

KRYTERIA OCENIANIA UCZNIĄ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO W KLASACH I - III

Na ocenę semestralną i roczną składają się oceny cząstkowe uzyskane przez ucznia.

Ocenianiu podlega:

- I. Stosunek do wychowania fizycznego, aktywność, przygotowanie do zajęć, wysiłek włożony w opanowanie ćwiczeń, systematyczny udział w zajęciach (oceniane co miesiąc).**

Nie podlega ocenie usprawiedliwiona nieobecność spowodowana dłuższą chorobą. Uczeń oceniony zostanie wtedy na podstawie wybranych elementów technicznych gier zespołowych, „Testu Zuchory”, umiejętności gimnastycznych i lekkoatletycznych, umożliwiających zdobycie oceny pozytywnej. Nauczyciel umożliwi uczniowi uzupełnienie braków i wyćwiczenie danych elementów na zajęciach pozalekcyjnych.

Procentowy udział w zajęciach – ocena:

6 – 100%

5 – 99 – 85%

4 – 84 – 65%

3 – 64 – 50%

2 – 49 – 45%

1 – poniżej 45%

II. Ocena sprawności motorycznej za pomocą „Testu Zuchory” (skala sześciostopniowa).

NORMY DLA POSZCZEGÓLNYCH KATEGORII WIEKU

Ocena sprawności w punktach	Wiek w latach						
	6	7	8	9 - 10	11 - 12	13 - 15	16 - 18
minimalna	5	6	6	6	6	6	6
dostateczna	8	9	10	11	11	12	12
dobra	11	12	13	15	16	17	18
bardzo dobra	14	15	17	19	20	22	23
wysoka	17	18	21	23	25	27	28
wybitna	20	22	25	27	29	31	33

Próba i sposób jej wykonania	Płeć	Wynik w punktach i poziom wykonania próby					
		1 punkt minimalny	2 punkty dostateczny	3 punkty dobry	4 punkty bardzo dobry	5 punktów wysoki	6 punktów wybitny
SZYBKOŚĆ – Biegnij szybko w miejscu przez 10 sekund wysoko unosząc kolana i klaszcz pod uniesioną nogą. Policz liczbę klaśnień.	K	12 klaśnień	16 klaśnień	20 klaśnień	25 klaśnień	30 klaśnień	35 klaśnień
	M	15 klaśnień	20 klaśnień	25 klaśnień	30 klaśnień	35 klaśnień	40 klaśnień
SKOCZNOŚĆ – Skocz w dal z miejsca. Rezultat mierz stopami, w obliczeniach zaokrąglając wynik: mniej niż pół stopy – w dół, więcej niż pół stopy – w górę.	K						
	M	5 stóp	6 stóp	7 stóp	8 stóp	9 stóp	10 stóp

<p>SIŁA RAMION – Uchwyc się drążka lub gałęzi, tak aby swobodnie zawisnąć, nie dotykaj nogami podłoża. Próbuj wykonać kolejne ćwiczenia o wzrastającej trudności.</p>	<p>K</p>	<p>zawiśnij na wyprostowanych rękach, wytrzymaj 3 sekundy</p>	<p>zawiśnij na wyprostowanych rękach, wytrzymaj 10 sekund</p>	<p>zawiśnij na jednej ręce, wytrzymaj 3 sekundy</p>	<p>zawiśnij na jednej ręce, wytrzymaj 3 sekundy</p>	<p>zawiśnij, podciągnij się oburącz tak, aby głowa była wyżej niż drążek, wytrzymaj 3 sekundy</p>	<p>zawiśnij, podciągnij się oburącz tak, aby głowa była wyżej niż drążek, wytrzymaj 10 sekund</p>
	<p>M</p>	<p>zawiśnij na wyprostowanych rękach, wytrzymaj 10 sekund</p>	<p>zawiśnij na wyprostowanej jednej ręce, wytrzymaj 10 sekund</p>	<p>zawiśnij na wyprostowanych rękach, podciągnij się oburącz, tak aby głowa była wyżej niż drążek, wytrzymaj 3 sekundy</p>	<p>zawiśnij na wyprostowanych rękach, podciągnij się oburącz, tak aby głowa była wyżej niż drążek, wytrzymaj 10 sekund</p>	<p>zawiśnij, podciągnij się oburącz, jedną rękę wolno opuść, wytrzymaj 10 sekund</p>	<p>zawiśnij, podciągnij się oburącz, jedną rękę wolno opuść, utrzymuj się kolejno na lewej i prawej ręce po 10 sekund</p>

<p>GIBKOŚĆ – Stań w pozycji na baczność, nie zginając nóg w kolanach wykonaj ruchem ciągłym powolny skłon w przód.</p>	<p>K M</p>	<p>chwyć oburącz za kostki</p>	<p>palcami obu rąk dotknij palców stóp</p>	<p>palcami obu rąk dotknij podłoża</p>	<p>wszystkimi palcami (obu rąk) dotknij podłoża</p>	<p>dotknij dłońmi podłoża</p>	<p>dotknij głową kolan</p>
<p>WYTRZYMAŁOŚĆ – Spróbuj, jak długo możesz biec. Próbę możesz wykonać w dwojaki sposób: a) bieg w miejscu w tempie około 120 kroków na minutę – wówczas liczy się czas biegu b) bieg na odległość – wówczas wynikiem będzie przebiegnięty dystans</p>	<p>K</p>	<p>1 minuta 200 m</p>	<p>3 minuty 500m</p>	<p>6 minut 1000 m</p>	<p>10 minut 1500 m</p>	<p>15 minut 2000 m</p>	<p>20 minut 2500 m</p>
	<p>M</p>	<p>2 minuty 400 m</p>	<p>5 minut 1000 m</p>	<p>10 minut 2000 m</p>	<p>15 minut 2500 m</p>	<p>20 minut 3000 m</p>	<p>30 minut 4000 m</p>
<p>SIŁA MIĘŚNI BRZUCHA - Połóż się na plecach (ręce ułożone dowolnie), unieś nogi tuż nad podłożę i wykonaj</p>	<p>K</p>	<p>10 sekund</p>	<p>30 sekund</p>	<p>1 minuta</p>	<p>1,5 minuty</p>	<p>2 minuty</p>	<p>3 minuty</p>

„nożyce poprzeczne” tak długo, jak Ci się uda.

M	30 sekund	1 minuta	1,5 minuty	2 minuty	3 minuty	4 minuty
----------	-----------	----------	------------	----------	----------	----------

III. Wykonanie wybranych elementów technicznych i taktycznych z zakresu gier zespołowych, opanowanie umiejętności lekkoatletycznych i gimnastycznych.

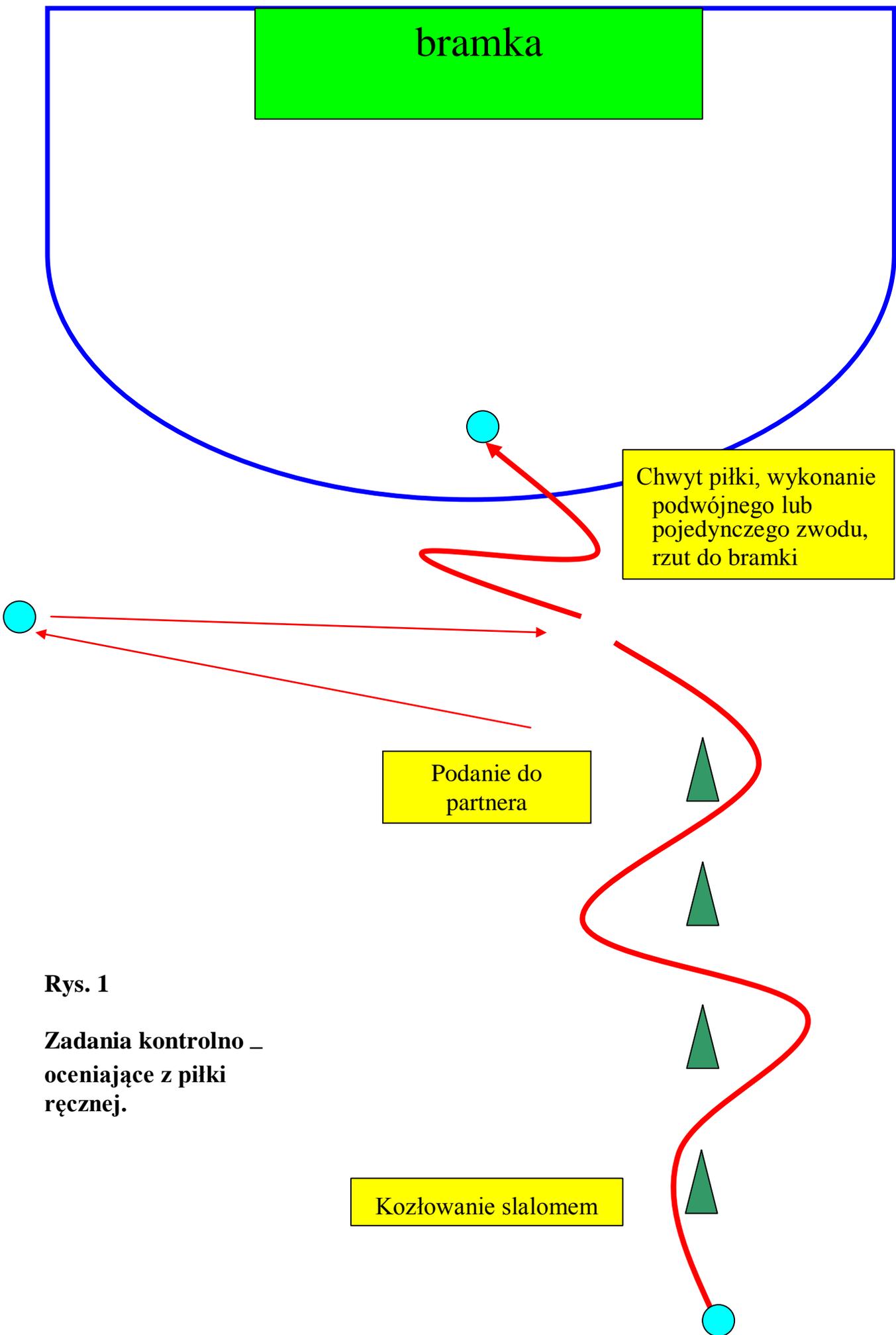
A. Piłka ręczna

Rysunek numer 1 przedstawia zadania kontrolno – oceniające dla uczniów z zakresu piłki ręcznej.

W skład ocenianych elementów wchodzi:

- kozłowanie piłki slalomem
- sposób poruszania się po boisku
- tempo wykonania ćwiczenia
- podanie do partnera i chwyt piłki
- zwód pojedynczy i podwójny
- rzut na bramkę
- współdziałanie w zespole

Wykaz ocenianych elementów dla poszczególnych klas oraz opis ich wykonania przedstawia tabela 1 a.



Rys. 1

Zadania kontrolno –
oceniające z piłki
ręcznej.

Tabela 1 a.

Nazwa gry zespołowej/ ocena	Oceniany element/ wykonanie							
Pilka ręczna	Klasa	koczowanie slalomem	poruszanie się po boisku	tempo wykonania ćwiczenia	podanie, chwyt piłki	zwód pojedynczy lub podwójny	rzut na bramkę	współdziałanie w zespole
6	I	prawidłowe	prawidłowe	prawidłowe	prawidłowe podanie i chwyt piłki	zwód pojedynczy wykonany prawidłowo	z wyskoku, celny	prawidłowe
	II	prawidłowe	prawidłowe	prawidłowe	prawidłowe podanie i chwyt piłki	zwód pojedynczy wykonany prawidłowo	z wyskoku, celny	prawidłowe
	III	prawidłowe	prawidłowe	prawidłowe	prawidłowe podanie i chwyt piłki	zwód podwójny wykonany prawidłowo	z wyskoku, celny	prawidłowe
5	I	prawidłowe	prawidłowe	prawidłowe	prawidłowe podanie i chwyt piłki	zwód pojedynczy wykonany prawidłowo	z wyskoku niecelny	prawidłowe
	II	prawidłowe	nieprawidłowe – błąd kroków	prawidłowe	prawidłowe podanie i chwyt piłki	zwód pojedynczy wykonany prawidłowo	z wyskoku, celny	prawidłowe

	III	prawidłowe	prawidłowe	prawidłowe	prawidłowe podanie i chwyt piłki	zwód podwójny wykonany prawidłowo	z biegu, celny	prawidłowe
4	I	prawidłowe	nieprawidłowe – błąd kroków	prawidłowe	prawidłowe podanie i chwyt piłki	zwód pojedynczy wykonany nieprawidłowo	z wyskoku, niecelny	prawidłowe
	II	błąd kozłowania	nieprawidłowe – błąd kroków	prawidłowe	prawidłowe podanie i chwyt piłki	zwód pojedynczy wykonany prawidłowo	z wyskoku, celny	prawidłowe
	III	błąd kozłowania	prawidłowe	prawidłowe	prawidłowe podanie i chwyt piłki	zwód podwójny wykonany nieprawidłowo	celny	prawidłowe

3	I	błąd kozłowania	nieprawidłowe – błąd kroków	prawidłowe	nieprawidłowe podanie i chwyt piłki	zwód pojedynczy wykonany nieprawidłowo	niecelny	prawidłowe
	II	błąd kozłowania	nieprawidłowe – błąd kroków	prawidłowe	nieprawidłowe podanie i chwyt piłki	zwód pojedynczy wykonany nieprawidłowo	celny	prawidłowe
	III	błąd kozłowania	prawidłowe	prawidłowe	prawidłowe podanie i chwyt piłki	zwód podwójny wykonany nieprawidłowo	niecelny	prawidłowe

2	I	błąd koźlowania	nieprawidłowe – błąd kroków	prawidłowe	prawidłowe podanie i chwyt piłki	zwód pojedynczy wykonany nieprawidłowo	niecelny	brak
	II	błąd koźlowania	nieprawidłowe – błąd kroków	prawidłowe	nieprawidłowe podanie i chwyt piłki	zwód pojedynczy wykonany nieprawidłowo	celny	brak
	III	błąd koźlowania	nieprawidłowe – błąd kroków	prawidłowe	prawidłowe podanie i chwyt piłki	zwód podwójny wykonany nieprawidłowo	niecelny	brak

1	I	błąd koźlowania	nieprawidłowe – błąd kroków	nieprawidłowe	nieprawidłowe podanie i chwyt piłki	zwód pojedynczy wykonany nieprawidłowo	niecelny	brak
	II	błąd koźlowania	nieprawidłowe – błąd kroków	nieprawidłowe	nieprawidłowe podanie i chwyt piłki	zwód pojedynczy wykonany nieprawidłowo	niecelny	brak
	III	błąd koźlowania	nieprawidłowe – błąd kroków	nieprawidłowe	nieprawidłowe podanie i chwyt piłki	zwód podwójny wykonany nieprawidłowo	niecelny	brak

B. Piłka koszykowa

Rysunek numer 2 zamieszczony na następnej stronie przedstawia zadania kontrolno – oceniające dla uczniów z zakresu piłki koszykowej.

W skład ocenianych elementów wchodzi:

- kozłowanie piłki w biegu, slalomem, ze zwróceniem uwagi na zmianę ręki kozłującej w zależności od ustawienia przeciwnika
- rzut do kosza z biegu
- chwyt piłki
- rzut osobisty
- podanie piłki do partnera
- współdziałanie w zespole

Wykaz ocenianych elementów dla poszczególnych klas oraz opis ich wykonania przedstawia tabela 2 b.

Rys. 2

Zadania kontrolno –
oceniające z
piłki
koszykowej.

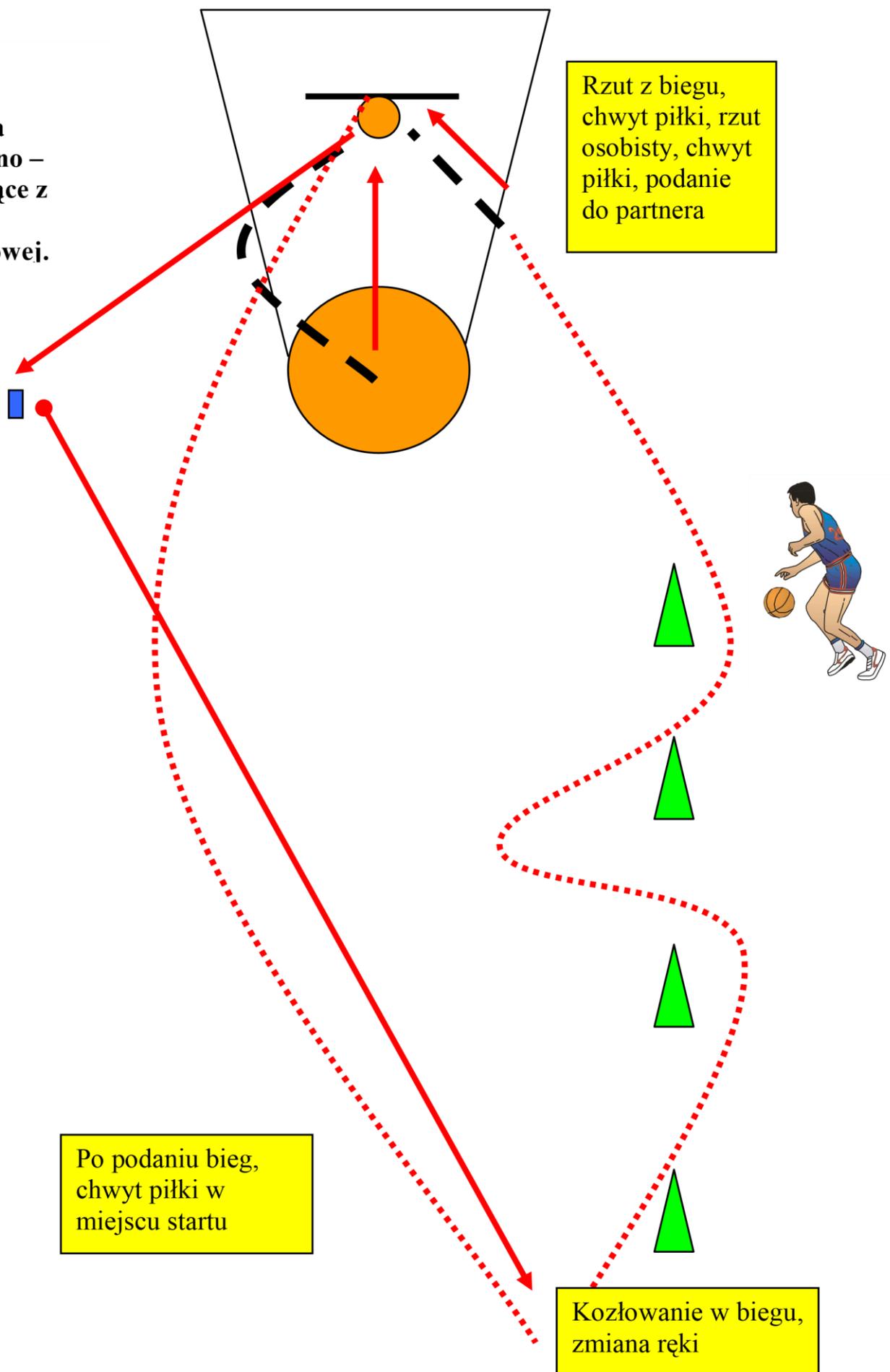


Tabela 2 b.

Nazwa gry zespołowej/ ocena	Oceniany element/ wykonanie						
Pilka koszykowa	Klasa	kozłowanie w biegu, slalomem	rzut z biegu	chwyt piłki	rzut osobisty	podanie do partnera	współdziałanie w zespole
6	I	prawidłowa ręka, układ kroków	z kozłem	prawidłowy	przynajmniej jeden rzut celny	prawidłowe	prawidłowe
	II	prawidłowa ręka, układ kroków	z kozłem	prawidłowy	przynajmniej jeden rzut celny	prawidłowe	prawidłowe
	III	prawidłowa ręka, układ kroków	przynajmniej jeden rzut celny	prawidłowy	przynajmniej jeden rzut celny	prawidłowe	prawidłowe
5	I	prawidłowa ręka, układ kroków	z kozłem	prawidłowy	przynajmniej jeden rzut celny	prawidłowe	prawidłowe
	II	prawidłowa ręka, układ kroków	z kozłem	nieprawidłowy	przynajmniej jeden rzut celny	prawidłowe	prawidłowe

	III	błąd, brak zmiany ręki kozłującej	przynajmniej jeden rzut celny	prawidłowy	przynajmniej jeden rzut celny	prawidłowe	prawidłowe
--	-----	-----------------------------------	-------------------------------	------------	-------------------------------	------------	------------

4	I	błąd, brak zmiany ręki kozłującej	nieprawidłowo wykonany	prawidłowy	przynajmniej jeden rzut celny	prawidłowe	prawidłowe
	II	błąd, brak zmiany ręki kozłującej	nieprawidłowo wykonany	prawidłowy	niecelny rzut	prawidłowe	prawidłowe
	III	błąd, brak zmiany ręki kozłującej	przynajmniej jeden rzut celny	nieprawidłowy	przynajmniej jeden rzut celny	prawidłowe	prawidłowe
3	I	błąd, brak zmiany ręki kozłującej	nieprawidłowo wykonany	prawidłowy	niecelny rzut	niecelne	prawidłowe
	II	błąd, brak zmiany ręki kozłującej	nieprawidłowo wykonany	prawidłowy	niecelny rzut	niecelne	prawidłowe
	III	w marszu, brak zmiany ręki kozłującej	przynajmniej jeden rzut celny	nieprawidłowy	przynajmniej jeden rzut celny	prawidłowe	prawidłowe
2	I	błąd	nieprawidłowo wykonany	nieprawidłowy	niecelny rzut	nieprawidłowo wykonane	brak
	II	błąd	nieprawidłowo wykonany	nieprawidłowy	niecelny rzut	nieprawidłowo wykonane	brak
	III	błąd	nieprawidłowo wykonany	prawidłowy	celny rzut	nieprawidłowo wykonane	brak

1	I	błąd	nieprawidłowo wykonany	nieprawidłowy	rzut niecelny	nieprawidłowo wykonane	brak
	II	błąd	nieprawidłowo wykonany	nieprawidłowy	rzut niecelny	nieprawidłowo wykonane	brak
	III	brak umiejętności kozłowania	nieprawidłowo wykonany	nieprawidłowy	rzut niecelny	nieprawidłowo wykonane	brak

C. Piłka siatkowa

Rysunek numer 3 zamieszczony na następnej stronie przedstawia zadania kontrolno – oceniające dla uczniów z zakresu piłki siatkowej.

W skład ocenianych elementów wchodzi:

- wykonanie zagrywki
- postawa siatkarska
- odbicia piłki sposobem górnym i dolnym
- odbiór piłki
- działania w ataku
- działania w obronie
- współdziałanie w zespole

Wykaz ocenianych elementów dla poszczególnych klas oraz opis ich wykonania przedstawia tabela 3 c.

Rys. 3

Zadania kontrolno – oceniające z piłki siatkowej.

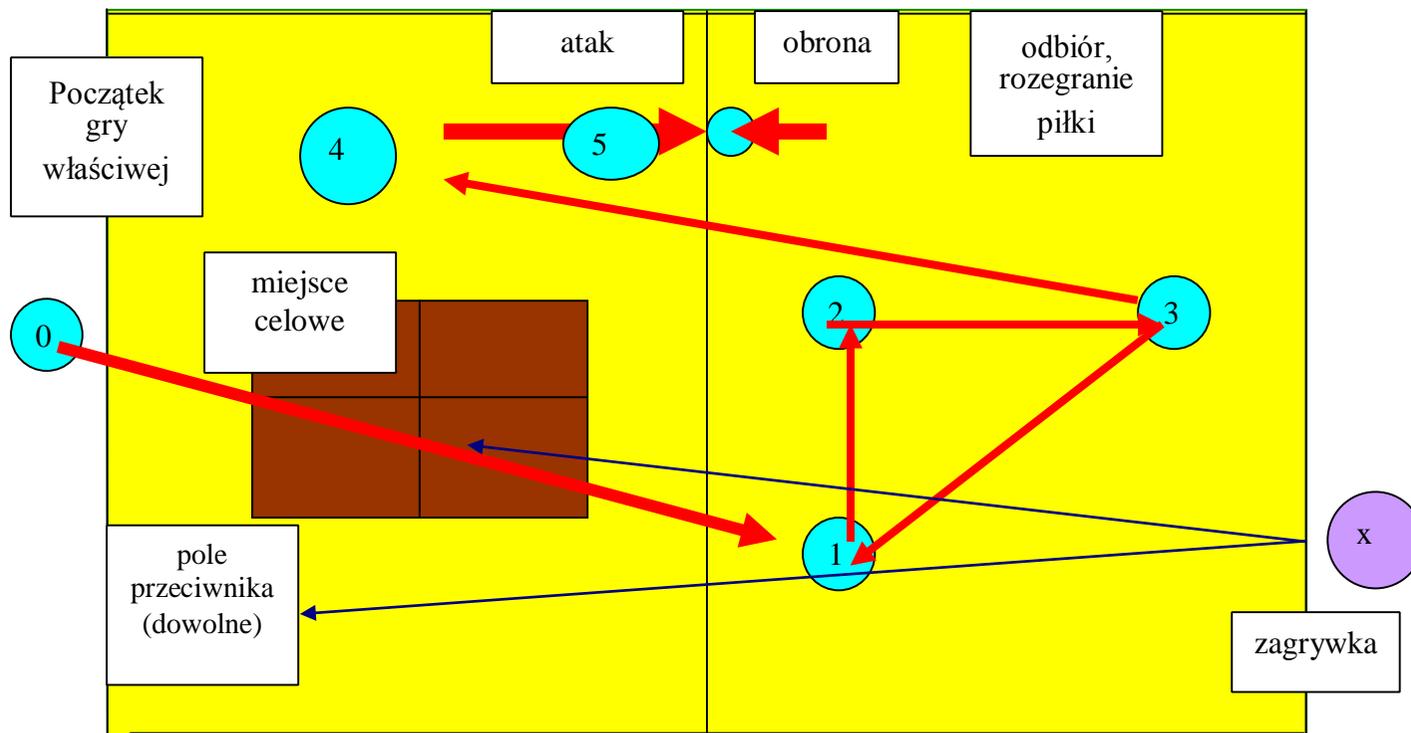


Tabela 3 c.

Nazwa gry zespołowej/ ocena	Oceniany element/ wykonanie
--------------------------------	-----------------------------

Pilka siatkowa	Klasa	zagrywka	postawa	odbicia piłki	odbiór piłki	atak	obrona	współdziałanie w zespole
6	I	jednym sposobem z przepisowej odległości	prawidłowa	wielokrotne odbicia sposobem górnym i dolnym	prawidłowy	prawidłowy	prawidłowa	prawidłowe
	II	dwoma sposobami z przepisowej odległości	prawidłowa	wielokrotne odbicia sposobem górnym i dolnym	prawidłowy	prawidłowy	prawidłowa	prawidłowe
	III	dowolnym sposobem, w wyznaczony obszar przeciwnika	prawidłowa	wielokrotne odbicia sposobem górnym i dolnym	prawidłowy	prawidłowy	prawidłowa	prawidłowe
5	I	jednym sposobem z odległości 9 m	prawidłowa	odbicia sposobem górnym i dolnym	prawidłowy	prawidłowy	prawidłowa	słabe
	II	jednym sposobem z odległości 9 m	prawidłowa	wielokrotne odbicia sposobem górnym i dolnym	prawidłowy	prawidłowy	prawidłowa	słabe
	III	dwoma sposobami w pole przeciwnika	nieprawidłowa	wielokrotne odbicia sposobem górnym i dolnym	prawidłowy	prawidłowy	prawidłowa	prawidłowe

4	I	jednym sposobem z odległości 9 m	prawidłowa	błędy odbicia piłki	nieprawidłowy	błędy	prawidłowa	prawidłowe
	II	nieprawidłowo wykonana	prawidłowa	wielokrotne odbicia sposobem górnym i dolnym	prawidłowy	prawidłowy	prawidłowa	słabe
	III	jednym sposobem, w pole przeciwnika	nieprawidłowa	mała ilość odbić	nieprawidłowy	prawidłowy	prawidłowa	Prawidłowe
3	I	nieprawidłowo wykonana	prawidłowa	mała ilość odbić	nieprawidłowy	błędy	błędy	słabe
	II	nieprawidłowo wykonana	nieprawidłowa	błędy wielokrotności powtórzeń	nieprawidłowy	prawidłowy	prawidłowa	Słabe
	III	jednym sposobem w pole przeciwnika, nieprawidłowo wykonana	nieprawidłowa	błędy wielokrotności powtórzeń	prawidłowy	błędy	błędy	Słabe
2	I	jednym sposobem z odległości 6 m	nieprawidłowa	błędy odbicia piłki	nieprawidłowy	błędy	błędy	słabe
	II	jednym sposobem z odległości 6 m	nieprawidłowa	mała ilość odbić	nieprawidłowy	błędy	błędy	Słabe

	III	nieprawidłowo wykonana	nieprawidłowa	mała wielokrotność powtórzeń	prawidłowy	błędy	błędy	Błędy
1	I	brak umiejętności wykonania zagrywki	nieprawidłowa	nieumiejętność odbicia piłki	nieprawidłowy	nieprawidłowy	nieprawidłowa	brak współdziałania
	II	brak umiejętności wykonania zagrywki	nieprawidłowa	nieumiejętność odbicia piłki	nieprawidłowy	błędy	nieprawidłowa	brak współdziałania
	III	brak umiejętności wykonania zagrywki	nieprawidłowa	nieumiejętność odbicia piłki sposobem górnym lub dolnym	nieprawidłowy	nieprawidłowy	nieprawidłowa	brak współdziałania

D. Piłka nożna

Rysunek numer 4 zamieszczony na następnej stronie przedstawia zadania kontrolno – oceniające dla uczniów z zakresu piłki nożnej.

W skład ocenianych elementów wchodzi:

- wyrzut piłki z autu ze zwróceniem uwagi na prawidłowy układ rąk
- przyjęcie piłki z powietrza
- prowadzenie piłki slalomem
- podanie piłki

- przyjęcie piłki toczącej się po boisku
- wykonanie strzału na bramkę
- wykonanie zagrywki głową
- współdziałanie w zespole

Wykaz ocenianych elementów dla poszczególnych klas oraz opis ich wykonania przedstawia tabela 4 d.

Rys. 4

Zadania kontrolno – oceniające z piłki nożnej.

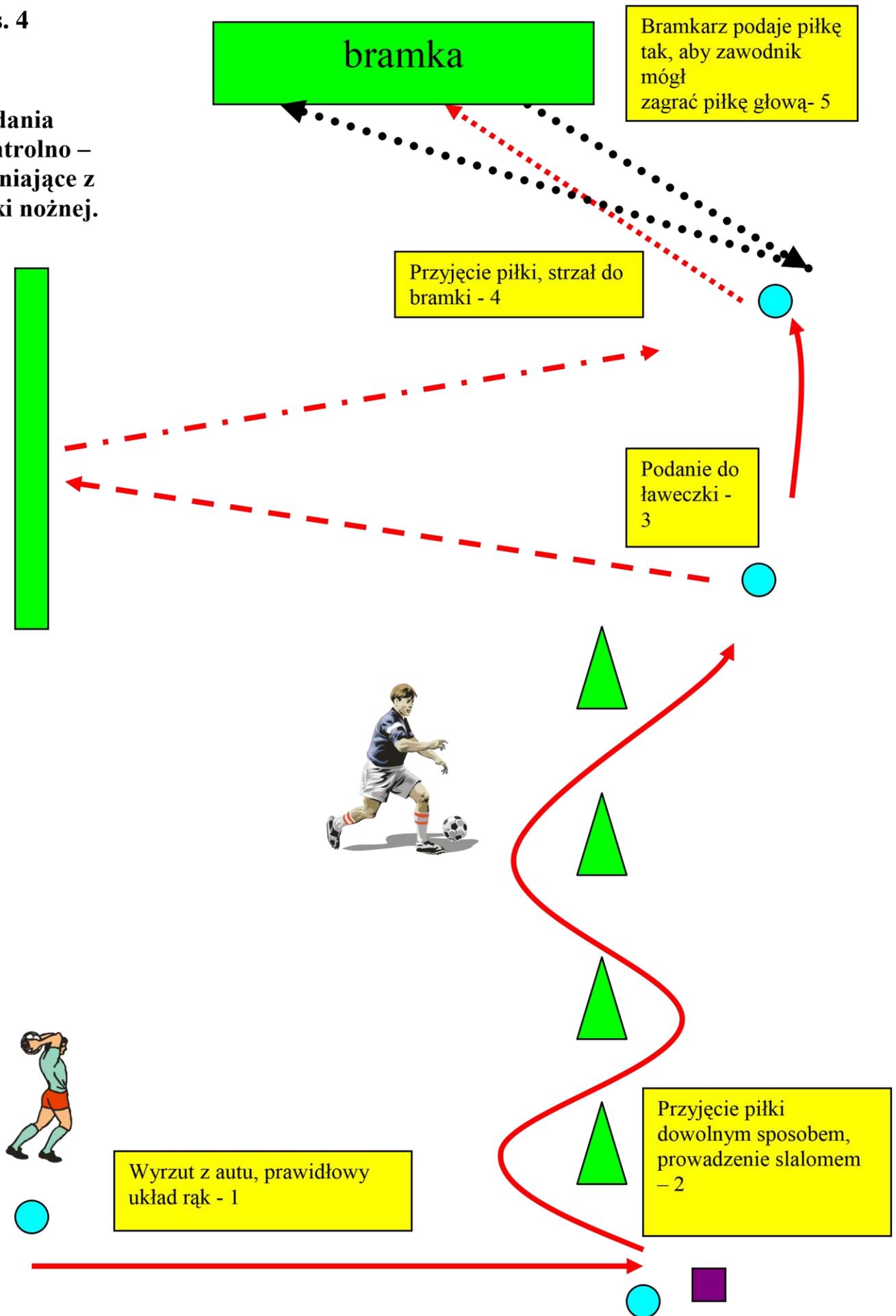


Tabela 4 d.

Nazwa gry zespołowej/ ocena	Oceniany element/ wykonanie						
Piłka nożna	klasa	wyrzut piłki z autu, prawidłowy układ rąk	przyjęcie piłki, prowadzenie słomem	podanie piłki	przyjęcie piłki, strzał na bramkę	zagrywka głową	współdziałanie w zespole
6	I	prawidłowo	błędnie	prawidłowo	prawidłowe, strzał prawidłowy, celny		prawidłowe
	II	prawidłowo	prawidłowo	prawidłowo	prawidłowe, strzał prawidłowy, celny		prawidłowe
	III	prawidłowo	prawidłowo	prawidłowo	prawidłowe, strzał prawidłowy, celny	prawidłowo wykonana	prawidłowe
5	I	prawidłowo	prawidłowo	prawidłowe	przyjęcie prawidłowe, strzał niecelny		prawidłowe
	II	prawidłowo	prawidłowo	prawidłowe	prawidłowe, strzał prawidłowy, celny		prawidłowe
	III	prawidłowo	prawidłowo	prawidłowe	prawidłowe, strzał prawidłowy, celny	nieprawidłowo wykonana	prawidłowe

	I	prawidłowo	prawidłowo	prawidłowe	przyjęcie nieprawidłowe, strzał niecelny		prawidłowe
--	---	------------	------------	------------	--	--	------------

4	II	prawidłowo	prawidłowo	prawidłowe	przyjęcie nieprawidłowe, strzał niecelny		prawidłowe
	III	prawidłowo	prawidłowo	prawidłowe	przyjęcie nieprawidłowe, strzał niecelny	nieprawidłowo wykonana	prawidłowe
3	I	prawidłowo	prawidłowo	źle wykonane	przyjęcie nieprawidłowe, strzał niecelny		prawidłowe
	II	prawidłowo	prawidłowo	źle wykonane	przyjęcie nieprawidłowe, strzał niecelny		prawidłowe
	III	prawidłowo	prawidłowo	źle wykonane	przyjęcie nieprawidłowe, strzał niecelny	nieprawidłowo wykonana	prawidłowe
2	I	prawidłowo	błędnie	źle wykonane	przyjęcie nieprawidłowe, strzał niecelny		brak
	II	prawidłowo	źle przyjęcie, prawidłowe prowadzenie	źle wykonane	przyjęcie nieprawidłowe, strzał niecelny		brak
	III	prawidłowo	źle przyjęcie, prawidłowe prowadzenie	źle wykonane	przyjęcie nieprawidłowe, strzał niecelny	nieprawidłowo wykonana	brak
	I	błędnie	błędnie	źle wykonane	przyjęcie nieprawidłowe, strzał niecelny		brak

1	II	błędnie	błędnie	źle wykonane	przyjęcie nieprawidłowe, strzał niecelny		brak
	III	błędnie	błędnie	źle wykonane	przyjęcie nieprawidłowe, strzał niecelny	nieprawidłowo wykonana	brak

E. Lekkoatletyka

Wykaz ocenianych wiadomości i umiejętności z zakresu lekkoatletyki dla poszczególnych klas oraz opis ich wykonania przedstawia tabela 5 e.

W skład ocenianych wiadomości i umiejętności wchodzi:

- znajomość przepisów dyscyplin lekkoatletycznych
- technika przekazywania pałeczki sztafetowej
- technika skoku w dal
- marszobieg na dystansie 1500m.
- czas uzyskany na dystansach sprinterskich, średnich i długich
- technika rzutu piłką lekarską
- udział w zawodach szkolnych

Tabela 5 e.

Ocena	Oceniane wiadomości i umiejętności/ wykonanie							
Lekkoatletyka	klasa	przepisy LA	techniki przekazywania pałeczki sztafetowej	technika rzutu piłką lekarską	technika skoku w dal	marszbiegi	zawody szkolne	tempo na dystansach sprinterskich, średnich i długich (według osobnych kryteriów)
6	I	nieznajomość	prawidłowe	prawidłowe	prawidłowa	na dystansie 1500 m	udział	właściwe
	II	nieznajomość	prawidłowe	prawidłowe	prawidłowa	na dystansie 1500 m	udział	właściwe
	III	znajomość	prawidłowe	prawidłowe	prawidłowa	na dystansie 2000 m	udział	właściwe
	I	nieznajomość	prawidłowe	prawidłowe	prawidłowa	na dystansie 1500 m	brak zaangażowania	właściwe

5	II	nieznajomość	prawidłowe	prawidłowe	prawidłowa	na dystansie 1500 m	brak zaangażowania	właściwe
	III	znajomość	prawidłowe	prawidłowe	prawidłowe	na dystansie 2000 m	brak zaangażowania	właściwe
	I	nieznajomość	nieprawidłowe	prawidłowe	prawidłowa	na dystansie 1500 m	brak zaangażowania	właściwe
4	II	nieznajomość	nieprawidłowe	prawidłowe	prawidłowa	na dystansie 1500 m	brak zaangażowania	niewłaściwe
	III	znajomość	prawidłowe	prawidłowe	prawidłowa	na dystansie 2000 m	brak zaangażowania	niewłaściwe
3	I	nieznajomość	prawidłowe	nieprawidłowe	nieprawidłowa	nie wykonuje	brak zaangażowania	właściwe
	II	nieznajomość	prawidłowe	prawidłowe	nieprawidłowa	nie wykonuje	brak zaangażowania	niewłaściwe
	III	nieznajomość	prawidłowe	prawidłowe	prawidłowa	na dystansie 2000 m	brak zaangażowania	niewłaściwe
2	I	nieznajomość	nieprawidłowe	nieprawidłowe	nieprawidłowa	nie wykonuje	brak zainteresowania	właściwe
	II	nieznajomość	nieprawidłowe	nieprawidłowe	nieprawidłowa	nie wykonuje	brak zainteresowania	właściwe

	III	nieznajomość	nieprawidłowe	prawidłowe	nieprawidłowa	nie wykonuje	brak zainteresowania	niewłaściwe
1	I	nieznajomość	nieprawidłowe	nieprawidłowe	nieprawidłowa	nie wykonuje	brak zainteresowania	niewłaściwe
	II	nieznajomość	nieprawidłowe	nieprawidłowe	nieprawidłowa	nie wykonuje	brak zainteresowania	niewłaściwe
	III	nieznajomość	nieprawidłowe	nieprawidłowe	nieprawidłowa	nie wykonuje	brak zainteresowania	niewłaściwe

F. Gimnastyka

KLASA I

DZIEWCZĘTA:

Ocena celująca:

Uczennica potrafi wykonać:

- dwa łączone przewroty w przód z rozbiegu
- skok zawrotny o nogach prostych (z załamaniem w biodrach) przez 4 części skrzyni z rozbiegu skośnego
- stanie na rękach z postawy stojąc przy drabinie (samodzielnie)
- łączone przewroty w przód i tył
- kilka trudniejszych elementów na przyrządzie równoważnym (siad prosty, leżenie, leżenie przewrotne)

Ocena bardzo dobra:

Uczennica potrafi wykonać:

- dokładnie i pewnie przewrót w przód z odbicia obunóż z naskokiem na ręce
- skok zawrotny o nogach prostych przez 4 – 3 części skrzyni z rozbiegu skośnego
- stanie na rękach z postawy stojącej przy drabinie, z ochroną
- dokładnie i pewnie przewrót w tył z postawy stojąc w rozkroku, w szybkim tempie do postawy z ramionami w górę
- jeden trudniejszy element na przyrządzie równoważnym (np. siad prosty, leżenie)

Ocena dobra:

Uczennica potrafi wykonać:

- przewrót w przód z postawy zasadniczej do postawy z ramionami w górę, w wolniejszym tempie
- skok zawrotny o nogach ugiętych przez 3 – 4 części skrzyni z rozbiegu skośnego
- stanie na rękach z uniku podpartego przy drabinie z asekuracją
- przewrót w tył z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego
- kilka prostych elementów na przyrządzie równoważnym (kroki w przód, tył, obrót)

Ocena dostateczna:

Uczennica potrafi wykonać:

- przewrót w przód z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego, w wolnym tempie

-
- skok zawrotny o nogach ugiętych przez 3 części skrzyni z rozbiegu
- przysiad podparty tyłem do drabinek i wejście nogami w górę do stania na rękach
- przewrót w tył z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego w zbyt wolnym tempie, z większymi błędami technicznymi (np. nieprawidłowym ułożeniem rąk)
- przejście po przyrządzie równoważnym w przód i tył

Ocena dopuszczająca:

Uczennica potrafi wykonać:

- przewrót w przód z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego w bardzo wolnym tempie, z nieprawidłowym ułożeniem rąk, ze słabym odbiciem nóg, z pomocą nauczyciela
- skoki „zajęcze” jako ćwiczenia wprowadzające do stania na rękach
- ćwiczenie wprowadzające do przewrotu w tył – „kołyskę” – przetoczenia
- przejście po przyrządzie równoważnym

Ocena niedostateczna:

Uczennica:

- nie potrafi pokazać pozycji wyjściowej do przewrotu w przód i stania na rękach
- jej sprawność motoryczna nie pozwala na wykonanie najprostszych ćwiczeń na skrzyni gimnastycznej
- z rażącymi błędami wykonuje ćwiczenia wprowadzające do przewrotu w tył
- jej sprawność motoryczna nie pozwala na wykonanie najprostszych ćwiczeń równoważnych

CHŁOPCY:

Ocena celująca:

Uczeń potrafi wykonać:

- dwa łączone przewroty w przód z rozbiegu

-
- skok zawrotny o nogach prostych (z załamaniem w biodrach) przez 4 części skrzyni z rozbiegu skośnego - stanie na rękach z postawy stojąc przy drabinkach
- łączone przewroty w przód i tył

Ocena bardzo dobra:

Uczeń potrafi wykonać:

- dokładnie i pewnie przewrót w przód z odbicia obunóż z naskokiem na ręce
- skok zawrotny o nogach prostych przez 3 – 4 części skrzyni z rozbiegu skośnego
- stanie na rękach z postawy stojąc przy drabinkach, z ochroną
- przewrót w tył z postawy stojąc w rozkroku w szybkim tempie do postawy z ramionami w górę

Ocena dobra:

Uczeń potrafi wykonać:

- przewrót w przód z postawy zasadniczej do postawy z ramionami w górę, w wolniejszym tempie
- skok zawrotny o nogach ugiętych przez 3 – 4 części skrzyni z rozbiegu skośnego
- stanie na rękach z uniku podpartego przy drabince, z asekuracją
- przewrót w tył z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego

Ocena dostateczna:

Uczeń potrafi wykonać:

- przewrót w przód z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego, w wolnym tempie
- skok zawrotny o nogach ugiętych przez 3 części skrzyni z rozbiegu
- przysiad podparty tyłem do drabinek i wejście nogami w górę do stania na rękach
- przewrót w tył z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego w zbyt wolnym tempie, z większymi błędami technicznymi (n p. nieprawidłowym ułożeniem rąk)

Ocena dopuszczająca:

-

Uczeń potrafi wykonać:

- przewrót w przód z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego w bardzo wolnym tempie, z nieprawidłowym ułożeniem rąk, ze słabym odbiciem nóg, z pomocą nauczyciela
- skok zawrotny przez 3 części skrzyni, z pomocą nauczyciela
- skoki „zajęcze”, jako ćwiczenie wprowadzające do stania na rękach
- ćwiczenie wprowadzające do przewrotu w tył – „kołyskę” – przetoczenia

Ocena niedostateczna:

Uczeń:

- nie potrafi pokazać pozycji wyjściowych do przewrotu w przód i stania na rękach
- jego sprawność motoryczna nie pozwala na wykonanie najprostszych ćwiczeń na skrzyni gimnastycznej z rażącymi błędami wykonuje ćwiczenia wprowadzające do przewrotu w tył

KLASA II

DZIEWCZĘTA:

Ocena celująca:

Uczennica potrafi wykonać:

- 3 zwarte przewroty w przód
- skok kuczny i zawrotny przez 4 – 5 części skrzyni
- stanie na rękach odbiciem jednonóż przy drabince
- serię (3) rozkrocznych przewrotów w tył
- serię ćwiczeń równoważnych na przyrządzie (siady, klęki, przysiady, unik, waga przodem i bokiem)

Ocena bardzo dobra:

Uczennica potrafi wykonać:

-
- 2 łączone przewroty w przód z marszu, z odbicia obunóż
- skok kuczny i zawrotny przez 4 części skrzyni
- stanie na rękach zamachem jednonóż przy drabince (z asekuracją)
- 2 – 3 łączone przewroty w tył
- przejście po przyrządzie równoważnym z zastosowaniem zwrotów, obrotów, zmian pozycji

Ocena dobra:

Uczennica potrafi wykonać:

- przewrót w przód z odbicia obunóż połączony z drugim przewrotem w wolniejszym tempie, z małymi błędami technicznymi
- skok zawrotny z rozbiegu na wprost (4 części skrzyni)
- stanie na rękach wykonane dowolnym sposobem
- przewrót w tył z przysiadu do stania podpartego w rozkroku w wolniejszym tempie
- przejście po przyrządzie równoważnym w przód, tyłem, bokiem, z małymi błędami technicznymi
- stanie na rękach z uniku z zamachem jednonóż przy drabince, z asekuracją

Ocena dostateczna:

Uczennica potrafi wykonać:

- przewrót w tył z miejsca, z odbicia obunóż do przysiadu podpartego, z większymi błędami technicznymi
- skok zawrotny na wprost przez 3 części skrzyni
- stanie na rękach z uniku z zamachem jednonóż przy drabince, z pomocą nauczyciela
- przewrót w tył z przysiadu podpartego do klęku podpartego, z większymi błędami technicznymi
- przejście w przód i tył po przyrządzie równoważnym, niepewnie, w zbyt wolnym tempie

Ocena dopuszczająca:

Uczennica potrafi wykonać:

- przewrót w przód z miejsca ze skłonu podpartego do przysiadu, z dużymi błędami technicznymi
- skok zawrotny przez 3 części skrzyni dowolnym sposobem, z pomocą nauczyciela
- zamachy jednonóż z uniku podpartego (jako ćwiczenie przygotowawcze do stania na rękach)

-
- przewrót w tył z siadu skulnego do siadu klęcznego, z dużymi błędami technicznymi, niepewnie, w zbyt wolnym tempie
- przejście po przyrządzie równoważnym w przód

Ocena niedostateczna:

Uczennica:

- wykonuje nieprawidłowy przewrót w przód, w bardzo wolnym tempie, z rażącymi błędami technicznymi
- wykonuje skok przez mniej niż 3 części skrzyni bez zwrócenia uwagi na technikę wykonania
- niedokładnie potrafi wykonać pozycję wyjściową do stania na rękach, bez zwrócenia uwagi na prawidłowe jej wykonanie
- wykonuje nieprawidłowy przewrót w tył, z rażącymi błędami, z nieprawidłowym ułożeniem głowy i rąk (bez chęci poprawy tych elementów)
- jej sprawność motoryczna nie pozwala na wykonanie żadnych ćwiczeń równoważnych

CHŁOPCY:

Ocena celująca:

Uczeń potrafi wykonać:

- 3 zwarte przewroty w przód
- skok kuczny i zawrotny przez 4 – 5 części skrzyni
- stanie na rękach odbiciem jednonóż przy drabince
- serię (3) rozkrocznych przewrotów w tył

Ocena bardzo dobra:

Uczeń potrafi wykonać:

- 2 łączone przewroty w przód z marszu, z odbicia obunóż
- skok kuczny i zawrotny przez 4 części skrzyni
- stanie na rękach zamachem jednonóż przy drabince (z asekuracją)
- 2 – 3 łączone przewroty w tył

Ocena dobra:

Uczeń potrafi wykonać:

- przewrót w przód z odbicia obunóż połączony z drugim przewrotem w wolniejszym tempie, z małymi błędami technicznymi - skok zawrotny z rozbiegu na wprost (4 części skrzyni)
- stanie na rękach wykonane dowolnym sposobem
- przewrót w tył z przysiadu do stania podpartego w rozkroku w wolniejszym tempie

Ocena dostateczna:

Uczeń potrafi wykonać:

- przewrót w tył z miejsca, z odbicia obunóż do przysiadu podpartego, z większymi błędami technicznymi
- skok zawrotny na wprost przez 3 części skrzyni
- stanie na rękach z uniku z zamachem jednonóż przy drabince, z pomocą nauczyciela
- przewrót w tył z przysiadu podpartego do klęku podpartego, z większymi błędami technicznymi

Ocena dopuszczająca:

Uczeń potrafi wykonać:

- przewrót w przód z miejsca ze skłonu podpartego do przysiadu, z dużymi błędami technicznymi
- skok zawrotny przez 3 części skrzyni dowolnym sposobem, z pomocą nauczyciela
- zamachy jednonóż z uniku podpartego (jako ćwiczenie przygotowawcze do stania na rękach)
- przewrót w tył z siadu skulnego do siadu klęcznego, z dużymi błędami technicznymi, niepewnie, w zbyt wolnym tempie

Ocena niedostateczna:

Uczeń:

- wykonuje nieprawidłowy przewrót w przód, w bardzo wolnym tempie, z rażącymi błędami technicznymi
- wykonuje skok przez mniej niż 3 części skrzyni bez zwrócenia uwagi na technikę wykonania
- niedokładnie potrafi wykonać pozycję wyjściową, bez zwrócenia uwagi na prawidłowe jej wykonanie
- wykonuje nieprawidłowy przewrót w tył, z rażącymi błędami, z nieprawidłowym ułożeniem głowy i rąk (bez chęci poprawy tych elementów)

KLASA III

DZIEWCZĘTA:

Ocena celująca:

Uczennica potrafi wykonać:

- serię szybkich przewrotów zwartych w przód (4 – 5)
- skok kuczny przez skrzynię ustawioną wzdłuż
- stanie na rękach (z asekuracją)
- serię szybkich przewrotów (3 – 4) rozkrocznych w tył
- krótki układ ćwiczeń na przyrządzie z zastosowaniem trudniejszych elementów: podskoków, wagi przodem, bokiem itp.

Ocena bardzo dobra:

Uczennica potrafi wykonać:

- 2 – 3 łączone przewroty w przód z odbicia jednonóż, obunóż, z miejsca i marszu
- skok kuczny przez skrzynię wszerz (do 5 części)
- samodzielne stanie na rękach przy drabince, zamachem jednonóż
- 2 szybkie łączone przewroty w tył
- różne formy chodu ze zmianami kierunku, przejścia z pozycji wysokich do niskich i odwrotnie

Ocena dobra:

Uczennica potrafi wykonać:

- 2 łączone przewroty w przód dowolnym sposobem, z niewielkimi błędami technicznymi
- skok kuczny przez 4 – 3 części skrzyni, z małymi błędami technicznymi
- stanie na rękach zamachem jednonóż przy drabince z asekuracją
- przewrót w tył z przysiadu do stania podpartego w rozkroku, z małymi błędami technicznymi, w wolniejszym tempie
- przejście po przyrządzie równoważnym krokiem zwykłym, we wspięciu w przód, tyłem i bokiem

Ocena dostateczna:

Uczennica potrafi wykonać:

- przewrót w przód z odbicia obunóż z naskokiem na ręce, niezbyt dokładnie, w zbyt wolnym tempie
- wyskok kuczny na skrzynię (4 – 3 części) z rozbiegu na wprost, niepewnie, z większymi błędami technicznymi
- stanie na rękach z uniku podpartego przy drabinkach, z pomocą nauczyciela
- przewrót w tył z postawy stojącej w rozkroku
- proste zmiany pozycji na przyrządzie równoważnym

Ocena dopuszczająca:

Uczennica potrafi wykonać:

- przewrót w przód z miejsca ze skłonu podpartego w rozkroku do przysiadu, z większymi błędami technicznymi, w bardzo wolnym tempie
- wyskok kuczny na 3 części skrzyni, niepewnie, z dużymi błędami technicznymi
- zamachy jednonóż z uniku podpartego, jako próba stania na rękach, z pomocą nauczyciela
- przewrót w tył z przysiadu podpartego do klęku podpartego, w bardzo wolnym tempie, z pomocą nauczyciela
- przejście w przód i tył po przyrządzie równoważnym, w bardzo wolnym tempie, niepewnie, z pomocą nauczyciela

Ocena niedostateczna:

Uczennica:

- nie potrafi podjąć próby przewrotu w przód z miejsca, dowolnym sposobem, nawet z pomocą nauczyciela
- jej sprawność motoryczna nie pozwala na podjęcie próby wyskoku kucznego na 3 części skrzyni

- nie zna pozycji wyjściowej i ćwiczeń przygotowawczych do stania na rękach
- nie potrafi podjąć próby przewrotu w tył dowolnym sposobem, nawet z pomocą nauczyciela
- jej sprawność motoryczna nie pozwala na wykonanie prostych ćwiczeń na przyrządzie równoważnym

CHŁOPCY:

Ocena celująca:

Uczeń potrafi wykonać:

- serię szybkich przewrotów zwartych w przód (4 – 5)
- skok kuczny przez skrzynię ustawioną wzdłuż
- stanie na rękach (z asekuracją)
- serię szybkich przewrotów (3 – 4) rozkrocznych w tył

Ocena bardzo dobra:

Uczeń potrafi wykonać:

- 2 – 3 łączone przewroty w przód z odbicia jednonóż, obunóż, z miejsca i marszu
- skok kuczny przez skrzynię wszerz (do 5 części)
- samodzielne stanie na rękach przy drabince, zamachem jednonóż
- 2 szybkie łączone przewroty w tył

Ocena dobra:

Uczeń potrafi wykonać:

- 2 łączone przewroty w przód dowolnym sposobem, z niewielkimi błędami technicznymi
- skok kuczny przez 4 – 3 części skrzyni, z małymi błędami technicznymi
- stanie na rękach zamachem jednonóż przy drabince z asekuracją
- przewrót w tył z przysiadu do stania podpartego w rozkroku, z małymi błędami technicznymi, w wolniejszym tempie

Ocena dostateczna:

Uczeń potrafi wykonać:

- przewrót w przód z odbicia obunóż z naskokiem na ręce, niezbyt dokładnie, w zbyt wolnym tempie
- wyskok kuczny na skrzynię (4 – 3 części) z rozbiegu na wprost, niepewnie, z większymi błędami technicznymi - stanie na rękach z uniku podpartego przy drabinkach, z pomocą nauczyciela
- przewrót w tył z postawy stojącej w rozkroku

Ocena dopuszczająca:

Uczeń potrafi wykonać:

- przewrót w przód z miejsca ze skłonu podpartego w rozkroku do przysiadu, z większymi błędami technicznymi, w bardzo wolnym tempie
- wyskok kuczny na 3 części skrzyni, niepewnie, z dużymi błędami technicznymi
- zamachy jednonóż z uniku podpartego, jako próba stania na rękach, z pomocą nauczyciela
- przewrót w tył z przysiadu podpartego do klęku podpartego, w bardzo wolnym tempie, z pomocą nauczyciela

Ocena niedostateczna: Uczeń:

- nie potrafi podjąć próby przewrotu w przód z miejsca, dowolnym sposobem, nawet z pomocą nauczyciela
- jego sprawność motoryczna nie pozwala na podjęcie próby wyskoku kucznego na 3 części skrzyni
- nie zna pozycji wyjściowej i ćwiczeń przygotowawczych do stania na rękach
- nie potrafi podjąć próby przewrotu w tył dowolnym sposobem, nawet z pomocą nauczyciela

G. Edukacja zdrowotna

- Ocena **celującą** z tego działu mogą otrzymać uczniowie, którzy zgłoszą się (indywidualnie bądź zespołowo) i opracują dla klasy referat, pogadankę lub prezentację wybierając co najmniej trzy tematy, a ich praca nie zawiera błędów merytorycznych, a także biorą czynny udział w wywiązanej dyskusji.
- Ocena **bardzo dobrą** z tego działu uzyskają uczniowie, którzy zgłoszą się (indywidualnie bądź zespołowo) i opracują dla klasy referat, pogadankę lub prezentację wybierając co najmniej dwa tematy, a ich praca nie zawiera większych błędów merytorycznych, a także biorą czynny udział w wywiązanej dyskusji.

- Ocenę **dobrą** z tego działu uzyskają uczniowie, którzy zgłoszą się (indywidualnie bądź zespołowo) i opracują dla klasy referat, pogadankę lub prezentację wybierając jeden temat, a ich praca zawiera drobne błędy, biorą jednak udział w wywiązanej dyskusji.
- Ocenę **dostateczną** uzyskują uczniowie, którzy biorą udział w dyskusji na tematy przedstawiane przez kolegów i nauczyciela.
- Ocenę **dopuszczającą** uzyskują uczniowie, którzy śledzą dyskusję na przedstawione przez kolegów i nauczyciela tematy, ale nie wypowiadają się.
- Ocenę **niedostateczną** uzyskują uczniowie, którzy nie wykonali żadnej pracy dotyczącej edukacji zdrowotnej, unikają tej tematyki i nie biorą udziału w lekcji.

Klasa I:

- Co to jest zdrowie?
- Moje mocne i słabe strony
- Jak zwalczać negatywne emocje?
- Wymogi higieny w okresie dojrzewania
- Szkody zdrowotne i społeczne związane z paleniem tytoniu
- Bezpieczeństwo sportów zimowych podczas przerwy świątecznej
- Bezpieczeństwo sportów zimowych podczas ferii zimowych
- Zasady bezpieczeństwa podczas przerwy wakacyjnej

Klasa II:

- Zachowania sprzyjające i zagrażające zdrowiu
- Stres i sposoby radzenia sobie z nim
- Zachowania asertywne
- Bezpieczeństwo sportów zimowych podczas przerwy świątecznej
- Bezpieczeństwo sportów zimowych podczas ferii zimowych
- Zasady bezpieczeństwa podczas przerwy wakacyjnej

Klasa III:

- Przyczyny i skutki otyłości
- Zagrożenia nieuzasadnionego odchudzania się i zażywania sterydów
- Znaczenie dobrych relacji z ludźmi

- Szeroko rozumiane wsparcie społeczne
- Szkodliwość nadużywania alkoholu i używania innych substancji psychoaktywnych
- Bezpieczeństwo sportów zimowych podczas przerwy świątecznej
- Bezpieczeństwo sportów zimowych podczas ferii zimowych
- Zasady bezpieczeństwa podczas przerwy wakacyjnej

IV. Udział w zajęciach pozalekcyjnych pozwala na uzyskanie oceny o jeden stopień wyższej, niż przewidywana, jeśli frekwencja na tych zajęciach nie jest mniejsza, niż 80%, a uczniowie biorą udział w zawodach sportowych reprezentując szkołę na szczeblu powiatowym, rejonowym itp.

OGÓLNE KRYTERIA OCENIANIA UCZNIÓW KLAS I – III Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO:

OCENA	WARUNKI UZYSKANIA OKREŚLONEJ OCENY
CELUJĄCA	<ul style="list-style-type: none">• Uczeń spełnia wszystkie wymagania programowe na ocenę bardzo dobrą• Aktywnie uczestniczy w życiu sportowym, bądź też w innych formach działalności związanych z kulturą fizyczną na terenie szkoły• Zajmuje punktowane miejsca w zawodach sportowych na terenie szkoły, gminy, powiatu itp.
BARDZO DOBRA	<ul style="list-style-type: none">• Uczeń całkowicie opanował materiał programowy• Jest bardzo sprawny fizycznie• Ćwiczenia wykonuje bardzo dobrze technicznie, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie, zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie• Posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu• Systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu• Jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego nie budzą najmniejszych zastrzeżeń

	<ul style="list-style-type: none">• Bierze aktywny udział w zajęciach SKS i zawodach sportowych, nie jest to jednak działalność systematyczna
--	---

DOBRA	<ul style="list-style-type: none">• Uczeń w zasadzie opanował materiał programowy• Jest sprawny motorycznie• Ćwiczenia wykonuje prawidłowo, lecz nie dość lekko i dokładnie oraz z małymi błędami technicznymi• Posiada wiadomości z zakresu kultury fizycznej i potrafi je wykorzystać w praktyce z pomocą nauczyciela• Nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnianiem, wykazuje stałe i dość dobre postępy w tym zakresie • Jego postawa społeczna i stosunek do kultury fizycznej nie budzą większych zastrzeżeń• Nie bierze udziału w zajęciach pozalekcyjnych
--------------	--

--	--

DOSTATECZNA

- Uczeń opanował materiał programowy na przeciętnym poziomie, ze znacznymi lukami
- Posiada przeciętną sprawność fizyczną
- Ćwiczenia wykonuje niepewnie i z większymi błędami technicznymi
- Posiadanych wiadomości z zakresu kultury fizycznej nie potrafi wykorzystać w praktyce
- Wykazuje małe postępy w usprawnianiu
- Przejawia pewne braki w zakresie wychowania społecznego, w postawie i stosunku do kultury fizycznej
- Nie bierze udziału w zajęciach pozalekcyjnych, wykazuje brak zainteresowania nimi

DOPUSZCZAJĄCA	<ul style="list-style-type: none">• Uczeń nie opanował materiału programowego w stopniu dostatecznym i ma duże luki w wiadomościach• Jest mało sprawny fizycznie• Ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi• Jego zasób wiadomości z zakresu kultury fizycznej jest bardzo mały, nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną, wykazuje brak nawyków higienicznych• Nie jest pilny i wykazuje bardzo małe postępy w usprawnianiu fizycznym• Na zajęciach wychowania fizycznego przejawia poważne braki w zakresie wychowania społecznego, ma niechętny stosunek do ćwiczeń• Unika zajęć pozalekcyjnych z kultury fizycznej
NIEDOSTATECZNA	<ul style="list-style-type: none">• Uczeń jest daleki od spełniania wymagań stawianych przez program• Ma bardzo niską sprawność motoryczną• Wykonuje jedynie najprostsze ćwiczenia i w dodatku z rażącymi błędami• Charakteryzuje się praktyczną niewiedzą z zakresu kultury fizycznej• Ma lekceważący stosunek do zajęć i nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu• Na zajęciach wychowania fizycznego wykazuje duże i rażące braki w zakresie wychowania społecznego, ma niechętny stosunek do przedmiotu• Odmawia udziału w zajęciach pozalekcyjnych w zakresie kultury fizycznej