

Wymagania Edukacyjne z Wychowania Fizycznego

ZAŁOŻENIA OGÓLNE

- 1) Ocenianie z wychowania fizycznego jest integralną częścią wewnątrzszkolnych zasad oceniania szkoły.
- 2) Ocena semestralna lub roczna ustalana jest na podstawie ocen częściowych za określony poziom wiadomości, umiejętności i kompetencji społecznych w procesie szkolnego wychowania fizycznego.
- 3) Ocena semestralna lub roczna nie jest średnią arytmetyczną ocen częściowych.
- 4) Przy ustalaniu oceny semestralnej i rocznej uwzględnia się przede wszystkim wysiłek ucznia, wynikający z realizacji programu nauczania oraz systematyczny i aktywny udział w lekcjach wychowania fizycznego.
- 5) Ocena z wychowania fizycznego może być podniesiona za dodatkową aktywność ucznia, np. udział w zajęciach rekreacyjno-sportowych, zawodach sportowych, turniejach i rozgrywkach pozaszkolnych, konkursach plastycznych i literackich o tematyce sportowej, za udokumentowaną dodatkową aktywność fizyczną ucznia.
- 6) Podniesienie oceny z wychowania fizycznego na koniec I półrocza lub roku szkolnego może być tylko o jeden stopień.
- 7) Ocenę za dodatkową aktywność ucznia nauczyciel wystawia dwa razy w roku szkolnym - na koniec pierwszego i drugiego półrocza.
- 8) Szkolne ocenianie z wychowania fizycznego ma być czynnikiem motywującym młodzież do aktywności fizycznej w wymiarze teraźniejszym i przyszłościowym.
- 9) Obniżenie oceny z wychowania fizycznego na koniec półrocza lub roku szkolnego następuje wskutek negatywnej postawy ucznia, np. częste braki stroju, niesystematyczne ćwiczenie, sporadyczne uczestniczenie w sprawdzianach kontrolno-oceniających, brak właściwego zaangażowania w czasie poszczególnych lekcji, niski poziom kultury osobistej itp.
- 10) Ocena może być obniżona o jeden stopień.
- 11) Uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego decyzją administracyjną dyrektora szkoły na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach uczestniczenia w tych zajęciach, wydanej przez lekarza, na czas określony w tej opinii [Rozporządzenie MEN z dnia 22.02.2019 r.].
- 12) W przypadku zwolnienia ucznia z zajęć wychowania na okres uniemożliwiający wystawienie oceny semestralnej lub klasyfikacyjnej na koniec roku szkolnego, zamiast oceny nauczyciel wychowania fizycznego wpisuje „zwolniony” albo „zwolniona” [Rozporządzenie MEN z dnia 22.02.2019 r.].
- 13) Uczeń, który opuścił z własnej winy lub nie ćwiczył w 51% i więcej obowiązkowych zajęć wychowania fizycznego, otrzymuje ocenę niedostateczną na koniec semestru lub roku szkolnego.

14) Rada pedagogiczna szkoły, w której uczeń opuścił z własnej winy lub nie ćwiczył w 51% i więcej obowiązkowych zajęć wychowania fizycznego, może ustalić dla ucznia egzamin klasyfikacyjny.

15) Egzamin klasyfikacyjny obejmuje zadania teoretyczne i praktyczne (umiejętności ruchowe), które były przedmiotem nauczania w trakcie semestru lub roku szkolnego.

16) Oceny cząstkowe za określony poziom wiadomości, umiejętności i kompetencji społecznych będą realizowane według następującej skali ocen:

1 - niedostateczny

2 - dopuszczający

3 - dostateczny

4 - dobry

5 - bardzo dobry

6 – celujący

SZCZEGÓŁOWE KRYTERIA OCENY PÓŁROCZNEJ LUB ROCZNEJ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

1) Ocena celująca

Ocenę celującą na pierwsze półrocze lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który w zakresie:

A) POSTAWY DO PRZEDMIOTU WYCHOWANIE FIZYCZNE I POSTAWY DO AKTYWNOŚCI I SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ:

- jest zawsze przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy,
- nie ćwiczy na lekcjach tylko z bardzo ważnych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych,
- charakteryzuje się wysokim poziomem kultury osobistej,
- używa właściwych sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły,
- podejmuje indywidualny program treningowy w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej,
- bardzo chętnie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej.

B) WIADOMOŚCI I UMIEJĘTNOŚCI:

- w sposób bardzo dobry wykonuje wszystkie ćwiczenia w czasie lekcji,
- pokazuje i demonstrowa większość umiejętności ruchowych,
- prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące bardzo poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
- potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć,
- umie samodzielnie przygotować miejsce ćwiczeń,
- w sposób bezwzględny stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego,
- poczuwa się do współodpowiedzialności za stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły,
- zalicza wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania,
- samodzielnie zabiega o poprawę lub uzupełnienie próby sprawnościowej, w której nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych,
- uzyskuje bardzo znaczny postęp w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych bez jakichkolwiek błędów technicznych lub taktycznych,
- ćwiczenia wykonuje zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
- wykonanie zadania ruchowego przez ucznia może być zawsze przykładem i wzorem do naśladowania dla innych ćwiczących,
- potrafi wykonać ćwiczenie o znacznym stopniu trudności,
- wykonuje zadania ruchowe nie tylko efektownie, ale i efektywnie, np. trafia do bramki, rzuca celnie do kosza,

- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia w sposób znaczący wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli,
- zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę bardzo dobrą lub celującą,
- stosuje wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego,
- posiada rozległą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego.

C) KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:

- reprezentuje szkołę w zawodach sportowych na poziomie powiatu, rejonu, województwa lub w zawodach ogólnopolskich,
- systematycznie bierze udział w zajęciach sportowo-rekreacyjnych,
- stosuje opanowane umiejętności ruchowe w czasie zawodów i rozgrywek sportowych,
- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia w sposób znaczący wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli,
- wykazuje się dużym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą,
- wzorowo pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,
- uprawia dyscypliny lub konkurencje sportowe w innych klubach lub sekcjach sportowych, podejmuje dowolne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym.

D) SYSTEMATYCZNEGO UDZIAŁU W LEKCJACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO:

- uzyskał ocenę celującą w każdym miesiącu półrocza za systematyczny i aktywny udział w obowiązkowych lekcjach wychowania fizycznego.

2) Ocena bardzo dobra

Ocenę bardzo dobrą na pierwsze półrocze lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który w zakresie:

A) POSTAWY DO PRZEDMIOTU WYCHOWANIE FIZYCZNE I POSTAWY DO AKTYWNOŚCI

I SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ:

- jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy, ale sporadycznie nie bierze udziału w lekcjach z różnych powodów,
- nie ćwiczy na lekcjach tylko z bardzo ważnych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych,
- charakteryzuje się właściwym poziomem kultury osobistej,
- używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły,

- niekiedy podejmuje indywidualne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym,
- czasami podejmuje indywidualny program treningowy w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej,
- chętnie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej.

B) WIADOMOŚCI I UMIEJĘTNOŚCI:

- w sposób bardzo dobry wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,
- pokazuje i demonstruje niektóre umiejętności ruchowe,
- prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
- potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć,
- umie z pomocą nauczyciela lub współwiczących przygotować miejsce ćwiczeń,
- stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego,
- stara się dbać o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły,
- zalicza prawie wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania,
- poprawia lub uzupełnia próby sprawnościowe, w których nie uczestniczył z ważnych powodów
- osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych za namową nauczyciela,
- uzyskuje znaczny postęp w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z niewielkimi błędami technicznymi lub taktycznymi,
- ćwiczenia wykonuje zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
- potrafi wykonywać ćwiczenia o dużym stopniu trudności,
- wykonuje zadania ruchowe efektownie, ale nie zawsze efektywnie, np. sporadycznie trafią do bramki czy rzuca celnie do kosza,
- stosuje opanowane umiejętności ruchowe w czasie gry właściwej, w trakcie zajęć,
- zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę bardzo dobrą lub dobrą,
- stosuje prawie wszystkie przepisy zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego,
- posiada bardzo dobrą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego.

C) KOMPETENCJE SPOŁECZNYCH:

- reprezentuje szkołę w zawodach sportowych na poziomie miejskim lub gminnym,
- wykazuje się bardzo dobrym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń Sportowych w kraju i zagranicą,
- bardzo dobrze pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,
- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli.

D) SYSTEMATYCZNEGO UDZIAŁU W LEKCJACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO:

- uzyskał ocenę bardzo dobrą w każdym miesiącu półrocza za systematyczny i aktywny udział w obowiązkowych lekcjach wychowania fizycznego.

3) Ocena dobra

Ocenę dobrą na pierwsze półrocze lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który w zakresie:

A) POSTAWY DO PRZEDMIOTU WYCHOWANIE FIZYCZNE I POSTAWY DO AKTYWNOŚCI I SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ;

- jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy, ale zdarza mu się nie brać udziału w lekcjach z różnych powodów,
- nie ćwiczy na lekcjach tylko z ważnych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych,
- charakteryzuje się właściwym poziomem kultury osobistej,
- nie zawsze używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami
- nie uczęszcza na zajęcia sportowo-rekreacyjne,
- raczej nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym.

B) WIADOMOŚCI I UMIEJĘTNOŚCI:

- w sposób dobry wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,
- nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych,
- prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące w miarę poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
- potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć, ale często to przygotowanie wymaga dodatkowych uwag i zaleceń nauczyciela,
- umie z pomocą nauczyciela lub współćwiczących przygotować miejsce ćwiczeń,
- nie zawsze stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego,
- dba o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły, ale aktywność ta wymaga dodatkowej interwencji wychowawczej prowadzącego zajęcia,
- zalicza większość testów i prób sprawnościowych ujętych w programie nauczania,
- poprawia lub uzupełnia próby sprawnościowe, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych za wyraźną namową nauczyciela,
- uzyskuje niewielki postęp w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,

- raczej nie podejmuje indywidualnego programu treningowego w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej,
- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z niewielkimi błędami technicznymi lub taktycznymi,
- wykonuje ćwiczenia nie zawsze zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
- potrafi wykonywać ćwiczenia o przeciętnym stopniu trudności,
- wykonuje zadania ruchowe efektownie, ale zawsze mało efektywnie, np. nie trafia do bramki czy nie rzuca celnie do kosza,
- nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowych w czasie gry właściwej lub szkolnej,
- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli,
- zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę dobrą,
- stosuje przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego,
- posiada dobrą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego.

C) KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:

- bierze udział w klasowych i szkolnych zawodach sportowych,
- dobrze pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,
- wykazuje się dobrym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą.

D) SYSTEMATYCZNEGO UDZIAŁU W LEKCJACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO:

- uzyskał ocenę dobrą w każdym miesiącu półrocza za systematyczny i aktywny udział w obowiązkowych lekcjach wychowania fizycznego.

4) Ocena dostateczna

Ocenę dostateczną na pierwsze półrocze lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który w zakresie:

A) POSTAWY DO PRZEDMIOTU WYCHOWANIE FIZYCZNE I POSTAWY DO AKTYWNOŚCI

I SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ:

- jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy, ale często mu się zdarza nie brać udziału w lekcjach z różnych powodów,
- nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych,
- charakteryzuje się przeciętnym poziomem kultury osobistej,
- często używa nieodpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły,
- nie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej,
- nie uczęszcza na zajęcia sportowo-rekreacyjne,

- nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym.

B) WIADOMOŚCI I UMIEJĘTNOŚCI:

- w sposób dostateczny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,
- nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych,
- nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki lub ćwiczeń kształtujących poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
- nie potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć, umie z pomocą nauczyciela lub współwiczących przygotować miejsce ćwiczeń,
- często nie stosuje zasad bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego, dba o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły, ale aktywność ta wymaga zawsze dodatkowej interwencji wychowawczej prowadzącego zajęcia,
- zalicza tylko niektóre testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania,
- nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych,
- nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
- nigdy nie podejmuje indywidualnego programu treningowego w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej,
- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z dużymi błędami technicznymi lub taktycznymi,
- wykonuje ćwiczenia prawie zawsze niezgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
- potrafi wykonywać ćwiczenia o niskim stopniu trudności,
- wykonuje zadania ruchowe mało efektywnie i zawsze mało efektywnie, np. nie trafia do bramki, nie rzuca celnie do kosza,
- nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowych w czasie gry właściwej lub szkolnej,
- zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę dostateczną,
- stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego,
- posiada dostateczną wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego,
- wykazuje się przeciętnym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w środowisku lokalnym i kraju.

C) KOMPETENCJE SPOŁECZNYCH:

- nie bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach sportowych,
- nie pełni funkcji lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,

- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli.

D) SYSTEMATYCZNEGO UDZIAŁU W LEKCJACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO:

- uzyskał ocenę dostateczną w każdym miesiącu półrocza za systematyczny i aktywny udział w obowiązkowych lekcjach wychowania fizycznego.

5) Ocena dopuszczająca

Ocenę dopuszczającą na pierwsze półrocze lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który w zakresie:

A) POSTAWY DO PRZEDMIOTU WYCHOWANIE FIZYCZNE I POSTAWY DO AKTYWNOŚCI

I SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ:

- bardzo często jest nieprzygotowany do lekcji, zapomina stroju,
- często nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych,
- charakteryzuje się niskim poziomem kultury osobistej,
- bardzo często używa nieodpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły,
- nie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej,
- nie uczęszcza na zajęcia sportowo-rekreacyjne,
- nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym.

B) WIADOMOŚCI I UMIEJĘTNOŚCI:

- w sposób nieudolny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,
 - nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych,
 - nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki lub ćwiczeń kształtujących poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
 - nie potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć,
 - umie z pomocą nauczyciela lub współćwiczących przygotować miejsce ćwiczeń,
- bardzo często nie stosuje zasad bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego, a zachowanie ucznia na lekcji może zagrażać zdrowiu i życiu współćwiczących,
- nie dba o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły,
 - zalicza tylko pojedyncze testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania,
 - nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych,

- nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
- nigdy nie podejmuje indywidualnego programu treningowego w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej,
- zalicza niektóre sprawdziany umiejętności ruchowych z rażącymi błędami technicznymi lub taktycznymi,
- wykonuje ćwiczenia zawsze niezgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
- potrafi wykonywać ćwiczenia o bardzo niskim stopniu trudności,
- wykonuje zadania ruchowe mało efektownie i zawsze mało efektywnie, np. nie trafia do bramki czy nie rzuca celnie do kosza,
- nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowych w czasie gry właściwej lub szkolnej,
- zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę dopuszczającą,
- stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego,
- posiada niewielką wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego.

C) KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:

- nie bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach sportowych,
- nie pełni funkcji lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,
- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli,
- wykazuje się niskim zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w środowisku lokalnym i kraju.

D) SYSTEMATYCZNEGO UDZIAŁU W LEKCJACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO:

- uzyskał ocenę dopuszczającą w każdym miesiącu półrocza za systematyczny i aktywny udział w obowiązkowych lekcjach wychowania fizycznego.

6) Ocena niedostateczna

Ocenę niedostateczną na pierwsze półrocze lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który w zakresie:

A) POSTAWY DO PRZEDMIOTU WYCHOWANIE FIZYCZNE I POSTAWY DO AKTYWNOŚCI

I SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ:

- prawie zawsze jest nieprzygotowany do lekcji, zapomina stroju,
- bardzo często nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych,
- charakteryzuje się bardzo niskim poziomem kultury osobistej,
- zachowuje się wulgarnie w stosunku do nauczyciela oraz innych pracowników szkoły,
- nie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej,

- nie uczęszcza na zajęcia sportowo-rekreacyjne,
- nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym.

B) WIADOMOŚCI I UMIEJĘTNOŚCI:

- w sposób bardzo nieudolny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,
- nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych,
- nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki lub ćwiczeń kształtujących poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
- nie potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć,
- nigdy nie przygotowuje miejsca ćwiczeń,
- nigdy nie stosuje zasad bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego, a zachowanie ucznia na lekcji zawsze zagraża zdrowiu, a nawet życiu współćwiczących,
- nie dba o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły, a nawet często je niszczy i dewastuje,
- nie zalicza większości testów i prób sprawnościowych ujętych w programie nauczania,
- nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych,
- nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
- nigdy nie podejmuje indywidualnego programu treningowego w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej,
- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z bardzo rażącymi błędami technicznymi lub taktycznymi,
- wykonuje ćwiczenia zawsze niezgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
- nie potrafi wykonywać ćwiczeń nawet o bardzo niskim stopniu trudności,
- wykonuje zadania ruchowe mało efektywnie i zawsze mało efektywnie, np. nie trafia do bramki, nie rzuca celnie do kosza,
- nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowych w czasie gry właściwej lub szkolnej,
- zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę niedostateczną,
- stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego,
- posiada niedostateczną wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego.

C) KOMPETENCJE SPOŁECZNYCH:

- nie bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach sportowych,
- nie pełni funkcji lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,
- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli,

- wykazuje się niedostatecznym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w środowisku lokalnym i kraju.

D) SYSTEMATYCZNEGO UDZIAŁU W LEKCJACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO:

- uzyskał ocenę dopuszczającą w każdym miesiącu półrocza za systematyczny i aktywny udział w obowiązkowych lekcjach wychowania fizycznego.

Postanowienia końcowe

- 1) Zwolnienia lekarskie nie powodują obniżenia oceny za nieodpowiednią postawę ucznia, kompetencje społeczne oraz systematyczny udział w lekcjach.
- 2) Wszystkie oceny cząstkowe podlegają poprawie w terminie uzgodnionym z nauczycielem.
- 3) Ocena poprawiona jest oceną ostateczną.
- 4) Uczeń ma prawo wykonania danego ćwiczenia stosownie do swoich możliwości, np. obniżona wysokość przyrządu.
- 5) Po dłuższej absencji chorobowej lub innej związanej, np. z sytuacją rodzinną, uczeń nie ma obowiązku zaliczenia programu, który był realizowany w tym okresie.
- 6) Sytuacja wymieniona w punkcie 5 nie powoduje obniżenia oceny.

KRYTERIA OCENIANIA PRZEDMIOTOWEGO Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

MINI PIŁKA NOŻNA KLASA 4

Sprawdzian	Uwagi o wykonaniu ćwiczeń na poszczególne oceny.					
	celująca	bardzo dobry	dobry	dostateczna	dopuszczająca	niedostateczna
Podania i przyjęcia piłki wewnętrzną częścią stopy w miejscu.	Uczeń wykonuje 5 dokładnych przyjęć i podań wewnętrzną częścią stopy do współwiczającego z prawidłowym przyłożeniem stopy do piłki.	Uczeń wykonuje 4 dokładne przyjęcia i podania bez błędów technicznych.	Uczeń wykonuje 3 dokładne przyjęcia i podania z drobnymi błędami, zdarza mu się nie czysto uderzyć piłkę wewnętrzną częścią stopy.	Uczeń wykonuje 2 dokładne przyjęcia i podania, przy przyjęciu nie kontroluje piłki.	Uczeń wykonuje 1 dokładne przyjęcie i podanie.	Uczeń nie przystępuje do sprawdzianu.
Strzały do bramki z miejsca wewnętrzną częścią stopy.	5 celnych strzałów, wewnętrzną częścią stopy.	4 celne strzały, wewnętrzną częścią stopy.	3 celne strzały, wewnętrzną częścią stopy.	2 celne strzały.	1 celny strzał.	Uczeń nie przystępuje do sprawdzianu.

MINI PIŁKA SIATKOWA KLASA 4

Sprawdzian	Uwagi o wykonaniu ćwiczeń na poszczególne oceny					
	Celująca	Bardzo dobra	Dobra	Dostateczna	Dopuszczająca	Niedostateczna
Odbicia oburącz górne w parach – Jeden z uczniów rzuca piłkę do partnera a ten wykonuje odbicie.	Uczeń przyjmuje prawidłową postawę siatkarską i poprawnie ustawia ręce i nogi do odbić. Podczas odbić wykonuje poprawną pracę rąk i nóg tzn. że odbija piłkę z jak najkrótszym kontaktem z palcami, równocześnie prostuje ręce i nogi podczas odbić. Uczeń wykonuje minimum 10 odbić.	Uczeń wykonuje ćwiczenie bez większych błędów technicznych. Poprawnie porusza się przy odbiciu i wykonuje poprawną pracę rąk i nóg. Uczeń wykonuje 10 odbić.	Uczeń wykonuje ćwiczenie z małymi błędami w postawie siatkarskiej z błędami ustawienia rąk i nóg. Zbyt nisko odbija piłkę do partnera. Uczeń wykonuje 10 odbić	Uczeń wykonuje odbicia piłki z dużymi błędami w ułożeniu rąk i ustawieniu nóg. Uczeń wykonuje 10 odbić.	Uczeń potrafi przyjąć prawidłową postawę siatkarską. Wykonuje odbicia z dużymi błędami. Odbija piłkę całymi dłońmi, nie prostuje rąk i nóg podczas odbić. Nie kontroluje kierunku odbicia piłki.	Odmawia wykonania ćwiczenia.

Odbicia oburącz górne po własnym podrzucie.	Uczeń przyjmuje prawidłową postawę siatkarską i poprawnie ustawia ręce i nogi do odbić. Podczas odbić wykonuje poprawną pracę rąk i nóg tzn. że odbija piłkę z jak najkrótszym kontaktem z piłką, równocześnie prostuje ręce i nogi podczas odbić. Uczeń po własnym podrzucie wykonuje co najmniej 10 odbić oburącz sposobem górnym.	Uczeń wykonuje ćwiczenie bez większych błędów technicznych. Poprawnie porusza się przy odbiciu i wykonuje poprawną pracę rąk i nóg. Uczeń po własnym podrzucie wykonuje co najmniej 8 odbić oburącz sposobem górnym.	Uczeń wykonuje ćwiczenie z małymi błędami w postawie siatkarskiej z błędami ustawienia rąk i nóg. Zbyt nisko odbija piłkę nad głową. Uczeń po własnym podrzucie wykonuje co najmniej 4 odbić oburącz sposobem górnym.	Uczeń wykonuje ćwiczenie z dużymi problemami technicznymi. Nie potrafi odbić piłki więcej niż 3 razy.	Uczeń potrafi przyjąć pozycję siatkarską oraz potrafi wykonać podrzuty i chwyt piłki nad głową.	Odmawia wykonania ćwiczenia.

GIMNASTYKA DLA KLAS IV

SPRAWDZIANY	WYKONANIE ĆWICZENIA NA POSZCZEGÓLNE OCENY					
	CELUJĄCA	BARDZO DOBRA	DOBRA	DOSTATECZNA	DOPUSZCZAJĄCY	NIEDOSTA TECZNA

1.Przewrót w przód z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego	- bez błędów technicznych - dynamicznie - nienaganna estetyka -wykonany w linii prostej - wstanie bez podpierania się rękami	- niewielkie ruchy dodatkowe - niepełna dynamika - wykonany w linii prostej - wstanie bez podpierania się rękami	wykonany wolno - nogi w małym rozkroku - małe podparcie przy wstawaniu	- wiele ruchów dodatkowych - wykonany bardzo wolno - wykonany „na głowie” - podpierani e się przy wstawaniu	- wykonany krzywo - wykonany na głowie - zakończenie przewrotu w siadzie - podpieranie się przy wstawaniu	- odmowa wykonania ćwiczenia
--	---	---	--	---	--	------------------------------

2.Zwis przewrotny na drabinkach	- bez błędów technicznych - prawidłowe ułożenie rąk - odbicie z dwóch nóg - wytrzymanie ćwiczenia 10 sekund	- bez błędów technicznych - prawidłowe ułożenie rąk - odbicie z dwóch nóg Wytrzymanie ćwiczenia 5 sekund	- małe błędy techniczne w wykonaniu ćwiczenia - złe ułożenie rąk - odbicie nierówne z jednej nogi - wytrzymanie ćwiczenia mniej niż 5 sekund	- duże błędy techniczne w wykonaniu ćwiczenia - złe ułożenie rąk - odbicie z jednej nogi - nogi rozłączne - brak wytrzymania ćwiczenia	- bardzo duże błędy techniczne w wykonaniu ćwiczenia - złe ułożenie rąk - odbicie z jednej nogi - nogi rozłączne - brak wytrzymania ćwiczenia - ćwiczenie wykonane z pomocą nauczyciela	odmowa wykonania ćwiczenia
--	--	---	---	---	--	-----------------------------------

3.Podpór łukiem tyłem leżąc tyłem	- bez błędów technicznych - prawidłowe ułożenie rąk i nóg - ręce i nogi wyprostowane głowa odchylona w tył -- wytrzymanie ćwiczenia 10 sekund	- bez błędów technicznych - prawidłowe ułożenie rąk i nóg - nogi lekko ugięte i rozłączone wytrzymanie ćwiczenia 5 sekund	-małe błędy techniczne w wykonaniu ćwiczenia - ręce i nogi ugięte - nogi w dużym rozkroku - zachwiana równowaga - wytrzymanie ćwiczenia mniej niż 5 sekund	-duże błędy techniczne - ręce i nogi ugięte - głowa uniesiona do góry - ćwiczenie wykonane przy małej pomocy - wytrzyman ie ćwiczenia mniej niż 3 sekundy	-bardzo duże błędy techniczne w wykonaniu ćwiczenia - ćwiczenie wykonane z bardzo dużą pomocą nauczyciela - brak wytrzymania ćwiczenia	- odmowa wykonania ćwiczenia
--	--	--	---	---	--	------------------------------------

4.Układ gimnastyczny indywidualnie	układ zawiera najtrudniejsze elementy gimnastyczne: przewrót w przód, podpór łukiem leżąc tyłem - ćwiczenie wykonane bez błędów technicznych z zaznaczeniem cech gimnastycznych rąk i nóg - wykonanie płynne , rytmiczne	- układ zawiera najtrudniejsze elementy gimnastyczne : przewrót w przód, podpór łukiem leżąc tyłem - ćwiczenie wykonane bez błędów technicznych z zaznaczeniem cech gimnastyczny ch rąk i nóg - brak płynności wykonania ćwiczenia	-układ zawiera najtrudniejsze elementy gimnastyczne: przewrót w przód, podpór łukiem leżąc tyłem - wykonanie z małymi błędami - brak zaznaczenia cech gimnastycznych nóg -- brak płynności wykonania ćwiczenia	-układ zawiera jeden trudny element gimnastyc zny - wykonanie z dużymi błędami - brak zaznaczeni a cech gimnastyc znych nóg i rąk - nie ma płynności i rytmicznoś ci w wykonaniu ćwiczenia	-układ zawiera jeden trudny element gimnastyczny - ćwiczenie jest źle wykonane - niema rozpoczęcia i wykończenia ćwiczenia - elementy są zachwiane -- brak zaznaczenia cech gimnastycznych nóg i rąk - nie ma płynności i rytmiczności w wykonaniu ćwiczenia	-odmowa wykonania ćwiczenia
---	--	---	---	--	---	-----------------------------------

MINI PIŁKA KOSZYKOWA kl.4

Sprawdzian	Uwagi o wykonaniu ćwiczeń na poszczególne oceny					
	celująca	bardzo dobra	dobra	dostateczna	dopuszczająca	niedostateczna
Kozłowanie ze zmianą kierunku i ręki kozłującej (slalom).	Uczeń wykonuje bezbłędnie kozłowanie między pachołkami nie kontrolując piłki wzrokiem, kozłuje ręką dalszą od pachołka, zmienia rękę kozłem przed sobą, ze zmianą tempa.	Uczeń wykonuje kozłowanie między pachołkami bez większych błędów technicznych, kozłuje płynnie, ze zmianą ręki i tempa poruszania się.	Uczeń wykonuje poprawnie kozłowanie między pachołkami zmienia rękę lecz wolniej, kontroluje piłkę wzrokiem, porusza się bez zmiany tempa.	Uczeń popełnia błąd noszenia piłki, kozłuje wolno, zdarza mu się tracić kontrolę nad piłką.	Uczeń podczas kozłowania gubi piłkę, nie stosuje zmiany ręki kozłującej, porusza się bardzo wolno.	Uczeń nie przystępuje do sprawdzianu.

Rzuty do kosza jednorącz z miejsca.	5 rzutów celnych. Kończyny dolne lekko ugięte, tułów prosty lekko pochylony do przodu. Piłka trzymana obiema rękoma na wysokości brody, prawa ręka z tyłu piłki,	4 rzuty celne. Uczeń wykonuje rzuty bez błędów technicznych.	3 rzuty celne. Uczeń popełnia drobne błędy techniczne, zbyt mało ugięte nogi podczas wyrzutu.	2 rzuty celne. Uczeń popełnia błędy w ustawieniu nóg przed rzutem, źle trzyma piłkę rękoma, nie prostuje łokcia w czasie rzutu.	1 rzut celny. Uczeń wykonuje rzut z prostych nóg, źle trzyma piłkę rękoma, nie prostuje łokcia w czasie rzutu, nie zamyka nadgarstka, nie nadaje rotacji wstecznej piłce	Uczeń nie przystępuje do sprawdzianu.
-------------------------------------	---	---	--	--	---	---------------------------------------

	lewa ręka z boku przytrzymuje piłkę. Wyrzut piłki poprzedzony jest ugięciem nóg i pracą ramion kończąc zamknięciem nadgarstka nadając piłce rotację wsteczną.					
--	---	--	--	--	--	--

LEKKOATLETYKA KL 4

Konkurencja Sprawdzian	DZIEWCZĘTA : WYNIK — OCENA					
	Celująca	Bardzo dobra	Dobra	Dostateczna	Dopuszczająca	Niedostateczna
Bieg 50 m	Czas poniżej 9.00	9.40	9.80	10.20	10.50	Odmowa wykonania ćwiczenia
Bieg 600 m	Czas poniżej 2.45 m	3.00 min	3.45 Min.	3.55 min	4.25	Odmowa wykonania ćwiczenia
Rzut piłką palantową	Powyżej 20 m.	18 m.	15 m.	11 m.	9.00 m.	Odmowa wykonania ćwiczenia
Skok w dal	Powyżej 3.00 m	2.75 m	2.50 m	2.00 m	1.80 m	Odmowa wykonania ćwiczenia
Rzut piłką lekarską 2 kg tyłem w tył	Powyżej 4.00 m	3.50 m	3.20 m	2.80 m	2.50 m	Odmowa wykonania ćwiczenia

Konkurencja						
Bieg na 50 m	Czas poniżej 8.90 s.	9.20 s.	9.60 s	10.00 s.	10.30s.	Odmowa wykonania ćwiczenia
Bieg na 1000 m	Czas poniżej 4.20	4.25min	4.50 min	5.20 min.	5.50 min.	Odmowa wykonania ćwiczenia
Rzut piłką palantową	Powyż ej 28.00 m	25.00 m	22.00 m	16.00 m	14.00 m	Odmowa wykonania ćwiczenia
Skok w dal	Powyż ej 3.25 m	3.00 m	2.75 m	2.50 m	2.10 m	Odmowa wykonania ćwiczenia
Rzut piłką lekarską 2 kg tylem	5.00 m	4.00 m	3.50 m	2.80 m	2.50 m	Odmowa wykonania ćwiczenia

NORMY DO OCENY SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ

Z LEKKOATLETYKI W KLASIE V

Konkurencja a Sprawdzian	DZIEWCZĘTA : WYNIK – OCENA					
	Celująca	Bardzo dobra	Dobra	Dostateczna	Dopuszczająca	Niedostateczna
Bieg 50 m	Czas poniżej 8.80	8.60	9.00	9.50	10.20	Odmowa wykonania ćwiczenia
Bieg 600 m	Czas poniżej 2.35 m	2.50 min	3.05 Min.	3.25 min	3.45	Odmowa wykonania ćwiczenia

Rzut piłką palantową	Powyżej 30 m.	25 m.	20 m.	17 m.	13.00 m.	Odmowa wykonania ćwiczenia
Skok w dal	Powyżej 3.20 m	3.10 m	2.80 m	2.40 m	2.00 m	Odmowa wykonania ćwiczenia

Rzut piłka lekarską 2 kg tyłem w tył	Powyżej 5.00 m	4.50 m	4.00 m	3.20 m	3.00 m	Odmowa wykonania ćwiczenia
Konkurencja Sprawdzian	CHŁOPCY : WYNIK – OCENA					
	Celując a	Bardzo dobra	Dobra	Dostateczna	Dopuszczająca	Niedostateczna
Bieg 50 m	Czas poniżej 8.70 s.	8.50 s.	8.90 s	9.40 s.	10.00 s.	Odmowa wykonania ćwiczenia
Bieg 1000 m	Czas poniżej 4.00	4.05 min	4.30 min	5.00 min.	5.20 min.	Odmowa wykonania ćwiczenia
Rzut piłką palantową	Powyżej 35.00 m	30.00 m	26.00 m	22.00 m	18.00 m	Odmowa wykonania ćwiczenia
Skok w dal	Powyżej 3.40 m	3.20 m	3.00 m	2.70 m	2.30 m	Odmowa wykonania ćwiczenia
Rzut piłka lekarską 2	6.00 m	5.50 m	5.00 m	4.00 m	3.50 m	Odmowa wykonania
kg tyłem w tył						ćwiczenia

KLASA 5 MINI PIŁKA KOSZYKOWA

Sprawdzian	Uwagi o wykonaniu ćwiczeń na poszczególne oceny					
	celująca	bardzo dobra	dobra	dostateczna	dopuszczająca	niedostateczna
Rzut do kosza jednorącz po zatrzymaniu na jedno tempo.	Uczeń po kilku koślach wykonuje bezbłędnie zatrzymanie na jedno tempo (przez pięty, na ugiętych nogach) na wprost kosza i wykonuje celny rzut do kosza jednorącz z prawidłową pracą nóg i ramion.	Uczeń bez większych błędów wykonuje zatrzymanie na jedno tempo i oddaje celny rzut do kosza jednorącz z miejsca.	Uczeń popełnia drobne błędy przy zatrzymaniu na jedno tempo: zatrzymanie na prostych nogach. Rzut oddaje celny prawidłowo technicznie.	Uczeń popełnia błędy przy zatrzymaniu: traci równowagę, przy rzucie nieprawidłowo pracują nogi i ręce. Rzut jest niecelny.	Uczeń popełnia rażące błędy podczas zatrzymania: brak ugięcia nóg, traci równowagę i kontrolę nad piłką(piłka wypada mu z rąk). Brak pracy ramion i nóg podczas rzutu który jest niecelny.	Uczeń nie przystępuje do sprawdzianu.

Rzut do kosza z biegu po podaniu partnera z prawej strony kosza

OPIS ĆWICZENIA: Ćwiczący po podaniu do partnera biegnie w kierunku kosza z pozycji 45%(ściana) otrzymuje podanie . Wykonuje długi pierwszy krok przeskoku lewą nogą jednocześnie chwytając piłkę i trzymając ją co najmniej na wysokości klatki piersiowej. Następnie wykonuje krótszy krok przeskoku prawą nogą, z której odbija się w górę. Wykonuje co najmniej z wysokości brody rzut jednorącz do kosza, ląduje na dwie stopy i zbiera piłkę.

Opis wykonania ćwiczenia na poszczególne oceny					
Celująca	Bardzo dobra	Dobra	Dostateczna	Dopuszczająca	Niedostateczna
Ćwiczący wykonuje sprawdzian bezbłędnie, szybko i dokładnie, płynnie, aktywnie chwytą piłkę, wykonuje poszczególne fazy rzutu. Wykonuje 6 prób – 5 celnych rzutów.	Uczeń wykonuje sprawdzian bardzo dobrze. Popęnia 1- 2 niewielkie błędy z wymienionych poniżej: brak dobrego lądowania po rzucie, zbyt częsta kontrola wzrokowa piłki, nadmierne pochylenie tułowia, zbyt niski chwyt piłki po zakończeniu kozłowania. Wykonuje 6 prób – 4 celne rzuty.	Wykonuje sprawdzian dobrze. Popęnia 2-3 niżej wymienione Błędy: biegnie wolniej w kierunku kosza, brak ochrony piłki prawą ręką, biegnie na wyprostowanych nogach, nadmierne pochyla tułów, zbyt niski chwyt piłki w momencie rozpoczęcia przeskoku, brak wykończenia rzutu nadgarstkiem. Wykonuje 6 prób – 3 celne rzuty	Po za błędami jak przy ocenie 5 i 4 uczeń popęnia jeden błąd rażący niżej wymieniony: błędnie chwytą piłkę, bardzo wolne wykonanie sprawdzianu, brak różnicy w długości kroków przeskoku, brak odbicia w górę z nogi odbijającej, bardzo zła ocena odległości wykonania rzutu do kosza, po rzucie ląduje poza koszem.	Ćwiczący oprócz błędów jak przy ocenach 5,4,3, popęnia rażące błędy: błąd kroków, rozpoczyna przeskok złą nogą, wykonuje rzut po jednym kroku lub po trzech i więcej. Wykonuje 6 – prób 1 celny rzut.	Uczeń nie przystępuje do sprawdzianu.

			Wykonuje 6 prób – 2 celne rzuty		
--	--	--	---------------------------------	--	--

MINI PIŁKA NOŻNA KL.5

Sprawdzian	Uwagi o wykonaniu ćwiczeń na poszczególne oceny.					
	celująca	bardzo dobry	dobry	dostateczna	dopuszczająca	niedostateczna
Prowadzenie piłki w parach ze strzałem do bramki wewnętrzną częścią stopy.	Ćwiczący poruszają się płynnie, wymieniają podania i przyjęcia piłki, panują nad piłką, podania są dokładne, obserwują partnera i pole w kierunku którym się poruszają, strzał na bramkę wykonany jest celny i bez błędów technicznych.	Ćwiczący poruszają się płynnie, wymieniają podania i przyjęcia piłki, panują nad piłką, podania są dokładne, strzał na bramkę jest celny i bez błędów technicznych.	Ćwiczący poruszają się mniej płynnie, podania są mniej dokładne, strzał do bramki jest celny i poprawny technicznie.	Ćwiczący poruszają się mniej płynnie, podania są niedokładne, strzał do bramki jest celny ale oddany zewnętrzną częścią stopy.	Ćwiczący poruszają się chaotycznie, podania są niedokładne, nie kontrolują piłki przy przyjęciach, piłka ucieka na boki, strzał do bramki jest niecelny, oddany inną techniką.	Uczeń nie przystępuje do sprawdzianu.

Strzały do bramki z miejsca prostym podbiciem – rzut karny.	5 celnych strzałów, prostym podbiciem.	4 celne strzały, prostym podbiciem.	3 celne strzały, prostym podbiciem.	2 celne strzały.	1 celny strzał.	Uczeń nie przystępuje do sprawdzianu.
---	--	-------------------------------------	-------------------------------------	------------------	-----------------	---------------------------------------

MINI SIATKÓWKA

Sprawdzian	Uwagi o wykonaniu ćwiczeń na poszczególne oceny					
	Celująca	Bardzo dobra	Dobra	Dostateczna	Dopuszczająca	Niedostateczna

Odbicia piłki sposobem górnym i dolnym w parach przez siatkę	Uczeń przyjmuje prawidłową postawę siatkarską i poprawnie ustawia ręce i nogi do odbić. Podczas odbić wykonuje poprawną pracę rąk i nóg tzn. że odbija piłkę z jak najkrótszym kontaktem z palcami, równocześnie prostuje ręce i nogi podczas odbić. Uczeń wykonuje minimum 15 odbić.	Uczeń wykonuje ćwiczenie bez większych błędów technicznych. Poprawnie porusza się przy odbiciu i wykonuje poprawną pracę rąk i nóg. Uczeń wykonuje 12 odbić.	Uczeń wykonuje ćwiczenie z małymi błędami w postawie siatkarskiej z błędami ustawienia rąk i nóg. Zbyt nisko odbija piłkę do partnera. Uczeń wykonuje 10 odbić	Uczeń wykonuje odbicia piłki z dużymi błędami w ułożeniu rąk i ustawieniu nóg. Uczeń wykonuje 8 odbić.	Uczeń potrafi przyjąć prawidłową postawę siatkarską. Wykonuje odbicia z dużymi błędami. Odbija piłkę całymi dłońmi, nie prostuje rąk i nóg podczas odbić. Nie kontroluje kierunku odbicia piłki.	Odmawia wykonania ćwiczenia.
--	--	---	---	---	---	-------------------------------------

Zagrywka sposobem dolnym z odległości 4-5 metrów	Uczeń wykona poprawnie 10 zagrywek. 8 celnych z 4-5 m kierując piłkę w konkretne miejsce na boisku.	Uczeń wykona poprawnie 10 zagrywek z małymi błędami. 7 celnych z 4-5 metrów.	Uczeń wykonuje zagrywki z błędami wyrzutu piłki i ustawienia nóg. 6 celnych z 4-5 metrów.	Uczeń wykonuje zagrywkę z dużymi błędami przy wyrzucie piłki i złą pracą ramion przy zagrywce. Wykonuje 5 celnych zagrywek z odległości 4-5 metrów.	Uczeń wykonuje zagrywkę z mniejszej odległości 3-4 metrów. Wykonuje 4 i mniej celnych zagrywek.	Uczeń nie przystępuje do sprawdzianu.

MINI PIŁKA NOŻNA KL.6

Sprawdzian	Uwagi o wykonaniu ćwiczeń na poszczególne oceny.					
	celująca	bardzo dobry	dobry	dostateczna	dopuszczająca	niedostateczna

Tor sprawności specjalnej. Prowadzenie piłki slalomem, podanie do partnera, odegranie, strzał do bramki z biegu zza pola karnego. Oceniamy poprawność i celność strzału.	Uczeń prowadzi piłkę slalomem płynnie, lewą i prawą nogą wewnętrzną i zewnętrzną częścią stopy. Strzela w pełnym biegu celnie.	Uczeń prowadzi piłkę slalomem, lewą i prawą nogą wewnętrzną i zewnętrzną częścią stopy. Strzela w pełnym biegu celnie.	Uczeń prowadzi piłkę slalomem, lewą i prawą nogą z niewielkimi błędami. Strzela w biegu celnie.	Uczeń prowadzi piłkę slalomem, lewą i prawą nogą, ale traci kontrolę nad piłką. Zatrzymuje się i strzela niecelnie.	Uczeń prowadzi piłkę slalomem, tylko jedną nogą, potrąca pacholki, traci kontrolę nad piłką. Zatrzymuje się i strzela niecelnie.	Uczeń nie przystępuje do sprawdzianu.
Rzuty karne – 5 strzałów.	5 celnych strzałów, wewnętrzną częścią stopy lub prostym podbiciem.	4 celne strzały, wewnętrzną częścią stopy lub prostym podbiciem.	3 celne strzały, wewnętrzną częścią stopy lub prostym podbiciem.	2 celne strzały.	1 celny strzał.	Uczeń nie przystępuje do sprawdzianu.

Konkurencja a Sprawdzian	DZIEWCZĘTA : WYNIK – OCENA					
	Celująca	Bardzo dobra	Dobra	Dostateczna	Dopuszczająca	Niedostateczna
Bieg 50 m	Czas poniżej 8.90	9.00	9.20	9.90	10.50	Odmowa wykonania ćwiczenia
Bieg 600 m	Czas poniżej 2.45 m	3.00 min	3.25 Min.	3.50 min	4.00	Odmowa wykonania ćwiczenia

--	--	--	--	--	--	--

Rzut piłką palantową	Powyżej 27 m.	23 m.	20 m.	15 m.	11.00 m.	Odmowa wykonania ćwiczenia
Skok w dal	Powyżej 3.00 m	2.80m	2.50 m	2.00 m	1.90 m	Odmowa wykonania ćwiczenia
Rzut piłka lekarską 2 kg tyłem w tył	Powyżej 4.70 m	4.20 m	3.50 m	3.00 m	2.50 m	Odmowa wykonania ćwiczenia
Konkurencja a Sprawdzian	CHŁOPCY : WYNIK – OCENA					
	Celując a	Bardzo o dobra	Dobra	Dostateczna	Dopuszczając a	Niedostateczna
Bieg 50 m	Czas poniżej 8.90 s.	8.70 s.	9.10 s	9.60 s.	10.20 s.	Odmowa wykonania ćwiczenia
Bieg 1000 m	Czas poniżej 4.15	4.25 min	4.50min	5.10 min.	5.40 min.	Odmowa wykonania ćwiczenia
Rzut piłką palantową	Powyżej 32.00 m	28.00 m	25.00 m	20.00 m	16.00 m	Odmowa wykonania ćwiczenia

Skok w dal	Powyżej 3.20 m	3.00 m	2.80m	2.50 m	2.00 m	Odmowa wykonania ćwiczenia
Rzut piłka lekarską 2	5.60 m	5.20 m	4.50 m	3.90 m	3.20 m	Odmowa wykonania
kg tyłem w tył						ćwiczenia

PILKA SIATKOWA

Sprawdzian	Uwagi o wykonaniu ćwiczeń na poszczególne oceny.					
	celująca	bardzo dobra	dobra	dostateczna	dopuszczająca	niedostateczna

Zagrywka sposobem górnym. Zadaniem ucznia jest wykonanie 10 zagrywek sposobem górnym przez niską siatkę. Prawidłowa praca ręki i nóg. Lewa noga w przodzie piłka przed sobą na lewej ręce. Wyrzut piłki przed siebie i uderzenie piłki PR.	Uczeń wykona poprawnie 10 zagrywek. 8 – 6 celnych z odległości 9 metrów.	Uczeń wykona poprawnie zagrywki z małymi błędami. 7 zagrywek celnych z 9 metrów.	Uczeń wykonuje zagrywki z błędami wyrzutu piłki i ustawienia nóg. 6 celnych zagrywek.	Uczeń wykonuje zagrywkę z dużymi błędami przy wyrzucie piłki i złą pracę ramion przy zagrywce. Wykonuje 5 celnych zagrywek.	Uczeń wykonuje zagrywkę z mniejszej odległości (4 m). Wykonuje 4 i mniej celnych zagrywek.	Uczeń nie przystępuje do sprawdzianu.
Odbicia wiązane sposobem górnym i dolnym indywidualnie. Uczeń ma 3 próby do wykonania ćwiczenia.	Uczeń posiadał umiejętność płynnych samodzielnych odbić piłki z jak najkrótszym kontaktem palców	Uczeń potrafi samodzielnie odbić piłkę w górę po odbiciu piłki od podłoża. Poprawnie porusza się w kierunku	Uczeń potrafi odbić piłkę sposobem górnym i dolnym. Potrafi poprawnie poruszać się do rzucanej piłki. Popołnia małe	Uczeń potrafi przyjąć postawę siatkarską do odbić górnych i dolnych. Popołnia duże błędy w pracy ramion i nóg w	Uczeń potrafi przyjąć prawidłową postawę siatkarską niską i wysoką. Potrafi ułożyć dłonie do odbić dolnych i	Uczeń nie przystępuje do sprawdzianu.

	odbijających z piłką i pracą nóg w postawie siatkarskiej, prawidłowo układa ręce przy odbiciach dolnych. Wykonuje 25 odbić.	odbijanej piłki. Prawidłowo przyjmuje postawę siatkarską. Wykonuje 20 odbić.	błędy przy odbiciach dolnych. Wykonuje 15 odbić.	czasie odbić. Wykonuje 12 odbić.	górnym. Źle pracuje nogami. Wykonuje 8 odbić.	
--	---	--	--	----------------------------------	---	--

PIŁKA NOŻNA KL.7

Sprawdzian	Uwagi o wykonaniu ćwiczeń na poszczególne oceny.					
	celująca	bardzo dobry	dobry	dostateczna	dopuszczająca	niedostateczna
Tor sprawności specjalnej, gaszenie piłki podeszwą stopy, prowadzenie piłki w truchcie slalomem, strzał do bramki wewnętrzną częścią stopy lub prostym podbiciem.	Uczeń wykonuje ćwiczenie bez błędów technicznych w dobrym tempie panując nad piłką podczas pokonywania slalomu, oddaje celny strzał do bramki.	Uczeń wykonuje ćwiczenie bez większych błędów technicznych, panuje nad piłką, zmienia tempo, oddaje celny strzał do bramki.	Uczeń wykonuje ćwiczenie z drobnymi błędami technicznymi, zdarza się że piłki nie trzyma przy stopie, prowadzi ją wolniej, oddaje celny strzał do bramki.	Uczeń wykonuje ćwiczenie z błędami technicznymi, nie dokładnie gasi piłkę, podczas prowadzenia nie panuje nad piłką, oddaje celny strzał do bramki.	Uczeń wykonuje ćwiczenie z błędami technicznymi i chaotycznie, nie gasi piłki, podczas prowadzenia przewraca pachołki, oddaje niecelny strzał do bramki.	Uczeń nie przystępuje do sprawdzianu.

PIŁKA SIATKOWA KLASA 7

Sprawdzian	Uwagi o wykonaniu ćwiczeń na poszczególne oceny					
	Celująca	Bardzo dobra	Dobra	Dostateczna	Dopuszczająca	Niedostateczna
Zagrywka sposobem tenisowym	Uczeń wykona poprawnie 10 zagrywek. 8 celnych z 9 m kierując piłkę w konkretne miejsce na boisku.	Uczeń wykona poprawnie 10 zagrywek z małymi błędami. 7 celnych z 9 metrów.	Uczeń wykonuje zagrywki z błędami wyrzutu piłki i ustawienia nóg. celnych z 6 metrów.	Uczeń wykonuje zagrywkę z dużymi błędami przy wyrzucie piłki i złą pracę ramion przy zagrywce. Wykonuje 5 celnych zagrywek z odległości 6 metrów.	Uczeń wykonuje zagrywkę z mniejszej odległości 6 metrów. Wykonuje 4 i mniej celnych zagrywek.	Uczeń nie przystępuje do sprawdzianu.

Odbicia wiązane sposobem górnym i dolnym indywidualnie.	Uczeń posiadał umiejętność płynnych samodzielnych odbić naprzemiennie piłki z jak najkrótszym kontaktem palców odbijających piłką i pracą nóg. Uczeń wykonuje 25 odbić i więcej.	Uczeń potrafi samodzielnie naprzemiennie odbijać piłkę z małymi błędami technicznymi. Uczeń wykonuje 20 odbić.	Uczeń wykonuje naprzemiennie odbicia piłki z błędami. Uczeń wykonuje 15 odbić.	Uczeń wykonuje naprzemiennie odbicia piłki z dużymi problemami. Popołnia duże błędy w pracy ramion i nóg. Uczeń wykonuje 10 odbić.	Uczeń nie opanował odbić piłki naprzemiennie. Uczeń potrafi przyjąć prawidłową postawę siatkarską niską i wysoką. Potrafi ułożyć dłonie do odbić dolnych i górnych. Wykonuje osobno odbicia górne i dolne. Uczeń wykonuje 8 odbić i mniej.	Uczeń nie przystępuje do sprawdzianu.

GIMNASTYKA DLA KLASY VII

SPRAWDZIAN Y	WYKONANIE ĆWICZENIA NA POSZCZEGÓLN E OCENY					
	CELUJĄCA	BARDZO DOBRA	DOBRA	DOSTA TECZN A	DOPUSZCZAJĄC	NIEDOSTA TECZNA
1.Przewrót w przód naskokiem z miejsca ponad przeszkodą	Bez błędów technicznych, płynnie(automatyzm ruchu, bez zbędnych przyruchów) z zachowaniem i wytrzymaniem poszczególnych faz ćwiczenia tj. pozycja wyjściowa- ruch- pozycja końcowa.	Bez błędów technicznych z zachowaniem, wytrzymaniem poszczególnych faz ćwiczenia tj. pozycja wyjściowa- ruch- pozycja końcowa.	Niewielkie błędy techniczne, ugięte nogi, nogi w rozkroku przy wstawaniu, zachwianie równowagi.	Dużo błędów technicznych, ugięte nogi, przewrót nie jest wykonany w linii, niektóre fazy ćwiczenia nie są zachowane	Brak odbicia, brak fazy lotu, przewrót w formie przetoczenia, wstawanie z podpieraniem się rękami.	odmowa wykonania ćwiczenia

2.Przewrót w tył z pozycji stojącej do rozkroku.	Bez błędów technicznych, płynnie(automatyzm ruchu, bez zbędnych przyruchów) z zachowaniem i wytrzymaniem poszczególnych faz ćwiczenia tj. pozycja wyjściowa- ruch- pozycja końcowa.	Bez błędów technicznych z zachowaniem, wytrzymaniem poszczególnych faz ćwiczenia tj. pozycja wyjściowa- ruch- pozycja końcowa.	Niewielkie błędy techniczne, ugięte nogi, zbyt mały rozkrok, brak płynności w wykonaniu ćwiczenia.	Duże błędy techniczne, ugięte nogi, przewrót nie jest wykonany w linii, niektóre fazy ćwiczenia nie są zachowane , bardzo mały rozkrok.	Bardzo duże błędy techniczne, przewrót w formie przetoczenia, nie ma rozkroku, przewrót wykonany do klęku.	- odmowa wykonania ćwiczenia
---	---	--	--	---	--	------------------------------

3.Skok rozkroczny przez kozła wzdłuż	Bez błędów technicznych, w wykonaniu wykazonowane są poszczególne elementy składowe skoku: szybkość rozbiegu, odbicie , faza lotu, naskok na ramiona, lądowanie. Wysokość kozła Chł. 140 cm. I wyżej Dz. 130 cm i wyżej	Bez błędów technicznych, w wykonaniu wykazonowane są poszczególne elementy składowe skoku: szybkość rozbiegu, odbicie , faza lotu, naskok na ramiona, lądowanie. Wysokość kozła: Chł. 130 cm. Dz. 120 cm	Niewielkie błędy : nogi ugięte podczas fazy lotu, zachwiane i nieustane lądowanie. Wysokość kozła Chł. 120 cm Dz. 110 cm	Dużo błędów technicznych, zbyt mało dynamiczny rozbieg, złe odbicie i w konsekwencji zły kierunek lotu, nogi ugięte podczas fazy lotu, zachwiane i nieustane lądowanie. Wysokość kozła: Chł. 110 cm Dz. 100 cm	W każdym elemencie skoku występują rażące błędy: zbyt wolny rozbieg, złe nierówne odbicie, przejście siadem przez kozła, złe lądowanie. Wysokość kozła: Chł. 90 cm Dz. 80 cm	odmowa wykonania ćwiczenia
---	--	---	---	---	---	-----------------------------------

4. Skok kuczny przez 4i5 części skrzyni	Bez błędów technicznych, w wykonaniu wyeksponowane są poszczególne elementy skoku: szybkość rozbiegu, odbicie , faza lotu bez kontaktu nóg ze skrzynią, lądowanie na lekko ugięte złączone nogi. Skok przez 5 części skrzyni chł. I dz.	Bez błędów technicznych, w wykonaniu wyeksponowane są poszczególne elementy skoku: szybkość rozbiegu, odbicie , naskok na ramiona, kuczna faza lotu bez kontaktu nóg ze skrzynią, lądowanie. Skok przez 5 części skrzyni chł. I dz.	Niewielkie błędy techniczne, Nogi mają kontakt ze skrzynią podczas fazy kucznej lotu. Pozostałe składowe skoku jak rozbieg, odbicie , lądowanie wykonane bez większych uchybień. Skok przez 4 części skrzyni chł. I dz.	Dużo błędów technicznych, zbyt mało dynamiczny rozbieg, złe odbicie i w konsekwencji podparcie nogami na skrzyni, złe lądowanie. Skok przez 4 części skrzyni chł. I dz.	W każdym elemencie skoku występują rażące błędy: zbyt wolny rozbieg, złe nierówne odbicie, przejście nogami po skrzyni z asekuracją, złe lądowanie. Skok przez 4 części skrzyni chł. I dz.	odmowa wykonania ćwiczenia
---	--	--	--	--	---	-----------------------------------

5. Stanie na rękach z pozycji stojącej przy drabinkach.	Bez błędów technicznych, płynnie(automatyzm ruchu, bez zbędnych przyruchów) z zachowaniem i wytrzymaniem poszczególnych faz ćwiczenia tj. pozycja wyjściowa- ruch- pozycja końcowa. Wytrzymanie stania na rękach przez 10 s.	Bez błędów technicznych z zachowaniem, wytrzymaniem poszczególnych faz ćwiczenia tj. pozycja wyjściowa- ruch- pozycja końcowa. Wytrzymanie stania na rękach przez 5 s.	Niewielkie błędy techniczne sylwetka nie jest w pozycji pionowej, z zachowaniem poszczególnych faz ćwiczenia. Wytrzymanie stania na rękach przez 3 s.	Dużo błędów technicznych, podczas stania nie ma pozycji pionowej (pion uzyskuje przy pomocy i asekuracji) , niektóre fazy ćwiczenia nie są zachowane	Poprawna pozycja wyjściowa(unik podparty) do ćwiczenia, próby odbicia do stania na rękach,	-odmowa wykonania ćwiczenia
--	---	---	--	---	---	------------------------------------

PIŁKA KOSZYKOWA kl. 7

Sprawdzian	Uwagi o wykonaniu ćwiczeń na poszczególne oceny					
	celująca	bardzo dobra	dobra	dostateczna	dopuszczająca	niedostateczna
Tor sprawności specjalnej. kozłowanie piłki slalomem, kozłowanie po prostej, rzut do kosza po kozłowaniu z lewej strony kosza. Zbiórka piłki po rzucie, powtórnie kozłowanie slalomem, podanie oburącz sprzed klatki piersiowej do współpartnera i rzut do kosza z biegu po podaniu z prawej strony.	Uczeń wykonuje bezbłędnie, dużą szybkością i swobodą, oba rzuty po kozłowaniu i z biegu po podaniu są celne.	Uczeń popełnia niewielkie błędy w wykonywanych elementach toru.	Uczeń wykonuje poprawnie bez rażących błędów.	Uczeń popełnia 2 – 3 rażące błędy.	Uczeń popełnia wiele błędów, nie opanował podstaw gry.	Uczeń nie przystępuje do sprawdzianu.

Rzut z biegu po kozłowaniu z lewej strony kosza. Uczeń kozłuje piłkę z 45° w kierunku kosza w okolicy pola 3 sek. wykonuje długi pierwszy krok przeskoku lewą nogą jednocześnie chwytając piłkę i trzymając ją co najmniej na wysokości klatki piersiowej. Następnie wykonuje krótszy krok przeskoku prawą nogą, z której odbija się w górę.	Uczeń wykonuje ćwiczenie bezbłędnie z dużą szybkością i płynnością ruchów. Na 6 prób 5 celnych rzutów.	Uczeń wykonuje ćwiczenie bez większych błędów technicznych. Na 6 prób 4 – celne rzuty.	Uczeń wykonuje ćwiczenie poprawnie technicznie ale wolniej i tak płynnie. Na 6 prób 3 celne rzuty.	Uczeń popełnia błędy w czasie przeskoku lewa- prawa, myli nogi. Na 6 prób 2 celne rzuty.	Uczeń popełnia błędy przy kozłowaniu, gubi piłkę, myli nogi podczas przeskoku, podczas chwytu traci kontrolę nad piłką. Na 6 prób 1 celny rzut.	Uczeń nie przystępuje do sprawdzianu.
Wykonuje rzut z wysokości brody jednorącz do kosza, ląduje na obydwie stopy.						

Z LEKKOATLETYKI W KLASIE VII

Konkurencja Sprawdzian	DZIEWCZĘTA: WYNIK – OCENA					
	Celująca	Bardzo dobra	Dobra	Dostateczna	Dopuszczająca	Niedostateczna
Bieg 50 m	Czas poniżej 8.50 s.	8.80 s.	9.50 s	10.10 s.	10.70 s.	Odmowa wykonania ćwiczenia
Bieg 600 m	Czas poniżej 2.40 m	2.80 min	3.20 min	3.50 min	4.10 min	Odmowa wykonania ćwiczenia
Rzut piłką palantową	Powyżej 32 m	29. m	25. m	20. m	15. m	Odmowa wykonania ćwiczenia
Skok w dal	Powyżej 3.80 m	3.50 m	3.20 m	2.90 m	2.50 m	Odmowa wykonania ćwiczenia
Rzut piłką lekarską 2 kg tyłem w tył	Powyżej 6.30 m	5.80 m	5.00 m	4.50 m	4.00 m	Odmowa wykonania ćwiczenia

Konkurencja Sprawdzian	CHŁOPCY : WYNIK — OCENA					
	Celująca	Bardzo dobra	Dobra	Dostateczna	Dopuszczająca	Niedostateczna
Bieg 50 m	Czas poniżej 8.00 s	8.5 s	9.00 s	10.00 s	11.00 s	Odmowa wykonania ćwiczenia
Bieg 1000 m	Czas poniżej 4.00 m	4.15 min	4.30 min	4.50 min	5.15 min	Odmowa wykonania ćwiczenia
Rzut piłką palantową	Powyżej 40 m	36 m	30 m	26 m	20 m	Odmowa wykonania ćwiczenia
Skok w dal	Powyżej 4.0 m	3.80 m	3.50 m	3.00 m	2.80 m	Odmowa wykonania ćwiczenia
Rzut piłką lekarską 2 kg tyłem w tył	Powyżej 7.50 m	7.00 m	6.50 m	5.80 m	5.00 m	Odmowa wykonania ćwiczenia

KLASA 8

PIŁKA SIATKOWA

Sprawdzian	Uwagi o wykonaniu ćwiczeń na poszczególne oceny					
	Celująca	Bardzo dobra	Dobra	Dostateczna	Dopuszczająca	Niedostateczna
Zagrywka sposobem tenisowym z 9 m.	Uczeń wykona poprawnie 10 zagrywek. 8 celnych z 9 m kierując piłkę w wyznaczone miejsce na boisku.	Uczeń wykona poprawnie 10 zagrywek z małymi błędami. 7 celnych z 9 metrów kierując piłkę w wyznaczone miejsce na boisku.	Uczeń wykonuje zagrywki z błędami wyrzutu piłki i ustawienia nóg. 6 celnych z 9 metrów kierując piłkę w wyznaczone miejsce na boisku.	Uczeń wykonuje zagrywkę z dużymi błędami przy wyrzucie piłki i złą pracę ramion przy zagrywce. Wykonuje 5 celnych zagrywek z odległości 9 metrów.	Uczeń wykonuje zagrywkę z mniejszej odległości 7-8 metrów. Wykonuje 4 i mniej celnych zagrywek.	Uczeń nie przystępuje do sprawdzianu.

Odbicia związane sprawdzian	Uczeń posiadał umiejętność płynnych samodzielnych odbić naprzemiennie piłki z jak najkrótszym kontaktem palców odbijających piłką i pracą nóg. Uczeń wykonuje odbicia w kole o średnicy 3 m 30 odbić i więcej.	Uczeń potrafi samodzielnie naprzemiennie odbijać piłkę z małymi błędami technicznymi. Uczeń wykonuje odbicia w kole o średnicy 3 m 25 odbić.	Uczeń wykonuje naprzemiennie odbicia piłki z błędami. Uczeń wykonuje odbicia w kole o średnicy 3 m 15 odbić.	Uczeń wykonuje naprzemiennie odbicia piłki z dużymi problemami. Popołnia duże błędy w pracy ramion i nóg. Uczeń wykonuje odbicia w kole o średnicy 3 m 10 odbić.	Uczeń nie opanował odbić piłki naprzemiennie. Uczeń potrafi przyjąć prawidłową postawę siatkarską niską i wysoką. Potrafi ułożyć dłonie do odbić dolnych i górnych. Wykonuje osobno odbicia górne i dolne. Uczeń wykonuje 10 odbić i mniej.	Uczeń nie przystępuje do sprawdzianu.
-----------------------------	--	--	--	---	--	--

LEKKOATLETYKA

Konkurencja a Sprawdzian	DZIEWCZĘTA : WYNIK – OCENA					
	Celująca	Bardzo dobra	Dobra	Dostateczna	Dopuszczająca	Niedostateczna
Bieg 50 m	Czas poniżej 8.30 s.	8.50 s.	9.10 s	9.50 s.	10.00 s.	Odmowa wykonania ćwiczenia
Bieg 600 m	Czas poniżej 2.20 m	2.30 min	2.45mi n	3.00 min	3.15 min	Odmowa wykonania ćwiczenia
Skok w dal	Powyżej 4.10 m	3.85 m	3.65 m	3.30 m	3.00 m	Odmowa wykonania ćwiczenia
Pchnięcie piłką lekarską 3 k.	Powyżej 8.00 m	7.50 m	6.50 m	5.50 m	4.00 m	Odmowa wykonania ćwiczenia
Konkurencja a Sprawdzian	CHŁOPCY : WYNIK – OCENA					
	Celująca	Bardzo dobra	Dobra	Dostateczna	Dopuszczająca	Niedostateczna

Bieg 50 m	Czas poniżej 7.70 s	7.90 s	8.30 s	8.80 s	9.50 s	Odmowa wykonania ćwiczenia
Bieg 1000 m	Czas poniżej 3.50 min	4.00 min	4.15 min	4.30 min	4.45 min	Odmowa wykonania ćwiczenia
Skok w dal	Powyżej 4.50 m	4.20 m	3.95 m	3.50 m	3.30 m	Odmowa wykonania ćwiczenia
Pchnięcie piłka lekarską 3kg	Powyżej 11.00 m	10.00 m	8.50 m	7.50 m	6.00 m	Odmowa wykonania ćwiczenia

Rzut do kosza po zatrzymaniu na dwa tempa w wyskoku.

OPIS ĆWICZENIA: Ćwiczący porusza się koźlując w kierunku kosza z pozycji konta 45 stopni z odległości 3-4m, wykonuje zatrzymanie na dwa tempa i oddaje rzut w wyskoku do kosza.

Opis wykonania ćwiczenia na poszczególne oceny					
Celująca	Bardzo dobra	Dobra	Dostateczna	Dopuszczająca	Niedostateczna
Ćwiczący wykonuje sprawdzian bezbłędnie, płynnie dokładnie, zatrzymanie w dobrym tempie, rzut w wyskoku bez bocznych zachwiał równowagi i przyruchów. Wykonuje 6 prób – 5 celnych rzutów.	Uczeń wykonuje sprawdzian bardzo dobrze. Popełnia 1- 2 niewielkie błędy : zatrzymanie na zbyt prostych nogach, lekko traci równowagę, Wykonuje 6 prób – 4 celne rzuty.	Wykonuje sprawdzian dobrze. Popełnia 2-3 błędy : zatrzymanie na zbyt prostych nogach traci równowagę, traci równowagę, nieprawidłowo pracuje łokieć i nadgarstek podczas rzutu. Wykonuje 6 prób – 3 celne rzuty.	Po za błędami jak przy ocenie 5 i 4 uczeń zatrzymuje się na jedno tempo, traci równowagę i płynność ćwiczenia, niepoprawnie oddaje rzut w wyskoku. . Wykonuje 6 prób – 2 celne rzuty.	Ćwiczący oprócz błędów jak przy ocenach 5,4,3, popełnia błąd kroków przy zatrzymaniu, drepcze, traci całkowicie równowagę, wypada mu piłka z rąk. Rzut wykonuje z rażącymi brakami pracy ramion i nadgarstka. Wykonuje 6 – prób 1 celny rzut.	Uczeń nie przystępuje do sprawdzianu.

PIŁKA KOSZYKOWA kl.8

Sprawdzian	Uwagi o wykonaniu ćwiczeń na poszczególne oceny					
	celująca	bardzo dobra	dobra	dostateczna	dopuszczająca	niedostateczna
Rzut do kosza z biegu po kozłowaniu z lewej strony kosza. Ćwiczący kozłuje w kierunku kosza Wykonuje długi pierwszy krok przeskoku lewą nogą jednocześnie chwytając piłkę i trzymając ją co najmniej na wysokości klatki piersiowej. Następnie wykonuje krótszy krok przeskoku prawą nogą, z której odbija się w górę. Wykonuje rzut jednorącz do kosza, ląduje na dwie stopy i zbiera piłkę.	Uczeń wykonuje sprawdzian bardzo dobrze. Popętnia 1- 2 niewielkie błędy z wymienionych poniżej: brak dobrego lądowania po rzucie, zbyt częsta kontrola wzrokowa piłki, nadmierne pochylenie tułowia, zbyt niski chwyt piłki po zakończeniu kozłowania. Rzut jest celny.	Uczeń wykonując ćwiczenie popełnia 2-3 niżej wymienione błędy: biegnie wolniej kozłuje w kierunku kosza, brak ochrony piłki prawą ręką, biegnie na wyprostowanych nogach, zbyt pochyla tułów, zbyt niski chwyt piłki w momencie rozpoczęcia przeskoku, nie wykańcza rzutu nadgarstkiem. Rzut jest celny,	Po za błędami jak przy ocenie 5 i 4 uczeń popełnia jeden błąd rażący niżej wymieniony: błędnie chwytając piłkę, bardzo wolne wykonanie sprawdzianu, nie panuje nad kozłowaniem, brak różnicy w długości kroków przeskoku, brak odbicia w górę z nogi odbijającej, bardzo zła ocena odległości wykonania rzutu do kosza, po rzucie ląduje poza koszem. Rzut niecelny.	Ćwiczący oprócz błędów jak przy ocenach 5,4,3, popełnia rażące błędy: błąd kroków, rozpoczyna przeskok złą nogą, wykonuje rzut po jednym kroku lub po trzech i więcej. Rzut niecelny.	Ćwiczący oprócz błędów jak przy ocenach 5,4,3, popełnia rażące błędy: błąd kroków, rozpoczyna przeskok złą nogą, wykonuje rzut po jednym kroku lub po trzech i więcej. Rzut niecelny.	Uczeń nie przystępuje do sprawdzianu.

PIŁKA NOŻNA KL.8

Sprawdzian	Uwagi o wykonaniu ćwiczeń na poszczególne oceny.					
	celująca	bardzo dobry	dobry	dostateczna	dopuszczająca	niedostateczna
Tor sprawności specjalnej, gaszenie piłki podeszwą stopy, prowadzenie piłki w biegu slalomem Podanie do partnera, przyjęcie piłki dowolnym sposobem, strzał do bramki prostym podbiciem.	Uczeń wykonuje ćwiczenie bez błędów technicznych w dobrym tempie panując nad piłką podczas pokonywania slalomu, oddaje celny strzał do bramki.	Uczeń wykonuje ćwiczenie bez większych błędów technicznych, panuje nad piłką, zmienia tempo, oddaje celny strzał do bramki.	Uczeń wykonuje ćwiczenie z drobnymi błędami technicznymi, zdarza się że piłki nie trzyma przy stopie, prowadzi ją wolniej, oddaje celny strzał do bramki.	Uczeń wykonuje ćwiczenie z błędami technicznymi, nie dokładnie gasi piłkę, podczas prowadzenia nie panuje nad piłką, oddaje celny strzał do bramki.	Uczeń wykonuje ćwiczenie z błędami technicznymi i chaotycznie, nie gasi piłki, podczas prowadzenia przewraca pachotki, oddaje niecelny strzał do bramki.	Uczeń nie przystępuje do sprawdzianu.

FIZYCNEGO PIŁKA NOŻNA KL.8

Sprawdzian	Uwagi o wykonaniu ćwiczeń na poszczególne oceny.					
	celująca	bardzo dobry	dobry	dostateczna	dopuszczająca	niedostateczna
Prowadzenie piłki w dwójkach zakończone strzałem do bramki prostym podbiciem. Uczniowie w dwójkach w odległości ok. 4 od siebie poruszają się w kierunku bramki wymieniając między sobą 4-5 podań, kończąc strzałem do bramki.	Ćwiczący poruszają się płynnie, wymieniają podania i przyjęcia piłki, panują nad piłką, podania są dokładne, obserwują partnera i pole w kierunku którym się poruszają, strzał na bramkę wykonany jest celny i bez błędów technicznych.	Ćwiczący poruszają się płynnie, wymieniają podania i przyjęcia piłki, panują nad piłką, podania są dokładne, strzał na bramkę jest celny i bez błędów technicznych.	Ćwiczący poruszają się mniej płynnie, podania są mniej dokładne, strzał do bramki jest celny i poprawny technicznie.	Ćwiczący poruszają się mniej płynnie, podania są niedokładne, strzał do bramki jest celny ale oddany wewnętrzną częścią stopy lub inną techniką	Ćwiczący poruszają się chaotycznie, podania są niedokładne, nie kontrolują piłki przy przyjęciach, piłka ucieka na boki,, strzał do bramki jest niecelny, oddany inną techniką.	Ćwiczący nie przystępuje do sprawdzianu.