

## 7.KLASS

ÕPITULEMUS	MITTERAHUL- DAV TASE	ALGTASE	KESKTASE	KÕRGTASE
Mängib liikumismänge kasutades erinevaid liikumisviise määruste kohaselt.	Ei suuda mängida õpitud liikumismänge reeglite järgi.	Liikumismänge mängides vajab tihti suunamist/juhendamist.	Mängib liikumismänge kasutades erinevaid liikumisviise määruste kohaselt.	Liikumismänge mängides on arukas ja osav.
Sooritab kergejõustikualad tehniliselt õigesti ja määruste päraselt. (60m, pikk distant, heitealad, kaugushüpe)	Ei suuda läbida 60m distantsi joostes. Ei suuda läbida pikamaa distantsi joostes. Ei soorita heitealasid. Ei soorita kaugushüpet.	60m jooksu läbimisel pingutab vähe kasutades madallähet. Ei suuda läbida pikamaa distantsi enda valitud tempoga joostes. Heitealad vajavad lisajuhendamist ja harjutamist . Kaugushüppe vajab lisajuhendamist ja harjutamist.	Läbib 60m jooksu pingutusega kasutades madallähet. Läbib pikamaa distantsi joostes. Sooritab heitealad oskuslikult ja saavutab hea tulemuse. Sooritab kaugushüppe oskuslikult ja saavutab hea tulemuse.	Läbib 60m jooksu maksimaalse pingutusega kasutades madallähet. Läbib pikamaa distantsi tempokalt joostes. Sooritab heitealad tehniliselt õigesti ja saavutab hea tulemuse. Sooritab kaugushüppe tehniliselt õigesti ja saavutab hea tulemuse.
Osaleb tunnis aktiivselt ja võimetekohaselt pingutades. Oskab mõõta südamelöögisagedust.	Tunnis olles loobub liikumistegevustest.	Vajab sageli tunnis motiveerimist, et tegutseda aktiivselt ja võimetekohaselt pingutades. Mõõdab südamelöögisagedust õpetaja juhendamisel.	Osaleb tunnis aktiivselt ja võimetekohaselt pingutades. Oskab mõõta südamelöögisagedust.	Osaleb tunnis aktiivselt ja võimetekohaselt pingutades, saavutades häid tulemusi. Oskab mõõta iseseisvalt südamelöögisagedust.
On osalenud õppeaasta jooksul vähemalt ühel	Ei ole osalenud õppeaasta jooksul rahvaspordiüritusel.	Ei ole osalenud õppeaasta jooksul rahvaspordiüritusel.	On osalenud õppeaasta jooksul ühel rahvaspordiüritusel.	On osalenud õppeaasta jooksul mitmel rahvaspordiüritusel.

rahvaspordiüritusel.				
On esindanud kooli spordivõistlustel.	Oli valitud kooli esindama spordivõistlustele, kuid jättis tulemata.			On esindanud kooli spordivõistlustel.
On loonud midagi liikumistegevusega seotut ja esitleb seda praktiliselt ja kirjalikult.	Keeldub liikumistegevuse loomisest ja esitlemisest.	Vajab täiendavat abi liikumistegevuse loomisel ja esitlemisel.	On loonud midagi liikumistegevusega seotult ja esitleb seda praktiliselt ja kirjalikult.	On loonud midagi liikumistegevusega seotult ja esitleb seda praktiliselt ja kirjalikult.
Teab lihtsamaid võtteid ja harjutusi, et ennast ümber lülitada erineva aktiivsusega tegevustele.		Vajab lisajuhendamist, et ümber lülitada erineva aktiivsusega tegevustele.	Teab lihtsamaid võtteid ja harjutusi, et ennast ümber lülitada erineva aktiivsusega tegevustele.	Teab võtteid ja harjutusi, et ennast ümber lülitada erineva aktiivsusega tegevustele.
Liikumis- ja toitumispäeviku täitmine.	Ei esitanud liikumis- ja toitumispäevikut.	Esitas liikumis- ja toitumispäeviku põhjuseta hilinemisega.	Esitas liikumis- ja toitumispäeviku õigeaegselt.	Esitas liikumis- ja toitumispäeviku õigeaegselt.