



**PRZEDMIOTOWE ZASADY OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO
DLA KLAS IV - VI
W SZKOLE PODSTAWOWEJ NR 2 Z ODDZIAŁAMI DWUJĘZYCZNYMI
W SZCZECINIE**

I. Kryteria kontroli i oceny ucznia

1. Obszary podstawowe:

Postawa ucznia, zaangażowanie

- aktywność i zaangażowanie (wkładany wysiłek),
- przygotowanie do zajęć (odpowiedni strój),
- systematyczny udział w zajęciach,
- postawa wobec przedmiotu,
- wywiązywanie się z postawionych zadań,
- udział w zajęciach pozalekcyjnych, pozaszkolnych i zawodach sportowych,
- praca na rzecz szkolnego wychowania fizycznego

Umiejętności ruchowe

- postęp w opanowywaniu umiejętności: utylitarnych, rekreacyjnych i sportowych, wymienionych w podstawie programowej

Wiadomości z edukacji zdrowotnej i fizycznej

- znajomość zasad zdrowego stylu życia,
- podstawowe przepisy gier rekreacyjnych i zespołowych,
- podstawowe przepisy drogowe,
- wiadomości odnoszące się do zdrowia, rozwoju fizycznego, psychicznego, społecznego i sprawności,
- podstawowe wiadomości z olimpizmu,
- znajomość nazwisk zasłużonych polskich sportowców,
- choroby cywilizacyjne

Zachowanie, kompetencje społeczne

- przestrzeganie zasad bezpieczeństwa, zasad „czystej gry”,
- przestrzeganie ustalonych reguł i przepisów, właściwe kibicowanie,
- szacunek do przeciwnika,
- właściwe zachowanie w sytuacji zwycięstwa i porażki,
- kultura słowa,
- właściwe relacje z innymi,
- znajomość mocnych i słabych stron,
- współpraca w grupie,
- troska o innych, szczególnie o specjalnych potrzebach edukacyjnych

Sprawność fizyczna, wydolność organizmu, rozwój fizyczny

- wysokość i ciężar ciała,
- postawa ciała,
- marszowo-biegowy test Coopera,
- sprawność fizyczna mierzona prostym testem, np. Indeks Zuchory, Eurofit, MTSF,
- wydolność organizmu mierzona prostym testem, np. próbą harwardzką lub próbą Ruffiera.



2. Zasady oceniania:

- 1) przy ocenianiu ucznia z wychowania fizycznego na pierwszym miejscu brany jest pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w zajęcia;
- 2) bardzo ważnym kryterium oceny jest systematyczny udział ucznia na zajęciach;
- 3) ocenę semestralną i roczną z wychowania fizycznego wystawia nauczyciel prowadzący zajęcia lekcyjne;
- 4) na początku każdego roku szkolnego przedstawiane są uczniom szczegółowe kryteria będące podstawą ocen;
- 5) oceny uwzględniają wysiłek ucznia oraz zdefiniowane w podstawie programowej umiejętności i wiadomości;
- 6) bardzo ważnym elementem przy wystawianiu uczniowi oceny z wychowania fizycznego jest regularne przynoszenie przez niego stroju sportowego;
- 7) ocena z wychowania fizycznego może być podniesiona stopień wyżej za znaczne osiągnięcia sportowe lub inne szczególne działania i zasługi;
- 8) uczeń ma prawo do poprawy oceny częściowej;
- 9) uczeń jest na bieżąco informowany o uzyskaniu danej oceny;
- 10) rodzice otrzymują informację o ocenach na bieżąco i na zebraniach rodzicielskich.

II. Szczegółowe kryteria oceniania

1. Systematyczność udziału i przygotowania do zajęć oceniana w pierwszym i w drugim semestrze -ocena wagi 3.

- 1) W przypadku choroby lub kontuzji wymagane jest zwolnienie pisemne z ćwiczeń wystawione przez lekarza. Uczeń ma obowiązek posiadania zmiennego obuwia sportowego. Uczeń i rodzice zobowiązani są do zgłaszania nauczycielowi wszelkich przeciwwskazań do wykonywania ćwiczeń (przebyte choroby, urazy), ze szczególnym uwzględnieniem chorób przewlekłych.
- 2) Uczeń czterokrotnie w roku może zgłosić nieprzygotowanie do zajęć.
- 3) Każde następne nieprzygotowanie równoznaczne jest z utratą 10 % oceny za systematyczność wagi 3
- 4) Niećwiczenie spowodowane niezastosowaniem się do Regulaminu ZSO nr 4 (II pkt 1.19.4; na zajęciach WF obowiązuje całkowity zakaz ćwiczenia w biżuterii, paznokcie lub tipsy muszą być przycięte maksymalnie do 3 mm, włosy spięte) skutkuje spadkiem oceny za systematyczność przygotowania do zajęć o 10% wagi 3.

2. Obniżenie wymagań edukacyjnych

- 1) Na podstawie zaświadczenia lekarskiego wystawionego przez lekarza nauczyciel jest zobowiązany do obniżenia wymagań edukacyjnych bądź zwolnienia ucznia z wykonywania określonych ćwiczeń na lekcji wychowania fizycznego.
- 2) Istnieje możliwość modyfikacji sprawdzianu, jeśli uczeń przedstawi zalecenie lekarskie ograniczające możliwości ucznia.

3. Zwolnienie lekarskie

- 1) W celu uzyskania długookresowego lub częściowego zwolnienia z zajęć wychowania fizycznego uczeń jest zobowiązany dostarczyć opinię od lekarza specjalisty w ciągu 30 dni od momentu zaistnienia przeciwwskazań do ćwiczeń i przedłożyć je nauczycielowi wychowania fizycznego wraz z podaniem (druk do pobrania u nauczyciela WF lub na stronie internetowej szkoły).
- 2) Nauczyciel sprawdza poprawność wypełnienia dokumentów i potwierdza swoim podpisem. Następnie kompletną dokumentację rejestruje u pielęgniarki szkolnej i przekazuje do

sekretariatu uczniowskiego w celu wydania decyzji o zwolnieniu z zajęć przez dyrektora ZSO nr 4 w Szczecinie.

- 3) Z obecności na lekcji wychowania fizycznego nauczyciel zwalnia na podstawie dostarczonej pisemnej prośby rodziców na czas określony w opinii lekarza). Dotyczy to tylko pierwszych i ostatnich godzin lekcyjnych
- 4) W przypadku niedyspozycji spowodowanej menstruacją u dziewcząt, ewentualnego złego samopoczucia z tym związanego - uczennica zgłasza dany fakt nauczycielowi, który bierze pod uwagę samopoczucie uczennicy przy wykonywaniu ćwiczeń. Uczennica bierze udział w zajęciach.

4. Strój gimnastyczny wymagany na zajęciach wychowania fizycznego:

- 1) Na zajęciach wychowania fizycznego obowiązują:
 - a) koszulka sportowa w kolorze białym lub w wybranym przez klasę, której długość sięga co najmniej do linii bioder (tak by można było ją włożyć w spodenki);
 - b) spodnie sportowe długie lub krótkie;
 - c) zmienne obuwie sportowe, niepozostawiające śladów na podłożu (jego brak jest jednoznaczny z niećwiczeniem na lekcji i utratą 10% za systematyczność);
- 2) Brak kompletnego stroju jest równoważny z utratą 5% wagi 3 za systematyczność przygotowania do zajęć.
- 3) Przed zajęciami wychowania fizycznego uczeń ma obowiązek zdjąć biżuterię i zegarek.
- 4) Uczeń, który zawsze w semestrze był przygotowany do zajęć i brał aktywny udział we wszystkich zajęciach otrzymuje na koniec semestru bądź roku szkolnego ocenę 100% wagi 3 za systematyczność.
- 5) W przypadku wykorzystania więcej niż dozwolona ilość nieprzygotowań ocena za systematyczność spada o 10% za każde kolejne niećwiczenie.

2. Aktywność, zaangażowanie, postawa społeczna, wiadomości -wystawiana dwa razy w roku - ocena wagi 3.

Klasa IV

≥ 95 - 100 % otrzymuje uczeń, który:	Aktywność, zaangażowanie - Wykazuje bardzo dużą aktywność i zaangażowanie na lekcjach. - Jest zawsze przygotowany do zajęć (posiada zawsze strój sportowy). - Wkłada bardzo dużo wysiłku w wykonywane zadania. - Powierzone zadania wykonuje sumiennie i starannie. - Systematycznie uczęszcza na zajęcia. - Przestrzega zasady fair play na boisku i w życiu. - Chętnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych. - Jest zaangażowany w działalność sportową szkoły. - Chętnie reprezentuje szkołę w rozgrywkach sportowych. Wiadomości - Potrafi dokładnie opisać, jakie znaczenie ma aktywność fizyczna dla zdrowia. - Potrafi dokładnie opisać piramidę żywienia i aktywności fizycznej. - Dokładnie opisuje zasady zdrowego odżywiania. - Zna zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych oraz zasady bezpiecznego przebywania nad wodą i w górach. - Wymienia zasady „czystej gry” w sporcie. - Wymienia cechy prawidłowej postawy ciała. - Zna regulamin sali gimnastycznej i boiska sportowego.
---	---

	8. Opisuje zasady bezpiecznego poruszania się po boisku. 9. Wymienia osoby, do których należy zwrócić się o pomoc w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia. 10. Rozpoznaje wybrane zdolności motoryczne człowieka. 11. Rozróżnia pojęcia tętna spoczynkowego i powysiłkowego. 12. Wymienia miejsca, obiekty i urządzenia w najbliższej okolicy, które można wykorzystać do aktywności fizycznej. 13. Wyjaśnia, co symbolizuje flaga i znicz olimpijski. 14. Rozróżnia pojęcia „olimpiada” i „igrzyska olimpijskie”. Postawa społeczna 1. Prezentuje postawę godną do naśladowania: jest koleżeński, życzliwy, odznacza się wysoką kulturą osobistą. 2. Nie stosuje przemocy i nie używa wulgaryzmów. 3. Zawsze przestrzega ustalonych zasad i regulaminów. 4. Troszczy się o bezpieczeństwo swoje i innych. 5. Stosuje zasady „czystej gry”: szanuje rywala, respektuje przepisy gry, podporządkowuje się decyzjom sędziego, właściwie zachowuje się w sytuacji zwycięstwa i porażki, dziękuje za wspólną grę. 6. Jest kulturalnym kibicem, zawodnikiem i sędzią. 7. Właściwie zachowuje się w relacjach z innymi ludźmi, w tym z rodzicami oraz rówieśnikami tej samej i odmiennej płci. 8. Doskonale współpracuje w grupie, szanując poglądy i wysiłki innych, wykazując asertywność i empatię. 9. Szanuje własne zdrowie: nie pali papierosów, nie pije alkoholu, nie używa dopalaczy, narkotyków i innych środków psychoaktywnych. 10. Identyfikuje swoje mocne strony, budując poczucie własnej wartości, planuje sposoby rozwoju oraz ma świadomość słabych stron, nad którymi należy pracować. 11. Dokonuje samooceny możliwości psychoruchowych. 12. Potrafi kreatywnie rozwiązywać problemy. 13. Motywuje innych do aktywności fizycznej, ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i osób o specjalnych potrzebach edukacyjnych.
≥ 85 >95% otrzymuje uczeń, który:	Aktywność, zaangażowanie 1. Na zajęciach jest aktywny i zaangażowany. 2. Jest przygotowany do zajęć. 3. Starannie i sumiennie wykonuje powierzone zadania. 4. Systematycznie uczęszcza na zajęcia. 5. Przestrzega zasady fair play na boisku. 6. Regularnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych. Wiadomości 1. Potrafi opisać, jakie znaczenie ma aktywność fizyczna dla zdrowia. 2. Potrafi opisać piramidę żywienia i aktywności fizycznej. 3. Opisuje zasady zdrowego odżywiania. 4. Zna zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych oraz zasady bezpiecznego przebywania nad wodą i w górach. 5. Wymienia zasady „czystej gry” w sporcie. 6. Wymienia podstawowe cechy prawidłowej postawy ciała. 7. Zna regulamin sali gimnastycznej i boiska sportowego. 8. Opisuje zasady bezpiecznego poruszania się po boisku.

	9. Wymienia osoby, do których należy zwrócić się o pomoc w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia. 10. Rozpoznaje wybrane zdolności motoryczne człowieka. 11. Rozróżnia pojęcie tętna spoczynkowego i powysiłkowego. 12. Wymienia poszczególne miejsca, obiekty i urządzenia w najbliższej okolicy, które można wykorzystać do aktywności fizycznej. 13. Wyjaśnia ogólnie, co symbolizuje flaga i znicz olimpijski. 14. Rozróżnia pojęcia „olimpiada” i „igrzyska olimpijskie” Postawa społeczna 1. Jest koleżeński i kulturalny wobec innych. 2. Zdarzają mu się pojedyncze przypadki użycia wulgaryzmów oraz użycia siły wobec innych. 3. Stara się przestrzegać ustalonych zasad i regulaminów. 4. Troszczy się o bezpieczeństwo swoje i innych. 5. Stara się stosować zasady „czystej gry”: szacunek do rywala, respektuje przepisy gry, podporządkowuje się decyzjom sędziego, właściwie zachowuje się w sytuacji zwycięstwa i porażki, dziękuje za wspólną grę. 6. Stara się być dobrym kibicem, zawodnikiem i sędzią. 7. Raczej właściwie zachowuje się w relacjach z innymi ludźmi, w tym z rodzicami oraz rówieśnikami tej samej i odmiennej płci. 8. Współpracuje w grupie, szanując poglądy i wysiłki innych, wykazując asertywność i empatię. 9. Szanuje własne zdrowie: nie pali papierosów, nie pije alkoholu, nie używa dopalaczy, narkotyków i innych środków psychoaktywnych. 10. Identyfikuje swoje mocne strony, budując poczucie własnej wartości, planuje sposoby rozwoju oraz ma świadomość słabych stron, nad którymi należy pracować. 11. Dokonuje ogólnej samooceny możliwości psychoruchowych. 12. Potrafi w sposób kreatywny rozwiązywać problemy. 13. Stara się motywować innych do aktywności fizycznej, ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i osób o specjalnych potrzebach edukacyjnych.
≥ 70 > 85 % otrzymuje uczeń, który:	Aktywność, zaangażowanie 1. Nie zawsze jest aktywny i zaangażowany na zajęciach. 2. Z reguły jest przygotowany do zajęć. Dość często jest nieobecny na zajęciach. 3. Potrzebuje motywacji podczas wykonywania zadań ruchowych. 4. W zajęciach pozalekcyjnych uczestniczy nieregularnie. Wiadomości 1. Potrafi krótko opisać, jakie znaczenie ma aktywność fizyczna dla zdrowia. 2. Potrafi krótko opisać piramidę żywienia i aktywności fizycznej. 3. Opisuje pobieżnie zasady zdrowego odżywiania. 4. Zna podstawowe zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych oraz zasady bezpiecznego przebywania nad wodą i w górach. 5. Wymienia podstawowe zasady „czystej gry” w sporcie. 6. Wymienia podstawowe cechy prawidłowej postawy ciała. 7. Zna pobieżnie regulamin sali gimnastycznej i boiska sportowego. 8. Opisuje ogólnie zasady bezpiecznego poruszania się po boisku. 9. Wymienia osoby, do których należy zwrócić się o pomoc w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia. 10. Rozpoznaje niektóre zdolności motoryczne człowieka.

	11. Rozróżnia pojęcie tętna spoczynkowego i powysiłkowego. 12. Wymienia pojedyncze miejsca, obiekty i urządzenia w najbliższej okolicy, które można wykorzystać do aktywności fizycznej. 13. Nie potrafi do końca wyjaśnić, co symbolizuje flaga i znicz olimpijski. 14. Myli pojęcia „olimpiada” i „igrzyska olimpijskie”. Postawa społeczna 1. Swoim zachowaniem nie budzi większych zastrzeżeń. 2. Zdarzają mu się pojedyncze przypadki użycia wulgaryzmów oraz użycia siły wobec innych. 3. Czasami nie przestrzega ustalonych zasad i regulaminów. 4. Nie zawsze troszczy się o bezpieczeństwo swoje i innych. 5. Zdarzają mu się przypadki niestosowania zasad „czystej gry”: szacunku do rywala, respektowania przepisów gry, podporządkowania się decyzjom sędziego, właściwego zachowania się w sytuacji zwycięstwa i porażki, dziękowania za wspólną grę. 6. Stara się być dobrym kibicem, zawodnikiem i sędzią. 7. Stara się właściwie zachowywać w relacjach z innymi ludźmi, w tym z rodzicami oraz rówieśnikami tej samej i odmiennej płci. 8. Stara się współpracować w grupie, szanować poglądy i wysiłki innych, wykazywać asertywność i empatię. 9. Stara się szanować własne zdrowie: nie palić papierosów, nie pić alkoholu. 10. Nie używa dopalaczy, narkotyków i innych środków psychoaktywnych. 11. Stara się identyfikować swoje mocne strony, budując poczucie własnej wartości, planując sposoby rozwoju oraz ma świadomość słabych stron, nad którymi należy pracować. 11. Dokonuje ogólnej samooceny możliwości psychoruchowych. 12. Stara się kreatywnie rozwiązywać problemy. 13. Stara się motywować innych do aktywności fizycznej, ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i osób o specjalnych potrzebach edukacyjnych.
≥ 50 >70 % otrzymuje uczeń, który:	Aktywność, zaangażowanie 1. Nie wykazuje szczególnej aktywności na zajęciach. 2. Bywa bardzo często nieprzygotowany do zajęć. 3. Często jest nieobecny na zajęciach. 4. Powierzone zadania wykonuje niestarannie i niedbale. 5. Nie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych. 6. Nie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego i nie szanuje sprzętu sportowego. Wiadomości 1. Nie potrafi opisać, jakie znaczenie ma aktywność fizyczna dla zdrowia. 2. Popelnia błędy przy opisywaniu piramidy żywienia i aktywności fizycznej. 2. Myli zasady zdrowego odżywiania. 3. Nie zna podstawowych zasad bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych oraz zasad bezpiecznego przebywania nad wodą i w górach. 4. Nie potrafi wymienić podstawowych zasad „czystej gry” w sporcie. 5. Nie potrafi wymienić podstawowych cech prawidłowej postawy ciała. 7. Słabo zna regulamin sali gimnastycznej i boiska sportowego. 6. Opisuje ogólnie zasady bezpiecznego poruszania się po boisku. 7. Wymienia osoby, do których należy zwrócić się o pomoc w sytuacji zagrożenia

	zdrowia lub życia. 8. Nie rozpoznaje zdolności motorycznych człowieka. 9. Nie rozróżnia pojęcie tętna spoczynkowego i powysiłkowego. 10. Nie wymienia miejsc, obiektów i urządzeń w najbliższej okolicy, które można wykorzystać do aktywności fizycznej. 11. Nie potrafi wyjaśnić, co symbolizuje flaga i znicz olimpijski. 12. Nie rozróżnia pojęć „olimpiada” i „igrzyska olimpijskie” Postawa społeczna 1. Wykazuje braki w zakresie wychowania społecznego: często bywa nieżyczliwy i niekoleżeński. 2. Często używa wulgaryzmów i brzydkich wyrażen. 3. Często stosuje przemoc wobec innych. 4. Zdarzają mu się częste przypadki niestosowania zasad „czystej gry”: szacunku do rywala, respektowania przepisów gry, podporządkowania się decyzjom sędziego, właściwego zachowania się w sytuacji zwycięstwa i porażki, dziękowania za wspólną grę. 5. Nie stara się być dobrym kibicem, zawodnikiem i sędzią. 6. Nie zależy mu na właściwej współpracy w grupie, nie szanuje poglądów i wysiłków innych, nie wykazuje asertywności i empatii. 7. Nie identyfikuje swoich mocnych stron, nie buduje poczucia własnej wartości, nie planuje sposobów rozwoju oraz nie ma świadomości słabych stron. 8. Nie dokonuje ogólnej samooceny możliwości psychoruchowych. 9. Nie potrafi w sposób kreatywny rozwiązywać problemów. 10. Nie motywuje innych do aktywności fizycznej, ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i osób o specjalnych potrzebach edukacyjnych.
≥35 > 50 % otrzymuje uczeń, który:	Aktywność, zaangażowanie 1. Na zajęciach nie wykazuje żadnej aktywności. 2. Regularnie jest nieprzygotowany do zajęć. 3. Bardzo często opuszcza zajęcia. 4. Powierzone zadania wykonuje bardzo niestarannie, okazując lekceważący stosunek do tego, co robi. Wiadomości 1. Nie chce opisać, jakie znaczenie ma aktywność fizyczna dla zdrowia. 2. Nie udziela odpowiedzi na zadawane pytania. 3. Nie zależy mu na przyswojeniu nowych wiadomości. 4. Nie wymienia zasad bezpieczeństwa. 5. Nie zna żadnych regulaminów. Postawa społeczna 1. Wykazuje bardzo duże braki w zakresie wychowania społecznego: jest niekulturalny i agresywny wobec innych. 2. Bardzo często używa wulgaryzmów i brzydkich wyrażen. 3. Bardzo często zdarzają mu się przypadki niestosowania zasad „czystej gry”: szacunku do rywala, respektowania przepisów gry, podporządkowania się decyzjom sędziego, właściwego zachowania się w sytuacji zwycięstwa i porażki, dziękowania za wspólną grę. 4. Zachowuje się niewłaściwie jako kibic, zawodnik i sędzia. 5. Nie współpracuje w grupie, nie szanuje poglądów i wysiłków innych, nie wykazuje asertywności i empatii. 6. Nie chce dokonać ogólnej samooceny możliwości psychoruchowych.

	7. Nie rozwiązuje problemów, a nagminnie je stwarza. 8. Nie zależy mu na innych, także z różnymi potrzebami.
0 >35 % otrzymuje uczeń, który:	Aktywność, zaangażowanie 6. Na zajęciach nie wykonuje i nie chce wykonywać żadnych powierzonych mu zadań. 7. Wykazuje skrajnie lekceważący stosunek do przedmiotu. 8. Nigdy nie jest przygotowany do zajęć. 9. Samowolnie i nagminnie opuszcza zajęcia Wiadomości 1. Z uporem i premedytacją nie udziela odpowiedzi na żadne z zadawanych mu pytań. 2. Nie chce przyswoić żadnych wiadomości. 3. Lekceważy wszelkie próby nawiązania z nim rozmowy na omawiany temat. Postawa społeczna 1. Nagminnie łamie zasady współżycia społecznego. 2. Jest bardzo agresywny i wrogo nastawiony do innych. 3. Używa bardzo wulgarного języka. 4. Stanowi zagrożenie dla innych. 5. Z premedytacją dezorganizuje pracę na zajęciach.

Klasa V-VI

≥ 95 - 100 % otrzymuje uczeń, który:	Aktywność, zaangażowanie 1. Wykazuje bardzo dużą aktywność i zaangażowanie na lekcjach. 2. Jest zawsze przygotowany do zajęć (posiada zawsze strój sportowy). 3. Wkłada bardzo dużo wysiłku w wykonywane zadania. 4. Powierzone zadania wykonuje sumiennie i starannie. 5. Systematycznie uczęszcza na zajęcia (usprawiedliwia nieobecności). 6. Przestrzega zasady fair play na boisku i w życiu. 7. Chętnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych. 8. Jest zaangażowany w działalność sportową szkoły. 9. Chętnie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego. 10. Chętnie reprezentuje szkołę w rozgrywkach sportowych Wiadomości 1. Wskazuje grupy mięśniowe odpowiedzialne za prawidłową postawę ciała. 2. Wymienia podstawowe przepisy wybranych sportowych i rekreacyjnych gier zespołowych. 3. Zna podstawowe zasady taktyki w obronie i ataku. 4. Wymienia zalecane dla jego wieku aktywności fizyczne. 5. Definiuje i opisuje zasady rozgrzewki. 6. Omawia sposoby postępowania w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia. 7. Zna zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych oraz zasady bezpiecznego przebywania nad wodą i w górach. 8. Wyjaśnia pojęcie zdrowia. 9. Opisuje pozytywne mierniki zdrowia. 10. Wymienia zasady i metody hartowania organizmu. 11. Omawia sposoby ochrony przed nadmiernym nasłonecznieniem i niską temperaturą. 12. Omawia zasady aktywnego wypoczynku. Postawa społeczna
---	---

	1. Prezentuje postawę godną do naśladowania: jest koleżeński, życzliwy, odznacza się wysoką kulturą osobistą. 2. Nigdy nie stosuje przemocy i nie używa wulgaryzmów. 3. Zawsze przestrzega ustalonych zasad i regulaminów. 4. Troszczy się o bezpieczeństwo swoje i innych. 5. Stosuje zasady „czystej gry”: szanuje rywala, respektuje przepisy gry, podporządkowuje się decyzjom sędziego, właściwie zachowuje się w sytuacji zwycięstwa i porażki, dziękuje za wspólną grę 6. Jest kulturalnym kibicem, zawodnikiem i sędzią. 7. Właściwie zachowuje się w relacjach z innymi ludźmi, w tym z rodzicami oraz rówieśnikami tej samej i odmiennej płci. 8. Doskonale współpracuje w grupie, szanując poglądy i wysiłki innych, wykazując asertywność i empatię. 9. Szanuje własne zdrowie: nie pali papierosów, nie pije alkoholu, nie używa dopalaczy, narkotyków i innych środków psychoaktywnych. 10. Identyfikuje swoje mocne strony, budując poczucie własnej wartości, planuje sposoby rozwoju oraz ma świadomość słabych stron, nad którymi należy pracować. 11. Dokonuje samooceny możliwości psychoruchowych. 12. Potrafi w sposób kreatywny rozwiązywać problemy. 13. Motywuje innych do aktywności fizycznej, ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i osób o specjalnych potrzebach edukacyjnych
≥ 85 >95% otrzymuje uczeń, który:	Aktywność, zaangażowanie 1. Na zajęciach jest aktywny i zaangażowany. 2. Jest przygotowany do zajęć (dopuszcza się trzykrotny brak stroju sportowego w semestrze). 3. Starannie i sumiennie wykonuje powierzone zadania. 4. Systematycznie uczęszcza na zajęcia – zdarzają się nieobecności nieusprawiedliwione. 5. Przestrzega zasady fair play na boisku. 6. Dość regularnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych. 7. Pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego. Wiadomości 1. Wskazuje niektóre grupy mięśniowe odpowiedzialne za prawidłową postawę ciała. 2. Wymienia podstawowe przepisy wybranych sportowych i rekreacyjnych gier zespołowych. 3. Zna niektóre zasady taktyki w obronie i ataku. 4. Opisuje własnymi słowami zasady rozgrzewki. 5. Omawia sposoby postępowania w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia. 6. Zna zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych oraz zasady bezpiecznego przebywania nad wodą i w górach. 7. Wyjaśnia własnymi słowami pojęcie zdrowia. 8. Wymienia zasady i metody hartowania organizmu. 9. Opisuje pozytywne mierniki zdrowia. 10. Omawia ogólnie sposoby ochrony przed nadmiernym nasłonecznieniem i niską temperaturą. 11. Omawia w taki sposób, jak umie zasady aktywnego wypoczynku Postawa społeczna

	1. Jest koleżeński i kulturalny wobec innych. 2. Zdarzają mu się pojedyncze przypadki użycia wulgaryzmów oraz użycia siły wobec innych. 3. Stara się przestrzegać ustalonych zasad i regulaminów. 4. Troszczy się o bezpieczeństwo swoje i innych. 5. Stara się stosować zasady „czystej gry”: szacunek do rywala, respektuje przepisy gry, podporządkowuje się decyzjom sędziego, właściwie zachowuje się w sytuacji zwycięstwa i porażki, dziękuje za wspólną grę. 6. Stara się być dobrym kibicem, zawodnikiem i sędzią. 7. Raczej właściwie zachowuje się w relacjach z innymi ludźmi, w tym z rodzicami oraz rówieśnikami tej samej i odmiennej płci. 8. Współpracuje w grupie, szanując poglądy i wysiłki innych, wykazując asertywność i empatię. 9. Szanuje własne zdrowie: nie pali papierosów, nie pije alkoholu, nie używa dopalaczy, narkotyków i innych środków psychoaktywnych. 10. Identyfikuje swoje mocne strony, budując poczucie własnej wartości, planuje sposoby rozwoju oraz ma świadomość słabych stron, nad którymi należy pracować. 11. Dokonuje ogólnej samooceny możliwości psychoruchowych. 12. Potrafi w sposób kreatywny rozwiązywać problemy. 13. Stara się motywować innych do aktywności fizycznej, ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i osób o specjalnych potrzebach edukacyjnych.
≥ 70 > 85 % otrzymuje uczeń, który:	Aktywność, zaangażowanie 1. Nie zawsze jest aktywny i zaangażowany na zajęciach. 2. Z reguły jest przygotowany do zajęć (dopuszcza się pięciokrotny brak stroju sportowego w półroczu). 3. Dość często jest nieobecny na zajęciach. 4. Potrzebuje motywacji podczas wykonywania zadań ruchowych. 5. W zajęciach pozalekcyjnych uczestniczy nieregularnie. 6. Nie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego Wiadomości 1. Myli grupy mięśniowe odpowiedzialne za prawidłową postawę ciała. 2. Wymienia pojedyncze przepisy wybranych sportowych i rekreacyjnych gier zespołowych. 3. Nie zna podstawowych zasad taktyki w obronie i ataku. 4. Opisuje własnymi słowami zasady rozgrzewki. 5. Zna ogólne zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych oraz zasady bezpiecznego przebywania nad wodą i w górach. 6. Wyjaśnia, jak potrafi, pojęcie zdrowia. 7. Wymienia zasady i metody hartowania organizmu. 8. Omawia ogólnie sposoby ochrony przed nadmiernym nasłonecznieniem i niską temperaturą. 9. Omawia w taki sposób, jak umie zasady aktywnego wypoczynku Postawa społeczna 1. Swoim zachowaniem nie budzi większych zastrzeżeń. 2. Zdarzają mu się pojedyncze przypadki użycia wulgaryzmów oraz użycia siły wobec innych. 3. Czasami nie przestrzega ustalonych zasad i regulaminów. 4. Nie zawsze troszczy się o bezpieczeństwo swoje i innych.

	5. Zdarzają mu się przypadki niestosowania zasad „czystej gry”: szacunku do rywala, respektowania przepisów gry, podporządkowania się decyzjom sędziego, właściwego zachowania się w sytuacji zwycięstwa i porażki, dziękowania za wspólną grę. 6. Stara się być dobrym kibicem, zawodnikiem i sędzią. 7. Stara się właściwie zachowywać w relacjach z innymi ludźmi, w tym z rodzicami oraz rówieśnikami tej samej i odmiennej płci. 8. Stara się: współpracować w grupie, szanować poglądy i wysiłki innych, wykazywać asertywność i empatię. 9. Stara się szanować własne zdrowie: nie palić papierosów, nie pić alkoholu. 10. Nie używa dopalaczy, narkotyków i innych środków psychoaktywnych. 11. Stara się identyfikować swoje mocne strony, budując poczucie własnej wartości, planując sposoby rozwoju oraz ma świadomość słabych stron, nad którymi należy pracować. 12. Dokonuje ogólnej samooceny możliwości psychoruchowych. 13. Stara się w sposób kreatywny rozwiązywać problemy. 14. Stara się motywować innych do aktywności fizycznej, ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i osób o specjalnych potrzebach edukacyjnych.
≥ 50 >70 % otrzymuje uczeń, który:	Aktywność, zaangażowanie 1. Nie wykazuje szczególnej aktywności na zajęciach. 2. Bywa bardzo często nieprzygotowany do zajęć. 3. Często jest nieobecny na zajęciach. 4. Powierzone zadania wykonuje niestarannie i niedbale. 5. Nie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych. 6. Nie szanuje sprzętu sportowego. Wiadomości 1. Nie potrafi wskazać grup mięśniowych odpowiedzialnych za prawidłową postawę ciała. 2. Wymienia pojedyncze przepisy gier sportowych. 3. Nie zna zasad taktyki w obronie i w ataku. 4. Nie potrafi opisać zasad rozgrzewki. 5. Omawia sposoby postępowania w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia 6. Zna pojedyncze zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych oraz zasady bezpiecznego przebywania nad wodą i w górach. 7. Nie potrafi wyjaśnić pojęcia zdrowia. 8. Nie wymienia zasad i metod hartowania organizmu. 9. Nie potrafi wymienić sposobów ochrony przed nadmiernym nasłonecznieniem i niską temperaturą. 10. Myli zasady aktywnego wypoczynku Postawa społeczna 1. Wykazuje braki w zakresie wychowania społecznego: często bywa nieżyczliwy i niekoleżeński. 2. Często używa wulgaryzmów i brzydkich wyrażen. 3. Stosuje przemoc wobec innych. 4. Zdarzają mu się częste przypadki niestosowania zasad „czystej gry”: szacunku do rywala, respektowania przepisów gry, podporządkowania się decyzjom sędziego, właściwego zachowania się w sytuacji zwycięstwa i porażki, dziękowania za wspólną grę. 5. Nie stara się być dobrym kibicem, zawodnikiem i sędzią.

	6. Nie zależy mu na właściwej współpracy w grupie, nie szanuje poglądów i wysiłków innych, nie wykazuje asertywności i empatii. 7. Nie identyfikuje swoich mocnych stron, nie buduje poczucia własnej wartości, nie planuje sposobów rozwoju oraz nie ma świadomości słabych stron, nad którymi należy pracować. 8. Nie dokonuje ogólnej samooceny możliwości psychoruchowych. 9. Nie potrafi w sposób kreatywny rozwiązywać problemów. 10. Nie motywuje innych do aktywności fizycznej, ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i osób o specjalnych potrzebach edukacyjnych
≥35 > 50 % otrzymuje uczeń, który:	Aktywność, zaangażowanie 1. Na zajęciach nie wykazuje aktywności. 2. Regularnie jest nieprzygotowany do zajęć. 3. Bardzo często opuszcza zajęcia. 4. Powierzone zadania wykonuje bardzo niestarannie, okazując lekceważący stosunek do tego, co robi, Wiadomości 1. Nie wymienia podstawowych grup mięśniowych odpowiedzialnych za postawę ciała. 2. Nie zna regulaminów obowiązujących w szkole. 3. Nie udziela odpowiedzi na zadawane pytania. 4. Nie zależy mu na przyswojeniu nowych wiadomości. 5. Nie wymienia zasad bezpieczeństwa. 6. Nie chce udzielić odpowiedzi na pytania dotyczące zdrowia. Postawa społeczna 1. Wykazuje bardzo duże braki w zakresie wychowania społecznego: jest niekulturalny i agresywny wobec innych. 2. Bardzo często używa wulgaryzmów i brzydkich wyrażeń. 3. Bardzo często zdarzają mu się przypadki niestosowania zasad „czystej gry”: szacunku do rywala, respektowania przepisów gry, podporządkowania się decyzjom sędziego, właściwego zachowania się w sytuacji zwycięstwa i porażki, dziękowania za wspólną grę. 4. Zachowuje się niewłaściwie jako kibic, zawodnik i sędzia. 5. Nie współpracuje w grupie, nie szanuje poglądów i wysiłków innych, nie wykazuje asertywności i empatii. 6. Nie chce dokonać ogólnej samooceny możliwości psychoruchowych. 7. Nie rozwiązuje problemów, a nagminnie je stwarza. 8. Nie zależy mu na innych.
0 >35 % otrzymuje uczeń, który:	Aktywność, zaangażowanie 1. Na zajęciach nie wykonuje i nie chce wykonywać żadnych powierzonych mu zadań. 2. Wykazuje skrajnie lekceważący stosunek do przedmiotu. 3. Nie jest przygotowany do zajęć. 4. Nagminnie opuszcza zajęcia. Wiadomości 1. Nie udziela odpowiedzi na zadawane mu pytania. 2. Nie chce przyswoić żadnych wiadomości. 3. Lekceważy wszelkie próby nawiązania z nim rozmowy na omawiany temat. Postawa społeczna 1. Nagminnie łamie zasady współżycia społecznego.

	2. Jest agresywny i wrogo nastawiony do innych. 3. Używa bardzo wulgarnego języka. 4. Stanowi zagrożenie dla innych. 5. Z premedytacją dezorganizuje pracę na zajęciach.
--	---

3. Aktywność ucznia podczas zajęć oceniana na bieżąco- ocena **wagi 2**.

4. Działalność sportowa pozalekcyjna:

- 1) Na podniesienie oceny z wychowania fizycznego wpływ ma aktywność pozalekcyjna i pozaszkolna w zakresie wychowania fizycznego i sportu gdy uczeń reprezentuje szkołę w różnego rodzaju zawodach i imprezach sportowych:
 - a) za każdy udział w zawodach międzyszkolnych uczeń otrzymuje częściową ocenę 100% wagi 3,
 - b) udział w konkursach o tematyce sportowej lub żeglarskiej podlega ocenie 100% wagi 3,
 - c) za aktywny i systematyczny udział w sportowych zajęciach pozalekcyjnych na terenie szkoły lub poza nią uczeń 100% wagi 2.
- 2) W przypadku niestawienia się na zawodach zgodnie z regulaminem uczeń otrzymuje ujemne punkty z zachowania (-30 pkt) lub „0” wagi 1.

5. Rozgrzewka

Uczeń samodzielnie potrafi dobrać odpowiednio ćwiczenia do tematu lekcji i prawidłowo je wykonać. Zna kolejność ćwiczeń według określonego toku, dostosowanego do danej dyscypliny sportowej oraz zna zasady bezpiecznego prowadzenia rozgrzewki dzięki temu zapewnia lepsze rezultaty przy wykonywaniu głównego tematu lekcji. Potrafi pobudzić organizm do wysiłku fizycznego, rozgrzać mięśnie i zwiększyć ruchomość w stawach pod kontrolą nauczyciela. Ocena wystawiana jest z wagą 2.

- celująca: 95– 100 %
- bardzo dobra: 85 – 95 %
- dobra: 70 – 85%
- dostateczna: 50 – 70 %
- dopuszczająca: 35 – 50 %
- niedostateczna: 0 – 35 %

6. Umiejętności - ocena wagi 1

Klasa IV

≥ 95 - 100 % otrzymuje uczeń, który:	1. Technicznie bezbłędnie wykonuje, stosuje w grze: kozłowanie piłki w miejscu i w ruchu, prowadzenie piłki nogą, podanie piłki oburącz i jednorącz, rzut piłki do kosza z miejsca, rzut i strzał piłki do bramki z miejsca, odbicie piłki oburącz sposobem górnym. 2. Potrafi prawidłowo wykonać zagrywkę w tenisie stołowym. 3. Podczas minigier prezentuje wysoki poziom techniczny swoich umiejętności. 4. Potrafi wzorowo zorganizować i przeprowadzić wymagającą grę ruchową w
--	---

	gronie rówieśników, stosując wymyślone przez siebie przepisy. 5. Technicznie bezbłędnie wykonuje przewrót w przód z kilku pozycji wyjściowych. 6. Wzorowo wykonuje opracowany przez siebie układ gimnastyczny lub taneczny. 7. Technicznie bezbłędnie wykonuje skok w dal z rozbiegu. 8. Technicznie prawidłowo wykonuje z miejsca i z krótkiego rozbiegu rzut różnymi przyborami.
≥ 85 > 95% otrzymuje uczeń, który:	1. Z małymi błędami technicznymi wykonuje i stosuje w grze: kozłowanie piłki w miejscu i w ruchu, prowadzenie piłki nogą, podanie piłki oburącz i jednorącz, rzut piłki do kosza z miejsca, rzut i strzał piłki do bramki z miejsca, odbicie piłki oburącz sposobem górnym. 2. Potrafi zastosować swoje umiejętności techniczne w minigrach. 3. Zorganizuje i przeprowadzi dowolną grę ruchową. 4. Z niewielkimi błędami wykona przewrót w przód, co najmniej z dwóch pozycji. 5. Wykonuje dowolny układ gimnastyczny lub taneczny. 6. W miarę właściwie wykona skok w dal z miejsca lub z krótkiego rozbiegu. 7. Dość dobrze wykonuje z miejsca i z krótkiego rozbiegu rzut różnymi przyborami.
≥ 70 > 85 % otrzymuje uczeń, który:	1. Na miarę swoich możliwości wykonuje i stosuje w grze: kozłowanie piłki w miejscu i w ruchu, prowadzenie piłki nogą, podanie piłki oburącz i jednorącz, rzut piłki do kosza z miejsca, rzut i strzał piłki do bramki z miejsca, odbicie piłki oburącz sposobem górnym. 2. Stosuje, w miarę możliwości, umiejętności techniczne w minigrach. 3. Zorganizuje i przeprowadzi prostą zabawę lub grę ruchową. 4. Stara się wykonać przewrót w przód z dowolnej pozycji wyjściowej. 5. Wykonuje, w miarę swoich możliwości, dowolny układ gimnastyczny lub taneczny. 6. Wykonuje skok w dal z miejsca lub z krótkiego rozbiegu. 7. Wykonuje z miejsca i z krótkiego rozbiegu rzut różnymi przyborami.
≥ 50 > 70 % otrzymuje uczeń, który:	1. Nie wykonuje i nie stosuje w grze: kozłowania piłki w miejscu i w ruchu, prowadzenia piłki nogą, podania piłki oburącz i jednorącz, rzutu piłki do kosza z miejsca, rzutu i strzału piłki do bramki z miejsca, odbicia piłki oburącz sposobem górnym. 2. Nie potrafi zastosować swoich umiejętności technicznych w minigrach. 3. Nie potrafi zorganizować i przeprowadzić prostej zabawy lub gry ruchowej. 4. Nie potrafi wykonać przewrotu w przód z dowolnej pozycji wyjściowej. 5. Nie potrafi wykonać dowolnego układu gimnastycznego lub tanecznego. 6. Bez zaangażowania wykonuje skok w dal z miejsca i z krótkiego rozbiegu. 7. Bez zaangażowania wykonuje rzut różnymi przyborami z miejsca i z krótkiego rozbiegu.
≥ 35 > 50 % otrzymuje uczeń, który:	1. Nie podejmuje żadnych prób opanowania nowych umiejętności ruchowych. 2. W czasie gry umyślnie stosuje błędną technikę. 3. Nie zależy mu na opanowaniu żadnych nowych umiejętności.
0 > 35 % otrzymuje uczeń, który:	1. Nie wykonuje na zajęciach żadnych powierzonych mu zadań. 2. Nie podchodzi do żadnych ćwiczeń i pokazuje swoim zachowaniem, że nie zależy mu na opanowaniu żadnych umiejętności ruchowych. 3. Lekceważy wszelkie próby zachęcenia go do podjęcia jakiejkolwiek aktywności na zajęciach.

Klasa V-VI

≥ 95 - 100 % otrzymuje uczeń, który:	1. Technicznie bezbłędnie wykonuje, stosuje w grze: kozłowanie piłki w ruchu ze zmianą tempa i kierunku, podanie piłki oburącz i jednorącz w ruchu, rzut piłką do kosza z biegu i po kozłowaniu (dwutakt), rzut i strzał piłki do bramki w ruchu, odbicie piłki oburącz sposobem górnym i dolnym, rozegranie „na trzy”, zagrywkę ze zmniejszonej odległości, rzut i chwyt ringo. 2. Podczas minigier prezentuje wysoki poziom techniczny swoich umiejętności. 3. W gronie swoich rówieśników potrafi wzorowo zorganizować i przeprowadzić wymagającą grę sportową lub rekreacyjną. 4. Technicznie bezbłędnie wykonuje przewrót w przód z marszu. 5. Technicznie bezbłędnie wykonuje przewrót w tył z przysiadu. 6. Prawidłowo wykonuje ćwiczenia zwinnościowo- -akrobatyczne: stanie na rękach, stanie na głowie, przerzut bokiem. 7. Prawidłowo wykonuje układ ćwiczeń zwinnościowo- -akrobatycznych z przyborem. 8. Wykonuje proste kroki i figury wybranego tańca regionalnego i nowoczesnego. 9. Prawidłowo technicznie wykonuje dowolny skok przez przyrząd (skrzynię, kozioł) z asekuracją. 10. Prawidłowo wykonuje technikę startu niskiego. 11. Technicznie bezbłędnie wykonuje skok w dal z rozbiegu oraz skoki przez przeszkody. 12. Technicznie bezbłędnie wykonuje rzut małą piłką z rozbiegu. 13. Przeprowadza opracowany przez siebie fragment rozgrzewki.
≥ 85 >95% otrzymuje uczeń, który:	1. Z małymi błędami technicznymi wykonuje i stosuje w grze: kozłowanie piłki w ruchu ze zmianą tempa i kierunku, podanie piłki oburącz i jednorącz w ruchu, rzut piłką do kosza z biegu i po kozłowaniu (dwutakt), rzut i strzał piłki do bramki w ruchu, odbicie piłki oburącz sposobem górnym i dolnym, rozegranie „na trzy”, zagrywkę ze zmniejszonej odległości, rzut i chwyt ringo. 2. Podczas minigier potrafi zaprezentować swoje umiejętności techniczne. 3. W gronie rówieśników potrafi przeprowadzić wymagającą grę sportową lub rekreacyjną. 4. Z niewielkimi błędami technicznymi wykonuje przewrót w przód z marszu. 5. Z niewielkimi błędami technicznymi wykonuje przewrót w tył z przysiadu. 6. W miarę prawidłowo wykonuje ćwiczenia zwinnościowo- -akrobatyczne: stanie na rękach, stanie na głowie, przerzut bokiem. 7. W miarę prawidłowo wykonuje układ ćwiczeń zwinnościowo-akrobatycznych z przyborem. 8. Na miarę swoich możliwości wykonuje proste kroki i figury wybranego tańca regionalnego i nowoczesnego. 9. Z niewielkimi błędami technicznymi wykonuje dowolny skok przez przyrząd (skrzynię, kozioł) z asekuracją. 10. Prawidłowo wykonuje technikę startu niskiego. 11. Z niewielkimi błędami technicznymi wykonuje skok w dal z rozbiegu oraz skoki przez przeszkody. 12. Technicznie prawidłowo wykonuje rzut małą piłką z rozbiegu. 13. Przeprowadza fragment rozgrzewki.

≥ 70 > 85 % otrzymuje uczeń, który:	1. W miarę swoich możliwości wykonuje, stosuje w grze: kozłowanie piłki w ruchu ze zmianą tempa i kierunku, podanie piłki oburącz i jednorącz w ruchu, rzut piłką do kosza z biegu i po kozłowaniu (dwutakt), rzut i strzał piłki do bramki w ruchu, odbicie piłki oburącz sposobem górnym i dolnym, rozegranie „na trzy”, zagrywkę ze zmniejszonej odległości, rzut i chwyt ringo. 2. Na miarę możliwości stosuje swoje umiejętności w minigrach. 3. W gronie rówieśników potrafi przeprowadzić prostą grę sportową lub rekreacyjną. 4. Stara się wykonać przewrót w przód z marszu. 5. Stara się wykonać przewrót w tył z przysiadu. 6. Podchodzi do wykonania ćwiczeń zwinnościowo- -akrobatycznych: stania na rękach, stania na głowie, przerzutu bokiem 7. Stara się wykonać układ ćwiczeń zwinnościowo- -akrobatycznych z przyborem. 8. Na miarę swoich możliwości wykonuje proste kroki i figury wybranego tańca regionalnego i nowoczesnego. 9. Stara się wykonać dowolny skok przez przyrząd (skrzynię, kozioł) z asekuracją. 10. W miarę prawidłowo wykonuje technikę startu niskiego. 11. Z pewnymi błędami technicznymi wykonuje skok w dal z rozbiegu oraz skoki przez przeszkody. 12. W miarę prawidłowo technicznie wykonuje rzut małą piłką z rozbiegu. 13. Na miarę swoich możliwości przeprowadza fragment rozgrzewki.
≥ 50 > 70 % otrzymuje uczeń, który:	1. Nie stara się wykonać czy zastosować w grze: kozłowania piłki w ruchu ze zmianą tempa i kierunku, podania piłki oburącz i jednorącz w ruchu, rzutu piłką do kosza z biegu i po kozłowaniu (dwutakt), rzutu i strzału piłki do bramki w ruchu, odbicia piłki oburącz sposobem górnym i dolnym, rozegrania „na trzy”, zagrywki ze zmniejszonej odległości, rzutu i chwytu ringo. 2. Nie stosuje swoich umiejętności w minigrach. 3. W gronie rówieśników nie potrafi przeprowadzić prostej gry sportowej lub rekreacyjnej. 4. Nie stara się wykonać przewrotu w przód z marszu. 5. Nie stara się wykonać przewrotu w tył z przysiadu. 6. Nie podchodzi do wykonania ćwiczeń zwinnościowo- -akrobatycznych: stania na rękach, stania na głowie, przerzutu bokiem. 7. Nie podchodzi do wykonania układu ćwiczeń zwinnościowo-akrobatycznych z przyborem. 8. Nie umie wykonać prostych kroków i figur żadnego tańca. 9. Bez jakiegokolwiek zaangażowania wykonuje dowolny skok przez przyrząd (skrzynię, kozioł) z asekuracją. 10. Technikę startu niskiego wykonuje z licznymi błędami. 11. Z licznymi błędami wykonuje skok w dal z rozbiegu oraz skoki przez przeszkody. 12. Z licznymi błędami technicznymi wykonuje rzut małą piłką z rozbiegu. 13. Nie przeprowadza rozgrzewki.
≥ 35 > 50 % otrzymuje uczeń, który:	1. Nie podejmuje żadnych prób opanowania nowych umiejętności ruchowych. 2. W czasie gry umyślnie stosuje błędną technikę. 3. Nie zależy mu na opanowaniu żadnych nowych umiejętności
0 > 35 % otrzymuje	1. Nie wykonuje żadnych powierzonych mu zadań na zajęciach. 2. Nie podchodzi do ćwiczeń i pokazuje swoim zachowaniem, że nie zależy mu



uczeń, który:	na opanowaniu żadnych umiejętności ruchowych. 3. Lekceważy wszelkie próby zachęcenia go do podjęcia jakiegokolwiek aktywności na zajęciach.
---------------	--

7. Ocena śródroczna i roczna

- 1) Ocena końcoworoczna jest składową ocen uzyskanych zgodnie z kryteriami Przedmiotowych Zasad Oceniania z Wychowania Fizycznego.
- 2) Ocena semestralna i końcoworoczna jest średnią ważoną ocen końcowych za poszczególne kryteria.
- 3) Uczeń, który przekroczył 50% nieobecności na zajęciach wychowania fizycznego nie jest klasyfikowany pomimo uzyskanych pozytywnych ocen cząstkowych.

WARUNKI UZYSKANIA OCENY CELUJĄCEJ $\geq 95 - 100 \%$

WARUNKI UZYSKANIA OCENY BARDZO DOBREJ $\geq 85 > 95 \%$

WARUNKI UZYSKANIA OCENY DOBREJ $\geq 70 > 85 \%$

WARUNKI UZYSKANIA OCENY DOSTATECZNEJ $\geq 50 > 70 \%$

WARUNKI UZYSKANIA OCENY DOPUSZCZAJĄCEJ $\geq 35 > 50 \%$

WARUNKI UZYSKANIA OCENY NIEDOSTATECZNEJ $0 > 35 \%$

Przedmiotowe Zasady Oceniania zostały opracowane zgodnie ze Statutem ZSO nr 4 i obowiązują od roku szkolnego 2021/2022.

Opracował zespół nauczycieli wychowania fizycznego