Lekkoatletyka – klasa V 2019 – 2020

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Bieg na 60 metrów ( sekundy ) | | |
| Chłopcy | Ocena | Dziewczęta |
| 9,6 i poniżej | Celująca | 9,8 i poniżej |
| 9,61 – 10,00 | Bardzo dobra | 9,81 – 10,20 |
| 10,01 – 10,30 | Dobra | 10,21 – 10,50 |
| 10,31 – 10,60 | Dostateczna | 10,51 – 10,80 |
| 10,61 – 12,60 | Dopuszczająca | 10,81 – 12,80 |
| Skok w dal ( metry ) | | |
| Chłopcy | Ocena | Dziewczęta |
| 3,50 i powyżej | Celująca | 3,40 i powyżej |
| 3,49 – 3,30 | Bardzo dobra | 3,39 – 3,20 |
| 3,29 – 3,00 | dobra | 3,19 – 2,90 |
| 2,99 – 2,70 | Dostateczna | 2,89 – 2,60 |
| 2,69 – 2,20 | Dopuszczająca | 2,59 – 2,10 |
| Skok wzwyż ( centymetry ) | | |
| Chłopcy | Ocena | Dziewczęta |
| 125 i powyżej | Celująca | 120 i powyżej |
| 124 - 115 | Bardzo dobra | 119 - 110 |
| 114 - 95 | Dobra | 109 - 90 |
| 94 - 85 | Dostateczna | 89 - 80 |
| 84 - 75 | Dopuszczająca | 79 - 70 |
| Rzut piłeczką palantową ( metry ) | | |
| Chłopcy | Ocena | Dziewczęta |
| 36 i powyżej | Celująca | 30 i powyżej |
| 35 - 30 | Bardzo dobra | 29 - 24 |
| 29 - 25 | Dobra | 23 -19 |
| 24 - 20 | Dostateczna | 18 – 14 |
| 19 - 15 | Dopuszczająca | 13 - 9 |
| Bieg na 1000 – chłopcy / 600 dziewczęta ( minuty ) | | |
| Chłopcy | Ocena | Dziewczęta |
| 3,50 i poniżej | Celująca | 2, 20 i poniżej |
| 3,51 – 4, 05 | Bardzo dobra | 2,19 – 2,30 |
| 4,06 – 4,20 | Dobra | 2,31 – 2,45 |
| 4,19 – 4,35 | Dostateczna | 2,46 – 3,00 |
| 4,36 – 6,15 | Dopuszczająca | 3,16 – 4,45 |