del elementa. 1 (nezadostno) 0 – 4 2 (zadostno) 5 – 6 3 (dobro) 7 – 9 4 (prav dobro) 10 – 11 5 (odlično) 12 - 14
KRITERIJI		
Odriv je izveden z eno ного.	***	
Pospešen ritem zadnjih treh korakov.	***	
Uleknjen prehod preko letvice (hrbtko).	**	
Pravilna postavitev odzivne noge.	**	
Tek v zaletu je odločen.	**	
Pravilno izmerjen zalet.	*	
Doskok je izveden na ramena in na blazine.	*	
Seštevek:	14 točk	

KRITERIJI OCENJEVANJA – ATLETIKA – VZDRŽLJIVOSTNI TEK			
OSNOVNI PROGRAM	OCENJEVANJE	OCENE (DIJAKINJE)	
ŠPORTNA ZVRST		OCENA	REZULTAT
ATLETIKA	Vzdržljivostni tek (12 minut)	1 (nezadostno)	< 1869m
		2 (zadostno)	1870 – 2039m
		3 (dobro)	2040 – 2209m
		4 (prav dobro)	2210 –2379m
		5 (odlično)	2380m >
		ali opravi/ni opravi	ali preteče 14 minut

KRITERIJI OCENJEVANJA – ATLETIKA – VZDRŽLJIVOSTNI TEK			
OSNOVNI PROGRAM	OCENJEVANJE	OCENE (DIJAKI)	
ŠPORTNA ZVRST		OCENA	REZULTAT
ATLETIKA	Vzdržljivostni tek (12 minut)	1 (nezadostno) 2 (zadostno) 3 (dobro) 4 (prav dobro) 5 (odlično) ali opravi/ni opravi	< 1954m 1955– 2209m 2210 – 2549m 2550 – 2889m 2890m > ali preteče 18 minut

GIMNASTIKA

OSNOVNI PROGRAM	RAVEN ZNANJA OB KONCU DRUGEGA LETNIKA	PREVERJANJE	OCENJEVANJE	OCENE
ŠPORTNA ZVRST				
GIMNASTIKA Z RITMIČNO IZRAZNOSTJO	Dijaki samostojno izbirajo sklop gimnastičnih vaj glede na lastne potrebe in zmožnosti. Dijaki izpopolnijo preskakovanje gimnastičnega orodja in povežejo preproste elemente v sestav na parterju. Povežejo različne akrobatske, ritmične in plesne prvine.	• Preval naprej in nazaj, • preval naprej iz stoje na rokah, • premet v stran (levo in desno), • preskok preko švedske skrinje, • ritmični koraki na parterju, • povezava prvin v ritmično sestav.	• Sestava na parterju	1 (nezadostno) 2 (zadostno) 3 (dobro) 4 (prav dobro) 5 (odlično)

OPISNIKI OCENJEVANJA – GIMNASTIKA – SESTAVA NA PARTERJU

5	4	3	2	1
Dijak izvede sestav samostojno in brez večjih tehničnih ter estetskih napak.	Dijak izvede sestav samostojno, a z manjšimi tehničnimi in estetskimi napakami.	Dijak izvede sestav samostojno, a z večjimi tehničnimi in estetskimi napakami.	Dijak izvede sestav s pomočjo.	Dijak ne opravi minimalnih zahtev sestave.
VEČJE TEHNIČNE IN ESTETSKE NAPAKE: - vaja ne vsebuje vseh predpisanih elementov, - pomoč pri izvedbi elementa, - nepopolna izvedba elementa, - padec, - daljša prekinitev (pozabi vajo), - pomanjkanje ritma in harmonije.			MANJŠE TEHNIČNE IN ESTETSKE NAPAKE: - slaba drža nog, rok, telesa in glave, - negotovost pri doskokih, - negotovost pri obratih, - krajša prekinitev (razen drže), - pomanjkanje amplitude.	

KOŠARKA

	RAVEN ZNANJA OB KONCU DRUGEGA LETNIKA	PREVERJANJE	OCENJEVANJE	OCENE	
				OCENA	VSOTA UTEŽI (število točk)
KOŠARKA	Dijaki obvladajo tehnične prvine vodenja žoge do stopnje, ki omogoča uspešno preigravanje obrambnega igralca in uspešen zaključek akcije s polaganjem na koš in zadetkom.	- Nizko vodenje s spremembo smeri z žogo pred telesom, - prosti met, - skok met, - igra 1 : 1, 2 : 2, - seznanjenost s pravili (sojenje in pravila igre).	tehnika izvedbe testa petih žog.	5 (odlično) 4 (prav dobro) 3 (dobro) 2 (zadostno) 1 (nezadostno)	12 - 14 10 - 11 7 - 9 5 - 6 0 - 4

KOŠARKA	OPISNIKI IN KRITERI OCENJEVANJE – KOŠARKA -TEST PETIH ŽOG – TEHNIKA IZVEDBE				
	KRITERIJ	UTEŽ	OCENJEVANJE	OCENA	VSOTA UTEŽI
	Prehod v vodenje	***	TEST PETIH ŽOG	5 (odlično)	11 - 12
	Met z eno roko iznad glave ali met z eno roko od spodaj (polaganje žoge) po dvokoraku	***		4 (prav dobro)	9 - 10
	Podaja po skoku za odbito žogo	**		3 (dobro)	7 – 8
	Test izvaja v primerni hitrosti	*		2 (zadostno)	5 - 6
	Žoga ne uhaja iz rok.	**		1 (nezadostno)	0 - 4
	Žogo vodi ob telesu.	*			
	Seštevek	12 točk			

ODBOJKA

OSNOVNI PROGRAM	RAVEN ZNANJA OB KONCU DRUGEGA LETNIKA	PREVERJANJE	OCENJEVANJE	OCENE	
ŠPORTNA ZVRST				OCENA	VSOTA UTEŽI (število točk)
ODBOJKA	Dijaki obvladajo tehnične prvine in osnovne taktične kombinacije do stopnje, ki omogoča njihovo povezovanje v preprostih igralnih situacijah. Uporabljajo osnovna pravila igre in poznajo sodniške znake.	- Zgornji servis, - igra 3 : 3 na prirejenem igrišču, - igra 6 : 0, - razlaga osnovnih pravil odbojkarske igre in pomena sodniških znakov.	- Igra 6 : 0 ali - prilagojena igra 3:3.	1 (nezadostno) 2 (zadostno) 3 (dobro) 4 (prav dobro) 5 (odlično)	0 – 4 5 – 6 7 – 9 10 – 11 12 - 14

OPISNIKI OCENJEVANJA – ODBOJKA - IGRA

	1	2	3	4	5
ODBOJKA IGRA 6 : 0	Dijak ne opravi minimalnih zahtev izbrane naloge.	Dijak v igri povezuje tehnične elemente s številnimi večjimi napakami in jih delno uporablja v taktičnih rešitvah. Pri zaključevanju igralnih situacij je manj uspešen.	Dijak v igri povezuje tehnične elemente z večjimi napakami in jih delno uporablja v taktičnih rešitvah. Pri zaključevanju igralnih situacij je delno uspešen.	Dijak v igri povezuje tehnične elemente z manjšimi napakami in jih uporablja v taktičnih rešitvah. Igralne situacije zaključuje zanesljivo.	Dijak v igri povezuje tehnične elemente in jih uporablja v taktičnih rešitvah. Igralne situacije zaključuje učinkovito.

IZBIRNI DEL - SPLOŠNA TELESNA PRIPRAVLJENOST

Elementi spremljanja	OPISNIKI IN KRITERIJI OCENJEVANJA – SPLOŠNA TELESNA PRIPRAVLJENOST				
	5	4	3	2	1
SODELOVANJE	- Oblikovanje individualnega cilja za razvoj splošne telesne pripravljenosti, - priprava načrta vadbe, - dosledno izvajanje vadbe, - dosledno sledenje cilju, - vztrajnost in motiviranost za delo in napredek, - doseganje zastavljenega cilja, - napredek.	- Oblikovanje individualnega cilja za razvoj splošne telesne pripravljenosti, - priprava načrta vadbe, - zmanjšana pripravljenost izvajanja vadbe, - zmanjšana pripravljenost sledenja cilju, - pomanjkanje vztrajnosti in motiviranosti za delo, - delno doseganje zastavljenega cilja, - manjši napredek.	- Zmanjšana pripravljenost za oblikovanje individualnega cilja za razvoj splošne telesne pripravljenosti, - potrebna delna pomoč pri pripravi načrta vadbe, - majhna pripravljenost izvajanje vadbe, - manjša motiviranost za doseganje cilja, - manjša vztrajnost in motiviranost za doseganje napredka, - nedoseganje zastavljenega cilja, - zelo majhen napredek.	- Slaba pripravljenost za oblikovanje individualnega cilja za razvoj splošne telesne pripravljenosti, - potrebna večja pomoč pri pripravi načrta vadbe, - zelo šibka pripravljenost izvajanja vadbe, - zelo šibka motiviranost za doseganje cilja, - pomanjkanje vztrajnosti in motiviranosti za doseganje napredka, - nedoseganje zastavljenega cilja, - ni napredka.	- Nepripravljenost za oblikovanje individualnega cilja za razvoj splošne telesne pripravljenosti, - nepripravljenost priprave načrta vadbe, - nepripravljenost izvajanja vadbe, - nemotiviranost za doseganje cilja, - ni vztrajnosti in motiviranosti za doseganje napredka, - nedoseganje zastavljenega cilja, - ni napredka.

ODZIVNOST

Elementi spremljanja	OPISNIKI IN KRITERIJI OCENJEVANJA - ODZIVNOST				
	5	4	3	2	1
ODZIVNOST	- Zmožnost dobre motivacije, - vztrajnost in doslednost, samostojnost, - dobra pripravljenost na sodelovanje v skupini, - sprejemanje vzpodbude učiteljevega, individualnega in skupinskega posredovanja, - redno nosi športno opremo. Vedno upošteva pravila fer pleja	- Zmožnost manjše motivacije, - manjša vztrajnost in doslednost, samostojnost, - manjša pripravljenost na sodelovanje v skupini, - slabo sprejemanje v celoti vzpodbude učiteljevega individualnega in skupinskega posredovanja, - do 3 - krat brez športne opreme. V večini situacij upošteva pravila fer pleja.	- Šibka zmožnost motivacije, - majhna vztrajnost in doslednost, samostojnost, - slaba pripravljenost na sodelovanje v skupini, - slabo sprejemanje vzpodbude učiteljevega individualn. in skupinskega posredovanja, - do 6 - krat brez športne opreme. Včasih krši pravila fer pleja.	- Zelo slaba zmožnost motivacije, - zelo šibka vztrajnost in doslednost, samostojnost, - zelo šibka pripravljenost na sodelovanje v skupini, - zelo slabo sprejemanje vzpodbude učiteljevega individualn. in skupinskega posredovanja, - več kot 10 - krat brez športne opreme. Večkrat krši pravila fer pleja.	- Nemotiviranost za delo, - nevztrajnost in nedoslednost, nesamostojnost, - nepripravljenost na sodelovanje v skupini, - nesprejemanje vzpodbude učiteljevega individualn. in skupinskega posredovanja, - ne nosi športne opreme. Vede se nešportno in ne upošteva pravila fer pleja.

3. LETNIK – KRITERIJI OCENJEVANJA

ATLETIKA

OSNOVNI PROGRAM	RAVEN ZNANJA OB KONCU TRETJEGA LETNIKA	PREVERJANJE	OCENJEVANJE	OCENE	
ŠPORTNA ZVRST				OCENA	VSOTA UTEŽI (število točk)
ATLETIKA	Dijaki glede na svoje sposobnosti pretečejo daljšo razdaljo, izpopolnijo tehniko teka, tehniko skokov in metov. Samostojno izbirajo naloge za ohranjanje in razvoj gibalnih in funkcionalnih sposobnosti.	- Neprekinjeni teki, - skok v višino (flop).	- Dolgotrajnejši neprekinjen tek (14min – dijakinje, 18min – dijaki oz. 12. min na čas), - suvanje krogle ali - skok v daljino	1 (nezadostno) 2 (zadostno) 3 (dobro) 4 (prav dobro) 5 (odlično)	0 – 4 5 – 6 7 – 9 10 – 11 12 - 14

OPISNIKI OCENJEVANJA – ATLETIKA – SKOK V DALJINO, SUVANJE KROGLE			
		TOČKOVNIK	
Suvanje krogle		Skok v daljino	
KRITERIJI	UTEŽ	KRITERIJI	UTEŽ
Odločen izmet in zamah z roko v smeri meta.	***	Doskok izveden na obe nogi (sonožno).	***
Izvede prisunski korak pred izmetom.	***	Pravilen ritem zadnjih treh korakov.	***
Pred izmetom je teža telesa na zadnji nogi.	**	Zalet je hiter in odločen.	**
Pred izmetom je krogla pravilno naložena na vrat.	**	Po odzivu ohrani vzletni položaj.	**
Komolec izmetne roke je odmaknjen od telesa.	**	Doskok je izveden v čep.	**
Po izmetu preskok iz sprednje na zadnjo nogo.	*	Zalet je pravilno izmerjen.	*
Ni prestopa.	*	Pri doskoku izvede	*

Utež predstavlja največje število točk, ki jih dijak lahko prejme za pravilno izveden del elementa.

1 (nezadostno)	0 – 4
2 (zadostno)	5 – 6
3 (dobro)	7 – 9
4 (prav dobro)	10 – 11
5 (odlično)	12 - 14

		reševanje v stran.		
Seštevek:	14 točk	Seštevek:	14 točk	

OPISNIKI OCENJEVANJA – ATLETIKA – VZDRŽLJIVOSTNI TEK			
OSNOVNI PROGRAM	OCENJEVANJE	OCENE (DIJAKINJE)	
ŠPORTNA ZVRST		OCENA	REZULTAT
ATLETIKA	Vzdržljivostni tek (12 minut)	1 (nezadostno)	< 1869m
		2 (zadostno)	1870 – 2039m
		3 (dobro)	2040 – 2209m
		4 (prav dobro)	2210 –2379m
		5 (odlično)	2380m >
		ali opravi/ni opravi	ali preteče 14 minut

OPISNIKI OCENJEVANJA – ATLETIKA – VZDRŽLJIVOSTNI TEK			
OSNOVNI PROGRAM	OCENJEVANJE	OCENE (DIJAKI)	
ŠPORTNA ZVRST		OCENA	REZULTAT
ATLETIKA	Vzdržljivostni tek (12 minut)	1 (nezadostno) 2 (zadostno) 3 (dobro) 4 (prav dobro) 5 (odlično) ali opravil/ni opravil	< 1954m 1955– 2209m 2210 – 2549m 2550 – 2889m 2890m > ali Preteče 18 minut

GIMNASTIKA

OSNOVNI PROGRAM	RAVEN ZNANJA OB KONCU TRETJEGA LETNIKA	PREVERJANJE	OCENJEVANJE	OCENE	
ŠPORTNA ZVRST				OCENA	VSOTA UTEŽI (število točk)
GIMNASTIKA Z RITMIČNO IZRAZNOSTJO	Dijaki samostojno izbirajo sklop gimnastičnih vaj glede na lastne potrebe in zmožnosti. Dijaki izpopolnijo preskakovanje gimnastičnega orodja in skoke na mali prožni ponjavi.	• Skoki na mali prožni ponjavi, • Elementi na drogu in bradlji, • preskoki preko kože, • elementi ritmične gimnastike. • Skoki in koraki na gredi	• Skok raznožno preko kože ali • skok skrčno preko kože ali • vaja na gredi ali • Osnovni elementi na mali prožni ponjavi (fantje).	1 (nezadostno)	0 – 4
				2 (zadostno)	5 – 6
				3 (dobro)	7 – 9
				4 (prav dobro)	10 – 11
				5 (odlično)	12 - 14

OPISNIKI OCENJEVANJA – GIMNASTIKA - PRESKOK KOZE			
Skok skrčno preko koze		Skok raznožno preko koze	
KRITERIJI	UTEŽ	KRITERIJI	UTEŽ
Samostojna izvedba	***	Samostojna izvedba	***
Primerna amplituda in drža v prvi fazi leta	**	Primerna amplituda in drža v prvi fazi leta	**
Iztegnitev rok pri opori na orodje	**	Iztegnitev rok pri opori na orodje	**
Preskok brez dotika orodja z nogama	**	Preskok brez dotika orodja z nogama	**
Primerna drža telesa in nog pri prehodu čez orodje	**	Primerna drža telesa in iztegnitev nog pri prehodu čez orodje	**
Pravočasen odziv z orodja	*	Pravočasen odziv z orodja	*
Gotov doskok	**	Gotov doskok	**
Seštevek:	14 točk	Seštevek:	14 točk
TOČKOVNIK: 0 – 4 = 1 (nzd), 5 – 6 = 2 (zd), 7 – 9 = 3 (db), 10 – 11 = 4 (pdb), 12 – 14 (odl)			

OPISNIKI OCENJEVANJA – GIMNASTIKA - SKOKI NA MALI PROŽNI PONJAVI								
SKOK STEGNJENO		SKOK STEGNJENO Z OBRATOM ZA 180°/ 360°		SKOK SKRČNO		SKOK PREDNOŽNO RAZNOŽNO		TOČKOVNIK
KRITERIJI	UTEŽ	KRITERIJI	UTEŽ	KRITERIJI	UTEŽ	KRITERIJI	UTEŽ	Utež predstavlja največje število točk, ki jih dijak lahko prejme za pravilno izveden del elementa. 1 (nezadostno) 0 – 4 2 (zadostno) 5 – 6 3 (dobro) 7 – 9 4 (prav dobro) 10 – 11 5 (odlično) 12 - 14
Zalet in naskok na ponjavo.	***	Zalet in naskok na ponjavo.	***	Zalet in naskok na ponjavo.	***	Zalet in naskok na ponjavo.	***	
Zamah z rokami iz zaročenja v vzročenje.	***	Zamah z rokami iz zaročenja v vzročenje.	***	Zamah z rokami do vzročenja.	***	Zamah z rokami do vzročenja.	***	
Višina skoka.	**	Obrat za 180°/ 360°.	***	Skrčenje nog prednožno, dotik goleni.	***	Prednoženje raznožno in predklon.	***	
Vzravnanost drža telesa.	***	Višina skoka.	**	Doskok vzravnanost, vzročenje.	**	Doskok vzravnanost, vzročenje.	**	
Doskok je tik za ponjavo.	**	Doskok je tik za ponjavo.	**	Ni izgube ravnotežja.	**	Ni izgube ravnotežja.	**	
Ni izgube ravnotežja.	*	Ni izgube ravnotežja.	*	Lepa izvedba skoka.	*	Lepa izvedba skoka.	*	
Seštevek:	14 točk	Seštevek:	14 točk	Seštevek:	14 točk	Seštevek:	14 točk	

OPISNIKI OCENJEVANJA – GIMNASTIKA – VAJA NA GREDI				
5	4	3	2	1
Dijak izvede sestav samostojno in brez večjih tehničnih ter estetskih napak.	Dijak izvede sestav samostojno, a z manjšimi tehničnimi in estetskimi napakami.	Dijak izvede sestav samostojno, a z večjimi tehničnimi in estetskimi napakami.	Dijak izvede sestav s pomočjo.	Dijak ne opravi minimalnih zahtev sestave.
VEČJE TEHNIČNE IN ESTETSKE NAPAKE: - vaja ne vsebuje vseh predpisanih elementov, - pomoč pri izvedbi elementa, - nepopolna izvedba elementa, - padec, - daljša prekinitev (pozabi vajo), - pomanjkanje ritma in harmonije.		MANJŠE TEHNIČNE IN ESTETSKE NAPAKE: - slaba drža nog, rok, telesa in glave, - negotovost pri doskokih, - negotovost pri obratih, - krajša prekinitev (razen drže), - pomanjkanje amplitude.		

ODBOJKA

OSNOVNI PROGRAM	RAVEN ZNANJA OB KONCU TRETJEGA LETNIKA	PREVERJANJE	OCENJEVANJE	OCENE	
ŠPORTNA ZVRST				OCENA	VSOTA UTEŽI (število točk)
ODBOJKA	Dijaki obvladajo tehnične prvine in osnovne taktične kombinacije do stopnje, ki omogoča njihovo povezovanje v preprostih igralnih situacijah. Uporabljajo osnovna pravila igre in poznajo sodniške znake.	- Zgornji servis, - blok (enojni in dvojni), - napadalni udarec, - igra 6 : 0 z napadalnim udarcem in postavitv dvojnega bloka, - igra 4 : 2 dijaka.	Napadalni udarec ali zgornji servis.	1 (nezadostno) 2 (zadostno) 3 (dobro) 4 (prav dobro) 5 (odlično)	0 – 4 5 – 6 7 – 9 10 – 11 12 - 14

OPISNIKI OCENJEVANJA – ODBOJKA – NAPADALNI UDAREC

TOČKOVNIK - NAPADALNI UDAREC

Zalet	***	*** dvokoračni zalet, hiter, odločen ** počasen, neodločen, * nepravilni koraki
Odriv	***	*** sonožen odriv, eksploziven, odločen ** malo odriva, * enonožen odriv, brez odriva
Udarec po žogi	***	*** pravilna postavitev roke-dlani, udarec na pravo mesto ** nepravilna postavitev dlani /obrnjena navzven/ * udarec s prsti, skrčena roka,
Doskok	***	*** doskok na isto mesto, kot je bil odriv , brez dotika mreže * doskok naprej, dotik mreže
Udarec v polje	**	*** udarec v polje ** udarec v avt 0 udarec v mrežo
Seštevek	14 točk	TOČKOVNIK: 0 – 4 = 1 (nzd), 5 – 6 = 2 (zd), 7 – 9 = 3 (db), 10 – 11 = 4 (pdb), 12 – 14 = 5 (odl)

OPISNIKI OCENJEVANJA – ODBOJKA – ZGORNJI SERVIS			
OSNOVNI PROGRAM	OCENJEVANJE	OCENE	
ŠPORTNA ZVRST		OCENA	VSOTA UTEŽI (število točk)
ODBOJKA	Zgornji servis	1 (nezadostno)	0 – 2
		2 (zadostno)	3 - 4
		3 (dobro)	5 – 6
		4 (prav dobro)	7 – 8
		5 (odlično)	10 - 9

ROKOMET

OSNOVNI PROGRAM	RAVEN ZNANJA OB KONCU TRETJEGA LETNIKA	PREVERJANJE	OCENJEVANJE	OCENE	
ŠPORTNA ZVRST				OCENA	VSOTA UTEŽI (število točk)
ROKOMET	Dijaki obvladajo tehnične prvine in osnovne taktične kombinacije do stopnje, ki omogoča njihovo povezovanje v preprostih igralnih situacijah. Poznajo osnovna rokometna pravila igre.	• Vodenje žoge, • lovljenje žoge, • komolčna podaja, • dolga podaja, • strel s tal, • strel iz skoka (fantje), • razlaga osnovnih rokometnih pravil, • pomen sodniških znakov.	• Komolčna podaja, • dolga podaja, • strel s tal, • strel iz skoka (dijaki).	1 (nezadostno)	0 – 4
				2 (zadostno)	5 – 6
				3 (dobro)	7 – 9
				4 (prav dobro)	10 – 11
				5 (odlično)	12 - 14

OPISNIKI – ROKOMET – KOMOLČNA PODAJA

NOGE	ROKA	LOVLJENJE ŽOGE	ZG. .DEL TELESA	CILJ PODAJE
• Diagonalna postavitev nog, • teža telesa je na zadnji nogi, • prehod iz nizkega skipa v pravilen položaj nog.	• Komolec je višje od ramena, • roka je pokrčena vsaj pod kotom 90 stopinj in ne več kot 120 stopinj, • dlan je obrnjena navzven, • po podaji roka sledi žogi do iztegnitve, • komolec prehití zapestje.	• Roki pred telesom sta sproščeni, • amortizacija žoge, • roki blizu skupaj v »rokometni košarici«.	• Odsuk telesa pri izmetu.	• Soigralec sprejme podajo v višini prsi, • lok podaje.
***	*****	***	*	**

OPISNIKI OCENJEVANJA – ROKOMET – DOLGA PODOJA				
NOGE	ROKA	LOVLJENJE ŽOGE	ZG. DEL TELESA	CILJ PODOJA
• Diagonalna postavitev nog, • teža telesa je na zadnji nogi, • prisunski koraki.	• Komolec je višje od ramena, • roka je pokrčena vsaj pod kotom 90 stopinj in ne več kot 120 stopinj, • dlan je obrnjena navzven, • po podaji roka sledi žogi do iztegnitve.	• Roki pred telesom sta sproščeni, • amortizacija žoge, • roki blizu skupaj v »rokometni košarici«.	• Zasuk telesa pri pripravi na podajo, • odsuk telesa pri izmetu.	• Soigralec sprejme podajo v višini prsi, • lok podaje.
***	****	***	**	**

OPISNIKI OCENJEVANJA – ROKOMET – STREL S TAL

NOGE	ROKA	ZG. DEL TELESA	CILJ STRELA	PRAVILA
• Tri- koračni zalet z enkratnim vodenjem, • strel izvede s pomočjo prisunskega koraka, • prenos teže telesa pri strelu na gol na sprednjo nogo.	• Komolec je višje od ramena, • roka je pokrčena vsaj pod kotom 90 stopinj in ne več kot 120 stopinj, • dlan je obrnjena navzven, • po strelu roka izrazito sledi žogi do iztegnitve, • met na gol (na koncu ni oplazenja žoge s prsti kot pri podaji).	• Zasuk telesa pri pripravi na strel, • odsuk telesa pri izmetu.	• Zadetek je dosežen v zgornjem delu vrat.	• Zadetek je izveden pravilno (ni prestopa), • koraki (dovoljeni trije koraki in ne več).
***	*****	**	**	**

OPISNIKI OCENJEVANJA – ROKOMET – STREL S SKOKA

ODRIVNA NOGA	ZAMAŠNA NOGA	ROKA	ZG. DEL TELESA	CILJ STRELA	PRAVILA
• Tri-koračni zalet z enkratnim vodenjem, • odziv izveden z ene noge.	• Zamašna noga je pokrčena in pomaga pri odzivu v višino, • pot kolena zamašne noge je stran in gor.	• Komolec je višje od ramena, • roka je pokrčena vsaj pod kotom 90 stopinj in ne več kot 120 stopinj, • dlan je obrnjena navzven, • po strelu roka izrazito sledi žogi do iztegnitve, • met na gol (na koncu ni oplazenja žoge s prsti kot pri podaji).	• Zasuk telesa pri pripravi na strel, • odsuk telesa pri izmetu.	• Zadetek je dosežen v zgornjem delu vrat.	• Zadetek je izveden pravilno (ni prestopa), • koraki (dovoljeni trije koraki in ne več).
**	**	*****	**	*	**

IZBIRNI DEL - SPLOŠNA TELESNA PRIPRAVLJENOST

Elementi spremljanja	OPISNIKI IN KRITERIJI OCENJEVANJA – SPLOŠNA TELESNA PRIPRAVLJENOST				
	5	4	3	2	1
SODELOVANJE	- Oblikovanje individualnega cilja za razvoj splošne telesne pripravljenosti, - priprava načrta vadbe, - dosledno izvajanje vadbe, - dosledno sledenje cilju, - vztrajnost in motiviranost za delo in napredek, - doseganje zastavljenega cilja, - napredek.	- Oblikovanje individualnega cilja za razvoj splošne telesne pripravljenosti, - priprava načrta vadbe, - zmanjšana pripravljenost izvajanja vadbe, - zmanjšana pripravljenost sledenja cilju, - pomanjkanje vztrajnosti in motiviranosti za delo, - delno doseganje zastavljenega cilja, - manjši napredek.	- Zmanjšana pripravljenost za oblikovanje individualnega cilja za razvoj splošne telesne pripravljenosti, - potrebna delna pomoč pri pripravi načrta vadbe, - majhna pripravljenost izvajanje vadbe, - manjša motiviranost za doseganje cilja, - manjša vztrajnost in motiviranost za doseganje napredka, - nedoseganje zastavljenega cilja, - zelo majhen napredek.	- Slaba pripravljenost za oblikovanje individualnega cilja za razvoj splošne telesne pripravljenosti, - potrebna večja pomoč pri pripravi načrta vadbe, - zelo šibka pripravljenost izvajanja vadbe, - zelo šibka motiviranost za doseganje cilja, - pomanjkanje vztrajnosti in motiviranosti za doseganje napredka, - nedoseganje zastavljenega cilja, - ni napredka.	- Nepripravljenost za oblikovanje individualnega cilja za razvoj splošne telesne pripravljenosti, - nepripravljenost priprave načrta vadbe, - nepripravljenost izvajanja vadbe, - nemotiviranost za doseganje cilja, - ni vztrajnosti in motiviranosti za doseganje napredka, - nedoseganje zastavljenega cilja, - ni napredka.

ODZIVNOST

Elementi spremljanja	OPISNIKI OCENJEVANJA - ODZIVNOST				
	5	4	3	2	1
ODZIVNOST	- Zmožnost dobre motivacije, - vztrajnost in doslednost, samostojnost, - dobra pripravljenost na sodelovanje v skupini, - sprejemanje vzpodbude učiteljevega, individualnega in skupinskega posredovanja, - redno nosi športno opremo. Vedno upošteva pravila fer pleja	- Zmožnost manjše motivacije, - manjša vztrajnost in doslednost, samostojnost, - manjša pripravljenost na sodelovanje v skupini, - slabo sprejemanje v celoti vzpodbude učiteljevega individualnega in skupinskega posredovanja, - do 3 - krat brez športne opreme. V večini situacij upošteva pravila fer pleja.	- Šibka zmožnost motivacije, - majhna vztrajnost in doslednost, samostojnost, - slaba pripravljenost na sodelovanje v skupini, - slabo sprejemanje vzpodbude učiteljevega individualn. in skupinskega posredovanja, - do 6 - krat brez športne opreme. Včasih krši pravila fer pleja.	- Zelo slaba zmožnost motivacije, - zelo šibka vztrajnost in doslednost, samostojnost, - zelo šibka pripravljenost na sodelovanje v skupini, - zelo slabo sprejemanje vzpodbude učiteljevega individualn. in skupinskega posredovanja, - več kot 10 - krat brez športne opreme. Večkrat krši pravila fer pleja.	- Nemotiviranost za delo, - nevztrajnost in nedoslednost, nesamostojnost, - nepripravljenost na sodelovanje v skupini, - nesprejemanje vzpodbude učiteljevega individualn. in skupinskega posredovanja, - ne nosi športne opreme. Vede se nešportno in ne upošteva pravila fer pleja.

4. LETNIK – KRITERIJI OCENJEVANJA

ATLETIKA

OSNOVNI PROGRAM	RAVEN ZNANJA OB KONCU TRETJEGA LETNIKA	PREVERJANJE	OCENJEVANJE	OCENE	
ŠPORTNA ZVRST				OCENA	VSOTA UTEŽI (število točk)
ATLETIKA	Dijaki glede na svoje sposobnosti pretečejo daljšo razdaljo, izpopolnijo tehniko teka, tehniko skokov in metov. Samostojno izbirajo naloge za ohranjanje in razvoj gibalnih in funkcionalnih sposobnosti.	- Neprekinjeni teki, - skok v višino (flop).	- Dolgotrajnejši neprekinjen tek (14min – dijakinje, 18min – dijaki oz. 12. min na čas) - suvanje krogle ali - skok v daljino	1 (nezadostno) 2 (zadostno) 3 (dobro) 4 (prav dobro) 5 (odlično)	0 – 4 5 – 6 7 – 9 10 – 11 12 - 14

OPISNIKI OCENJEVANJA – ATLETIKA – SUVANJE KROGLE, SKOK V DALJINO				
				TOČKOVNIK
Suvanje krogle		Skok v daljino		Utež predstavlja največje število točk, ki jih dijak lahko prejme za pravilno izveden del elementa. 1 (nezadostno) 0 – 4 2 (zadostno) 5 – 6 3 (dobro) 7 – 9 4 (prav dobro) 10 – 11 5 (odlično) 12 - 14
KRITERIJI	UTEŽ	KRITERIJI	UTEŽ	
Odločen izmet in zamah z roko v smeri meta.	***	Doskok izveden na obe nogi (sonožno).	***	
Izvede prisunski korak pred izmetom.	***	Pravilen ritem zadnjih treh korakov.	***	
Pred izmetom je teža telesa na zadnji nogi.	**	Zalet je hiter in odločen.	**	
Pred izmetom je krogla pravilno naložena na vrat.	**	Po odzivu ohrani vzletni položaj.	**	
Komolec izmetne roke je odmaknjen od telesa.	**	Doskok je izveden v čep.	**	
Po izmetu preskok iz sprednje na zadnjo nogo.	*	Zalet je pravilno izmerjen.	*	
Ni prestopa.	*	Pri doskoku izvede reševanje v stran.	*	

Seštevek:	14 točk	Seštevek:	14 točk	
------------------	----------------	------------------	----------------	--

OPISNIKI OCENJEVANJA – ATLETIKA – VZDRŽLJIVOSTNI TEK			
OSNOVNI PROGRAM	OCENJEVANJE	OCENE (DIJAKINJE)	
ŠPORTNA ZVRST		OCENA	REZULTAT
ATLETIKA	Vzdržljivostni tek (12 minut)	1 (nezadostno)	< 1869m
		2 (zadostno)	1870 – 2039m
		3 (dobro)	2040 – 2209m
		4 (prav dobro)	2210 –2379m
		5 (odlično)	2380m >
		ali opravi/ni opravi	ali preteče 14 minut

OPISNIKI OCENJEVANJA – ATLETIKA – VZDRŽLJIVOSTNI TEK			
OSNOVNI PROGRAM	OCENJEVANJE	OCENE (DIJAKI)	
ŠPORTNA ZVRST		OCENA	REZULTAT
ATLETIKA	Vzdržljivostni tek (12 minut)	1 (nezadostno) 2 (zadostno) 3 (dobro) 4 (prav dobro) 5 (odlično) ali opravil/ni opravil	< 1954m 1955– 2209m 2210 – 2549m 2550 – 2889m 2890m > ali Preteče 18 minut

GIMNASTIKA

OSNOVNI PROGRAM	RAVEN ZNANJA OB KONCU ČETRTEGA LETNIKA	PREVERJANJE PREDLAGANE NALOGE	OCENJEVANJE	OCENE	
ŠPORTNA ZVRST				OCENA	ŠTEVILO TOČK
GIMNASTIKA SKOKI Z MALE PROŽNE PONJAVE	Dijaki samostojno, varno in zanesljivo izvedejo različne skoke z male prožne ponjave. Vse skoke izvajajo z asistenco. Razvijajo občutek orientacije v prostoru, koordinacije, odločnosti in premagovanja strahu.	- Osnovni skoki: skok stegnjeno, - skok vleknjeno, - skok stegnjeno z obratom za 180° /360° okoli vzdolžne osi, - skok prednožno raznožno, - skok skrčno, - skok raznožno, - skok prednožno – snožno.	- Skok stegnjeno ali - skok stegnjeno z obratom za 180°/ 360° ali - skok prednožno skrčno/raznožno ali - skok z zabijanjem na koš.	1 (nezadostno)	0 – 4
				2 (zadostno)	5 – 6
				3 (dobro)	7 – 9
				4 (prav dobro)	10 – 11
				5 (odlično)	12 - 14

OPISNIKI IN KRITERI OCENJEVANJA – GIMNASTIKA – MALA PROŽNA PONJAVA								
SKOK STEGNJENO		SKOK STEGNJENO Z OBRATOM ZA 180°/ 360°		SKOK SKRČNO		SKOK PREDNOŽNO RAZNOŽNO		TOČKOVNIK
KRITERIJI	UTEŽ	KRITERIJI	UTEŽ	KRITERIJI	UTEŽ	KRITERIJI	UTEŽ	Utež predstavlja največje število točk, ki jih dijak lahko prejme za pravilno izveden del elementa. 1 (nezadostno) 0 – 4 2 (zadostno) 5 – 6 3 (dobro) 7 – 9 4 (prav dobro) 10 – 11 5 (odlično) 12 - 14
Zalet in naskok na ponjavo.	***	Zalet in naskok na ponjavo.	***	Zalet in naskok na ponjavo.	***	Zalet in naskok na ponjavo.	***	
Zamah z rokami iz zaročenja v vzročenje.	***	Zamah z rokami iz zaročenja v vzročenje.	***	Zamah z rokami do vzročenja.	***	Zamah z rokami do vzročenja.	***	
Višina skoka.	**	Obrat za 180°/ 360°.	***	Skrčenje nog prednožno, dotik goleni.	***	Prednoženje raznožno in predklon.	***	
Vzravnanost drža telesa.	***	Višina skoka.	**	Doskok vzravnanost, vzročenje.	**	Doskok vzravnanost, vzročenje.	**	
Doskok je tik za ponjavo.	**	Doskok je tik za ponjavo.	**	Ni izgube ravnotežja.	**	Ni izgube ravnotežja.	**	
Ni izgube ravnotežja.	*	Ni izgube ravnotežja.	*	Lepa izvedba skoka.	*	Lepa izvedba skoka.	*	
Seštevek:	14 točk	Seštevek:	14 točk	Seštevek:	14 točk	Seštevek:	14 točk	

OPIŠNIKI OCENJEVANJA – GIMNASTIKA - AKROBATIKA (DIJAKI)

	odlično 5	prav dobro 4	dobro 3	zadostno 2	nezadostno 1
SKOKI Z MALE PROŽNE PONJAVE	- Dijak pred zabijanjem izvede v zraku poljubno atraktivno koreografijo in zabije žogo skozi koš. obroč z eno ali obema rokama. Odriv s ponjave je izveden visoko in energično. - Dijaki v parih, trojicah ali več skupaj izvedejo zabijanje skozi košarkarski obroč, pri čemer menjajo vloge, tako, da vsakdo v skupini zabije žogo skozi obroč.	- Dijak z obema rokama zabije košarkarsko žogo skozi obroč, pri čemer zadovolji zahteve za zalet in odriv na in s prožne ponjave, ki sta izvedena odločno in hitro.	- Dijak korektno izvaja osnovne skoke (skok iztegnjeno, skršno, z obratom za 180 in 360 stopinj ter skok raznožno) z doskokom na mesto snožno. - Dijak se z obema rokama dotakne obroča z minimalne zahtevane razdalje ali z eno roko zabije žogo skozi obroč.	- Dijak pokaže interes in izvaja osnovne prvine ter zadosti kriterijem za minimalno pozitivno oceno, ki obsega obvladanje zaleta in odriva na in s prožne ponjave ter doskoka pri osnovnih skokih. Skoki so površni, brez zahtevanega doskoka.	- Dijak ni pripravljen na izvajanje osnovnih skokov ali le-te izvaja brez zahtevanega pristopa za zadostitev osnovne varnosti.

OSNOVNI PROGRAM	RAVEN ZNANJA OB KONCU ČETRTEGA LETNIKA	PREVERJANJE	OCENJEVANJE	OCENE	
ŠPORTNA ZVRST				OCENA	VSOTA UTEŽI (število točk)
ODBOJKA	Dijaki obvladajo tehnične prvine in osnovne taktične kombinacije do stopnje, ki omogoča njihovo povezovanje v preprostih igralnih situacijah. Uporabljajo osnovna pravila igre in poznajo sodniške znake.	• Zgornji servis, • napadalni udarec, • igra 6 : 0 dijakinje, • prirejena igra treh dijakinj z obveznim zgornjim servisom in napadalnim udarcem, • igra 4 : 2 dijaka.	• <u>Dijakinje:</u> prirejena igra treh dijakinj z obveznim zgornjim servisom in napadalnim udarcem - ali • Igra 6:0. • <u>Dijaki:</u> igra 4 : 2 ali igra 6:0 ali prirejena igra 3:3	1 (nezadostno) 2 (zadostno) 3 (dobro) 4 (prav dobro) 5 (odlično)	0 – 4 5 – 6 7 – 9 10 – 11 12 - 14

ODBOJKA

4. LETNIK	OPISNIKOCENJEVANJA – ODBOJKA - IGRA				
ODBOJKA IGRA	NZD (1)	ZD (2)	DB (3)	PDB (4)	ODL (5)
	Dijak se v danih igralnih situacijah ne znajde in ne opravi minimalnih tehnično taktičnih nalog.	Dijak v igralni situaciji svoje tehnične naloge opravlja pod nivojem za uspešno zaključevanje, pri taktičnih zamislih pa je nezanesljiv.	Dijak se v igro vključuje z grobo izdelanimi tehničnimi elementi, ki že pripomorejo k delnemu uresničevanju taktičnih zamisli v ekipi. Je že dokaj zanesljiv pri izvajanju taktičnih nalog.	Dijakova tehnika v igri že omogoča pretežno uspešno izvajanje taktičnih zamisli. Obvlada gibanje v sistemu 4 : 2 in je pri tem samostojen.	Dijakova tehnika je na nivoju zanesljivega izvajanja – uspešno zaposluje svoje soigralce. Pri taktiki je zanesljiv in pomaga drugim. Je aktiven v polju pri uresničevanju uspešne taktike ekipe.

ROKOMET

OSNOVNI PROGRAM	RAVEN ZNANJA OB KONCU ČETRTEGA LETNIKA	PREVERJANJE	OCENJEVANJE	OCENE	
ŠPORTNA ZVRST				OCENA	VSOTA UTEŽI (število točk)
ROKOMET	Dijaki obvladajo tehnične prvine in osnovne taktične kombinacije do stopnje, ki omogoča njihovo povezovanje v preprostih igralnih situacijah. Poznajo osnovna rokometna pravila igre.	• Vodenje žoge, • lovljenje žoge, • komolčna podaja, • dolga podaja, • strel s tal, • strel iz skoka (fantje), • delo v parih, • pomen sodniških znakov.	• Delo v parih: dolga podaja, sprejem žoge, strel na vrata.	1 (nezadostno) 2 (zadostno) 3 (dobro) 4 (prav dobro) 5 (odlično)	0 – 4 5 – 6 7 – 9 10 – 11 12 - 14

OPISNIKI – ROKOMET, 4. LETNIK (DELO V PARIH (DOLGA PODOJA + STREL NA VRATA))			
NALOGA		KAJ ŽELIMO?	TOČKE
DOLGA PODOJA	Pravilno lovljenje	• rokometna košarica • amortizacija	* *
	Pravilno delo rok	• pravilen položaj roke • pravilen položaj zapestja • pravilno gibanje roke	* * *
	Natančnost podaje	• podaja v višini prsi • podaja malo naprej v smeri gibanja	* *
	Delo nog	• prisunski korak	*
SPREJEM ŽOGE + STREL NA VRATA	Pravilno sprejemanje žoge	• obrat proti žogi, na sredini igrišča • rokometna košarica • amortizacija	* * *
	Pravilno izveden strel na vrata	• položaj roke	*
	Strel se zaključi z zadetkom	• zadetek	*
	Pravila (koraki, prestop)	• koraki, prestop	*
TOČKOVNIK: 0 – 4 = 1(nezadostno), 5 – 6 = 2 (zadostno), 7 – 9 = 3 (dobro), 10 – 11 = 4 (prav dobro), 12 – 14 = 5 (odlično)			

IZBIRNI DEL - SPLOŠNA TELESNA PRIPRAVLJENOST

Elementi spremljanja	OPISNIKI IN KRITERIJI OCENJEVANJA – SPLOŠNA TELESNA PRIPRAVLJENOST				
	5	4	3	2	1
SODELOVANJE	- Oblikovanje individualnega cilja za razvoj splošne telesne pripravljenosti, - priprava načrta vadbe, - dosledno izvajanje vadbe, - dosledno sledenje cilju, - vztrajnost in motiviranost za delo in napredek, - doseganje zastavljenega cilja, - napredek.	- Oblikovanje individualnega cilja za razvoj splošne telesne pripravljenosti, - priprava načrta vadbe, - zmanjšana pripravljenost izvajanja vadbe, - zmanjšana pripravljenost sledenja cilju, - pomanjkanje vztrajnosti in motiviranosti za delo, - delno doseganje zastavljenega cilja, - manjši napredek.	- Zmanjšana pripravljenost za oblikovanje individualnega cilja za razvoj splošne telesne pripravljenosti, - potrebna delna pomoč pri pripravi načrta vadbe, - majhna pripravljenost izvajanje vadbe, - manjša motiviranost za doseganje cilja, - manjša vztrajnost in motiviranost za doseganje napredka, - nedoseganje zastavljenega cilja, - zelo majhen napredek.	- Slaba pripravljenost za oblikovanje individualnega cilja za razvoj splošne telesne pripravljenosti, - potrebna večja pomoč pri pripravi načrta vadbe, - zelo šibka pripravljenost izvajanja vadbe, - zelo šibka motiviranost za doseganje cilja, - pomanjkanje vztrajnosti in motiviranosti za doseganje napredka, - nedoseganje zastavljenega cilja, - ni napredka.	- Nepripravljenost za oblikovanje individualnega cilja za razvoj splošne telesne pripravljenosti, - nepripravljenost priprave načrta vadbe, - nepripravljenost izvajanja vadbe, - nemotiviranost za doseganje cilja, - ni vztrajnosti in motiviranosti za doseganje napredka, - nedoseganje zastavljenega cilja, - ni napredka.

ODZIVNOST

Elementi spremljanja	OPISNIKI OCENJEVANJA - ODZIVNOST				
	5	4	3	2	1
ODZIVNOST	- Zmožnost dobre motivacije, - vztrajnost in doslednost, samostojnost, - dobra pripravljenost na sodelovanje v skupini, - sprejemanje vzpodbude učiteljevega, individualnega in skupinskega posredovanja, - redno nosi športno opremo. Vedno upošteva pravila fer pleja	- Zmožnost manjše motivacije, - manjša vztrajnost in doslednost, samostojnost, - manjša pripravljenost na sodelovanje v skupini, - slabo sprejemanje v celoti vzpodbude učiteljevega individualnega in skupinskega posredovanja, - do 3 - krat brez športne opreme. V večini situacij upošteva pravila fer pleja.	- Šibka zmožnost motivacije, - majhna vztrajnost in doslednost, samostojnost, - slaba pripravljenost na sodelovanje v skupini, - slabo sprejemanje vzpodbude učiteljevega individualn. in skupinskega posredovanja, - do 6 - krat brez športne opreme. Včasih krši pravila fer pleja.	- Zelo slaba zmožnost motivacije, - zelo šibka vztrajnost in doslednost, samostojnost, - zelo šibka pripravljenost na sodelovanje v skupini, - zelo slabo sprejemanje vzpodbude učiteljevega individualn. in skupinskega posredovanja, - več kot 10 - krat brez športne opreme. Večkrat krši pravila fer pleja.	- Nemotiviranost za delo, - nevztrajnost in nedoslednost, nesamostojnost, - nepripravljenost na sodelovanje v skupini, - nesprejemanje vzpodbude učiteljevega individualn. in skupinskega posredovanja, - ne nosi športne opreme. Vede se nešportno in ne upošteva pravila fer pleja.

Za zaključeno oceno pri predmetu športna vzgoja je potrebno opraviti štiri športne dni.

V primeru neudeležbe na športnem dnevu, je potrebno izključno zdravniško opravičilo.

V primeru, da je dijak zaradi zdravstvenih razlogov delno oproščen, mora za zaključeno končno oceno pri predmetu imeti vsaj dve oceni v šolskem letu.

Izvedba izpitov (popravni, predmetni in dopolnilni) za 1., 2., 3., in 4. letnik vseh treh programov pri športni vzgoji:

- Dijak opravi neizpolnjene obveznosti v skladu z učnim načrtom,

- **Trajanje izpita:**

Izpit lahko traja različno dolgo, odvisno od motoričnih nalog, ki so podane na vprašalnem lističu, vendar pa ne več kot 45 minut. Dijak ima pravico pred izvedbo izpita za pripravo (ogrevanje) 15 minut.