**Osztályozó vizsga követelményei 5-6 osztály testnevelés**

Futóiskola feladatainak ismerete bemelegítés céljából.

Bemelegítésre alkalmas gimnasztikai gyakorlatok ismerete, pedagógus utasítására megfelelő végzése.

ATLÉTIKA: rövid távú vágtafutás, gyors futások irányváltoztatással.

Ugrások / egy választott /

Távolugrás: Helyes technikai végrehajtás guggoló technikával.

Magasugrás: Ugrás lépő technikával.

Kislabda hajítás:: Helyből és nekifutásból, helyes technikai végrehajtás.

Kötetlen kitartó futás 5-6 perc egyéni képességeknek megfelelően.

Értékelés: A mozgásformák helyes és eredményes végrehajtása.

Az egyéni képességek, adottságok figyelembe vétele.

TORNA: 4 elemet tartalmazó önállóan összeállított talajgyakorlat bemutatása.

Értékelés: Alakítsa helyesen a részmozdulatokban az egyes talajelemeket.

Választható:

Szekrényugrás: 3 részes szekrényre nekifutás után felguggolás, majd homorított leugrás.

Értékelés: A részmozdulatok helyes végrehajtása.

Kötélmászás: 4 m magas kötélen mászás, mászó kulcsolással.

Értékelés: Dinamikus mászás.

Sportjátékok / egy választott /

KOSÁRLABDA: Labdavezetés tárgykerüléssel. Fektetett dobás végrehajtása labdavezetésből. Büntető dobás.

LABDARÚGÁS: Folyamatos labdavezetés tárgykerüléssel. Guruló labda megállítása. Kapura lövés, álló labdával.

KÉZILABDA: Folyamatos labdavezetés tárgykerüléssel. Labdavezetésből kapura lövés kitámasztás után.

RÖPLABDA: Kosár-, és alkarérintéssel emelgetés 5x5.

Értékelés: Rendelkezzen megfelelő labdabiztonsággal a bemutatás során. A végrehajtott mozgásformák a bemutatott sportjáték szabályainak feleljen meg.

ÚSZÁS: 100m folyamatos úszás választott úszásnemben, sekély vagy mélyvízben.

Értékelés: A választott úszásnem technikájának pontos és szabályszerű végrehajtása.

ELMÉLET: Soroljon fel 5 atlétikai versenyszámot. Tudja 5 magyar olimpiai bajnok nevét és sportágát.

A választott sportjáték alapvető szabályismerete.

Az osztályozó vizsga fő értékelési szempontjai:

- a tanuló felkészültsége

- a tanuló hozzáállása, figyelembe véve alkati sajátságait

- a bemutatott mozgáselemek érjék el a tantárgyi minimum szintet

- a vizsga során törekedjen sportszerű kultúrált magatartásra

**Osztályozó vizsga követelményei 7-8 osztály testnevelés**

Futóiskola feladatainak ismerete bemelegítés céljából.

Bemelegítésre alkalmas gimnasztikai gyakorlatok ismerete, pedagógus utasítására megfelelő végzése.

ATLÉTIKA: rövid távú, vágtafutás, gyors futások irányváltoztatással.

Ugrások / egy választott /

Távolugrás: Helyes technikai végrehajtás guggoló technikával.

Magasugrás: Ugrás, lépő technikával.

Kislabda hajítás:: Helyből és nekifutásból, helyes technikai végrehajtás.

Kötetlen kitartó futás 8-10 perc egyéni képességeknek megfelelően.

Értékelés: A mozgásformák helyes és eredményes végrehajtása.

Az egyéni képességek, adottságok figyelembe vétele.

TORNA: 6 elemet tartalmazó önállóan összeállított talajgyakorlat bemutatása.

Értékelés: Alakítsa helyesen a részmozdulatokban az egyes talajelemeket.

Választható:

Szekrényugrás: 4 részes szekrényre nekifutás után felguggolás, majd homorított leugrás.

Guggoló átugrás.

Értékelés: A részmozdulatok helyes végrehajtása.

Kötélmászás: 4 m magas kötélen mászás, mászó kulcsolással, vagy függeszkedéssel.

Értékelés: Dinamikus mászás.

Sportjátékok / egy választott /

KOSÁRLABDA: Labdavezetés tárgykerüléssel. Fektetett dobás végrehajtása átadásból egy leütés után. Büntető dobás.

LABDARÚGÁS: Folyamatos labdavezetés tárgykerüléssel. Guruló labda megállítása. Kapura lövés, mozgásban lévő labdával.

KÉZILABDA: Folyamatos labdavezetés tárgykerüléssel. Labdavezetésből kapura lövés felugrás után. Büntető dobás.

RÖPLABDA: Kosár-, és alkarérintéssel emelgetés 10x10..

Értékelés: Rendelkezzen megfelelő labdabiztonsággal a bemutatás során. A végrehajtott mozgásformák a bemutatott sportjáték szabályainak feleljen meg.

ÚSZÁS: 200 m folyamatos úszás választott úszásnemben, mélyvízben. Fejesugrás.

Értékelés: A választott úszásnem technikájának pontos és szabályszerű végrehajtása.

ELMÉLET: Soroljon fel 5 úszó versenyszámot. Tudja 5 magyar olimpiai bajnok nevét és sportágát. Soroljon fel 5 olimpiai sportágat.

A választott sportjáték alapvető szabályismerete.

Az osztályozó vizsga fő értékelési szempontjai:

* a tanuló felkészültsége
* a tanuló hozzáállása, figyelembe véve alkati sajátoságait
* a bemutatott mozgáselemek érjék el a tantárgyi minimum szintet
* a vizsga során törekedjen sportszerű kultúrált magatartásra