

## Wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego na poszczególne oceny w kl VI- I półrocze

Tytuł działu	Ocena dopuszczająca	Ocena dostateczna	Ocena dobra	Ocena bardzo dobra	Ocena celująca
Postawy i kompetencje społeczne	<p>Spełnia co najmniej 1 kryterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-bardzo często jest nieprzygotowany do lekcji, zapomina stroju</li> <li>-często nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów</li> <li>- charakteryzuje się niskim poziomem kultury osobistej</li> <li>- bardzo często używa nieodpowiednich sformułowań w kontaktach z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły</li> <li>- nie współpracuje z nauczycielem wychowania fizycznego na rzecz kultury fizycznej w szkole</li> </ul>	<p>Spełnia co najmniej 2 kryteria:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- jest przygotowany do zajęć z wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy, ale często nie bierze udziału w lekcjach z różnych powodów,</li> <li>-charakteryzuje się przeciętnym poziomem kultury osobistej,</li> <li>-często używa nieodpowiednich sformułowań w kontaktach z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły</li> <li>-nie współpracuje z nauczycielem wychowania fizycznego rzecz kultury fizycznej w szkole</li> <li>-nie bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach sportowych,</li> <li>--nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym</li> </ul>	<p>Spełnia co najmniej 3 kryteria:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- jest przygotowany do zajęć z wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy, ale sporadycznie nie bierze udziału w lekcjach z różnych powodów,</li> <li>-charakteryzuje się właściwym poziomem kultury osobistej</li> <li>-nie zawsze używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły,</li> </ul>	<p>Spełnia co najmniej 4 kryteria:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-jest przygotowany do zajęć z wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy, ale sporadycznie nie bierze udziału w lekcjach z różnych powodów,</li> <li>-charakteryzuje się właściwym poziomem kultury osobistej,</li> <li>-używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły,</li> </ul>	<p>Spełnia co najmniej 5 kryteriów:- jest zawsze przygotowany do zajęć wychowania fizycznego m.in. posiada odpowiedni strój sportowy,- nie ćwiczy na lekcjach tylko z bardzo ważnych powodów zdrowotnych i rodzinnych lub osobistych,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-charakteryzuje się wysokim poziomem kultury osobistej,</li> <li>-używa właściwych sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły</li> <li>,-bardzo chętnie współpracuje z nauczycielem wychowania fizycznego rzecz kultury fizycznej w szkole</li> <li>-reprezentuje szkołę w zawodach sportowych na poziomie gminy</li> </ul>

	<p>-nie bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach sportowych, --nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym</p>		<p>-spordycznie współpracuje z nauczycielem wychowania fizycznego na rzecz propagowania kultury fizycznej w szkole, -bierze udział w klasowych i szkolnych zawodach sportowych --raczej nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym</p>	<p>-współpracuje z nauczycielem wychowania fizycznego na rzecz propagowania kultury fizycznej w szkole, -reprezentuje szkołę na zawodach na poziomie gminnym -niesystematycznie bierze udział w zajęciach sportowo-rekreacyjnych, -niekiedy podejmuje indywidualne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym</p>	<p>powiatu, rejonu , województwa lub zawodach ogólnopolskich, -uprawia dyscypliny lub konkurencje sportowe w innych klubach lub sekcjach sportowych,</p>
Systematyczny udział i aktywność w trakcie zajęć	<p>Spełnia co najmniej 1 kryterium: -w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy przez co najmniej 70-79% zajęć -w sposób nieudolny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji -nie pełni roli lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny</p>	<p>Spełnia co najmniej 2 kryteria: -w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 80-84% zajęć - w sposób dostateczny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji, -nie pełni funkcji lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny -nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych</p>	<p>Spełnia co najmniej 3 kryteria: - w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 85-89% zajęć - w sposób dobry wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji, - dobrze pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub</p>	<p>Spełnia co najmniej 4 kryteria: -w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 90-94% zajęć -w sposób bardzo dobry wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji, -bardzo dobrze pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub</p>	<p>Spełnia co najmniej 5 kryteriów: -w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 95-100% zajęć, -w sposób ponad bardzo dobry wykonuje wszystkie ćwiczenia w czasie lekcji, -wzorowo pełni funkcje lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny, -pokazuje, demonstruje większość umiejętności</p>

	<p>-nie potrafi pokazać i demonstrować umiejętności ruchowych</p> <p>-nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki lub ćwiczeń kształtujących poprawnie</p> <p>-nie potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć</p> <p>-umie z pomocą nauczyciela lub współwiczających przygotować miejsce ćwiczeń</p> <p>-bardzo często nie stosuje zasad bezpieczeństwa organizacji zajęć wychowania fizycznego, a zachowanie ucznia na lekcji może zagrażać życiu współwiczających</p>	<p>-nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki lub ćwiczeń kształtujących poprawnie</p> <p>-nie potrafi przygotować się samodzielnie pod względem psychomotorycznym do wybranego fragmentu zajęć</p> <p>-potrafi z pomocą nauczyciela lub współwiczających przygotować miejsce ćwiczeń</p> <p>-często nie stosuje zasad bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego</p> <p>-dba o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły, ale aktywność ta wymaga zawsze dodatkowej interwencji prowadzącego zajęcia</p>	<p>kapitana drużyny</p> <p>-nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych,</p> <p>- prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym</p> <p>- potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu lekcji, ale często to przygotowanie wymaga dodatkowych uwag i zaleceń nauczyciela,</p> <p>--umie z pomocą nauczyciela lub współwiczających przygotować miejsce ćwiczeń,</p> <p>-nie zawsze stosuje</p>	<p>kapitana drużyny, pokazuje i demonstrowa niektóre umiejętności ruchowe,</p> <p>-prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym</p> <p>-potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do fragmentu lekcji,</p> <p>-umie z pomocą nauczyciela lub współwiczających przygotować miejsce ćwiczeń,</p> <p>-stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego,</p> <p>-stara się dbać o stan techniczny urządzeń przyborów i</p>	<p>ruchowych,</p> <p>-prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące bardzo poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,</p> <p>-potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć,</p> <p>-umie samodzielnie przygotować miejsce ćwiczeń,</p> <p>-w sposób bezwzględny stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego,</p> <p>-poczuwa się do współodpowiedzialności za stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły,</p>
--	--	--	--	---	--

	- nie dba o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły.		zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego -dba o stan techniczny urządzeń przyborów i obiektów sportowych szkoły, ale aktywność ta wymaga dodatkowej interwencji prowadzącego zajęcia	obiektów sportowych	
Sprawność fizyczna i rozwój fizyczny	Spełnia co najmniej 1 kryterium: -zalicza tylko pojedyncze teksty i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania -nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych, zdrowotnych -nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych	Spełnia co najmniej 2 kryteria: - zalicza tylko niektóre testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania, - wykonuje określone próby sprawności fizycznej na ocenę dostateczną - nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych, w których nie uczestniczył z ważnych powodów -nie dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego, - nie oblicza wskaźnika BMI -nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych np. w ciągu	Spełnia co najmniej 3 kryteria: -zalicza większość testów i prób sprawnościowych ujętych w programie nauczania, -wykonuje określone próby sprawności fizycznej na ocenę dobrą --poprawia lub uzupełnia próby sprawnościowe, w których nie uczestniczył z ważnych powodów za wyraźną namową	Spełnia co najmniej 4 kryteria: -zalicza prawie wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania, -poprawia lub uzupełnia próby sprawnościowe, w których nie uczestniczył z ważnych powodów , -uzyskuje znaczny postęp w kolejnych próbach sprawnościowych	Spełnia co najmniej 5 kryteriów; -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 rodzinnych lub zdrowotnych -uzyskuje bardzo znaczny postęp w kolejnych próbach sprawnościowych np. w ciągu roku szkolnego,

	<p>próbach sprawnościowych</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-nie dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego</li> <li>-nie oblicza wskaźnika BMI</li> <li>-nigdy nie podejmuje indywidualnego programu treningowego w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej</li> <li>-nie potrafi dokonać pomiaru tętna przed i po wysiłku</li> </ul>	<p>roku szkolnego</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- nigdy nie podejmuje indywidualnego programu treningowego w celu poprawy wyniku uzyskanego w danej próbie sprawności fizycznej</li> <li>-nie potrafi dokonać pomiaru tętna przed i po wysiłku</li> </ul>	<p>nauczyciela,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-uzyskuje niewielki postęp w kolejnych próbach sprawnościowych np. w ciągu roku szkolnego</li> <li>- oblicza wskaźnik BMI,</li> <li>-raczej nie podejmuje indywidualnego programu treningowego w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej</li> <li>-dokonuje pomiaru tętna przed i po wysiłku</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego</li> <li>-oblicza wskaźnik BMI</li> <li>-czasami podejmuje indywidualny program treningowy w celu poprawy wyniku w danej próbie</li> <li>-dokonuje pomiaru tętna przed i po wysiłku</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego</li> <li>-oblicza wskaźnik BMI</li> <li>-podejmuje indywidualny program treningowy w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności</li> <li>-dokonuje pomiaru tętna przed i po wysiłku</li> </ul>
Aktywność fizyczna	<p>Spełnia co najmniej 1 kryterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z rażącymi błędami technicznymi lub taktycznymi: stanie na rękach przy drabinkach</li> <li>-wykonuje ćwiczenia prawie zawsze niezgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach</li> </ul>	<p>Spełnia co najmniej 2 kryteria:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z dużymi błędami technicznymi lub taktycznymi: stanie na rękach przy drabinkach</li> <li>-wykonuje ćwiczenia prawie zawsze niezgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach</li> </ul>	<p>Spełnia co najmniej 3 kryteria;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z niewielkimi błędami technicznymi i taktycznymi: stanie na rękach przy drabinkach</li> <li>-wykonuje ćwiczenia</li> </ul>	<p>Spełnia co najmniej 4 kryteria:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z niewielkimi błędami technicznymi lub taktycznymi: stanie na rękach przy drabinkach</li> <li>- ćwiczenia</li> </ul>	<p>Spełnia co najmniej 5 kryteriów:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych bez jakichkolwiek błędów technicznych lub taktycznych: stanie na rękach przy drabinkach</li> <li>-ćwiczenia wykonuje zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi</li> </ul>

	<p>zawsze niezgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,</p> <p>-potrafi wykonywać ćwiczenia o bardzo niskim stopniu trudności</p> <p>-wykonuje zadania ruchowe mało efektywnie i zawsze mało efektywnie np. prowadzenie piłki prostym podbiciem prawą lub lewą nogą, podania piłki oburącz sprzed klatki piersiowej, rzut na bramkę z biegu po podaniu, odbicia piłki sposobem dolnym w parach</p> <p>- nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowych w czasie gry właściwej lub szkolnej</p>	<p>indywidualnych lub zespołowych,</p> <p>-potrafi wykonywać ćwiczenia o niskim stopniu trudności</p> <p>- wykonuje zadania ruchowe mało efektywnie i prawie zawsze mało efektywnie, np. prowadzenie piłki prostym podbiciem prawą lub lewą nogą, podania piłki oburącz sprzed klatki piersiowej, rzut na bramkę z biegu po podaniu, odbicia piłki sposobem dolnym w parach</p> <p>- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyny szkolnej w zawodach</p>	<p>nie zawsze zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,</p> <p>-potrafi wykonywać ćwiczenia o przeciętnym stopniu trudności</p> <p>-wykonuje zadania ruchowe efektywnie , ale często mało efektywnie, np.. prowadzenie piłki prostym podbiciem prawą lub lewą nogą, podania piłki oburącz sprzed klatki piersiowej, rzut na bramkę z biegu po podaniu, odbicia piłki sposobem dolnym w parach</p> <p>-nie zawsze potrafi zastosować opanowane umiejętności ruchowe w czasie gry właściwej lub szkolnej,</p>	<p>wykonuje zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,</p> <p>-potrafi wykonywać ćwiczenia o dużym stopniu trudności,</p> <p>-wykonuje ćwiczenia efektywnie, ale zdarza się, że nie zawsze efektywnie, np. prowadzenie piłki prostym podbiciem prawą lub lewą nogą, podania piłki oburącz sprzed klatki piersiowej, rzut na bramkę z biegu po podaniu, odbicia piłki sposobem dolnym w parach</p> <p>-stosuje opanowane umiejętności ruchowe w czasie gry właściwej, w</p> <p>-stopień opanowania umiejętności ruchowych przez</p>	<p>w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,</p> <p>-wykonanie zadania ruchowego przez ucznia może być zawsze przykładem i wzorem do naśladowania dla innych ćwiczących,</p> <p>-potrafi wykonać ćwiczenie o znacznym stopniu trudności,</p> <p>-wykonuje zadania ruchowe nie tylko efektywnie, ale zawsze efektywnie np.: prowadzenie piłki prostym podbiciem prawą lub lewą nogą, podania piłki oburącz sprzed klatki piersiowej, rzut na bramkę z biegu po podaniu, odbicia piłki sposobem dolnym w parach</p> <p>-stosuje opanowane umiejętności w czasie zawodów i rozgrywek sportowych,</p> <p>-stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia w sposób</p>
--	---	--	--	--	---

	-stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli		- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyny szkolnej w zawodach	ucznia wpływa na wyniki drużyny szkolnej w zawodach	znaczący wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli,
Wiadomości	Spełnia co najmniej 1 kryterium: -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-mini piłki ręcznej, mini piłki nożnej, mini piłki siatkowej, koszykówki -posiada niewielką wiedzę nt. bieżących wydarzeń sportowych w środowisku lokalnym i kraju	Spełnia co najmniej 1 kryterium: -- 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-mini piłki ręcznej, mini piłki nożnej, mini piłki siatkowej, koszykówki -posiada dostateczną wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego - wykazuje się przeciętnym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w środowisku lokalnym i kraju -nie potrafi wymienić zasad i metod hartowania organizmu	Spełnia co najmniej 1 kryterium: - zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę dobrą - stosuje prawie wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego- mini piłki ręcznej, mini piłki nożnej, mini piłki siatkowej, koszykówki -posiada dobrą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego,	Spełnia co najmniej 2 kryteria: -zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę bardzo dobrą lub dobrą, - stosuje prawie wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego- mini piłki ręcznej, mini piłki nożnej, mini piłki siatkowej, koszykówki - wykazuje się dużym zakresem wiedzy nt. bieżących	Spełnia co najmniej 3 kryteria -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- mini piłki ręcznej, mini piłki nożnej, mini piłki siatkowej, koszykówki  -posiada rozległą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego, - wykazuje się dużym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za

	-nie potrafi wymienić zasad i metod hartowania organizmu		-wykazuje się dobrym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą -zna zasady i metody hartowania organizmu	wydarzeń sportowych w kraju i za granicą -zna zasady i metody hartowania organizmu	granicą -zna zasady i metody hartowania organizmu
--	--	--	--	---	--

### Wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego na poszczególne oceny w kl VI- II półrocze

Tytuł działu	Ocena dopuszczająca	Ocena dostateczna	Ocena dobra	Ocena bardzo dobra	Ocena celująca
Postawy i kompetencje społeczne	Spełnia co najmniej 1 kryterium: -bardzo często jest nieprzygotowany do lekcji, zapomina stroju -często nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów -charakteryzuje się niskim poziomem kultury osobistej -bardzo często używa nieodpowiednich sformułowań w kontaktach z	Spełnia co najmniej 2 kryteria: - jest przygotowany do zajęć z wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy, ale często nie bierze udziału w lekcjach z różnych powodów, -charakteryzuje się przeciętnym poziomem kultury osobistej, -często używa nieodpowiednich sformułowań w kontaktach z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły -nie współpracuje z nauczycielem wychowania	Spełnia co najmniej 3 kryteria: - jest przygotowany do zajęć z wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy, ale sporadycznie nie bierze udziału w lekcjach z różnych powodów, -charakteryzuje się właściwym poziomem kultury	Spełnia co najmniej 4 kryteria: -jest przygotowany do zajęć z wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy, ale sporadycznie nie bierze udziału w lekcjach z różnych powodów, -charakteryzuje się właściwym poziomem kultury	Spełnia co najmniej 5 kryteriów:- jest zawsze przygotowany do zajęć wychowania fizycznego m.in. posiada odpowiedni strój sportowy,- nie ćwiczy na lekcjach tylko z bardzo ważnych powodów zdrowotnych i rodzinnych lub osobistych, -charakteryzuje się wysokim poziomem kultury osobistej, -używa właściwych sformułowań w kontaktach interpersonalnych



	<p>rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły</p> <p>- nie współpracuje z nauczycielem wychowania fizycznego na rzecz kultury fizycznej w szkole</p> <p>-nie bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach sportowych,</p> <p>--nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym</p>	<p>fizycznego rzecz kultury fizycznej w szkole</p> <p>-nie bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach sportowych,</p> <p>--nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym</p>	<p>osobistej</p> <p>-nie zawsze używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły,</p> <p>-sporadycznie współpracuje z nauczycielem wychowania fizycznego na rzecz propagowania kultury fizycznej w szkole,</p> <p>-bierze udział w klasowych i szkolnych zawodach sportowych</p> <p>--raczej nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym</p>	<p>osobistej,</p> <p>-używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły,</p> <p>-współpracuje z nauczycielem wychowania fizycznego na rzecz propagowania kultury fizycznej w szkole,</p> <p>-reprezentuje szkołę na zawodach na poziomie gminnym</p> <p>-niesystematycznie bierze udział w zajęciach sportowo-rekreacyjnych,</p> <p>-niekiedy podejmuje indywidualne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym</p>	<p>z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły</p> <p>,-bardzo chętnie współpracuje z nauczycielem wychowania fizycznego rzecz kultury fizycznej w szkole</p> <p>-reprezentuje szkołę w zawodach sportowych na poziomie gminy powiatu, rejonu , województwa lub zawodach ogólnopolskich,</p> <p>-uprawia dyscypliny lub konkurencje sportowe w innych klubach lub sekcjach sportowych,</p>
Systematyczny	Spełnia co najmniej 1	Spełnia co najmniej 2 kryteria:	Spełnia co najmniej	Spełnia co najmniej	Spełnia co najmniej 5

<p>udział i aktywność w trakcie zajęć</p>	<p>kryterium:          -w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy przez co najmniej 70-79% zajęć          -w sposób nieudolny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji          -nie pełni roli lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny          -nie potrafi pokazać i demonstrować umiejętności ruchowych          -nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki lub ćwiczeń kształtujących poprawnie          -nie potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć          -umie z pomocą nauczyciela lub współwiczających</p>	<p>-w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 80-84% zajęć          - w sposób dostateczny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,          -nie pełni funkcji lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny          -nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych          -nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki lub ćwiczeń kształtujących poprawnie          -nie potrafi przygotować się samodzielnie pod względem psychomotorycznym do wybranego fragmentu zajęć          -potrafi z pomocą nauczyciela lub współwiczających 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 prowadzącego zajęcia</p>	<p>3 kryteria:          - w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 85-89% zajęć          - w sposób dobry wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,          - dobrze pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny          -nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych,          - prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym          - potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego</p>	<p>4 kryteria:          -w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 90-94% zajęć          -w sposób bardzo dobry wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,          -bardzo dobrze pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny, pokazuje i demonstrowa niektóre umiejętności ruchowe,          -prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym          -potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do fragmentu lekcji,          -umie za pomocą</p>	<p>kryteriów:          -w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 95-100% zajęć,          -w sposób ponad bardzo dobry wykonuje wszystkie ćwiczenia w czasie lekcji,          -wzorowo pełni funkcje lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,          -pokazuje, 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</p>
---	---	---	--	--	--

	<p>przygotować miejsce ćwiczeń</p> <p>-bardzo często nie stosuje zasad bezpieczeństwa organizacji zajęć wychowania fizycznego, a zachowanie ucznia na lekcji może zagrażać życiu współwiczających</p> <p>- nie dba o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły.</p>		<p>fragmentu lekcji, ale często to przygotowanie wymaga dodatkowych uwag i zaleceń nauczyciela,</p> <p>--umie za pomocą nauczyciele lub współwiczających przygotować miejsce ćwiczeń,</p> <p>-nie zawsze stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego</p> <p>-dba o stan techniczny urządzeń przyborów i obiektów sportowych szkoły, ale aktywność ta wymaga dodatkowej interwencji prowadzącego zajęcia</p>	<p>nauczyciele lub współwiczających przygotować miejsce ćwiczeń,</p> <p>-stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego,</p> <p>-stara się dbać o stan techniczny urządzeń przyborów i obiektów sportowych</p>	<p>współodpowiedzialności za stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły,</p>
<p>Sprawność fizyczna i rozwój fizyczny</p>	<p>Spełnia co najmniej 1 kryterium:</p> <p>-zalicza tylko pojedyncze teksty i próby sprawnościowe ujęte w programie</p>	<p>Spełnia co najmniej 2 kryteria:</p> <p>- zalicza tylko niektóre testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania,</p> <p>- wykonuje określone próby sprawności fizycznej na ocenę</p>	<p>Spełnia co najmniej 3 kryteria:</p> <p>-zalicza większość testów i prób sprawnościowych ujętych w programie</p>	<p>Spełnia co najmniej 4 kryteria:</p> <p>-zalicza prawie wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte</p>	<p>Spełnia co najmniej 5 kryteriów;</p> <p>-zalicza wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania,</p>

	<p>nauczania</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych, zdrowotnych</li> <li>-nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych</li> <li>-nie dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego</li> <li>-nie oblicza wskaźnika BMI</li> <li>-nigdy nie podejmuje indywidualnego programu treningowego w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej</li> </ul>	<p>dostateczną</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych, w których nie uczestniczył z ważnych powodów</li> <li>-nie dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego,</li> <li>- nie oblicza wskaźnika BMI</li> <li>-nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych np. w ciągu roku szkolnego</li> <li>- nigdy nie podejmuje indywidualnego programu treningowego w celu poprawy wyniku uzyskanego w danej próbie sprawności fizycznej</li> </ul>	<p>nauczania,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-wykonuje określone próby sprawności fizycznej na ocenę dobrą</li> <li>--poprawia lub uzupełnia próby sprawnościowe, w których nie uczestniczył z ważnych powodów za wyraźną namową nauczyciela,</li> <li>-uzyskuje niewielki postęp w kolejnych próbach sprawnościowych np. w ciągu roku szkolnego</li> <li>- oblicza wskaźnik BMI,</li> <li>-raczej nie podejmuje indywidualnego programu treningowego w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej</li> </ul>	<p>w programie nauczania,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-poprawia lub uzupełnia próby sprawnościowe, w których nie uczestniczył z ważnych powodów ,</li> <li>-uzyskuje znaczny postęp w kolejnych próbach sprawnościowych</li> <li>-dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego</li> <li>-oblicza wskaźnik BMI</li> <li>-czasami podejmuje indywidualny program treningowy w celu poprawy wyniku w danej próbie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-samodzielnie zabiega o poprawę lub uzupełnienie próby sprawnościowej, w której nie uczestniczył z ważnych powodów rodzinnych lub zdrowotnych</li> <li>-uzyskuje bardzo znaczny postęp w kolejnych próbach sprawnościowych np. w ciągu roku szkolnego,</li> <li>-dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego</li> <li>-oblicza wskaźnik BMI</li> <li>-podejmuje indywidualny program treningowy w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności</li> </ul>
Aktywność fizyczna	<p>Spełnia co najmniej 1 kryterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-zalicza wszystkie</li> </ul>	<p>Spełnia co najmniej 2 kryteria:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności</li> </ul>	<p>Spełnia co najmniej 3 kryteria;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- zalicza wszystkie</li> </ul>	<p>Spełnia co najmniej 4 kryteria:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-zalicza wszystkie</li> </ul>	<p>Spełnia co najmniej 5 kryteriów:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-zalicza wszystkie</li> </ul>

	<p>sprawdziany umiejętności ruchowych z rażącymi błędami technicznymi lub taktycznymi:  przewrót w przód z marszu do przysiadu podpartego  -wykonuje ćwiczenia 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. uderzenie piłki prostym podbiciem na bramkę, rzut do kosza z dwutaktu, podanie półgórne jednorącz w biegu, zagrywka sposobem</p>	<p>ruchowych z dużymi błędami technicznymi lub taktycznymi:  : przewrót w przód z marszu do przysiadu podpartego  -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 prawie zawsze mało efektywnie:  uderzenie piłki prostym podbiciem na bramkę, rzut do kosza z dwutaktu, podanie półgórne jednorącz w biegu, zagrywka sposobem dolnym z 4-5 m od siatki  - stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyny szkolnej w zawodach</p>	<p>sprawdziany umiejętności ruchowe z niewielkimi błędami technicznymi i taktycznymi: :  przewrót w przód z marszu do przysiadu podpartego  -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 efektywnie , ale często mało efektywnie :  uderzenie piłki prostym podbiciem na bramkę, rzut do kosza z dwutaktu, podanie półgórne jednorącz w biegu, zagrywka sposobem</p>	<p>sprawdziany umiejętności ruchowych z niewielkimi błędami technicznymi lub taktycznymi: :  przewrót w przód z marszu do przysiadu podpartego  - ćwiczenia wykonuje zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,  -potrafi wykonywać ćwiczenia o dużym stopniu trudności,  -wykonuje ćwiczenia efektywnie, ale zdarza się, że nie zawsze efektywnie, np. uderzenie piłki prostym podbiciem na bramkę, rzut do kosza z dwutaktu, podanie półgórne jednorącz w biegu, zagrywka sposobem dolnym z 4-5 m od</p>	<p>sprawdziany umiejętności ruchowych bez jakichkolwiek błędów technicznych lub taktycznych; :  przewrót w przód z marszu do przysiadu podpartego  -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 efektywnie, ale zawsze efektywnie np. uderzenie piłki prostym podbiciem na bramkę, rzut do kosza z dwutaktu, podanie półgórne jednorącz w biegu, zagrywka sposobem</p>
--	---	---	--	--	---

	<p>dolnym z 4-5 m od siatki</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowych w czasie gry właściwej lub szkolnej</li> <li>-stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli</li> </ul>		<p>dolnym z 4- 5 m od siatki</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-nie zawsze potrafi zastosować opanowane umiejętności ruchowe w czasie gry właściwej lub szkolnej,</li> <li>- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyny szkolnej w zawodach</li> </ul>	<p>siatki</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-stosuje opanowane umiejętności ruchowe w czasie gry właściwej, w</li> <li>-stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia wpływa na wyniki drużyny szkolnej w zawodach</li> </ul>	<p>dolnym z 4- 5 m od siatki</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-stosuje opanowane umiejętności w czasie zawodów i rozgrywek sportowych,</li> <li>-stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia w sposób znaczący wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli,</li> </ul>
Wiadomości	<p>Spełnia co najmniej 1 kryterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę dopuszczającą</li> <li>-stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego- mini piłki</li> </ul>	<p>Spełnia co najmniej 1 kryterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-- zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę dostateczną</li> <li>- stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego- mini piłki ręcznej, mini piłki nożnej, mini piłki siatkowej, koszykówki</li> <li>-posiada dostateczną wiedzę na</li> </ul>	<p>Spełnia co najmniej 1 kryterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę dobrą</li> <li>-- stosuje prawie wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania</li> </ul>	<p>Spełnia co najmniej 2 kryteria:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę bardzo dobrą lub dobrą,</li> <li>- stosuje prawie wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania</li> </ul>	<p>Spełnia co najmniej 3 kryteria</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę bardzo dobrą lub celującą</li> <li>-stosuje wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego— mini piłki ręcznej, mini piłki nożnej, mini piłki siatkowej, koszykówki</li> </ul>

	<p>ręcznej, mini piłki nożnej, mini piłki siatkowej, koszykówki</p> <p>-posiada niewielką wiedzę nt. bieżących wydarzeń sportowych w środowisku lokalnym i kraju</p> <p>--nie potrafi wymienić przyczyn otyłości</p>	<p>temat rozwoju fizycznego i motorycznego</p> <p>- wykazuje się przeciętnym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w środowisku lokalnym i kraju</p> <p>-nie potrafi wymienić przyczyn otyłości</p>	<p>fizycznego-mini piłki ręcznej, mini piłki nożnej, mini piłki siatkowej, koszykówki</p> <p>-posiada dobrą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego,</p> <p>-wykazuje się dobrym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą.</p> <p>-zna przyczyny otyłości</p>	<p>fizycznego-mini piłki ręcznej, mini piłki nożnej, mini piłki siatkowej, koszykówki</p> <p>- wykazuje się dużym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą</p> <p>-zna przyczyny otyłości</p>	<p>-posiada rozległą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego,</p> <p>- wykazuje się dużym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą</p> <p>-zna przyczyny otyłości</p>
--	--	---	---	---	---