

## **AKTIV ŠPORTNE VZGOJE GSŠRM KAMNIK**

### ***Kriteriji ocenjevanja pri pouku športne vzgoje za šolsko leto 2020/21***

Aktiv športne vzgoje je na sestanku, dne 30.11.2020, za šolsko leto 2020/21 (zaradi sprememb, ki so nastali zaradi zdravstvene situacije), sprejel in prilagodil meje in merila oziroma kriterije za ocenjevanje pri športni vzgoji ter načine, oblike in kriterije za ocenjevanje pri popravnih, predmetnih, dopolnilnih in diferencialnih izpiti.

Dijaki bodo s prilagojenimi kriteriji za ocenjevanje seznanjeni 4.12. 2020, prav tako so že na uvodni uri seznanjeni z mejami za ocene, ki se z prilagoditvijo niso spremenile.

Dijak mora v redovalnem obdobju pridobiti najmanj dve oceni. Oblika ocenjevanja je individualna. Ocenjuje se praktično izvedena določena motorična naloga, v skladu z učnimi načrti in katalogom znanj, s tem, da se upošteva individualne zmožnosti dijaka ter njegov napredek. Del ocene je tudi teoretična razlaga motorične naloge. V letu 2020/21 bomo zaradi zdravstvene situacije kot eno izmed ocen upoštevali oceno dnevnika dijakovega dela (individualno oblikovani treningi), v katerega dijak sproti vpisuje svojo vadbo.

Pred ocenjevanjem znanja, ki je napovedano, se izvede utrjevanje in preverjanje znanja, kjer se ugotovi znanje dijakov.

Ocene različnih motoričnih nalog so enakovredne. Dijak je seznanjen z oceno javno, takoj po ocenjevanju.

V primeru, da je dijak zaradi zdravstvenih razlogov delno oproščen ali oproščen športne vzgoje za daljše obdobje, mu omogočimo pridobitev ocene z izdelavo seminarske naloge.

<i>Merila za ocenjevanje seminarske naloge</i>	<i>Točke</i>	<i>Meja za oceno (število doseženih točk)</i>	<i>Ocena</i>
Izdelava po navodilih	3	19 - 23	5
Oblika, urejenost	4	15 - 18	4
Izbor in navajanje literature	3	11 - 14	3
Ustreznost vsebine naslovu naloge	4	8 - 10	2
Rok oddaje naloge	4	0 - 7	Nzd
Vsebina	5		

O celoletni oprostitvi sodelovanja pri pouku športne vzgoje odloči ravnatelj po predloženi pisni vlogi staršev z dokazili in navodili zdravnika.

Končno oceno pri predmetu ob zaključku pouka v šolskem letu določi učitelj ob upoštevanju vseh ocen, ki jih dijak pridobi v ocenjevalnem obdobju.

V primeru, da dijak ne doseže minimalnega standarda znanj v ocenjevalnem obdobju, učitelj določi način in najmanj en datum ocenjevanja znanja, s katerim ga seznanj najmanj pet dni pred začetkom ocenjevanja. V primeru, da dijak ni aktiven večje število ur pri posameznem učnem

sklopu brez opravičljivih razlogov, zaradi narave nalog, ki zahtevajo gibalno znanje, iz varnostnih razlogov ne more pridobiti ocene.

Dijak mora biti vsaj 75% aktivno prisoten v ustrezni športni opremi (kadar pouk poteka v šoli), da lahko zaradi varnostnih zahtev (dijak gre skozi celoten vadbeni cikel, ki zahteva postopnost pri izvajanju motoričnih nalog) pri športni vzgoji pridobi oceno.

Dijakom, ki ne obiskujejo pouka športne vzgoje in nimajo ustreznega zdravniškega opravičila, se ob koncu ocenjevalnega obdobja ugotovi, da ne dosegajo minimalnega standarda znanja (NZD).

Dijak bo ob koncu šolskega leta v programih gimnazije in srednje šole neocenjen, če v ocenjevalnem obdobju ne bo pridobil vsaj dveh ocen.

Dijaki s povečano telesno težo ali z drugačnimi objektivnimi razlogi imajo osebno prilagojene kriterije ocenjevanja.

Popravni, predmetni, diferencialni in dopolnilni izpiti so sestavljeni ali iz praktičnega dela izpita in seminarske naloge ali samo iz praktičnega dela ali samo iz seminarske naloge, kar je odvisno od individualnih posebnosti dijaka ter njegovega dela v šolskem letu.

V primeru, da je izpit sestavljen iz obeh enot, praktični del predstavlja 80% ocene, seminarska naloga pa 20%.

Naloge sestavi strokovni aktiv. Pri teh izpiti se preverjajo vsebine, ki jih je dijak opravljal v šolskem letu, katere so opredeljene v učiteljevem letnem učnem načrtu. Ko dijak opravlja praktični del, opravlja tri naloge, ki jih slučajno izbere med izpitnimi listki (pripravljeni so trije izpitni listki več, kot je dijakov v skupini, ki opravljajo izpit).

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.

Kriteriji ocenjevanja so enaki kot pri rednem pouku športne vzgoje in so opisani v nadaljevanju.

PROGRAM PRI ŠVZ DELIMO V VSAKEM LETNIKU NA:

- PROGRAM A – obvezni del (sklopi: ples, odbojka)
- PROGRAM B – izbirni del (dijak izbere aktivnost po lastnih željah, aktivnost vpisuje v dnevnik dela)

## **Motorične naloge, kriteriji in opisniki za ocenjevanje**

Vsebino ocenjevanja bomo prilagodili glede na model izvajanja pouka in trenutno situacijo v posameznem razredu (število dijakov, prostor izvajanja, število prisotnih profesorje ŠVZ ....)

V primeru dela na daljavo, bom vsak profesor pri ocenjevanju upošteval morebitne težave in posebnosti dijaka(bolezen, tehnične težave, osebna stiska.

## 1. LETNIK – PROGRAM A

**Učni sklop : Odbojka.**

**Vsebina:**

- zgornji odboj
- spodnji odboj

**Področje ocenjevanja:** gibalno znanje

**Kriteriji za ocenjevanje odbojke:**

1. Tehnična izvedba zgornjega odboja
2. Tehnična izvedba spodnjega odboja

Ocena	Opisniki
5	Dijak izvede celotno gibalno nalogo zanesljivo, tekoče, pravilno in skladno z navodili.
4	Dijak izvede celotno nalogo skladno z navodili, vendar nekoliko manj zanesljivo oziroma z manjšimi pomanjkljivostmi v posameznem delu gibanja.
3	Dijak izvede celotno nalogo skladno z navodili, nezanesljivo in z manjšo hitrostjo, z manjšimi napakami v posameznem delu gibanja.
2	Dijak izvede celotno gibanje skladno z navodili, vendar z manjšo hitrostjo, nekoordinirano in z večjimi napakami v posameznem delu gibanja.
nzd	Dijak izvede gibalno nalogo neuskklajeno z navodili oziroma naredi drugo izvedbo naloge od zahtevane oziroma naloge ne izvede oziroma ne izvede minimalnih standardov znanja.

**Učni sklop: Košarka**

**Vsebina:**

- vodenje žoge okrog stojal
- podaje izpred prsi
- sonožno zaustavljanje
- met na koš

**Področje ocenjevanja:** gibalno znanje, teoretično znanje

**Kriteriji za ocenjevanje:**

1. Tehnično pravilno vodenje žoge okrog stojal
2. Tehnično pravilne podaje izpred prsi
3. Tehnično pravilno sonožno zaustavljanje
4. Tehnično pravilen met na koš
5. Pozna teoretične osnove elementov in igre

Ocena	Opisniki
5	Dijak izvede celotno gibalno nalogo tehnično pravilno, zanesljivo, tekoče in skladno z navodili. Pozna vsa pravila igre.
4	Dijak izvede celotno nalogo skladno z navodili, vendar nekoliko manj zanesljivo oziroma z manjšimi pomanjkljivostmi v posameznem delu gibanja. Pozna vsa pravila igre.
3	Dijak izvede celotno nalogo skladno z navodili, nezanesljivo in z manjšo hitrostjo, z manjšimi napakami v posameznem delu gibanja. Pozna samo nekatera pravila igre.
2	Dijak izvede celotno gibanje skladno z navodili, vendar z manjšo hitrostjo, nekoordinirano in z večjimi napakami v posameznem delu gibanja. Slabo pozna pravila igre.
nzd	Dijak izvede gibalno nalogo neusklajeno z navodili oziroma naredi drugo izvedbo naloge od zahtevane oziroma naloge ne izvede oziroma ne izvede minimalnih standardov znanja. Ne pozna pravil igre.

**Učni sklop:** Ples

**Vsebina:**

- standardni plesi (angleški valček, dunajski valček)
- latinsko-ameriški plesi (samba, cha-cha)

**Področje ocenjevanja:** gibalno znanje, ritmika, estetika

**Kriteriji za ocenjevanje plesa:**

1. Ritmična in tehnična izvedba plesnih elementov (plesnih korakov)
2. Povezava plesnih korakov v celoto
3. Teoretično poznavanje razvrstitve plesov in lastnosti plesov

Ocena	Opisniki
5	Dijak zapleše ples samostojno in brez napak. Gibanje je estetsko, v sproščeni plesni drži, usklajeno z ritmom in tempom glasbe. Dijak uporabi in izvede vse obvezne – osnovne elemente (plesne slike) in jih brez premorov povezuje v plesni program. Pozna razvrstitev plesov in vse lastnosti plesov.
4	Dijak zapleše ples samostojno, a z manjšimi napakami. Gibanje je delno usklajeno z glasbo, plesni koraki niso vsi ustrezno ritmično usklajeni (dijak ni v skladu z ritmom pri določenih delih plesnega programa). Dijak uporabi vse osnovne plesne elemente. Pozna razvrstitev plesov in večino lastnosti plesov.
3	Dijak zapleše ples samostojno, a z večjimi napakami. Gibanje ni usklajeno z glasbo. Dijak ni ritmično usklajen, gibanje je izven ritma plesa. Dijak ne uporabi vseh obveznih elementov in ne zna pokazati vseh plesnih korakov. Med izvedbo plesa se ustavlja. Pozna samo nekatere lastnosti plesov in vsaj 5 plesov zna razvrstiti.
2	Dijak zapleše ples z večjimi napakami na mestu in brez glasbene spremljave. Dijak zna samo osnovni korak in vsaj še en plesni gib določenega plesa. Dijak ne uspe plesne korake povezati v celoto. Ne pozna razvrstitve plesov in pozna lastnosti samo dveh plesov.
nzd	Dijak ne opravi minimalnih zahtev izbrane naloge. Ne izvede plesa oziroma ne izvede minimalnih standardov znanja. Ne pozna lastnosti plesov in jih ne zna razvrstiti.

## **Učni sklop: Atletika**

### **Vsebina:**

- tek v pogovornem ritmu (majhna obremenitev, 120 - 150 U/min)

**Področje ocenjevanja:** osnovna motorična gibanja - tek

### **Kriteriji za ocenjevanje atletskih elementov:**

1. Neprekinjen tek v lahkotnem tempu

<b>Ocena</b>	<b>Opisniki</b>
5	Dijak je sposoben preteči 10 minut v pogovornem tempu. Med tekom se ne ustavlja. Pravilno postavlja noge na tla. Položaj bokov ima zravnane (ne sedi), roke so pokrčene in zamahujejo v smer teka, glava v podaljškem zgornjem delu telesa, pogled usmerjen naravnost, telo je za trenutek v brezoporni fazi.
4	Dijak je sposoben preteči 10 minut v pogovornem tempu, vendar dela napake v tehniki. (Nima brezoporne faze, sedi...). Učenec se 1 × ustavi, ali nekaj sekund hodi.
3	Dijak se 2 × ustavi oziroma hodi, teče, tehnično nepravilno.
2	Dijak teče 10 min, vendar se 3 × ustavi ali hodi, teče tehnično nepravilno.
nzd	Dijak ni sposoben preteči vsaj polovico določenega časa. Vaje ne izvede oziroma ne dosega minimalnih standardov znanja.

## 1. LETNIK - PROGRAM B (izbirni športi)

### Učni sklop: Izbirni šport

#### Kriteriji za ocenjevanje:

- izbrani in zapisani individualni cilji,
- izbrana ustrezna vadba (glede na individualne želje, cilje in sposobnosti)
- redni vpis vadbe v dnevnik vadbe,
- vzpostavljena komunikacija z učiteljem glede vadbe,

Ocena	Opisniki	
5	Dijak/ dijakinja ima izbrane in zapisane cilje, ima izbrano ustrezno vadbo glede na svoje cilje, redno in pravočasno piše spletni dnevnik vadbe in redno pisno komunicira s profesorjem preko spletnega dnevnika	86%- 100%
4	Dijak/ dijakinja ima izbrane in zapisane cilje, ima izbrano ustrezno vadbo glede na svoje cilje, piše spletni dnevnik vadbe in komunicira s profesorjem, a občasno pozabi na oddajo spletnega dnevnika vadbe in občasno komunicira s profesorjem	71%- 80%
3	Dijak/ dijakinja ima zapisane cilje, ima izbrano vadbo, ki pa ni v skladu s cilji, spletnega dnevnika vadbe ne piše redno in samo občasno komunicira s profesorjem ter večkrat zamudi z oddajo ali pozabi na oddajo spletnega dnevnika vadbe	61% - 70%
2	Dijak/ dijakinja dnevnika nima postavljenih ciljev, dnevnika ne piše redno in se ne javlja profesorju ter redno pozablja na oddajo dnevnika vadbe	50 %- 60%
nzd	Dijak/ dijakinja dnevnika ne piše, ne komunicira s profesorjem in ne oddaja dnevnika vadbe.	

## 2.LETNIK – PROGRAM A

**Učni sklop : Odbojka**

**Vsebina:**

- zgornji servis
- napadalni udarec na stabilno (držano) žogo

**Področje ocenjevanja:** gibalno znanje

**Kriteriji za ocenjevanje odbojke:**

1. Tehnična izvedba zgornjega servisa
2. Tehnična izvedba napadalnega udarca (držana žoga)

Ocena	Opisniki
5	Dijak izvede celotno gibalno nalogo zanesljivo, tekoče, pravilno in skladno z navodili.
4	Dijak izvede celotno nalogo skladno z navodili, vendar nekoliko manj zanesljivo oziroma z manjšimi pomanjkljivostmi v posameznem delu gibanja.
3	Dijak izvede celotno nalogo skladno z navodili, nezanesljivo in z manjšo hitrostjo, z manjšimi napakami v posameznem delu gibanja.
2	Dijak izvede celotno gibanje skladno z navodili, vendar z manjšo hitrostjo, nekoordinirano in z večjimi napakami v posameznem delu gibanja.
nzd	Dijak izvede gibalno nalogo neuskklajeno z navodili oziroma naredi drugo izvedbo naloge od zahtevane. Vaje ne izvede oziroma ne dosega minimalnih standardov znanja.



## **Učni sklop: Košarka**

### **Vsebina:**

- met na koš iz dvo-koraka po vodenju

**Področje ocenjevanja:** gibalno znanje, teoretično znanje

### **Kriteriji za ocenjevanje:**

1. Tehnično pravilen met na koš iz dvo-koraka po vodenju
2. Pozna teoretične osnove elementov in igre

<b>Ocena</b>	<b>Opisniki</b>
5	Dijak izvede celotno gibalno nalogo zanesljivo, tekoče, pravilno in skladno z navodili. Pozna vsa pravila igre.
4	Dijak izvede celotno nalogo skladno z navodili, vendar nekoliko manj zanesljivo oziroma z manjšimi pomanjkljivostmi v posameznem delu gibanja. Pozna vsa pravila igre.
3	Dijak izvede celotno nalogo skladno z navodili, nezanesljivo in z manjšo hitrostjo, z manjšimi napakami v posameznem delu gibanja. Pozna samo nekatera pravila igre.
2	Dijak izvede celotno gibanje skladno z navodili, vendar z manjšo hitrostjo, nekoordinirano in z večjimi napakami v posameznem delu gibanja. Slabo pozna pravila igre.
nzd	Dijak izvede gibalno nalogo neusklanjeno z navodili oziroma naredi drugo izvedbo naloge od zahtevane. Vaje ne izvede oziroma ne dosega minimalnih standardov znanja. Ne pozna pravil igre.

## Učni sklop: Ples

Vsebina:

- standardni plesi (tango, foxtrot)
- latinsko-ameriški plesi (rumba, jive)
- swing

**Področje ocenjevanja:** gibalno znanje, ritmika, estetika

### Kriteriji za ocenjevanje plesa:

1. Ritmična in tehnična izvedba plesnih elementov (plesnih korakov)
2. Povezava plesnih korakov v celoto
3. Teoretično poznavanje razvrstitve plesov in lastnosti plesov

Ocena	Opisniki
5	Dijak zapleše ples samostojno in brez napak. Gibanje je estetsko, v sproščeni plesni drži, usklajeno z ritmom in tempom glasbe. Dijak uporabi in izvede vse obvezne – osnovne elemente (plesne slike) in jih brez premorov povezuje v plesni program. Pozna razvrstitev plesov in vse lastnosti plesov.
4	Dijak zapleše ples samostojno, a z manjšimi napakami. Gibanje je delno usklajeno z glasbo, plesni koraki niso vsi ustrezno ritmično usklajeni (dijak ni v skladu z ritmom pri določenih delih plesnega programa). Dijak uporabi vse osnovne plesne elemente. Pozna razvrstitev plesov in večino lastnosti plesov.
3	Dijak zapleše ples samostojno, a z večjimi napakami. Gibanje ni usklajeno z glasbo. Dijak ni ritmično usklajen, gibanje je izven ritma plesa. Dijak ne uporabi vseh obveznih elementov in ne zna pokazati vseh plesnih korakov. Med izvedbo plesa se ustavlja. Pozna samo nekatere lastnosti plesov in vsaj 5 plesov zna razvrstiti.
2	Dijak zapleše ples z večjimi napakami na mestu in brez glasbene spremljave. Dijak zna samo osnovni korak in vsaj še en plesni gib določenega plesa. Dijak ne uspe plesne korake povezati v celoto. Ne pozna razvrstitve plesov in pozna lastnosti samo dveh plesov.
nzd	Dijak ne opravi minimalnih zahtev izbrane naloge. Ne izvede plesa oziroma ne izvede minimalnih standardov znanja. Ne pozna lastnosti plesov in jih ne zna razvrstiti.

## Učni sklop: Atletika

### Vsebina:

- tek v pogovornem ritmu (majhna obremenitev, 120-150 U/min)

**Področje ocenjevanja:** osnovna motorična gibanja - tek

### Kriteriji za ocenjevanje atletskih elementov:

1. Neprekinjen tek v lahkotnem tempu 12 minut

Ocena	Opisniki
5	Dijak je sposoben preteči 12 minut v pogovornem tempu. Med tekom se ne ustavlja. Pravilno postavlja noge na tla (peta-prsti). Položaj bokov ima zravnane (ne sedi), roke so pokrčene in zamahujejo v smer teka, glava v podaljškem zg. delu telesa, pogled usmerjen naravnost, telo je za trenutek v brezoporni fazi.
4	Dijak je sposoben preteči 12 minut v pogovornem tempu, vendar dela napake v tehniki. (Nima brezoporne faze, sedi...). Učenec se 1 × ustavi, ali nekaj sekund hodi.
3	Dijak se 2 × ustavi oziroma hodi, teče, vendar tehnično nepravilno.
2	Dijak teče 12 min, vendar se 3 × ustavi ali hodi, teče tehnično nepravilno.
nzd	Dijak ni sposoben preteči vsaj polovice določenega časa. Vaje ne izvede oziroma ne dosega minimalnih standardov znanja.

## 2. LETNIK - PROGRAM B (izbirni športi)

Učni sklop: Izbirni šport

**Kriteriji za ocenjevanje:**

- izbrani in zapisani individualni cilji,
- izbrana ustrezna vadba (glede na individualne želje, cilje in sposobnosti)
- redni vpis vadbe v dnevnik vadbe,
- vzpostavljena komunikacija z učiteljem glede vadbe,

Ocena	Opisniki	
5	Dijak/ dijakinja ima izbrane in zapisane cilje, ima izbrano ustrezno vadbo glede na svoje cilje, redno in pravočasno piše spletni dnevnik vadbe in redno pisno komunicira s profesorjem preko spletnega dnevnika	86% - 100%
4	Dijak/ dijakinja ima izbrane in zapisane cilje, ima izbrano ustrezno vadbo glede na svoje cilje, piše spletni dnevnik vadbe in komunicira s profesorjem, a občasno pozabi na oddajo spletnega dnevnika vadbe in občasno komunicira s profesorjem	71% - 80%
3	Dijak/ dijakinja ima zapisane cilje, ima izbrano vadbo, ki pa ni v skladu s cilji, spletnega dnevnika vadbe ne piše redno in samo občasno komunicira s profesorjem ter večkrat zamudi z oddajo ali pozabi na oddajo spletnega dnevnika vadbe	61% - 70%
2	Dijak/ dijakinja dnevnika nima postavljenih ciljev, dnevnika ne piše redno in se ne javlja profesorju ter redno pozablja na oddajo dnevnika vadbe	50 % - 60%
nzd	Dijak/ dijakinja dnevnika ne piše, ne komunicira s profesorjem in ne oddaja dnevnika vadbe.	

### 3.LETNIK- PROGRAM A

#### Učni sklop : Odbojka

Vsebina:

- napadalni udarec na podano žogo

**Področje ocenjevanja:** gibalno znanje

**Kriteriji za ocenjevanje odbojke:**

1. Tehnična izvedba napadalnega udarca na podano žogo

Ocena	Opisniki
5	Dijak izvede celotno gibalno nalogo zanesljivo, tekoče, pravilno in skladno z navodili.
4	Dijak izvede celotno nalogo skladno z navodili, vendar nekoliko manj zanesljivo oziroma z manjšimi pomanjkljivostmi v posameznem delu gibanja.
3	Dijak izvede celotno nalogo skladno z navodili, nezanesljivo in z manjšo hitrostjo, z manjšimi napakami v posameznem delu gibanja.
2	Dijak izvede celotno gibanje skladno z navodili, vendar z manjšo hitrostjo, nekoordinirano in z večjimi napakami v posameznem delu gibanja.
nzd	Dijak izvede gibalno nalogo neuskklajeno z navodili oziroma naredi drugo izvedbo naloge od zahtevane. Ne izpolnjuje minimalnih standardov oziroma vaje ne izvede.

## Učni sklop: Košarka

### Vsebina:

- vtekanje napadalnega igralca po podani žogi
- obramba proti vtekanju napadalnega igralca

**Področje ocenjevanja:** gibalno znanje, teoretično znanje

### Kriteriji za ocenjevanje:

1. Tehnično pravilno vtekanje napadalnega igralca po podani žogi
2. Tehnično pravilna obramba proti vtekanju napadalnega igralca
3. Pozna teoretične osnove elementov in igre

Ocena	Opisniki
5	Dijak izvede celotno gibalno nalogo zanesljivo, tekoče, pravilno in skladno z navodili. Pozna vsa pravila igre.
4	Dijak izvede celotno nalogo skladno z navodili, vendar nekoliko manj zanesljivo oziroma z manjšimi pomanjkljivostmi v posameznem delu gibanja. Pozna vsa pravila igre.
3	Dijak izvede celotno nalogo skladno z navodili, nezanesljivo in z manjšo hitrostjo, z manjšimi napakami v posameznem delu gibanja. Pozna samo nekatera pravila igre.
2	Dijak izvede celotno gibanje skladno z navodili, vendar z manjšo hitrostjo, nekoordinirano in z večjimi napakami v posameznem delu gibanja. Slabo pozna pravila igre.
nzd	Dijak izvede gibalno nalogo neusklajeno z navodili oziroma naredi drugo izvedbo naloge od zahtevane. Vaje ne izvede oziroma ne dosega minimalnih standardov znanja. Ne pozna pravil igre.

## Učni sklop: Ples

Vsebina – osnovni program:

- standardni plesi (angleški valček, dunajski valček, foxtrot, tango)
- latinsko-ameriški plesi (samba, cha-cha, rumba, jive)
- swing

**Področje ocenjevanja:** gibalno znanje, ritmika, estetika

### Kriteriji za ocenjevanje plesa:

1. Ritmična in tehnična izvedba plesnih elementov (plesnih korakov)
2. Povezava plesnih korakov v celoto

Ocena	Opisniki
5	Dijak zapleše ples samostojno in brez napak. Gibanje je estetsko, v sproščeni plesni drži, usklajeno z ritmom in tempom glasbe. Dijak uporabi in izvede vse obvezne – osnovne elemente (plesne slike) in jih brez premorov povezuje v plesni program.
4	Dijak zapleše ples samostojno, a z manjšimi napakami. Gibanje je delno usklajeno z glasbo, plesni koraki niso vsi ustrezno ritmično usklajeni (dijak ni v skladu z ritmom pri določenih delih plesnega programa). Dijak uporabi vse osnovne plesne elemente.
3	Dijak zapleše ples samostojno, a z večjimi napakami. Gibanje ni usklajeno z glasbo. Dijak ni ritmično usklajen, gibanje je izven ritma plesa. Dijak ne uporabi vseh obveznih elementov in ne zna pokazati vseh plesnih korakov. Med izvedbo plesa se ustavlja.
2	Dijak zapleše ples z večjimi napakami na mestu in brez glasbene spremljave. Dijak zna samo osnovni korak in vsaj še en plesni gib določenega plesa. Dijak ne uspe plesne korake povezati v celoto.
nzd	Dijak ne opravi minimalnih zahtev izbrane naloge. Ne izvede plesa oziroma ne izvede minimalnih standardov znanja.

## **Učni sklop: Atletika**

### **Vsebina:**

- tek v pogovornem ritmu (majhna obremenitev, 120-150 U/min)

**Področje ocenjevanja:** osnovna motorična gibanja - tek

### **Kriteriji za ocenjevanje atletskih elementov:**

1. Neprekinjen tek v lahkotnem tempu 15 minut

<b>Ocena</b>	<b>Opisniki</b>
5	Dijak je sposoben preteči 15 minut v pogovornem tempu. Med tekom se ne ustavlja. Pravilno postavlja noge na tla (peta-prsti). Položaj bokov ima zravnane (ne sedi), roke so pokrčene in zamahujejo v smer teka, glava v podaljškem zg. delu telesa, pogled usmerjen naravnost, telo je za trenutek v brezoporni fazi.
4	Dijak je sposoben preteči 15 minut v pogovornem tempu, vendar dela napake v tehniki. (Nima brezoporne faze, sedi...). Učenec se 1 × ustavi, ali nekaj sekund hodi.
3	Dijak se 2 × ustavi oziroma hodi, teče, vendar tehnično nepravilno.
2	Dijak teče 15 min, vendar se 3 × ustavi ali hodi, teče tehnično nepravilno.
nzd	Dijak ni sposoben preteči vsaj polovico določenega časa. Vaje ne izvede oziroma ne dosega minimalnih standardov znanja.



### 3. LETNIK - PROGRAM B (izbirni športi)

#### Učni sklop: Izbirni šport

#### Kriteriji za ocenjevanje:

- izbrani in zapisani individualni cilji,
- izbrana ustrezna vadba (glede na individualne želje, cilje in sposobnosti)
- redni vpis vadbe v dnevnik vadbe,
- vzpostavljena komunikacija z učiteljem glede vadbe,

Ocena	Opisniki	
5	Dijak/ dijakinja ima izbrane in zapisane cilje, ima izbrano ustrezno vadbo glede na svoje cilje, redno in pravočasno piše spletni dnevnik vadbe in redno pisno komunicira s profesorjem preko spletnega dnevnika	86%- 100%
4	Dijak/ dijakinja ima izbrane in zapisane cilje, ima izbrano ustrezno vadbo glede na svoje cilje, piše spletni dnevnik vadbe in komunicira s profesorjem, a občasno pozabi na oddajo spletnega dnevnika vadbe in občasno komunicira s profesorjem	71%- 80%
3	Dijak/ dijakinja ima zapisane cilje, ima izbrano vadbo, ki pa ni v skladu s cilji, spletnega dnevnika vadbe ne piše redno in samo občasno komunicira s profesorjem ter večkrat zamudi z oddajo ali pozabi na oddajo spletnega dnevnika vadbe	61% - 70%
2	Dijak/ dijakinja dnevnika nima postavljenih ciljev, dnevnika ne piše redno in se ne javlja profesorju ter redno pozablja na oddajo dnevnika vadbe	50 %- 60%
nzd	Dijak/ dijakinja dnevnika ne piše, ne komunicira s profesorjem in ne oddaja dnevnika vadbe.	

## 4. LETNIK - PROGRAM A

### Učni sklop : Odbojka

Vsebina:

- igra 3 : 3
- igra 6 : 6

**Področje ocenjevanja:** gibalno znanje, teoretično znanje

#### Kriteriji za ocenjevanje odbojke:

1. Izvedba odbojkarskih tehničnih elementov v igri
2. Uporaba odbojkarskih taktičnih elementov v igri
3. Učinkovitost uporabe tehničnih in taktičnih elementov v igri

Ocena	Opisniki
5	Dijak v igri povezuje tehnične elemente in jih uporablja v taktičnih rešitvah. Igralne situacije zaključuje učinkovito. Pozna vsa pravila igre.
4	Dijak v igri povezuje tehnične elemente z manjšimi napakami in jih uporablja v taktičnih rešitvah. Igralne situacije zaključuje zanesljivo. Pozna vsa pravila igre.
3	Dijak v igri povezuje tehnične elemente z večjimi napakami in jih delno uporablja v taktičnih rešitvah. Pri zaključevanju igralnih situacij je delno uspešen. Pozna samo nekatera pravila igre.
2	Dijak v igri povezuje tehnične elemente s številnimi večjimi napakami in jih delno uporablja v taktičnih rešitvah. Pri zaključevanju igralnih situacij je manj uspešen. Slabo pozna pravila igre.
nzd	Dijak ne opravi minimalnih zahtev izbrane naloge. Vaje ne izvede oziroma ne dosega minimalnih standardov znanja. Ne pozna pravil igre.

## Učni sklop: Košarka

### Vsebina:

- igra 3 : 3
- igra 5 : 5

**Področje ocenjevanja:** gibalno znanje, teoretično znanje

### Kriteriji za ocenjevanje:

1. Učinkovita raba tehničnih in taktičnih elementov v igri 3 : 3
2. Učinkovita raba tehničnih in taktičnih elementov v igri 5 : 5

Ocena	Opisniki
5	Dijak izvede celotno gibalno nalogo zanesljivo, tekoče, pravilno in skladno z navodili. Pozna vsa pravila igre.
4	Dijak izvede celotno nalogo skladno z navodili, vendar nekoliko manj zanesljivo oziroma z manjšimi pomanjkljivostmi v posameznem delu gibanja. Pozna pravila igre.
3	Dijak izvede celotno nalogo skladno z navodili, nezanesljivo in z manjšo hitrostjo, z manjšimi napakami v posameznem delu gibanja. Pozna samo nekatera pravila igre.
2	Dijak izvede celotno gibanje skladno z navodili, vendar z manjšo hitrostjo, nekoordinirano in z večjimi napakami v posameznem delu gibanja. Slabo pozna pravila igre.
nzd	Dijak izvede gibalno nalogo neusklajeno z navodili oziroma naredi drugo izvedbo naloge od zahtevane. Vaje ne izvede oziroma ne dosega minimalnih standardov znanja. Ne pozna pravil igre.

## Učni sklop: Ples

Vsebina – osnovni program:

- standardni plesi (angleški valček, dunajski valček, foxtrot, tango)
- latinsko-ameriški plesi (samba, cha-cha, rumba, jive)
- swing

**Področje ocenjevanja:** gibalno znanje, ritmika, estetika

### Kriteriji za ocenjevanje plesa:

1. Ritmična in tehnična izvedba plesnih elementov (plesnih korakov)
2. Povezava plesnih korakov v celoto

Ocena	Opisniki
5	Dijak zapleše ples samostojno in brez napak. Gibanje je estetsko, v sproščeni plesni drži, usklajeno z ritmom in tempom glasbe. Dijak uporabi in izvede vse obvezne – osnovne elemente (plesne slike) in jih brez premorov povezuje v plesni program.
4	Dijak zapleše ples samostojno, a z manjšimi napakami. Gibanje je delno usklajeno z glasbo, plesni koraki niso vsi ustrezno ritmično usklajeni (dijak ni v skladu z ritmom pri določenih delih plesnega programa). Dijak uporabi vse osnovne plesne elemente.
3	Dijak zapleše ples samostojno, a z večjimi napakami. Gibanje ni usklajeno z glasbo. Dijak ni ritmično usklajen, gibanje je izven ritma plesa. Dijak ne uporabi vseh obveznih elementov in ne zna pokazati vseh plesnih korakov. Med izvedbo plesa se ustavlja.
2	Dijak zapleše ples z večjimi napakami na mestu in brez glasbene spremljave. Dijak zna samo osnovni korak in vsaj še en plesni gib določenega plesa. Dijak ne uspe plesne korake povezati v celoto.
nzd	Dijak ne opravi minimalnih zahtev izbrane naloge. Ne izvede plesa oziroma ne izvede minimalnih standardov znanja.

## **Učni sklop: Atletika**

### **Vsebina:**

- Tek v pogovornem ritmu (majhna obremenitev, 120-150 U/min)

### **Področje ocenjevanja:** osnovna motorična gibanja - tek

### **Kriteriji za ocenjevanje atletskih elementov:**

5. Neprekinjen tek v lahkotnem tempu 15 minut

<b>Ocena</b>	<b>Opisniki</b>
5	Dijak je sposoben preteči 15 minut v pogovornem tempu. Med tekom se ne ustavlja. Pravilno postavlja noge na tla (peta-prsti). Položaj bokov ima zravnane (ne sedi), roke so pokrčene in zamahujejo v smer teka, glava v podaljškem zg. delu telesa, pogled usmerjen naravnost, telo je za trenutek v brezoporni fazi.
4	Dijak je sposoben preteči 15 minut v pogovornem tempu, vendar dela napake v tehniki. (Nima brezoporne faze, sedi...). Učenec se 1 × ustavi, ali nekaj sekund hodi.
3	Dijak se 2 × ustavi oziroma hodi, teče, vendar tehnično nepravilno.
2	Dijak teče 15 min, vendar se 3 × ustavi ali hodi, teče tehnično nepravilno.
nzd	Dijak ni sposoben preteči vsaj polovice določenega časa. Vaje ne izvede oziroma ne dosega minimalnih standardov znanja.

## 4. LETNIK - PROGRAM B (izbirni športi)

### Učni sklop: Izbirni šport

#### Kriteriji za ocenjevanje:

- izbrani in zapisani individualni cilji,
- izbrana ustrezna vadba (glede na individualne želje, cilje in sposobnosti)
- redni vpis vadbe v dnevnik vadbe,
- vzpostavljena komunikacija z učiteljem glede vadbe,

Ocena	Opisniki	
5	Dijak/ dijakinja ima izbrane in zapisane cilje, ima izbrano ustrezno vadbo glede na svoje cilje, redno in pravočasno piše spletni dnevnik vadbe in redno pisno komunicira s profesorjem preko spletnega dnevnika	86%- 100%
4	Dijak/ dijakinja ima izbrane in zapisane cilje, ima izbrano ustrezno vadbo glede na svoje cilje, piše spletni dnevnik vadbe in komunicira s profesorjem, a občasno pozabi na oddajo spletnega dnevnika vadbe in občasno komunicira s profesorjem	71%- 80%
3	Dijak/ dijakinja ima zapisane cilje, ima izbrano vadbo, ki pa ni v skladu s cilji, spletnega dnevnika vadbe ne piše redno in samo občasno komunicira s profesorjem ter večkrat zamudi z oddajo ali pozabi na oddajo spletnega dnevnika vadbe	61% - 70%
2	Dijak/ dijakinja dnevnika nima postavljenih ciljev, dnevnika ne piše redno in se ne javlja profesorju ter redno pozablja na oddajo dnevnika vadbe	50 %- 60%
nzd	Dijak/ dijakinja dnevnika ne piše, ne komunicira s profesorjem in ne oddaja dnevnika vadbe.	