Lekkoatletyka – klasa VI 2019 – 2020

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Bieg na 60 metrów ( sekundy ) | | |
| Chłopcy | Ocena | Dziewczęta |
| 9,4 i poniżej | Celująca | 9,6 i poniżej |
| 9,41 – 9,80 | Bardzo dobra | 9,61 – 10,00 |
| 9,81 – 10,10 | Dobra | 10,01 – 10,30 |
| 10,11 – 10,40 | Dostateczna | 10,31 – 10,60 |
| 10,41 – 12,40 | Dopuszczająca | 10,61 – 12,60 |
| Skok w dal ( metry ) | | |
| Chłopcy | Ocena | Dziewczęta |
| 3,70 i powyżej | Celująca | 3,60 i powyżej |
| 3,69 – 3,50 | Bardzo dobra | 3,59 – 3,40 |
| 3,49 – 3,20 | dobra | 3,39 – 3,10 |
| 3,19 – 2,90 | Dostateczna | 3,09 – 2,80 |
| 2,89 – 2,40 | Dopuszczająca | 2,79 – 2,30 |
| Skok wzwyż ( centymetry ) | | |
| Chłopcy | Ocena | Dziewczęta |
| 130 i powyżej | Celująca | 125 i powyżej |
| 129 - 120 | Bardzo dobra | 124 - 115 |
| 119 - 110 | Dobra | 114 - 105 |
| 109 - 100 | Dostateczna | 104 - 95 |
| 99 - 80 | Dopuszczająca | 94 - 75 |
| Rzut piłeczką palantową ( metry ) | | |
| Chłopcy | Ocena | Dziewczęta |
| 42 i powyżej | Celująca | 35 i powyżej |
| 41 - 36 | Bardzo dobra | 34 - 29 |
| 35 - 31 | Dobra | 28 -24 |
| 30 - 26 | Dostateczna | 23 - 19 |
| 25 - 20 | Dopuszczająca | 18 - 13 |
| Bieg na 1000 – chłopcy / 600 dziewczęta ( minuty ) | | |
| Chłopcy | Ocena | Dziewczęta |
| 3,40 i poniżej | Celująca | 2, 10 i poniżej |
| 3,41 – 3,55 | Bardzo dobra | 2,11 – 2,20 |
| 3,56 – 4,10 | Dobra | 2,21 – 2,30 |
| 4,11 – 4,25 | Dostateczna | 2,31 – 2,45 |
| 4,26 – 6,00 | Dopuszczająca | 2,46 – 4,30 |