

ZASADY OCENIANIA WYCHOWANIE FIZYCZNE

O OCENIE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO DECYDUJE POSTAWA WOBEC SZEROKO POJĘTEJ KULTURY FIZYCZNEJ, czyli:

1. Aktywne uczestnictwo na zajęciach, sumienność, inwencja twórcza.
2. Dążenie do podnoszenia sprawności, zdobywania umiejętności i wiadomości na miarę swoich możliwości fizycznych.
3. Współdziałanie w zespole, koleżeński stosunek do współwiczających, pomoc w trakcie ćwiczeń.
4. Przestrzeganie zasad bezpieczeństwa i obowiązujących regulaminów.
5. Estetyka stroju i stosowanie zasad higieny osobistej.
6. Aktywny udział w zajęciach lekcyjnych, pozalekcyjnych, zawodach międzyklasowych i międzyszkolnych.
7. Pomoc w organizowaniu życia sportowego szkoły.

DZIEDZINY AKTYWNOŚCI UCZNIA PODLEGAJĄCE OCENIE NA LEKCJACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

- Postawa wobec wychowania fizycznego.
- Dbłość o zdrowie poparta wiadomościami na ten temat.
- Sprawność kondycyjno – koordynacyjna.
- Poziom umiejętności ruchowych.
- Dyscyplina na lekcjach i po ich zakończeniu.
- Zasób wiadomości przekazywanych podczas zajęć.

Przedstawione zasady oceniania odnoszą się do uczniów, którzy nie mają przeciwwskazań do wysiłku fizycznego i mogą systematycznie uczestniczyć w zajęciach wychowania fizycznego.

STOPIEŃ CELUJĄCY otrzymuje uczeń, który:

- Spełnia wymagania na stopień bardzo dobry. Bardzo dobrze wykonuje ćwiczenia na lekcji, prezentuje trudne ćwiczenia kolegom.
- Aktywnie uczestniczy w zajęciach sportowo – rekreacyjnych szkolnych i pozaszkolnych.
- Reprezentuje szkołę na zawodach powiatowych, rejonowych, wojewódzkich.
- Posiada duże wiadomości w zakresie wychowania fizycznego i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu.
- Jest współorganizatorem życia sportowego szkoły
- Prowadzi rozgrzewki w części wstępnej lekcji, wprowadzając atrakcyjne ćwiczenia.
- Wykazuje duży postęp w osobistym usprawnianiu.

STOPIEŃ BARDZO DOBRY otrzymuje uczeń, który:

- Aktywnie uczestniczy w lekcjach wychowania fizycznego (nie więcej niż 2 razy w semestrze zgłasza brak stroju).
- Aktywnie uczestniczy w szkolnych zajęciach sportowo – rekreacyjnych.
- Opanował umiejętności określone programem nauczania w stopniu dobrym. Bez problemu wykonuje ćwiczenia, błędy szybko koryguje.
- Posiada duże wiadomości w zakresie wychowania fizycznego i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu.
- Wykazuje wyraźny postęp w osobistym usprawnianiu.

STOPIEŃ DOBRY otrzymuje uczeń, który:

- Aktywnie uczestniczy w lekcjach wychowania fizycznego (nie więcej niż 4 razy w semestrze zgłasza brak stroju).
- Nie bierze udziału w zajęciach sportowo – rekreacyjnych.
- Opanował umiejętności i przyswoił wiadomości określone programem w stopniu dostatecznym przy zaangażowaniu adekwatnym do swoich możliwości,
- Posiada wiadomości, potrafi je wykorzystać w praktyce z pomocą nauczyciela,
- Wykazuje małe postępy w osobistym usprawnianiu

STOPIEŃ DOSTATECZNY otrzymuje uczeń, który:

- Wykazuje minimalne zaangażowanie w lekcji wychowania fizycznego.
- W zakresie czynnego udziału w lekcji - (więcej niż 6 razy w semestrze nie ma stroju gimnastycznego).
- Nie bierze udziału w zajęciach sportowo - rekreacyjnych, wykazuje brak zainteresowania nimi.
- W jego wiadomościach w zakresie wychowania fizycznego występują znaczne braki, a te które posiada nie potrafi wykorzystać w praktyce.
- Wykazuje nieznaczne postępy w usprawnianiu.

STOPIEŃ DOPUSZCZAJĄCY otrzymuje uczeń, który:

- Wykazuje poważne braki w zakresie zachowań i postaw do lekcji wychowania fizycznego - celowo opuszcza lekcje.
- W zakresie czynnego udziału w lekcji - (więcej niż 10 razy w semestrze nie ma stroju gimnastycznego).
- Ćwiczenia wykonuje niechętnie, poniżej swoich możliwości.
- Posiada bardzo mało wiadomości, nie potrafi wykonać prostych zadań.
- Nie wykazuje postępów w usprawnianiu.

STOPIEŃ NIEDOSTATECZNY otrzymuje uczeń, który:

- Posiada lekceważący stosunek do lekcji wychowania fizycznego.
- Przeszkadzanie innym uczniom w pracy na lekcji.
- Świadomie i celowo opuszcza lekcje wychowania fizycznego.
- Wykonuje najprostsze ćwiczenia z rażącymi błędami.
- W zakresie czynnego udziału w lekcji – (więcej niż 20 razy w semestrze brak stroju gimnastycznego).
- Wykazuje brak postępów w usprawnianiu, a wręcz cofanie się w rozwoju.

Marcin Cajzer

SZCZEGÓŁOWE WYMAGANIA PONIŻEJ:

GIMNASTYKA

2(DOPUSZCZAJĄCY)

- Niechętnie wykonuje wszelkie ćwiczenia gimnastyczne chociaż nie ma przeciwwskazań
- nie angażuje się w lekcję, nie współpracuje z innymi uczniami
- nie wykazuje chęci do nauki ćwiczenia, nie stosuje się do wskazań nauczyciela
- wykonuje ćwiczenia bardzo słabo, nie podejmuje wysiłku poprawnego wykonania prób wysiłkowych

3(DOSTATECZNY)

- Uczeń uczestniczy w lekcji, korzysta z pomocy n-la
- podejmuje próbę wykonania ćwiczeń
- podejmuje próby ćwiczenia, prawidłowo wykonuje zamach nogą.
- wykonuje odbicie z odskoczni.
- podejmuje próbę wykonania ćwiczenia, potrafi wykonać podpór na przyrządzie.
- wykonuje ćwiczenia przygotowujące do wykonania poszczególnych elementów piramid
- wykonuje ćwiczenia przygotowawcze
- z pomocą nauczyciela dobiera ćwiczenia do własnego układu gimnastycznego
- wykonuje prawidłowo dwa ćwiczenia wybrane przez siebie.

4(DOBRY)

- wykonuje ćwiczenia po wskazówkach n-la
- wykonuje przewrót w tył z określonej pozycji do określonej pozycji z pomocą n-la.
- z pomocą nauczyciela wykonuje łączone przewroty, popełnia niewielkie błędy w ułożeniu poszczególnych części ciała.
- wykonuje poznane ćwiczenia gimnastyczne korzystając ze wskazówek
- wykonuje poznane ćwiczenia gimnastyczne korzystając ze wskazówek n-la oraz pomocy kolegów.
- z pomocą n-la wykonuje wyskok kuczny na skrzynię i prawidłowy zeskok w głąb
- wykonuje stanie na rękach z pomocą asekurującego
- wykonuje ćwiczenia z pomocą nauczyciela
- wykonuje podpór przodem i tyłem na przyrządzie przy pomocy n-la
- uczeń wykonuje wymyk przy pomocy drabinki
- dostosowuje tempo ćwiczenia do rytmu muzyki.

5(BARDZO DOBRY)

- wykonuje zadanie lekcji samodzielnie i prawidłowo.
- samodzielnie wykonuje stanie na rękach z uniku podpartego przy drabinkach
- wykonuje prawidłowo wszystkie ćwiczenia gimnastyczne
- potrafi samodzielnie wykonać całe ćwiczenie

- samodzielnie i poprawnie potrafi wykonać przewroty łączone z różnych pozycji wyjściowych do różnych pozycji końcowych.
- z małą pomocą wykonuje wymyk do podporu przodem i odmyk do przysiadu zwieszzonego
- samodzielnie wykonuje skoki zawrotne,
- wykonuje łatwiejsze piramidy w 2-3 osobowej grupie
- wykonuje poznane ćwiczenia gimnastyczne korzystając ze wskazówek n-la oraz pomocy kolegów
- wykonuje mostek z pomocą osoby asekurującej
- wykonuje poprawne ułożenie RR i NN oraz przeniesienie ciężaru ciała przy pomocy n-la lub osoby asekurującej.
- prawidłowo wykonuje mostek z leżenia tyłem,
- wykonuje przerzut bokiem po trzech krokach marszu (po linii prostej).
- wykonuje własny układ gimnastyczny nie zawsze zgodnie z rytmem muzyki,
- wykonuje prawidłowo wszystkie ćwiczenia gimnastyczne.
-

6(CELUJĄCY)

- bardzo dobrze wykonuje ćwiczenia, pomaga innym uczniom.
- wykonuje skok kuczny przez skrzynię z odmachem.
- bardzo dobrze wykonuje ćwiczenia, łączy je w układ gimnastyczny.
- samodzielnie wykonuje skoki zawrotne i odwrotne. wykonuje 5 podciągnięć z pełnego zwisu.
- samodzielnie wykonuje wymyk do podporu przodem i odmyk do przysiadu zwieszzonego
- podejmują próby opracowania własnych piramid i wykonują je.
- wykonuje kilka przerzutów bokiem po prostej,
- samodzielnie prawidłowo wykonuje mostek z leżenia tyłem oraz postawy.
- wykonuje bardzo dobrze wszystkie ćwiczenia gimnastyczne, umie ocenić siłę mm brzucha.
- wykonuje własny układ gimnastyczny zgodnie z rytmem muzyki.

LEKKA ATLETYKA

2(DOPUSZCZAJĄCY)

- Niechętnie wykonuje ćwiczenia, chociaż nie ma przeciwwskazań. Nie stosuje się do wskazań nauczyciela.
- większość trasy pokonuje marszem, chociaż mógłby biec.
- ćwiczenie wykonuje byle jak, nie wykazuje chęci do nauki,
- ćwiczenia wykonuje bez zaangażowania
- ćwiczenia wykonuje bez zaangażowania, trudno zmierzyć jego szybkość oraz wytrzymałość, skoczność i moc,
- nie wkłada wysiłku w prawidłowe wykonanie ćwiczenia.
- niechętnie wykonuje ćwiczenia, trudno ocenić jego rzeczywiste możliwości,

3(DOSTATECZNY)

- aktywnie uczestniczy w zajęciach.
- wykonuje rzuty piłkami lekarskimi. Korzysta ze wskazówek n-la
- aktywnie uczestniczy w zajęciach, wykonuje skoki z m-ca
- wykonuje rzuty z m-ca
- wykonuje start niski oraz wysoki z niewielkimi błędami.
- aktywnie uczestniczy w lekcji i bierze udział w badaniach,
- bierze aktywny udział w sprawdzianach,
- aktywnie wykonuje rzuty, skoki, biegi.

4(DOBRY)

- wykonuje start wysoki popełnia niewielkie błędy.
- wykonuje start niski stosując się do komend startera
- sam reguluje tempo biegu
- sam reguluje tempo biegu
- wykonuje rzuty piłkami z ustawienia tyłem

- wykonuje prawidłowe rzuty z marszu.
- wykonuje skoki z kilku kroków rozbiegu
- przekazuje pałeczkę sztafetową w marszu, korzysta z uwag n-la.
- zna swoje wyniki i potrafi je porównać z innymi wynikami
- zna swój wynik i umie go porównać z innymi
- odczytuje swój wynik i porównuje go.
- wykonuje wieloskoki korzystając z porad n-la
- wykonuje rzuty P i L ręką korzysta ze wskazówek n-la

5(BARDZO DOBRY)

- wykonuje prawidłowo start niski, potrafi stosując odpowiednie komendy wystartować kolegów
- reguluje tempo biegu, stosuje odpowiedni rytm oddechowy do tempa biegu
- reguluje tempo biegu, stosuje odpowiedni rytm oddechowy do tempa biegu
- wykonuje skoki ze skróconego rozbiegu, odbija się ze strefy odbicia
- prawidłowo wykonuje rzut piłeczką w truchcie, stosuje prawidłową pozycję wyrzutną
- uczeń prawidłowo wykonuje rzuty pikami z ustawienia przodem i tyłem, samodzielnie odczytuje odległość
- prawidłowo przekazuje pałeczkę sztafetową w truchcie
- prawidłowo wykonuje rzuty P i L ręką z marszu i biegu
- potrafi odczytać swój wynik i porównać z wynikiem uzyskanym we wcześniejszej próbie
- porównuje swój wynik z tabelą określa swoją skoczność i moc.
- porównuje swój wynik z tabelą wielobojową, określa swoją skoczność, siłę i moc
- samodzielnie wykonuje wieloskoki z prawidłową pracą ramion

6(CELUJĄCY)

- wykonuje prawidłowo start wysoki na komendę, wydaje komendy startu kolegom.
- bardzo dobrze wykonuje start niski, potrafi wymienić nazwiska najlepszych sprinterów i uzyskiwane czasy.
- wykonuje skoki z pełnego rozbiegu, odbija się z belki..
- bardzo dobrze wykonuje rzut piłeczką w biegu, stosuje prawidłową pozycję wyrzutną.
- bardzo dobrze wykonuje rzuty, pomaga innym uczniom.
- bardzo dobrze przekazuje pałeczkę sztafetową w szybkim biegu.
- dzięki włożonemu wysiłkowi uzyskuje wynik zdecydowanie lepszy od reszty klasy
- bardzo dobrze wykonuje wieloskoki, pomaga innym uczniom.

MINI PIŁKA SIATKOWA

2(DOPUSZCZAJĄCY)

- odbija piłkę bardzo mocno lub za słabo, nie przyjmuje porad nauczyciela,
- nie wykazuje chęci poprawnego wykonania ćwiczenia,

3(DOSTATECZNY)

- przyjmuje postawę siatkarską, korzysta ze wskazówek n-la.
- przyjmuje prawidłowo postawę do odbić sposobem oburącz dolnym. Przyjmuje piłkę na ręce po wcześniejszym podrzucie.
- podejmuje próbę wykonania ćwiczenia w grupach.
- wykonuje zagrywkę P i L ręką
- wykonuje samodzielnie odbicia dolne i górne.
- uczestniczy w zajęciach, wykonuje odbicia z ustawienia przodem.
- bierze czynny udział w zajęciach.
- doskonali swoje umiejętności.

4(DOBRY)

- przyjmuje postawę siatkarską sam koryguje swoje ustawienie,
- przyjmuje piłkę na ręce po wcześniejszym odbiciu piłki o podłogę, wykonuje odbicie piłki pionowo w górę.
- wykonuje odbicia piłki w grupie,

- wykonuje zagrywkę z 4-5 m do współwiczającego
- odbija piłkę sposobem górnym i dolnym po podaniu
- wykonuje zagrywkę, odbiera zagrywkę współwiczającego.
- wykonuje odbicia z różnych ustawień w dwójkach
- wykonuje odbicia piłki w zespołach trzyosobowych
- stosuje podczas gier i zabaw elementy techniczne siatkówki.
- uczestniczy w grach i zabawach
- stosuje poznane zasady mini gry.

5(BARDZO DOBRY)

- dobrze przyjmuje postawę siatkarską na sygnał w zabawach.
- odbija piłkę po rzucie kolegi, wykonuje ze współwiczającym kilka odbić sposobem oburącz dolnym.
- wykonuje prawidłowe odbicia piłki w m-cu i w ruchu, stosuje prawidłową pracę RR i NN.
- wykonuje zagrywkę przez siatkę
- w parach wykonują odbicia górne i dolne.
- wykonuje poprawnie zagrywkę, prawidłowo odbiera zagrywkę wykonaną przez siatkę.
- wykonuje odbicia piłki z różnych ustawień w grupie,
- wykonuje odbicia w zespołach trzyosobowych po odbiorze piłki zza siatki i przebicie za siatkę
- stosuje podczas gier elementy techniczno- taktyczne siatkówki, zauważa błędy swoje i kolegów – potrafi je skorygować
- prawidłowo wykonuje poznane elementy techniczne, jest współorganizatorem gier i zabaw
- podejmuje próbę sędziowania fragmentów gry.

6(CELUJĄCY)

- bardzo dobrze przyjmuje postawę siatkarską w grze szkolnej.
- samodzielnie wykonuje 10 odbić naprzemiennie góra – dół na wysokość 1 m.,
- samodzielnie wykonuje 20 odbić górnych na wysokość co najmniej 1 m.,
- wykonuje 5 kolejnych zagrywek w określony sektor boiska.
- samodzielnie wykonuje 10 odbić naprzemiennie góra – dół na wysokość co najmniej 1 m.,
- wykonuje 5 kolejnych zagrywek w określony sektor boiska, przy odbiorze zagrywa celnie do rozgrywającego.
- 10 krotnie kieruje piłkę do wskazanej osoby na boisku.
- wykonuje prawidłowo wystawienie i zabicie piłki na boisko przeciwnika.
- wykonuje prawidłowo zagrywki, odbiory, wystawienie i zabicie piłki na boisko przeciwnika, sędziuje.

MINI PIŁKA NOŻNA

2(DOPUSZCZAJĄCY)

- niechętnie uczestniczy w zajęciach,
- nie podejmuje prób wykonania zonglerek,
- nie angażuje się w pracę na lekcji, ćwiczenia wykonuje chaotycznie
- nie angażuje się w pracę na lekcji, ćwiczenia wykonuje chaotycznie
- niechętnie uczestniczy w lekcji, nie wykonuje zwodów,
- kopie piłkę bardzo mocno lub za słabo - dziobem buta, nie przyjmuje porad nauczyciela,
- niechętnie uczestniczy w grze, raczej omija piłkę,

3(DOSTATECZNY)

- prowadzi piłkę prawą i lewą nogą po prostej,
- aktywnie uczestniczy w zajęciach.
- podejmuje próby wykonania zonglerki jedną nogą.
- nieprecyzyjnie wykonuje przyjęcie piłki
- wykonuje strzał do bramki „lepszą” nogą.
- stara się wykonać ćwiczenia, ale ma problemy,
- gra w drużynie, ale nie wychodzi mu dobrze.

4(DOBRY)

- prowadzi piłkę prawą i lewą nogą ze zmianą kierunku.
- wykonuje podania i przyjęcia piłki prawą i lewą nogą w miejscu.
- wykonuje żonglerkę prawą i lewą nogą oraz głową.
- prowadzi piłkę P i L nogą podejmuje próbę omijania przeszkód
- wykonuje gaszenie piłki korzysta ze wskazówek n-la.
- wykonuje uderzenie piłki wewnętrznym podbiciem P i L nogą,
- wykonuje ćwiczenia z pomocą nauczyciela.
- wykonuje zwody dosyć sztywno,
- potrafi celnie zagrać do partnera
- jest pomocny drużynie, niezły technicznie

5(BARDZO DOBRY)

- prowadzi piłkę ze zmianą kierunku w marszu i biegu,
- wykonuje podania i przyjęcia piłki w miejscu i ruchu.
- wykonuje żonglerkę lepszą nogą, utrzymuje piłkę przez około 30 – 40 s.
- prowadzi piłkę P i L nogą, omija przeszkody w marszu i biegu.
- wykonuje gaszenie piłki po podaniu współwiczającego.
- wykonuje strzał do bramki w określone miejsce wewnętrznym podbiciem P i L nogą z miejsca i truchtając,
- dokładnie wykonuje ćwiczenia, pomaga innym uczniom.
- bardzo dobrze wykonuje ćwiczenia

6(CELUJĄCY)

- prowadzi piłkę ze zmianą nóg i kierunków między obrońcami.
- wykonuje skutecznie 8 strzałów na 10 pokonując bramkarza.
- wykonuje żonglerkę z nogi na nogę przez ponad 30 s.
- prowadzi piłkę ze zmianą nóg i kierunków między obrońcami podczas gry szkolnej.
- prawidłowo wykonuje gaszenie piłki podczas gry szkolnej.
- wykonuje skutecznie 8 strzałów na 10 pokonując bramkarza.
- bardzo dobrze wykonuje ćwiczenia podczas gry szkolnej.
- skutecznie stosuje zwody podczas gry szkolnej.
- jest dokładny, bardzo dobry technicznie podczas ćwiczeń,
- bardzo dobrze radzi sobie z grą, zdobywa bramki podczas gry szkolnej.
- jest bardzo dobry technicznie, zdobywa najwięcej bramek

MINI KOSZYKÓWKA

2(DOPUSZCZAJĄCY)

- niechętnie uczestniczy w zajęciach, rzuca piłkę najczęściej niecelnie,
- niechętnie uczestniczy w zajęciach, źle kołuje piłkę,
- niechętnie uczestniczy w zajęciach, łapie przeciwników za ubranie,
- przepycha się podczas ćwiczeń,
- nie jest zaangażowany w pracę na lekcji, rzuca źle technicznie,
- dwutakt wykonuje źle technicznie,
- nie poprawia swoich umiejętności,
- nie współpracuje z drużyną,

3(DOSTATECZNY)

- podaje i chwyta oburącz piłkę w m – cu korzysta ze wskazówek n – la.
- wykonuje podania P i L ręką korzysta ze wskazówek n – la.
- prawidłowo kołuje piłkę sprawniejszą ręką.
- aktywnie uczestniczy w zajęciach.
- wykonuje rzuty do kosza korzysta ze wskazówek n – la.
- wykonuje rzuty do kosza korzysta ze wskazówek n – la.
- aktywnie uczestniczy w grze.

4(DOBRY)

- podaje piłkę oburącz w miejscu i biegu.
- wykonuje podania piłki w m – cu i ruchu.
- prawidłowo prowadzi piłkę w marszu i biegu.
- prawidłowo porusza się w obronie w ćwiczeniach ze współwiczającym
- wykonuje ćwiczenia ze współwiczającym, korzysta ze wskazówek n – la.
- wykonuje ćwiczenia ze współwiczającym, uwalnia się od współwiczającego przez wyminięcia i zwody.
- wykonuje rzuty do kosza oburącz i jednorącz z nad głowy, stosuje się do technicznych zasad rzutu.
- wykonuje rzuty do kosza oburącz i jednorącz z nad głowy, stosuje się do technicznych zasad rzutu.
- wykorzystuje podczas gier i zabaw nabyte umiejętności techniczne, korzysta ze wskazówek n – la.
- stara się wykorzystywać umiejętności techniczne podczas gry 2x2 i 3x3.
- podczas gry przestrzega zasad mini koszykówki.

5(BARDZO DOBRY)

- wykonuje prawidłowe podania i chwyt podczas gry uproszczonej,
- prawidłowo podaje piłkę P i L ręką podczas gry uproszczonej,
- prawidłowo prowadzi piłkę podczas gry kołując ręką dalszą od przeciwnika.
- stosuje prawidłową obronę w grze, stosuje zmianę pozycji obronnej.
- stosuje prawidłową obronę indywidualną w grze.
- stosuje wyminięcia i zwody podczas gry.
- wykonuje prawidłowe rzuty do kosza podczas zabaw i w grze.
- wykonuje prawidłowe rzuty do kosza podczas zabaw i gry uproszczonej,
- prawidłowo wykonuje nabyte elementy techniczne podczas gier i zabaw.
- przestrzega zasad gry, podejmuje próbę sędziowania.

6(CELUJĄCY)

- bardzo dobrze podaje i chwyt piłkę podczas gry szkolnej, pomaga kolegom.
- bardzo dobrze podaje i chwyt piłkę podczas gry szkolnej, pomaga kolegom.
- skutecznie wymija przeciwnika podczas gry 1x1.
- podczas gry szkolnej jest bardzo trudny do przejścia.
- podczas gry szkolnej jest bardzo trudny do przejścia.
- stosuje ścięcia, wyminięcia i zwody, podczas gry zdobywa najwięcej punktów.
- jest klasowym królem strzelców.
- zdobywa punkty w grze szkolnej stosując dwutakt.
- jest liderem drużyny, dobrze sędziuje.
- prawidłowo wykonuje elementy techniczne, stosuje je w grze.
- jest liderem drużyny, dobrze sędziuje.
- jest liderem drużyny, dobrze sędziuje

MINI PIŁKA RĘCZNA

2(DOPUSZCZAJĄCY)

- rzuca piłkę zbyt mocno lub za słabo powodując zagrożenie kolegów, nie przyjmuje porad nauczyciela,
- podaje niecelnie oraz z nieodpowiednią siłą,
- niechętnie uczestniczy w zajęciach, nie jest zaangażowany,
- niechętnie uczestniczy w zajęciach, rzuca piłkę najczęściej niecelnie,

3(DOSTATECZNY)

- wykonuje podania i chwyt piłki w m-cu,
- wykonuje kołowanie piłki i podanie do współwiczającego.
- porusza się w obronie, aktywnie uczestniczy w lekcji.
- aktywnie uczestniczy w zajęciach.
- aktywnie uczestniczy w zajęciach, słabo rzuca,
- wykonuje rzuty wolne, aktywnie uczestniczy w zajęciach.
- aktywnie uczestniczy w zajęciach, rzuca z trudnością,

- uczestniczy w grze.

4(DOBRY)

- wykonuje podania i chwyt P i L ręką w m-cu i w marszu,
- wykonuje podania do współwiczającego podczas gry.
- wykonuje kozłowanie piłki i podania do współwiczającego w marszu.
- prawidłowo kozłuje L i P ręką w różnych kierunkach w ruchu
- wykonuje ćwiczenia w dwójkach i grupie, naśladuje sposób poruszania się kolegi
- ustawia się w strefie obrony, przemieszcza się w obronie zgodnie z kierunkiem akcji
- wykonuje długie podanie piłki, wybiega do podania
- wykonuje rzuty korzystając ze wskazówek n-la
- prawidłowo wykonuje podania, uczestniczy w grze
- wykonuje czynności bramkarza zgodnie ze wskazówkami n-la
- wykonuje rzuty karne korzysta ze wskazówek n-la
- stosuje poznane elementy w grze, zna i stosuje się do przepisów gry

5(BARDZO DOBRY)

- prawidłowo wykonuje podania piłki P i L ręką w ruchu, stosuje prawidłową technikę podań,
- wykonuje podania i rzuty sytuacyjne do bramki i współwiczającego podczas gry.
- wykonuje podania i kozłowanie piłki w marszu i biegu P i L ręką.
- prawidłowo kozłuje. prawidłowo zmienia RR podczas kozłowania slalomem.
- prawidłowo porusza się w obronie podczas fragmentów gry.
- prawidłowo porusza się w obronie przechwytuje piłkę
- prawidłowo ocenia sytuację podczas gry, podaje piłkę, wybiega do podania
- prawidłowo wykonuje rzuty w wyskoku podczas gry
- wykonuje prawidłowo rzuty wolne podczas gry, zgodnie z przepisami gry
- prawidłowo wykonuje czynności bramkarza podczas ćwiczeń i w grze
- prawidłowo wykonuje rzuty karne podczas gry.
- prawidłowo wykonuje poznane elementy techniczne, podejmuje próby sędziowania

6(CELUJĄCY)

- bardzo dobrze podaje i łapie piłkę podczas gry szkolnej, zdobywa bramki.
- wykorzystuje umiejętności podczas gry szkolnej,
- jest bardzo dobrym obrońcą podczas gry szkolnej,
- prawidłowo porusza się w obronie przechwytuje piłkę i organizuje szybki kontratak,
- zdobywa bramki po szybkim ataku podczas gry szkolnej,
- zdobywa bramki skutecznymi rzutami podczas gry szkolnej,
- skutecznie podaje do kolegów,
- bardzo dobrze broni strzały, celnie wyrzuca piłkę do boku do kontry,
- zdobywa 8 bramek na 10 rzutów.
- zdobywa bramki w grze, dobrze sędziuje.

GRY I ZABAWY RUCHOWE I REKREACYJNE

2(DOPUSZCZAJĄCY)

- niechętnie uczestniczy w zajęciach, nie przestrzega zasad zabaw,
- nie jest zaangażowany w pracę na lekcji, nie poprawia swoich umiejętności,

3(DOSTATECZNY)

- aktywnie uczestniczy w zajęciach,
- uczestniczy w grach,
- potrafi odbić piłeczkę nad sobą i o ścianę,
- potrafi odbić łotkę nad sobą.

4(DOBRY)

- przestrzega zaleceń n – 1a,
- współpracuje ze współwiczącym, przestrzega przepisów gry.
- wykonuje wymianę odbić z kolegą przy stole
- wykonuje wymianę odbić ze współwiczącym
- stara się przestrzegać zasad zabawy
- wykonuje rzeźbę ze śniegu
- prawidłowo i bezpiecznie zjeżdża na worku
- bierze udział w zawodach
- buduje twierdzę, wykonuje zjazd na worku w grupie – pociąg

5(BARDZO DOBRY)

- zna zasady zachowania się w lesie, przestrzega zasad zabawy,
- przeprowadza zabawę z kółkiem, pełni rolę sędziego,
- gra ze współwiczącym, zna podstawowe przepisy gry,
- gra ze współwiczącym, zna podstawowe przepisy gry,
- przestrzega zasad zabawy oraz bezpieczeństwa,
- Proponuje i przeprowadza znaną zabawę na śniegu,
- podczas jazdy wykonuje celny rzut śnieżką lub szyszkami, potrafi kierować nogami,
- dobrze i szybko zjeżdża slalomem, potrafi zjechać w klęku, leżeniu,
- jest członkiem najlepszej drużyny.

6(CELUJĄCY)

- prowadzi grupę w terenie, jest liderem,
- pełni rolę organizatora gry oraz sędziego,
- jest mistrzem klasowym w tenisie stołowym,
- jest mistrzem klasowym w badmintonie,
- jest kapitanem drużyny, rejestruje odpowiedzi na kartach,
- wymyśla i przeprowadza zabawę na śniegu,
- pomaga w przygotowaniu toru, podczas zjazdu trafia wszystkie ustalone cele śnieżkami lub szyszkami,
- uzyskuje najszybszy czas zjazdu na worku,
- przeprowadza ciekawą zabawę na śniegu, przestrzega zasad fair play.

GIMNASTYKA KOREKCYJNA

2(DOPUSZCZAJĄCY)

- nie jest zaangażowany w pracę na lekcji, nie poprawia swoich umiejętności,
- nie jest zaangażowany w pracę na lekcji, nie ćwiczy poprawnie

3(DOSTATECZNY)

- wykonuje ćwiczenia korekcyjne.

4(DOBRY)

- potrafi wskazać nieprawidłowości w postawie.
- zwraca uwagę na prawidłowe ułożenie stóp podczas chodu, chwytą małe przedmioty stopą.
- wykonuje ćwiczenia na poszczególnych stacjach obwodu stacyjnego korzysta ze wskazówek n – 1a
- wykonuje ćwiczenia w obwodzie stacyjnym, korzysta ze wskazówek n – 1a
- przyjmuje prawidłową postawę na sygnał, potrafi przez dłuższy czas utrzymać prawidłową postawę

5(BARDZO DOBRY)

- potrafi korygować błędy we własnej postawie.
- przyjmuje i utrzymuje prawidłową postawę, pomaga skorygować błędy kolegom
- prawidłowo wykonuje wszystkie ćwiczenia.
- prawidłowo wykonuje ćwiczenia jest liderem swojej grupy
- proponuje ćwiczenia poprawiające wysklepienie stopy.

6(CELUJĄCY)

- Bardzo dobrze wykonuje ćwiczenia korekcyjne
- demonstruje ćwiczenia korekcyjne innym uczniom.