Lekkoatletyka – klasa VIII gimnazjum 2019 – 2020

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Bieg na 60 metrów ( sekundy ) | | |
| Chłopcy | Ocena | Dziewczęta |
| 8,80 i poniżej | Celująca | 9,0 i poniżej |
| 8,81 – 9,20 | Bardzo dobra | 9,01 – 9,40 |
| 9,21 – 9,50 | Dobra | 9,41 – 9,80 |
| 9,51 – 10,00 | Dostateczna | 9,81 – 10,30 |
| 10,01 – 11,00 | Dopuszczająca | 10,31 – 11,30 |
| Skok w dal ( metry ) | | |
| Chłopcy | Ocena | Dziewczęta |
| 4,40 i powyżej | Celująca | 4,00 i powyżej |
| 4,39 – 4,10 | Bardzo dobra | 3,99 – 3,70 |
| 4,09 – 3,80 | dobra | 3,69 – 3,40 |
| 3,79 – 3,40 | Dostateczna | 3,39 – 3,10 |
| 3,39 – 2,90 | Dopuszczająca | 3,09 – 2,60 |
| Skok wzwyż ( centymetry ) | | |
| Chłopcy | Ocena | Dziewczęta |
| 150 i powyżej | Celująca | 135 i powyżej |
| 149 - 140 | Bardzo dobra | 134 - 125 |
| 139 - 130 | Dobra | 124 - 115 |
| 129 - 120 | Dostateczna | 114 - 105 |
| 119 - 100 | Dopuszczająca | 105 - 85 |
| Pchnięcie kulą – 4 kilogramy ( metry ) | | |
| Chłopcy | Ocena | Dziewczęta |
| 9,00 i powyżej | Celująca | 7,00 |
| 8,99 – 8,00 | Bardzo dobra | 6,99 – 6,50 |
| 7,99 – 7,00 | Dobra | 6,49 – 6,00 |
| 6,99 – 6,00 | Dostateczna | 5,99 – 5,00 |
| 5,99 – 4,00 | Dopuszczająca | 4,99 - 3,00 |
| Bieg na 1000 – chłopcy / 600 dziewczęta ( minuty ) | | |
| Chłopcy | Ocena | Dziewczęta |
| 3,25 i poniżej | Celująca | 2, 00 i poniżej |
| 3,26 – 3,40 | Bardzo dobra | 2,01 – 2,05 |
| 3,41 – 3,55 | Dobra | 2,06 – 2,15 |
| 3,56 – 4,10 | Dostateczna | 2,16 – 2,30 |
| 4,10 – 5,30 | Dopuszczająca | 2,31 – 3,20 |