

Načrt ocenjevanja za predmet: športna vzgoja za šolsko leto 2026/27

1. NAČINI OCENJEVANJA

2. MERILA OCENJEVANJA MED ŠOLSKIM LETOM

Merila ocenjevanja so dijakom predstavljena na uvodni uri. V šolskem letu dijaki vseh letnikov dobijo štiri ocene:

1. letnik: Cooperjev test, odbojka: zg. in sp. odboj, ples: ang. valček, telesna priprava.
2. letnik: Cooperjev test, odbojka: napadalni udarec, ples: swing, telesna priprava.
3. letnik: Cooperjev test, odbojka: igra, ples cha cha cha, telesna priprava.
4. letnik: Cooperjev test, košarka: elementi igre, atletika: suvanje krogle, telesna priprava.

2.1 DRUGE OBLIKE OCENJEVANJA: praktična izvedba naloge

OCENA	Atletika 1. letnik – Cooperjev test
Odlično (5)	DEKLETA: 12:00 min ali bolje
	FANTJE: 11.00 min ali bolje
Prav dobro (4)	DEKLETA: 12:01 – 13:30 FANTJE: 11:01 – 12:30
Dobro (3)	Preteče
Zadostno (2)	Preteče z vmesno hojo
Nezadostno (1)	Ne preteče

OCENA	Atletika 2., 3. 4. . letnik – Cooperjev test																																												
Odlično (5)	Vsak ima svojo normo glede na rezultat, ki ga je dosegel prejšnje leto: Tabela za norme: Dekleta <table><tr><th>Lanski rezultat</th><th>5</th><th>4</th><th>3</th><th>2</th><th>1</th></tr><tr><td>pod 10.00</td><td>do + 20 s</td><td rowspan="6">+ 1,5 min</td><td rowspan="6">preteče</td><td rowspan="6">Preteče z vmesno hojo</td><td rowspan="6">Ne preteče</td></tr><tr><td>pod 11.00</td><td>do + 10 s</td></tr><tr><td>pod 12.00</td><td>ponovi</td></tr><tr><td>pod 13.00</td><td>- 15 s</td></tr><tr><td>pod 14.00</td><td>- 25 s</td></tr><tr><td>pod 15.00</td><td>- 40 s</td></tr></table> Fantje: <table><tr><th>Lanski rezultat</th><th>5</th><th>4</th><th>3</th><th>2</th><th>1</th></tr><tr><td>pod 10.00</td><td>do + 10 s</td><td rowspan="6">+ 1.5 minute</td><td rowspan="6">preteče</td><td rowspan="6">Preteče z vmesno hojo</td><td rowspan="6">Ne preteče</td></tr><tr><td>pod 11.00</td><td>ponovi</td></tr><tr><td>pod 12.00</td><td>-10 s</td></tr><tr><td>pod 13.00</td><td>-30 s</td></tr><tr><td>pod 14.00</td><td>-50 s</td></tr><tr><td>pod 15.00</td><td>-70 s</td></tr></table>	Lanski rezultat	5	4	3	2	1	pod 10.00	do + 20 s	+ 1,5 min	preteče	Preteče z vmesno hojo	Ne preteče	pod 11.00	do + 10 s	pod 12.00	ponovi	pod 13.00	- 15 s	pod 14.00	- 25 s	pod 15.00	- 40 s	Lanski rezultat	5	4	3	2	1	pod 10.00	do + 10 s	+ 1.5 minute	preteče	Preteče z vmesno hojo	Ne preteče	pod 11.00	ponovi	pod 12.00	-10 s	pod 13.00	-30 s	pod 14.00	-50 s	pod 15.00	-70 s
Lanski rezultat	5	4	3	2	1																																								
pod 10.00	do + 20 s	+ 1,5 min	preteče	Preteče z vmesno hojo	Ne preteče																																								
pod 11.00	do + 10 s																																												
pod 12.00	ponovi																																												
pod 13.00	- 15 s																																												
pod 14.00	- 25 s																																												
pod 15.00	- 40 s																																												
Lanski rezultat	5	4	3	2	1																																								
pod 10.00	do + 10 s	+ 1.5 minute	preteče	Preteče z vmesno hojo	Ne preteče																																								
pod 11.00	ponovi																																												
pod 12.00	-10 s																																												
pod 13.00	-30 s																																												
pod 14.00	-50 s																																												
pod 15.00	-70 s																																												

OCENA	Ekipne in individualne športne panoge
Odlično (5)	- Dijak/inja presega minimalne standarde znanja, ki so določeni v UN. učinkovito, racionalno, varno in samostojno obvladuje najzahtevnejše gibalne naloge pri individ. in kolekt. športnih panogah. - zelo dobro obvladuje teoretična in praktična znanja, povezana z vsemi športnimi panogami in njihovimi vsebinami. - pogosto pomaga pri pouku, (kot vodja, demonstrator in izvajalec) in organizaciji najrazličnejših tekmovanj. - zelo dobro sodeluje s sošolci in športnim pedagogom, s tem si širi obzorje znanja in poznavanja športa samostojno spremlja in vrednoti svoj napredek. - ima odlične (optimalne in boljše)športne dosežke - dobro pozna pravila individ. in kolekt. športnih panog.
Prav dobro (4)	- Dijak/inja presega presega minimalne standarde znanja, ki so določeni v UN. - racionalno, varno in samostojno obvladuje zahtevnejše gibalne naloge pri individ. in kolekt. športnih panogah. - obvladuje teoretična in praktična znanja, povezana z vsemi športnimi panogami in njihovimi vsebinami - večkrat pomaga pri pouku in organizaciji najrazličnejših tekmovanj. - dobro sodeluje s sošolci in športnim pedagogom, samostojno spremlja in vrednoti svoj napredek. - ima optimalne športne dosežke
Dobro (3)	- Dijak/inja dosega minimalne standarde znanja, določene v UN.

	- varno in samostojno obvladuje manj zahtevnejše gibalne naloge. - zahtevnejše naloge opravi z aktivnim ali pasivnim varovanjem. - obvladuje teoretična in praktična znanja, povezana z nekaterimi športnimi panogami in njihovimi vsebinami. - včasih pomaga pri pouku in organizaciji najrazličnejših tekmovanj. - sodeluje s sošolci in športnim pedagogom, spremlja svoj napredek. - ima povprečne (temeljne in boljše) športne dosežke - pozna pravila individ. in kolekt. športnih panog,
Zadostno (2)	- Dijak/inja komaj dosega minimalne standarde znanja, določene v UN. - zahtevnejše gibalne naloge opravi samo z aktivnim varovanjem in s prilagojenimi pogoji. - slabo obvladuje teoretična in praktična znanja. - redko spremlja svoj napredek in ga zna vrednotiti samo s pomočjo. - dosega temeljne športne rezultate. - pozna enostavnejša pravila individualnih in kolektivnih športnih panog.
Nezadostno (1)	- Dijak/inja ne dosega minimalnih standardov znanja, določenih v učnem načrtu. - zahtevnejše gibalne naloge opravi samo z aktivnim varovanjem in s prilagojenimi pogoji. - slabo obvladuje teoretična in praktična znanja. - redko spremlja svoj napredek in ga zna vrednotiti samo s pomočjo. - dosega temeljne športne rezultate. - pozna enostavnejša pravila individualnih in kolektivnih športnih panog.

3. MINIMALNI STANDARDI ZNANJA

1. letnik

VSEBINSKI SKLOP	Minimalni standardi znanja
tek	Preteče Cooperjev test z vmesno hojo
Odbojka zg. in sp. odboj	Izvede odboje z večjimi napakami
Ples	Koreografijo izvede z napakami, gibanje je trdo
Splošna telesna pripravljenost	Izvede vsaj 20 ponovitev SKL in 35 ponovitev DT

2. letnik

VSEBINSKI SKLOP	Minimalni standardi znanja
tek	Preteče Cooperjev test z vmesno hojo
Odbojka napadalni udarec	Izvede odboje z večjimi napakami
Ples	Koreografijo izvede z napakami, gibanje je trdo
Splošna telesna pripravljenost	Glede na rezultat iz prejšnjega leta izvede vsaj 90% ponovitev

3. letnik

VSEBINSKI SKLOP	Minimalni standardi znanj
tek	Preteče Cooperjev test z vmesno hojo
Odbojka igra	Izvede elemente igre z napakami, ki še omogočajo igro
Ples	Koreografijo izvede z napakami, gibanje je trdo
Splošna telesna pripravljenost	Glede na rezultat iz prejšnjega leta izvede vsaj 90% ponovitev

4. letnik

VSEBINSKI SKLOP	Minimalni standardi znanj
tek	Preteče Cooperjev test z vmesno hojo
Suvarje krogle	Izvede sunek z večjo napako
Košarka elementi igre	Izvede elemente igre z večjimi napakami
Splošna telesna pripravljenost	Glede na rezultat iz prejšnjega leta izvede vsaj 90% ponovitev

4. ROKI PISNEGA OCENJEVANJA – MREŽNI PLAN

Pri športni vzgoji ni pisnega ocenjevanja

5. NAČINI IN MERILA OCENJEVANJA NA POPRAVNIH IN DOPOLNILNIH IZPITIH

Praktična izvedba določenih elementov iz obdelanih vsebinskih sklopov za posamezen letnik. V primeru zdravstvenih težav – zdravstveno opravičen - dijak izdela in predstavi seminarsko nalogo.

V Tolminu, 19. 9. 2026

Vodja aktiva Matjaž Costantini, Ime in priimek: Matjaž Costantini



Učitelj/i predmeta

Neva Nanut Nahberger

Saša Leban

