

Osnovna šola Vrhovci
Cesta na Bokalce 1
1000 Ljubljana



☎ 01 423 03 70

e-naslov: tajnistvo@os-vrhovci.si

spletna stran: www.os-vrhovci.si

TRR: SI56 0126 1603 0665 280

ID za DDV: SI34317627

Datum: 31.8.2023

PREDMET: ŠPORT

4. razred

OCENJEVANJE ZNANJA

ŠOLSKO LETO: 2023/2024

UČITELJI: Nuša Pust

RAVNATELJICA: Marjanca Vampelj

1. Ocenjevanje atletika

Merila za NIZKI ŠTART

OCENA	Merila
odlično (5)	Učenec-ka izvede osnovne elemente nizkega štarta tekoče in zanesljivo brez tehničnih napak (pravilna postavitev pred ukazom, pravilna postavitev ob črti za štart: lega stopal, kolen in rok), pravilna izvedba gibov ob poveljih za štart (na mesta, pozor, zdaj), pogled naprej.
prav dobro (4)	Učenec-ka izvede osnovne elemente tekoče in zanesljivo z manjšimi tehničnimi napakami.
dobro (3)	Učenec-ka izvede osnovne elemente tekoče in zanesljivo z manjšimi tehničnimi napakami in eno večjo tehnično napako.
zadostno (2)	Učenec-ka izvede osnovne elemente z več večjimi in manjšimi tehničnimi napakami.
nezadostno (1)	Učenec-ka ne izvede enega ali več elementov nizkega štarta.

Merila za VISOKI ŠTART

OCENA	Merila
odlično (5)	Učenec-ka izvede osnovne elemente visokega štarta tekoče in zanesljivo brez tehničnih napak (pravilna postavitev pred ukazom, pravilna postavitev pred in ob črti za štart: prenos teže na prednjo nogo), postavitev nog, rok, pravilna izvedba gibov ob poveljih za štart (na mesta, zdaj).
prav dobro (4)	Učenec-ka izvede osnovne elemente tekoče in zanesljivo z manjšimi tehničnimi napakami.
dobro (3)	Učenec-ka izvede osnovne elemente tekoče in zanesljivo z manjšimi tehničnimi napakami in eno večjo tehnično napako.
zadostno (2)	Učenec-ka izvede osnovne elemente z več večjimi in manjšimi tehničnimi napakami.
nezadostno (1)	Učenec-ka ne izvede enega ali več elementov visokega štarta.

Merila za ATLETSKO ABECEDO

OCENA	Merila
odlično (5)	Učenec izvede elemente (nizki skipping, jogging, hopsanje, križni korak) samostojno in brez večjih tehničnih ter estetskih napak.
prav dobro (4)	Učenec-ka izvede elemente tekoče in zanesljivo z manjšimi tehničnimi napakami.
dobro (3)	Učenec-ka izvede elemente tekoče in zanesljivo z manjšimi tehničnimi napakami in eno večjo tehnično napako.
zadostno (2)	Učenec-ka izvede elemente z več večjimi in manjšimi tehničnimi napakami.

nezadostno (1)	Učenec-ka ne izvede enega ali več elementov.
-------------------	--

2. Ocenjevanje ogrevanje

Učenec prikaže naslednje elemente:

Glava (5t)

Rame (5t)

Roke (5t)

Boki (5t)

Noge (5t)

Vaje za moč (5t)

Ocenjevalna lestvica – skupno število točk 30

(odl)5: 30 - 26 točk

(pd)4: 25,5 - 22 točk

(db)3: 17,5 – 14,5 točk

(zd)2: 14 – 7 točk

(nzd)1: 6 – 0 točk

3. Ocenjevanje košarka

Elementi za prikaz:

Vodenje z levo roko naprej in nazaj, vodenje z desno roko naprej in nazaj, vodenje z menjavo roke naprej in nazaj, vodenje podaja učitelju in lovljenje žoge, met na koš 2/5. Vsak pravilno izveden element prinese 4 točke.

Elementi so ocenjeni samostojno in med igro.

Ocenjevalna lestvica – skupno število točk 20

(odl)5: 20 - 18 točk

(pd)4: 17 - 16 točk

(db)3: 15 – 12 točk

(zd)2: 11 – 10 točk

(nzd)1: 9 – 0 točk

4. Ocenjevanje met žoge

Učenec meče z zaletom v zid z razdalje 5m, jo ujame brez odboja od tal in to ponovi 10x.

Napake: meče prenizko, prenizko drži komolec izmetne roke, napačna koordinacija roka – noga, ne ujame žoge.

(odl)5: 9 – 10 pravih metov,

(pd)4: 7 – 8 pravih metov,

(db)3: 6 pravih metov

(zd)2: 5 pravih metov

(nzd)1: manj kot 5 pravih metov

5. Ocenjevanje gimnastika, preskok kože in ples

Ocenjujemo po naslednjem kriteriju:

OCENA	5	4	3	2	1
GIMNASTIKA Z RITMIČNO IZRAZNOSTJO	Učenec izvede nalogo oziroma sestavo samostojno in brez večjih tehničnih ter estetskih napak.	Učenec izvede nalogo oziroma sestavo samostojno, a z manjšimi tehničnimi in estetskimi napakami.	Učenec izvede nalogo oziroma sestavo samostojno, a z večjimi tehničnimi in estetskimi napakami.	Učenec izvede nalogo oziroma sestavo s pomočjo.	Učenec ne opravi minimalnih zahtev naloge oziroma sestave.

Če je učenec opravičen pouka pri predmetu šport zaradi zdravstvenih razlogov dlje časa in ne more pridobiti potrebne praktične ocene v tem obdobju, se manjkajoča ocena lahko pridobi tudi po dogovoru z učiteljem (npr. izdelava plakata, teoretično znanje,...). V primerih, ko ima učenec manjše zdravstvene ali druge težave, zadostuje opravičilo staršev (do pet dni). Ko pa ima učenec daljše zdravstvene težave, mora prinesiti opravičilo zdravnika.

Učenci so dolžni redno prinašati športno opremo, katere sestavni del so: športne hlače, majica s kratkimi rokavi, šolski copati ali čista športna obutev z neдрsečim podplatom, daljši lasje morajo biti speti v čop.

Če je učenec brez ustrezne opreme, dela po navodilih učitelja.

Vrednotimo predvsem napredek v učenčevem gibalnem znanju, motivacijo do dela, upoštevamo pa tudi individualne spremembe v telesnem in gibalnem razvoju ter prizadevnost in trud, ki ga učenec vloži v delo. Kriteriji ocenjevanja so na začetku šolskega leta jasno predstavljeni vsem učencem.