**TESTNEVELÉS**

**OSZTÁLYOZÓ VIZSGA KÖVETELMÉNYRENDSZERE**

**10. évfolyam**

Követelmények:

A vizsga öt részből áll, a helyi tantervünk adott évfolyamára vonatkozó mozgásanyagból összeállítva, melynek részletes tartalmáról minden esetben a tanuló szaktanárával egyeztet, figyelembe véve a tanuló testnevelés besorolását.

1. **Kondicionális képességfelmérés**
2. **Gimnasztika:** Nyolc gyakorlatból álló bemelegítő gimnasztikai gyakorlatsor bemutatása
3. **Atlétika**: Egy futó-, egy ugró- és egy dobószámhoz kapcsolódó feladat bemutatása.
4. **Labdajáték:** Két választott labdajáték gyakorlatainak bemutatása
* Kosárlabda
* Kézilabda
* Röplabda
* Labdarúgás
1. **Torna:** Kötelező az összefüggő talajgyakorlat bemutatása és egy választott szeren történő bemutatás.

*Kötelező:*

Talajtorna: Összefüggő talajgyakorlat bemutatása öt kötelező és két választható elemből.

 *Válaszható:*

 Szekrényugrás,

 Gerenda (lányok)

 Gyűrű (fiúk)

**Értékelés**

A vizsga öt részből áll, mindegyik rész értéke 20 pont.

**0-24 pont 0-24% elégtelen**

**25-39 pont 25-39% elégséges**

**40-59 pont 40- 59% közepes**

**60-79 pont 60- 79% jó**

**80-100 pont 80- 100% jeles**