

**I LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCE
IM. MIKOŁAJA KOPERNIKA W RADOMIU**

**KRYTERIA OCENIANIA I WYMAGANIA EDUKACYJNE
NA POSZCZEGÓLNE OCENY ŚRÓDROCZNE I ROCZNE
Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**

ZAKRES PODSTAWOWY



KRYTERIA OCENIANIA I WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY ŚRÓDROCZNE I ROCZNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO



Spis treści

I. Podstawa prawna	3
II. Prawa i obowiązki ucznia	3
A. Prawa Ucznia.....	3
B. Obowiązki Ucznia	4
III. Sprawdzanie i ocenianie osiągnięć edukacyjnych	4
A. Ogólne zasady oceniania osiągnięć Uczniów	4
B. Ocena za frekwencję	5
C. Ocena za aktywność	6
D. Ocena za poziom osiągnięć i sprawności	6
E. Na ocenę z zajęć z edukacji zdrowotnej ma wpływ:.....	7
F. Uwagi końcowe do kryteriów oceny z wychowania fizycznego:	7
G. Wagi przypisywane poszczególnym formom aktywności	8
IV. Kryteria oceniania	9
A. Celujący (6).....	9
B. Bardzo dobry (5)	10
C. Dobry(4).....	10
D. Dostateczny (3)	11
E. Dopuszczający (2)	11
F. Niedostateczny (1).....	12
VI. Wymagania edukacyjne	12
VII. Uwagi końcowe	23

KRYTERIA OCENIANIA I WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY ŚRÓDROCZNE I ROCZNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO



I. Podstawa prawna

1. **Rozporządzeniu Ministra Edukacji Narodowej z dnia 30 stycznia 2018 r.** w sprawie podstawy programowej kształcenia ogólnego dla liceum ogólnokształcącego, technikum oraz branżowej szkoły II stopnia, opublikowanym w dniu 2 marca 2018 r. w Dzienniku Ustaw poz. 467, Załącznik Nr 1;
2. **Rozporządzeniu Ministra Edukacji Narodowej z dnia 29 czerwca 2017 r.** w sprawie dopuszczalnych form realizacji obowiązkowych zajęć wychowania fizycznego, opublikowanym w dniu 5 lipca 2017 r. w Dzienniku Ustaw poz. 1322;
3. **Rozporządzeniu Ministra Edukacji Narodowej z dnia 3 sierpnia 2017 r.** w sprawie oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych, opublikowanym w dniu 16 sierpnia 2017 r. w Dzienniku Ustaw poz. 1534;
4. Statut I Liceum Ogólnokształcącego im. Mikołaja Kopernika w Radomiu
5. Programy nauczania:
 - Autorski Program z Wychowania Fizycznego dla klas I – IV dla I Liceum Ogólnokształcącego im. Mikołaja Kopernika w Radomiu

II. Prawa i obowiązki ucznia

A. Prawa Ucznia

1. Uczniowie znają zasady oceniania z przedmiotu wychowanie fizyczne i zostają zapoznani z kryteriami oceniania i wymaganiami edukacyjnymi na poszczególne oceny na pierwszej lekcji roku szkolnego, a o ewentualnych zmianach są poinformowani natychmiast po ich wprowadzeniu.
2. Uczeń w ciągu okresu ma prawo zgłosić jedno nieprzygotowanie do zajęć lekcyjnych bez podania przyczyny.
3. Oceny efektów pracy są jawne dla ucznia.
4. Uczniowie mają prawo do zgłaszania nauczycielowi własnych uwag i zastrzeżeń dotyczących sposobu oceniania efektów ich pracy.
5. Uczeń ma prawo poprawy oceny z danego ćwiczenia w ciągu dwóch tygodni, po uprzednim zgłoszeniu tego faktu nauczycielowi. Po tym terminie traci takie prawo.

KRYTERIA OCENIANIA I WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY ŚRÓDROCZNE I ROCZNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO



B. Obowiązki Ucznia

1. Uczeń jest zobowiązany do przestrzegania regulaminów obiektów sportowych, na których odbywają się zajęcia oraz przepisów BHP.
2. Uczniowie, którzy ze względu na stan zdrowia nie mogą uczestniczyć w zajęciach wychowania fizycznego są zobowiązani do złożenia do Dyrekcji Szkoły podania wraz z odpowiednim zaświadczeniem lekarskim do dnia 15 września.
3. Uczeń ma obowiązek posiadanie odpowiedniego stroju i obuwia sportowego ustalonego z nauczycielem przedmiotu na początku roku szkolnego.
4. Uczeń powinien na zajęciach posiadać koszulkę z krótkim lub długim rękawem, spodenki sportowe (minimum do połowy uda), legginsy lub spodnie dresowe oraz sportowe obuwie wiązane.
5. Przed rozpoczęciem lekcji uczeń ma obowiązek pozdejmować wszelkiego rodzaju ozdoby typu łańcuszki, pierścionki, kolczyki, zegarki, bransolety itp.
6. Uczniowie z długimi włosami zobowiązani są do ich upięcia.
7. Uczniowie obowiązani są do utrzymywania krótkich paznokci.
8. Uczeń w ciągu dwóch tygodni po powrocie do szkoły ma obowiązek zaliczyć sprawdzian, na którym był nieobecny.

III. Sprawdzanie i ocenianie osiągnięć edukacyjnych

A. Ogólne zasady oceniania osiągnięć Uczniów

1. Ocena z wychowania fizycznego na pierwszy okres i na koniec roku szkolnego jest składową ocen: z zajęć w systemie klasowo–lekcyjnym oraz zajęć fakultatywnych.
2. Ocenę za pierwszy okres i roczną z wychowania fizycznego wystawia nauczyciel prowadzący zajęcia w systemie fakultatywnym, na podstawie ocen ze wszystkich obszarów oceniania obowiązujących zarówno na jednych zajęciach, jak i na drugich, po konsultacji z drugim nauczycielem (bez wystawiania ocen z każdego rodzaju zajęć).

KRYTERIA OCENIANIA I WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY ŚRÓDROCZNE I ROCZNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO



3. Na ocenę zajęć w systemie klasowo–lekcyjnym składają się:
 - a. frekwencja,
 - b. aktywność,
 - c. poziom osiągnięć i sprawności.
4. Na ocenę zajęć w systemie fakultatywnym składają się:
 - a. frekwencja,
 - b. aktywność,
 - c. umiejętności,
 - d. wiedza z zakresu edukacji zdrowotnej.

B. Ocena za frekwencję – 3 oceny w ciągu okresu, po każdych 5 tygodniach nauki

1. Celująca – aktywne uczestnictwo w 5 zajęciach;
2. Bardzo dobra – aktywne uczestnictwa w 4 zajęciach (1 nieobecność lub 1 zgłoszone nieprzygotowanie);
3. Dobra – aktywne uczestnictwo w 3 zajęciach;
4. Dostateczna – aktywne uczestnictwo w 2 zajęciach;
5. Dopuszczająca – aktywne uczestnictwo w 1 zajęciach;
6. Niedostateczna – brak uczestnictwa w 5 zajęciach.

Uwagi:

1. Uczeń w ciągu okresu może zgłosić jedno nieprzygotowanie do zajęć bez podania przyczyny;
2. Każde następne nieprzygotowanie skutkuje oceną niedostateczną;
3. Trzy spóźnienia traktowane są jako jedna nieobecność;
4. Nieobecność nie jest liczona jeżeli uczeń za zgodą Dyrekcji, uczestniczył w innych zajęciach organizowanych przez szkołę. W takim przypadku uczeń jest zobowiązany udokumentować swój udział w innych zajęciach;

KRYTERIA OCENIANIA I WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY ŚRÓDROCZNE I ROCZNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO



5. Uczeń w ciągu dwóch tygodni po powrocie do szkoły ma obowiązek zaliczyć sprawdzian, na którym był nieobecny;
6. Odmowa wykonania ćwiczenia przewidzianego tokiem lekcji skutkuje oceną niedostateczną;
7. Każdy uczeń ma możliwość poprawy swoich ocen lub też zaliczyć wcześniej zapowiedziane sprawdziany o ile nie mógł do nich podejść z przyczyn losowych (np. choroba, inne zdarzenie losowe);
8. Termin należy ustalić z nauczycielem prowadzącym w ciągu tygodnia po powrocie do szkoły, a następnie - w ciągu kolejnego tygodnia - dokonać zaliczenia lub/i poprawy sprawdzianu.
9. Nieobecności udokumentowane zwolnieniem lekarskim lub decyzją Dyrektora (olimpiady, konkursy, uczestnictwo w zawodach itp.), nie będą brane pod uwagę przy wystawianiu oceny z frekwencji.

C. Ocena za aktywność

Nauczyciel wystawiając ocenę z aktywności bierze pod uwagę:

1. Wykonywanie ćwiczeń i zadań w sposób zbliżony do maksymalnych możliwości ucznia;
2. Aktywny udział w zajęciach i ich organizacja;
3. Zasób wiedzy i umiejętności, zdyscyplinowanie oraz udział w rozgrywkach szkolnych;
4. Wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywaniu się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć.

D. Ocena za poziom osiągnięć i sprawności

Uczeń powinien umieć:

1. Organizować i prowadzić rozgrzewkę;
2. Zrobić pomiar wysokości, masy ciała i tętna;
3. Dobrać i wykonać ćwiczenia kształtujące poszczególne zdolności motoryczne;

KRYTERIA OCENIANIA I WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY ŚRÓDROCZNE I ROCZNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO



4. Wykonać podstawowe elementy techniczne dwóch zespołowych gier sportowych;
5. Wykonać po dwa podstawowe elementy w wybranej dyscyplinie sportu (gimnastyka, lekkoatletyka);
6. Określić poziom własnej wydolności wybraną próbą.

Oprócz ww. osiągnięć uczeń ma zdobyć określony zasób wiedzy, posiadanie której nauczyciel sprawdza w wybrany przez siebie sposób.

E. Na ocenę z zajęć z edukacji zdrowotnej ma wpływ:

1. Obecność i aktywność uczniów na zajęciach; ich gotowość do podejmowania zadań indywidualnych lub zespołowych;
2. Samoocena uczniów dotycząca rozwoju ich umiejętności osobistych i społecznych oraz zmian postaw i zachowań (w miarę możliwości z wykorzystaniem kwestionariuszy i arkuszy samooceny);
3. Ocena proponowana przez rówieśników w przypadku wykonywania projektów i prac zespołowych;
4. Ocena pracy ucznia proponowana przez nauczyciela dotycząca specyficznych zadań, pracy domowej, projektów, portfolio i innych wytworów pracy.

F. Uwagi końcowe do kryteriów oceny z wychowania fizycznego:

1. Uczeń reprezentujący szkołę w zawodach sportowych może mieć podwyższoną ocenę końcową;
2. Uczeń, który dodatkowo systematycznie uprawia sport (np. w klubie sportowym) może mieć podwyższoną ocenę, po przedstawieniu zaświadczenia z klubu;
3. Uczniowie, którzy ze względu na stan zdrowia nie mogą uczestniczyć w zajęciach wychowania fizycznego są zobowiązani do przedstawienia odpowiedniego zaświadczenia lekarskiego do dnia 15-go września lub w ciągu roku szkolnego - 7 dni od momentu wystawienia zwolnienia;
4. Zwolnienia z zajęć powyżej 2 tygodni dokonuje Dyrektor Szkoły na podstawie podania Ucznia wraz z załączonym zaświadczeniem (zwolnieniem) lekarskim;

KRYTERIA OCENIANIA I WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY ŚRÓDROCZNE I ROCZNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO



5. Zwolnienia z zajęć do 2 tygodni dokonuje nauczyciel prowadzący zajęcia fakultatywne na podstawie zaświadczenia (zwolnienia) lekarskiego;
6. Dyrektor Szkoły może zwolnić ucznia z wykonywania poszczególnych ćwiczeń na podstawie podania Ucznia wraz z załączonym zaświadczeniem (zwolnieniem) lekarskim.
7. Kolejnego zwolnienia przedłużającego poprzednie dokonuje Dyrektor Szkoły;

G. Wagi przypisywane poszczególnym formom aktywności

Poszczególnym formom aktywności przypisywane są następujące wagi:

Forma aktywności	Waga
Aktywny udział w zajęciach	5
Frekwencja na zajęciach	5
Reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych	5
Umiejętności	3
Edukacja zdrowotna	3
Sprawdzian	3
Zadanie	3
Inna	1
Rozgrzewka	3

Średnia ważona:

Podstawą do wystawiania oceny śródrocznej i rocznej będzie średnia ważona (SW) otrzymanych w ciągu semestru ocen (o), którym przyporządkowano wagi (w), obliczona według wzoru:

$$SW = \frac{\sum O_i W_i}{\sum W_i}$$

KRYTERIA OCENIANIA I WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY ŚRÓDROCZNE I ROCZNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO



Zależność oceny za okres i rocznej od średniej ważonej pokazuje tabela

Średnia ważona	Ocena śródroczna/roczna
$sw < 1,75$	1
$1,75 \leq sw < 2,65$	2
$2,65 \leq sw < 3,65$	3
$3,65 \leq sw < 4,65$	4
$4,65 \leq sw < 5,5$	5
$5,50 < sw$	6

Uwaga: Do oceny „+” dodaje się 0,5, a od oceny z „-” odejmuje się 0,25.

- Ocena roczna wystawiana jest na podstawie średniej (S), uzyskanej jako średnia arytmetyczna średnich ważonych semestralnych SW1 i SW2.
- Uczeń może otrzymać ocenę pozytywną na koniec roku, jeśli z drugiego semestru uzyskał średnią ważoną, co najmniej 1,75.
- Ostateczną decyzję o wystawianiu ocen śródrocznych i rocznych podejmuje nauczyciel prowadzący zajęcia fakultatywne.

IV. Kryteria oceniania

Wymagania edukacyjne na poszczególne oceny

A. Celujący (6)

Ocenę celującą otrzymuje Uczeń, który :

1. Jest aktywny podczas lekcji, bardzo chętnie i z zaangażowaniem wykonuje polecenia nauczyciela, a także samodzielnie doskonali swoje umiejętności i sprawność koordynacyjno–ruchową;
2. Swoją postawą i stosunkiem do przedmiotu nie budzi zastrzeżeń. Jest zdyscyplinowany, koleżeński, posiada prawidłowe nawyki higieniczno – zdrowotne, zawsze posiada właściwy ubiór na lekcji wychowania fizycznego;

KRYTERIA OCENIANIA I WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY ŚRÓDROCZNE I ROCZNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO



3. Szanuje i dba o szkolny sprzęt sportowy i potrafi wykorzystywać go zgodnie z przeznaczeniem;
4. Wykazuje się bardzo dobrą znajomością przepisów gier sportowych i umiejętnością pomocy przy ich organizacji;
5. Aktywnie bierze udział w pozalekcyjnych i pozaszkolnych zajęciach sportowo-rekreacyjnych, godnie reprezentuje szkołę w międzyszkolnych zawodach sportowych;

B. Bardzo dobry (5)

Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który :

1. Jest aktywny podczas lekcji, chętnie i z zaangażowaniem wykonuje polecenia nauczyciela, w miarę możliwości samodzielnie doskonali swoje umiejętności i sprawność koordynacyjno-ruchową;
2. Swoją postawą i stosunkiem do przedmiotu nie budzi zastrzeżeń. Jest zdyscyplinowany, koleżeński, posiada prawidłowe nawyki higieniczno - zdrowotne, zawsze posiada właściwy ubiór na lekcji WF;
3. Szanuje i dba o szkolny sprzęt sportowy i potrafi wykorzystywać go zgodnie z przeznaczeniem;
4. Wykazuje się bardzo dobrą znajomością przepisów gier sportowych i umiejętnością pomocy przy ich organizacji;

C. Dobry(4)

Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który :

1. Jest aktywny podczas lekcji, wykonuje polecenia nauczyciela, doskonali swoje umiejętności i sprawność koordynacyjno-ruchową;
2. Swoją postawą i stosunkiem do przedmiotu nie budzi większych zastrzeżeń. Jest zdyscyplinowany, koleżeński, posiada prawidłowe nawyki higieniczno-zdrowotne, zawsze posiada właściwy ubiór na lekcji WF;
3. Szanuje i dba o szkolny sprzęt sportowy, nie zawsze potrafi wykorzystywać go zgodnie z przeznaczeniem;

KRYTERIA OCENIANIA I WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY ŚRÓDROCZNE I ROCZNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO



4. Wykazuje się dobrą znajomością przepisów gier sportowych i umiejętnością pomocy przy ich organizacji;

D. Dostateczny (3)

Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który :

1. Nie wykazuje się aktywnością podczas lekcji, niechętnie wykonuje polecenia nauczyciela, nie wykazuje starań w kierunku samodzielnego doskonalenia swoich umiejętności i sprawności koordynacyjno–ruchowej;
2. Jego postawa i stosunek do przedmiotu budzi pewne zastrzeżenia. Jest mało zdyscyplinowany, jego nawyki higieniczno– zdrowotne przedstawiają pewne braki, nie zawsze posiada właściwy ubiór na lekcji WF;
3. Szanuje szkolny sprzęt sportowy, lecz nie potrafi wykorzystywać go zgodnie z przeznaczeniem;
4. Wykazuje się słabą znajomością przepisów gier sportowych i umiejętnością pomocy przy ich organizacji;

E. Dopuszczający (2)

Ocenę dopuszczającą otrzymuje Uczeń, który :

1. Nie wykazuje się aktywnością podczas lekcji, z dużym oporem wykonuje polecenia nauczyciela, nie widzi potrzeby samodzielnego doskonalenia swoich umiejętności i sprawności koordynacyjno-ruchowej nawet przy pomocy nauczyciela;
2. Jego postawa i stosunek do przedmiotu budzi wiele zastrzeżeń. Jest niezdyscyplinowany, wykazuje duże braki prawidłowych nawyków higieniczno–zdrowotnych, bardzo często nie posiada właściwego ubioru na lekcji WF;
3. Nie szanuje szkolnego sprzętu sportowego, nie potrafi wykorzystywać go zgodnie z przeznaczeniem;
4. Nie zna przepisów gier sportowych i nie potrafi pomóc przy organizacji zawodów sportowych;

KRYTERIA OCENIANIA I WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY ŚRÓDROCZNE I ROCZNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO



F. Niedostateczny (1)

Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który :

1. Nie przejawia żadnej aktywności podczas lekcji, nie wykonuje poleceń nauczyciela, w ogóle nie widzi potrzeby samodzielnego doskonalenia swoich umiejętności i sprawności koordynacyjno-ruchowej;
2. Jego postawa i stosunek do przedmiotu budzi wiele zastrzeżeń. Jest niezdyscyplinowany, nie posiada prawidłowych nawyków higieniczno–zdrowotnych, regularnie nie posiada właściwego ubioru na lekcji WF;
3. Niszczy szkolny sprzęt sportowy, nie potrafi wykorzystywać go zgodnie z przeznaczeniem;
4. Nie zna przepisów gier sportowych i nie potrafi pomóc przy organizacji zawodów sportowych;

V. Wymagania edukacyjne

Wybór ocenianych umiejętności z danej dyscypliny w danym roku szkolnym zależy od warunków atmosferycznych i bazowych szkoły oraz od poziomu umiejętności reprezentowanych przez uczniów w danej grupie i należy do nauczyciela.

	Dział programowy	Zakres wymagań na poszczególne oceny szkolne				
		celujący	bardzo dobry	dobry	dostateczny	dopuszczający
EDUKACJA ZDROWOTNA	1. Zdrowie jest wartością dla człowieka i zasobem dla społeczeństwa oraz na czym polega dbałość o zdrowie w okresie młodości i wczesnej dorosłości.	1. Wyjaśnia, dlaczego zdrowie jest wartością dla człowieka i zasobem dla społeczeństwa oraz na czym polega dbałość o zdrowie w okresie młodości i wczesnej dorosłości.	1. Wyjaśnia, dlaczego zdrowie jest wartością dla człowieka i zasobem dla społeczeństwa oraz na czym polega dbałość o zdrowie w okresie młodości i wczesnej dorosłości.	1. Wyjaśnia, dlaczego zdrowie jest wartością dla człowieka i zasobem dla społeczeństwa oraz na czym polega dbałość o zdrowie w okresie młodości i wczesnej dorosłości.	1. Podaje definicję zdrowia oraz na czym polega dbałość o zdrowie.	1. Z pomocą nauczyciela definiuje pojęcie zdrowia oraz na czym polega dbałość o zdrowie.
	2. Odpowiedzialność za zdrowie własne i innych ludzi.	2. Wyjaśnia, co oznacza odpowiedzialność za zdrowie własne i innych ludzi.	2. Wyjaśnia, co oznacza odpowiedzialność za zdrowie własne i innych ludzi.	2. Wyjaśnia, co oznacza odpowiedzialność za zdrowie własne i innych ludzi.	2. Wie, na czym polega odpowiedzialność za zdrowie własne i innych ludzi.	2. Z pomocą nauczyciela wyjaśnia na czym polega odpowiedzialność za zdrowie własne i innych ludzi.
	3. Konstrukttywne, optymistyczne sposoby wyjaśniania trudnych zdarzeń i przeformułowania myśli negatywnych na pozytywne.	3. Omawia konstruktywne, optymistyczne sposoby wyjaśniania trudnych zdarzeń i przeformułowania myśli negatywnych na pozytywne.	3. Omawia konstruktywne, optymistyczne sposoby wyjaśniania trudnych zdarzeń i przeformułowania myśli negatywnych na pozytywne.	3. Omawia konstruktywne, optymistyczne sposoby wyjaśniania trudnych zdarzeń i przeformułowania myśli negatywnych na pozytywne.	3. Potrafi omówić sposoby wyjaśniania trudnych zdarzeń.	3. Z pomocą nauczyciela omawia sposoby wyjaśniania trudnych zdarzeń.
	4. Praca nad sobą dla zwiększenia wiary w siebie, poczucia własnej wartości i umiejętności podejmowania decyzji.	4. Wyjaśnia, na czym polega praca nad sobą dla zwiększenia wiary w siebie, poczucia własnej wartości i umiejętności podejmowania decyzji.	4. Wyjaśnia, na czym polega praca nad sobą dla zwiększenia wiary w siebie, poczucia własnej wartości i umiejętności podejmowania decyzji.	4. Wyjaśnia, na czym polega praca nad sobą dla zwiększenia wiary w siebie, poczucia własnej wartości i umiejętności podejmowania decyzji.	4. W sposób prawidłowy definiuje pojęcie poczucia własnej wartości ale nie potrafi wyjaśnić na czym polega praca nad sobą dla zwiększenia wiary w siebie i umiejętności podejmowania decyzji.	4. Z pomocą nauczyciela definiuje pojęcie poczucia własnej wartości ale nie potrafi wyjaśnić na czym polega praca nad sobą dla zwiększenia wiary w siebie i umiejętności podejmowania decyzji.
	5. Konstrukttywne przekazywanie i odbieranie pozytywnych i negatywnych informacji zwrotnych oraz radzenie sobie z	5. Wyjaśnia, na czym polega konstruktywne przekazywanie i odbieranie pozytywnych i negatywnych informacji zwrotnych oraz radzenie sobie z krytyką.	5. Wyjaśnia, na czym polega konstruktywne przekazywanie i odbieranie pozytywnych i negatywnych informacji zwrotnych oraz radzenie	5. Wyjaśnia, na czym polega konstruktywne przekazywanie i odbieranie pozytywnych i negatywnych informacji zwrotnych oraz radzenie sobie z krytyką.	5. Zna pojęcie konstruktywnych i negatywnych informacji zwrotnych ale nie radzi sobie z konstruktywnym przekazywaniem i odbieraniem tych informacji	5. . Z pomocą nauczyciela wyjaśnia pojęcie konstruktywnych i negatywnych informacji zwrotnych ale nie radzi sobie z konstruktywnym przekazywaniem i odbieraniem tych informacji oraz krytyką.

KRYTERIA OCENIANIA I WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY ŚRÓDROCZNE I ROCZNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO



	krytyką.		sobie z krytyką.		oraz krytyką.	
	6. Zasady racjonalnego gospodarowania czasem.	6. Omawia zasady racjonalnego gospodarowania czasem.	6. Omawia zasady racjonalnego gospodarowania czasem.	6. Omawia zasady racjonalnego gospodarowania czasem.	6. Omawia własny plan dnia w którym pojawiają się dysproporcje między nauką, odpoczynkiem a snem.	6. Pełnia błędy omawiając własny plan dnia nie zachowując należytych proporcji między nauką, odpoczynkiem a snem.
	7. Samobadanie i samokontrola zdrowia oraz dlaczego należy poddawać się badaniom profilaktycznym w okresie całego życia.	7. Wyjaśnia, na czym polega samobadanie i samokontrola zdrowia oraz dlaczego należy poddawać się badaniom profilaktycznym w okresie całego życia.	7. Wyjaśnia, na czym polega samobadanie i samokontrola zdrowia oraz dlaczego należy poddawać się badaniom profilaktycznym w okresie całego życia.	7. Wyjaśnia, na czym polega samobadanie i samokontrola zdrowia oraz dlaczego należy poddawać się badaniom profilaktycznym w okresie całego życia.	7. Wie, że profilaktyka w życiu człowieka odgrywa ważną rolę. Ma jednak problem z określeniem na czym polega samobadanie i problem z określeniem na czym polega samobadanie i samokontrola zdrowia.	7. Z pomocą nauczyciela podaje definicję profilaktyki, nie potrafi określić na czym polega samobadanie i samokontrola zdrowia.
	8. Aktywnym pacjent, podstawowe prawa pacjenta.	8. Wyjaśnia, co to znaczy być aktywnym pacjentem i jakie są podstawowe prawa pacjenta.	8. Wyjaśnia, co to znaczy być aktywnym pacjentem i jakie są podstawowe prawa pacjenta.	8. Wyjaśnia, co to znaczy być aktywnym pacjentem i jakie są podstawowe prawa pacjenta.	8. Wie co to znaczy być aktywnym pacjentem, wymienia z pomocą nauczyciela niektóre podstawowe prawa pacjenta.	8. Wie co to znaczy być aktywnym pacjentem, nie potrafi wymienić z pomocą nauczyciela niektóre z podstawowych praw pacjenta.
	9. Przyczyny i skutki stereotypów i stygmatyzacji osób chorych psychicznie i dyskryminowanych (np. żyjących z HIV/AIDS).	9. Omawia przyczyny i skutki stereotypów i stygmatyzacji osób chorych psychicznie i dyskryminowanych (np. żyjących z HIV/AIDS).	9. Omawia przyczyny i skutki stereotypów i stygmatyzacji osób chorych psychicznie i dyskryminowanych (np. żyjących z HIV/AIDS).	9. Omawia przyczyny i skutki stereotypów i stygmatyzacji osób chorych psychicznie i dyskryminowanych (np. żyjących z HIV/AIDS).	9. Zna pojęcia HIV/AIDS, osoba chora psychicznie ale nie potrafi omówić przyczyn i skutków stereotypów, stygmatyzacji i dyskryminacji tych osób.	9. Posiada pobieżną wiedzę na temat HIV/AIDS, osoba chora psychicznie, nie potrafi omówić przyczyn i skutków stereotypów, stygmatyzacji i dyskryminacji tych osób.
	10. Projekt dotyczący wybranych zagadnień zdrowia, sposoby pozyskania sojuszników i współuczestników projektu w szkole, domu lub w społeczności lokalnej.	10. Planuje projekt dotyczący wybranych zagadnień zdrowia oraz wskazuje na sposoby pozyskania sojuszników i współuczestników projektu w szkole, domu lub w społeczności lokalnej.	10. Planuje projekt dotyczący wybranych zagadnień zdrowia oraz wskazuje na sposoby pozyskania sojuszników i współuczestników projektu w szkole, domu lub w społeczności lokalnej.	10. Planuje projekt dotyczący wybranych zagadnień zdrowia oraz wskazuje na sposoby pozyskania sojuszników i współuczestników projektu w szkole, domu lub w społeczności lokalnej.	10. Zna pojęcie projektu edukacyjnego. Przy pomocy nauczyciela dobiera zagadnienia dotyczące zdrowia oraz pozyskiwania sojuszników i współuczestników projektu w szkole, w domu lub w społeczności lokalnej.	10. Z pomocą nauczyciela definiuje pojęcie projektu edukacyjnego a także dobiera zagadnienia dotyczące zdrowia oraz pozyskiwania sojuszników i współuczestników projektu w szkole, w domu lub w społeczności lokalnej.
	11. Współuczestnictwo i współpraca ludzi, organizacji i instytucji w działaniach na rzecz zdrowia.	11. Omawia, na czym polega współuczestnictwo i współpraca ludzi, organizacji i instytucji w działaniach na rzecz	11. Omawia, na czym polega współuczestnictwo i współpraca ludzi, organizacji i instytucji	11. Omawia, na czym polega współuczestnictwo i współpraca ludzi, organizacji i instytucji w działaniach na rzecz zdrowia.	11. Wymienia działania na rzecz zdrowia. Dostyc ogólnikowo omawia sposoby współpracy ludzi, organizacji i instytucji na rzecz zdrowia.	

KRYTERIA OCENIANIA I WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY ŚRÓDROCZNE I ROCZNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO



		zdrowia.	w działaniach na rzecz zdrowia.			
	12. Związek między zdrowiem i środowiskiem. Co zrobić, aby tworzyć środowisko sprzyjające zdrowiu.	12. Wyjaśnia, jaki jest związek między zdrowiem i środowiskiem oraz co sam może zrobić, aby tworzyć środowisko sprzyjające zdrowiu.	12. Wyjaśnia, jaki jest związek między zdrowiem i środowiskiem oraz co sam może zrobić, aby tworzyć środowisko sprzyjające zdrowiu.	12. Wyjaśnia, jaki jest związek między zdrowiem i środowiskiem oraz co sam może zrobić, aby tworzyć środowisko sprzyjające zdrowiu.	12. Potrafi wymienić własne działania sprzyjające zdrowiu.	12. Nie potrafi wyjaśnić, jaki jest związek między zdrowiem i środowiskiem. Z pomocą nauczyciela wymienia własne działania sprzyjające zdrowiu.
LEKKOATLETYKA	Marszobieg na dystansie 2000 m.	Uczeń prawidłowo zmienia intensywność wysiłku stosując różne formy poruszania się bieg, trucht i marsz w odpowiednim tempie i proporcjach, utrzymuje właściwą sylwetkę, ustawienie i pracę ramion podczas biegu, trucht i marszu, marsz jest sprężysty, dynamiczny i szybki.	Uczeń potrafi dostosować intensywność wysiłku do własnych możliwości stosując różne formy poruszania się bieg – marsz lub trucht – marsz w prawidłowym tempie i proporcjach, stara się utrzymać właściwą sylwetkę, ustawienie i pracę ramion podczas biegu, trucht i marszu, marsz jest dynamiczny.	Uczeń stara się dostosować intensywność wysiłku do własnych możliwości, stosując formy poruszania się trucht – marsz, jednak widoczne są błędy w proporcjach (marsz dłuższy niż trucht) i tempie (marsz ma charakter spaceru). Występują drobne błędy w technice: sylwetka, ustawienie i praca ramion podczas biegu, trucht i marszu.	Uczeń ma problemy z dostosowaniem intensywności wysiłku do własnych możliwości, stosując formy poruszania się trucht – marsz ze znaczną przewagą marszu często przejawiającego charakter spaceru, występują błędy w technice: sylwetka, ustawienie i praca ramion podczas biegu, trucht i marszu.	Uczeń podejmuje próbę wykonania zadania jednak nie potrafi dostosować intensywności wysiłku do własnych możliwości, występują błędy w technice: sylwetka, ustawienie i praca ramion podczas biegu, trucht i marszu.
	Bieg na 60 m. ze startu niskiego.	Uczeń wykonuje ćwiczenie płynnie i estetycznie, zachowuje tempo i dynamikę ćwiczenia, wszystkie ruchy są precyzyjne i staranne, start niski, bieg i atak linii mety wykonany wzorową techniką.	Uczeń wykonuje ćwiczenie płynnie i estetycznie, zachowuje tempo i dynamikę ćwiczenia, wszystkie ruchy są precyzyjne i staranne, start niski i bieg wykonany wzorową techniką, brak ataku linii mety.	Uczeń wykonuje ćwiczenie płynnie, zachowuje tempo i dynamikę ćwiczenia, zachowuje poprawność startu niskiego i biegu, brak ataku linii mety.	Uczeń wykonuje ćwiczenie nie zachowując tempa i dynamiki, zachowuje poprawność biegu, występują duże błędy w technice startu niskiego, brak ataku linii mety.	Uczeń wykonuje ćwiczenie nie zachowując tempa i dynamiki, występują duże błędy w technice startu niskiego i biegu, brak ataku linii mety.
	Europejski test sprawności fizycznej.	W ciągu roku szkolnego przeprowadzane są 2 próby wybranych cech motorycznych. Nauczyciel	W ciągu roku szkolnego przeprowadzane są 2 próby wybranych cech motorycznych.	W ciągu roku szkolnego przeprowadzane są 2 próby wybranych cech motorycznych. Nauczyciel	W ciągu roku szkolnego przeprowadzane są 2 próby wybranych cech motorycznych. Nauczyciel	W ciągu roku szkolnego przeprowadzane są 2 próby wybranych cech motorycznych. Nauczyciel ocenia postępy

KRYTERIA OCENIANIA I WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY ŚRÓDROCZNE I ROCZNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO



		ocenia postępy ucznia. Uczeń potrafi dokonać pomiaru wysokości i masy ciała oraz tętna. Otrzymuje ocenę celującą, jeżeli jego postępy są znaczące.	Nauczyciel ocenia postępy ucznia. Uczeń potrafi dokonać pomiaru wysokości i masy ciała oraz tętna. Otrzymuje ocenę bardzo dobrą, jeżeli jego postępy są minimalne.	ocenia postępy ucznia. Uczeń potrafi dokonać pomiaru wysokości i masy ciała oraz tętna. Otrzymuje ocenę dobrą, jeżeli jego sprawność utrzymuje się na tym samym poziomie.	ocenia postępy ucznia. Uczeń nie potrafi samodzielnie dokonać pomiaru wysokości i masy ciała oraz tętna. Otrzymuje ocenę dostateczną, jeżeli regres jego sprawności fizycznej jest minimalny.	ucznia. Uczeń nie potrafi samodzielnie dokonać pomiaru wysokości i masy ciała oraz tętna. Widoczny znaczny regres sprawności fizycznej.
GIMNASTYKA	Przewroty w przód i w tył z różnych pozycji wyjściowych do różnych końcowych.	Uczeń wykonuje ćwiczenie płynnie i estetycznie, wszystkie ruchy są precyzyjne i staranne, stosuje postawę zasadniczą, zachowuje wymaganą pozycję wyjściową i końcową, cechę gimnastyczną, wszystkie elementy wykonane wzorową techniką,	Uczeń wykonuje ćwiczenie prawidłową techniką, dynamicznie, płynnie i estetycznie, stosuje postawę zasadniczą, wymaganą pozycję (wyjściową i końcową), cechę gimnastyczną	Uczeń wykonuje ćwiczenie starannie, występują drobne błędy w technice, estetyce lub płynności ruchu, uczniowi zdarza się pominąć lub zapomnieć o stosowaniu postawy zasadniczej, wymaganych pozycjach (wyjściowej i końcowej), cechy gimnastycznej.	Uczeń wykonuje ćwiczenie z błędami w technice, estetyce, tempie lub płynności ruchu, nie zachowuje odpowiedniej sylwetki, nie stosuje postawy zasadniczej, wymaganych pozycji (wyjściowej i końcowej), cechy gimnastycznej	Uczeń podejmuje próbę wykonania ćwiczenia samodzielnie lub z pomocą nauczyciela, ruch jest uproszczony
	Ćwiczenia równoważne.	Uczeń wykonuje ćwiczenie płynnie i estetycznie, wszystkie ruchy są precyzyjne i staranne, stosuje postawę zasadniczą, zachowuje wymaganą pozycję wyjściową i końcową, cechę gimnastyczną, wszystkie elementy wykonane wzorową techniką.	Uczeń wykonuje ćwiczenie prawidłową techniką, dynamicznie, płynnie i estetycznie, stosuje postawę zasadniczą, wymaganą pozycję (wyjściową i końcową), cechę gimnastyczną	Uczeń wykonuje ćwiczenie starannie, występują drobne błędy w technice, estetyce lub płynności ruchu, uczniowi zdarza się pominąć lub zapomnieć o stosowaniu postawy zasadniczej, wymaganych pozycjach (wyjściowej i końcowej), cechy gimnastycznej.	Uczeń wykonuje ćwiczenie z błędami w technice, estetyce, tempie lub płynności ruchu, nie zachowuje odpowiedniej sylwetki, nie stosuje postawy zasadniczej, wymaganych pozycji (wyjściowej i końcowej), cechy gimnastycznej	Uczeń podejmuje próbę wykonania ćwiczenia samodzielnie lub z pomocą nauczyciela, ruch jest uproszczony
	Podpór łukiem leżąc tyłem (mostek).	Uczeń wykonuje ćwiczenie płynnie i estetycznie, wszystkie ruchy są precyzyjne i staranne, stosuje postawę zasadniczą, zachowuje wymaganą pozycję wyjściową i	Uczeń wykonuje ćwiczenie prawidłową techniką, dynamicznie, płynnie i estetycznie, stosuje postawę zasadniczą, wymaganą pozycję (wyjściową i	Uczeń wykonuje ćwiczenie starannie, występują drobne błędy w technice, estetyce lub płynności ruchu, uczniowi zdarza się zapomnieć o stosowaniu postawy zasadniczej, wymaganych	Uczeń wykonuje ćwiczenie z błędami w technice, estetyce, tempie lub płynności ruchu, nie zachowuje odpowiedniej sylwetki, nie stosuje postawy zasadniczej, wymaganych pozycji (wyjściowej i	Uczeń podejmuje próbę wykonania ćwiczenia samodzielnie lub z pomocą nauczyciela, ruch jest uproszczony

KRYTERIA OCENIANIA I WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY ŚRÓDROCZNE I ROCZNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO



		końcową, cechę gimnastyczną, wszystkie elementy wykonane wzorową techniką.	końcową), cechę gimnastyczną	pozycjach (wyjściowej i końcowej), cechy gimnastycznej.	końcowej), cechy gimnastycznej	
	Skok kuczny przez 5 części skrzyni.	Uczeń wykonuje ćwiczenie płynnie i estetycznie, zachowuje tempo i dynamikę ćwiczenia, wszystkie ruchy są precyzyjne i staranne, zachowuje poprawność naskoku na odskocznię, poprawność ułożenia rąk na skrzyni, poprawność lądowania oraz pozycję końcową, technika przeskoku wykonana wzorową techniką,	Uczeń wykonuje ćwiczenie płynnie i estetycznie, zachowuje tempo i dynamikę ćwiczenia, wszystkie ruchy są precyzyjne i staranne, zachowuje poprawność naskoku na odskocznię, poprawność ułożenia rąk na skrzyni, poprawność lądowania, pozycja końcowa lekko zachwiana, technika przeskoku wykonana wzorową techniką.	Uczeń wykonuje ćwiczenie płynnie, zachowuje tempo i dynamikę ćwiczenia, zachowuje poprawność naskoku na odskocznię, występują drobne błędy w technice wykonania przeskoku oraz poprawności ułożenia rąk na skrzyni, lądowanie niepewne pozycja końcowa mocno zachwiana	Uczeń wykonuje ćwiczenie nie zachowując tempa i dynamiki, zachowuje poprawność naskoku na odskocznię, występują duże błędy w technice ułożenia rąk na skrzyni, brak wykonania przeskoku (naskok na skrzynię)	Uczeń podejmuje próbę wykonania ćwiczenia samodzielnie lub z pomocą nauczyciela, ruch jest uproszczony
	Skok rozkroczny przez kozła.	Uczeń wykonuje ćwiczenie płynnie i estetycznie, zachowuje tempo i dynamikę ćwiczenia, wszystkie ruchy są precyzyjne i staranne, zachowuje poprawność naskoku na odskocznię, poprawność ułożenia rąk na kozle, poprawność lądowania oraz pozycję końcową, technika przeskoku wykonana wzorową techniką,	Uczeń wykonuje ćwiczenie płynnie i estetycznie, zachowuje tempo i dynamikę ćwiczenia, wszystkie ruchy są precyzyjne i staranne, zachowuje poprawność naskoku na odskocznię, poprawność ułożenia rąk na kozle, poprawność lądowania, pozycja końcowa lekko zachwiana, technika przeskoku wykonana wzorową techniką,	Uczeń wykonuje ćwiczenie płynnie, zachowuje tempo i dynamikę ćwiczenia, zachowuje poprawność naskoku na odskocznię, występują drobne błędy w technice wykonania przeskoku oraz poprawności ułożenia rąk na kozle, lądowanie niepewne pozycja końcowa mocno zachwiana	Uczeń wykonuje ćwiczenie nie zachowując tempa i dynamiki, zachowuje poprawność naskoku na odskocznię, występują duże błędy w technice ułożenia rąk na kozle, brak wykonania przeskoku (naskok na kozła)	Uczeń podejmuje próbę wykonania ćwiczenia samodzielnie lub z pomocą nauczyciela, ruch jest uproszczony
	Stanie na RR	Uczeń wykonuje ćwiczenie	Uczeń wykonuje	Uczeń wykonuje ćwiczenie	Uczeń wykonuje ćwiczenie z	Uczeń podejmuje próbę

KRYTERIA OCENIANIA I WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY ŚRÓDROCZNE I ROCZNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO



	z asekuracją.	płynnie i estetycznie, wszystkie ruchy są precyzyjne i staranne, stosuje postawę zasadniczą, zachowuje wymaganą pozycję wyjściową i końcową, poprawność wykonania zamachu nogą, samodzielnie zachowuje pozycję stania, wszystkie elementy wykonane wzorową techniką,	ćwiczenie płynnie i estetycznie, wszystkie ruchy są precyzyjne i staranne, stosuje postawę zasadniczą, zachowuje wymaganą pozycję wyjściową i końcową, poprawność wykonania zamachu nogą, zachowuje pozycję stania przy drabinkach, wszystkie elementy wykonane wzorową techniką,	starannie, występują drobne błędy w technice, estetyce lub płynności ruchu, uczniowi zdarza się zapomnieć o stosowaniu postawy zasadniczej, zachowuje wymaganą pozycję wyjściową i końcową, poprawność wykonania zamachu nogą, zachowuje pozycję stania przy drabinkach	błędami w technice, estetyce, tempie lub płynności ruchu, zapomina o stosowaniu postawy zasadniczej, zachowuje wymaganą pozycję wyjściową, poprawność wykonania zamachu nogą, brak pozycji stania	wykonania ćwiczenia samodzielnie lub z pomocą nauczyciela, ruch jest uproszczony
	Układ ćwiczeń wolnych z wykorzystaniem poznanych ćwiczeń gimnastycznych.	Uczeń opracował układ bardzo ciekawy choreograficznie, wykonuje układ płynnie i estetycznie, w tempie (rytmie) dostosowanym do wybranej muzyki, stosuje ciekawe przejścia i połączenia ruchów, prawidłowe postawy, pozycje oraz cechę gimnastyczną, wykorzystuje przestrzeń, wszystkie ruchy są precyzyjne i staranne	Uczeń opracował i wykonuje układ płynnie i estetycznie, w tempie (rytmie) dostosowanym do wybranej muzyki, stosuje różne przejścia i połączenia ruchów, prawidłowe postawy, pozycje oraz cechę gimnastyczną, umiejętnie wykorzystuje przestrzeń, wszystkie ruchy są staranne	Uczeń opracował układ i stara się wykonać go poprawnie, występują drobne błędy w płynności i estetyce lub w tempie (rytmie) dostosowanym do wybranej muzyki, stosuje przejścia i połączenia ruchów, jednak dostrzega się braki w ich płynności, nie zawsze stosuje prawidłowe postawy, pozycje oraz cechę gimnastyczną, do wykonania układu wykorzystuje małą przestrzeń, wszystkie ruchy są poprawne	Uczeń opracował układ bardzo prosty lub zbyt krótki, występują błędy w płynności przejść i połączeń ruchów, w estetyce lub w tempie (rytmie) dostosowanym do wybranej muzyki, zapomina o stosowaniu prawidłowych postaw, pozycji oraz cechy gimnastycznej, do wykonania układu wykorzystuje zbyt małą przestrzeń lub układ jest zbyt statyczny, ruchy są poprawne lecz nie staranne	Uczeń podejmuje próbę wykonania układu samodzielnie jednak niezbędna jest pomoc nauczyciela, układ jest bardzo prosty, występują błędy w płynności przejść i połączeń ruchów, w estetyce i tempie (rytmie) dostosowanym do wybranej muzyki, zapomina o stosowaniu prawidłowych postaw, pozycji oraz cechy gimnastycznej, do wykonania układu wykorzystuje zbyt małą przestrzeń lub układ jest zbyt statyczny, ruchy nie są poprawne i staranne
PILKA KOSZYKOWA	Kozłowanie piłki.	Uczeń porusza się dynamicznie, utrzymuje właściwe tempo, wszystkie elementy wykonane wzorową techniką,	Uczeń porusza się dynamicznie, utrzymuje właściwe tempo, wszystkie elementy wykonane poprawną techniką,	Uczeń porusza się mało dynamicznie, zbyt wolne tempo, dopuszczalne drobne błędy techniczne	Uczeń wykonuje ćwiczenie wolno, mało dynamicznie, duża liczba błędów technicznych	Uczeń podejmuje próbę wykonania zadania, tempo wolne, niezdarność ruchów, duża liczba błędów technicznych
	Rzut do kosza po kozłowaniu.	Uczeń nie popełnia żadnych błędów technicznych, doskonale panuje nad piłką,	Uczeń nie popełnia żadnych błędów technicznych, bardzo	Uczeń popełnia drobne błędy techniczne, dobrze panuje nad piłką, wykonuje zadanie	Uczeń popełnia błędy techniczne, panuje nad piłką w sposób dostateczny,	Uczeń podejmuje próbę wykonania zadania jednak popełnia wiele błędów

KRYTERIA OCENIANIA I WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY ŚRÓDROCZNE I ROCZNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO



		wykonuje zadanie w szybkim, płynnym tempie, wzorowo technicznie, zgodnie z przepisami, skuteczne (celne) rzuty	dobrze panuje nad piłką, wykonuje zadanie płynnie w dobrym tempie, zgodnie z przepisami, skuteczne (celne) rzuty	płynnie w niezbyt szybkim tempie lecz zgodnie z przepisami, rzut niecelny lecz w obrębie kosza	wykonuje zadanie w wolnym tempie z naruszeniem przepisów gry, rzuty niecelne	technicznych, nie panuje nad piłką, wykonuje zadanie w wolnym tempie i chaotycznie z naruszeniem przepisów gry, rzuty niecelne, jednak się stara, wie na czym polega błąd
PILKA NOŻNA	Uderzenia piłki wewnętrznym, zewnętrznym i prostym podbiciem.	Uczeń nie popełnia żadnych błędów technicznych, doskonale panuje nad piłką, wykonuje zadanie w szybkim tempie, płynnie, wzorowo technicznie.	Uczeń nie popełnia żadnych błędów technicznych, bardzo dobrze panuje nad piłką, wykonuje zadanie płynnie w dobrym tempie.	Uczeń popełnia drobne błędy techniczne, dobrze panuje nad piłką, wykonuje zadanie płynnie w niezbyt szybkim tempie.	Uczeń popełnia błędy techniczne, panuje nad piłką w sposób dostateczny, niektóre podania są niecelne. wykonuje zadanie w wolnym tempie, niezbyt płynnie.	Uczeń popełnia wiele błędów technicznych, nie panuje nad piłką, większość podań jest niedokładna, wykonuje zadanie w wolnym tempie, chaotycznie.
	Strzały na bramkę.	Uczeń stosuje prawidłową technikę wykonania strzału na bramkę, zachowuje sekwencje poszczególnych faz ruchu(nabieg, strzał).	Uczeń stosuje prawidłową technikę wykonania strzału na bramkę, zachowuje poprawne sekwencje poszczególnych faz ruchu(nabieg, strzał).	Uczeń stosuje poprawną technikę wykonania strzału na bramkę, zachowuje sekwencje poszczególnych faz ruchu(nabieg, strzał). Popełnia nieznaczne błędy.	Uczeń popełnia błędy w technice wykonania strzału na bramkę, stara się zachować sekwencje poszczególnych faz ruchu.	Uczeń nie opanował techniki wykonania strzału na bramkę: poprawnie wykonuje nabieg, oddaje strzał przy nieprawidłowym ułożeniu nogi.
SIŁOWNIA	Ćwiczenia wzmacniające i stabilizujące.	Uczeń potrafi wybrać i bezbłędnie wykonać więcej niż po pięć ćwiczeń kształtujących poszczególne zdolności motoryczne oraz używając terminologii wykraczającej poza program uzasadnić swój wybór	Uczeń potrafi wybrać i bezbłędnie wykonać co najmniej po trzy ćwiczenia kształtujące poszczególne zdolności motoryczne oraz w sposób rzeczowy uzasadnić swój wybór.	Uczeń potrafi w sposób prawidłowy wybrać i wykonać co najmniej po dwa ćwiczenia kształtujące poszczególne zdolności motoryczne oraz potrafi w prosty sposób uzasadnić swój wybór .	Uczeń potrafi wybrać i wykonać co najmniej po jednym ćwiczeniu kształtującym poszczególne zdolności motoryczne (występują błędy w zakresie terminologii lub estetyki ruchu). Uczeń nie zawsze potrafi w prosty sposób uzasadnić swój wybór.	Uczeń potrafi wybrać i wykonać co najmniej po jednym ćwiczeniu kształtującym poszczególne zdolności motoryczne jednak występują liczne błędy w terminologii lub wykonaniu ćwiczeń, nie umie samodzielnie uzasadnić swojego wyboru.
AEROBIC	1. Podstawowe kroki w aerobiku: step touch, double step touch, step out, heel back, knee up, V-step, A-step, grape vine, pivot, mambo, chaise, jazz square.	Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania	Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje	Stara się angażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia	Wykazuje małe zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Świadomy swoich słabych stron nie podejmuje działań zmierzających do osiągnięcia postawionego celu.	Nie wykazuje zaangażowania na zajęciach. Nie podejmuje wysiłku nakierowanego na ciągłe usprawnianie. Motywacja grupy i nauczyciela nie stanowią dla niego ważnego impulsu do działania.

KRYTERIA OCENIANIA I WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY ŚRÓDROCZNE I ROCZNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO



		<p>zmerzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie podejmuje się wykonania dodatkowych zadań. Bierze udział w imprezach sportowych szkoły, realizuje projekty.</p>	<p>działania zmerzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie podejmuje się wykonania dodatkowych zadań</p>	<p>postawionego celu. Pokonuje własne słabości.</p>		
	<p>2. Tworzenie układów choreograficznych według inwencji uczniów.</p>	<p>Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmerzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie podejmuje się wykonania dodatkowych zadań. Bierze udział w imprezach sportowych szkoły, realizuje projekty.</p>	<p>Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmerzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie podejmuje się wykonania dodatkowych zadań</p>	<p>Stara się angażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmerzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości.</p>	<p>Wykazuje małe zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Świadomy swoich słabych stron nie podejmuje działań zmerzających do osiągnięcia postawionego celu.</p>	<p>Nie wykazuje zaangażowania na zajęciach. Nie podejmuje wysiłku nakierowanego na ciągłe usprawnianie. Motywacja grupy i nauczyciela nie stanowią dla niego ważnego impulsu do działania.</p>
	<p>3. Wzmacnianie mm RR w postawie, podporach, leżeniu przodem, z przyborem.</p>	<p>Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmerzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie podejmuje się wykonania dodatkowych</p>	<p>Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmerzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie</p>	<p>Stara się angażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmerzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości.</p>	<p>Wykazuje małe zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Świadomy swoich słabych stron nie podejmuje działań zmerzających do osiągnięcia postawionego celu.</p>	<p>Nie wykazuje zaangażowania na zajęciach. Nie podejmuje wysiłku nakierowanego na ciągłe usprawnianie. Motywacja grupy i nauczyciela nie stanowią dla niego ważnego impulsu do działania.</p>

KRYTERIA OCENIANIA I WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY ŚRÓDROCZNE I ROCZNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO



		zadań. Bierze udział w imprezach sportowych szkoły, realizuje projekty.	podjeµmie się wykonania dodatkowych zadań			
	4. Wzmacnianie siły mm brzucha w leżeniu tyłem, w siadzie, z przyborem.	Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie podejmuje się wykonania dodatkowych zadań. Bierze udział w imprezach sportowych szkoły, realizuje projekty.	Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie podejmuje się wykonania dodatkowych zadań	Stara się angażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości.	Wykazuje małe angażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Świadomy swoich słabych stron nie podejmuje działań zmierzających do osiągnięcia postawionego celu.	Nie wykazuje zaangażowania na zajęciach. Nie podejmuje wysiłku nakierowanego na ciągłe usprawnianie. Motywacja grupy i nauczyciela nie stanowią dla niego ważnego impulsu do działania.
	5. Wzmacnianie mm pośladków w postawie, leżeniu przodem, z przyborem.	Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie podejmuje się wykonania dodatkowych zadań. Bierze udział w imprezach sportowych szkoły, realizuje projekty.	Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie podejmuje się wykonania dodatkowych zadań	Stara się angażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości.	Wykazuje małe angażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Świadomy swoich słabych stron nie podejmuje działań zmierzających do osiągnięcia postawionego celu.	Nie wykazuje zaangażowania na zajęciach. Nie podejmuje wysiłku nakierowanego na ciągłe usprawnianie. Motywacja grupy i nauczyciela nie stanowią dla niego ważnego impulsu do działania.

KRYTERIA OCENIANIA I WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY ŚRÓDROCZNE I ROCZNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO



	6. Wzmacnianie mm NN w postawie, leżeniu bokiem, przodem, tyłem, z przyborem.	Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie podejmuje się wykonania dodatkowych zadań. Bierze udział w imprezach sportowych szkoły, realizuje projekty.	Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie podejmuje się wykonania dodatkowych zadań	Stara się angażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości.	Wykazuje małe zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Świadomy swoich słabych stron nie podejmuje działań zmierzających do osiągnięcia postawionego celu.	Nie wykazuje zaangażowania na zajęciach. Nie podejmuje wysiłku nakierowanego na ciągłe usprawnianie. Motywacja grupy i nauczyciela nie stanowią dla niego ważnego impulsu do działania.
BADMINTON	1. Gry i zabawy z rakieta i lotką.	1. Potrafi zademonstrować poprawnie sposoby chwytów rakiety.	1. Potrafi zademonstrować poprawnie sposoby chwytów rakiety.	1. Potrafi zademonstrować poprawnie sposoby chwytów rakiety korzystając z pomocy nauczyciela.	1. Potrafi omówić poprawnie sposoby chwytów rakiety.	1. Nie potrafi zademonstrować poprawnie sposobów chwytów rakiety.
	2. Clear- nauczanie odbicia sposobem górnym.	2. Potrafi udzielić podstawowych wskazówek i skorygować technikę uderzeń górnych	2. Potrafi udzielić podstawowych wskazówek i skorygować technikę uderzeń górnych.	2. Potrafi udzielić podstawowych wskazówek dotyczących techniki uderzeń górnych.	2. Potrafi opisać sposób wykonania cleara.	2. Nie potrafi opisać sposobu wykonania cleara.
	3. Nauczanie uderzeń typu drop.	3. Potrafi udzielić podstawowych wskazówek i skorygować technikę uderzeń górnych.	3. Potrafi udzielić podstawowych wskazówek i skorygować technikę uderzeń górnych.	3. Potrafi udzielić podstawowych wskazówek dotyczących techniki uderzeń górnych.	3. Potrafi opisać sposób wykonania dropa.	3. Nie potrafi opisać sposobu wykonania dropa.
	4. Sposoby poruszania się po boisku.	4. Prawidłowo demonstruje sekwencję pracy NN i RR poruszając się po boisku.	4. Prawidłowo demonstruje sekwencję pracy NN i RR poruszając się po boisku.	4. Prawidłowo omawia sekwencję pracy NN i RR na boisku.	4. Prawidłowo omawia sekwencję pracy NN i RR na boisku z pomocą nauczyciela	4. Nieprawidłowo demonstruje sekwencję pracy NN i RR poruszając się po boisku.

KRYTERIA OCENIANIA I WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY ŚRÓDROCZNE I ROCZNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO



	5. Serw wysoki i krótki.	5. Omawia i demonstruje technikę wykonania serwu długiego i krótkiego.	5. Omawia i demonstruje technikę wykonania serwu długiego i krótkiego.	5. Omawia technikę wykonania serwu długiego i krótkiego.	5. Zna rodzaje wykonania serwu.	5. Omawiając technikę wykonania serwu długiego i krótkiego popełnia błędy.
	6. Taktyka gry pojedynczej.	6. Zna przepisy gry dotyczące wymiarów boiska, punktacji oraz rodzajów gier.	6. Zna przepisy gry dotyczące wymiarów boiska, punktacji oraz rodzajów gier.	6. Zna przepisy gry dotyczące wymiarów boiska, punktacji oraz rodzajów gier. Popelnia błędy.	6. Znajomość przepisów gry dotyczących wymiarów boiska, punktacji oraz rodzajów gier jest mało usystematyzowana.	6. Nie zna przepisów gry dotyczących wymiarów boiska, punktacji oraz rodzajów gier.
PILKA SIATKOWA	1. Przyjęcia i odbicia piłki sposobem obręcz górnym w postawie wysokiej.	Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie podejmuje się wykonania dodatkowych zadań. Bierze udział w imprezach sportowych szkoły, realizuje projekty. Reprezentuje szkołę w zawodach międzyszkolnych.	Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie podejmuje się wykonania dodatkowych zadań	Stara się angażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości.	Wykazuje małe zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Świadomy swoich słabych stron nie podejmuje działań zmierzających do osiągnięcia postawionego celu.	Nie wykazuje zaangażowania na zajęciach. Nie podejmuje wysiłku nakierowanego na ciągłe usprawnianie. Motywacja grupy i nauczyciela nie stanowią dla niego ważnego impulsu do działania.
	2. Przyjęcia i odbicia piłki sposobem obręcz górnym w postawie niskiej.	Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron	Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich	Stara się angażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania	Wykazuje małe zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Świadomy swoich słabych stron nie podejmuje działań zmierzających do osiągnięcia postawionego celu.	Nie wykazuje zaangażowania na zajęciach. Nie podejmuje wysiłku nakierowanego na ciągłe usprawnianie. Motywacja grupy i nauczyciela nie stanowią dla niego ważnego impulsu do działania.

KRYTERIA OCENIANIA I WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY ŚRÓDROCZNE I ROCZNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO



		<p>podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie podejmuje się wykonania dodatkowych zadań. Bierze udział w imprezach sportowych szkoły, realizuje projekty. Reprezentuje szkołę w zawodach międzyszkolnych.</p>	<p>słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie podejmuje się wykonania dodatkowych zadań</p>	<p>zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości.</p>		
	<p>3. Przyjęcia i odbicia piłki sposobem oburącz dolnym w postawie wysokiej.</p>	<p>Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie podejmuje się wykonania dodatkowych zadań. Bierze udział w imprezach sportowych szkoły, realizuje projekty. Reprezentuje szkołę w zawodach międzyszkolnych.</p>	<p>Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie podejmuje się wykonania dodatkowych zadań</p>	<p>Stara się zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości.</p>	<p>Wykazuje małe zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Świadomy swoich słabych stron nie podejmuje działań zmierzających do osiągnięcia postawionego celu.</p>	<p>Nie wykazuje zaangażowania na zajęciach. Nie podejmuje wysiłku nakierowanego na ciągłe usprawnianie. Motywacja grupy i nauczyciela nie stanowią dla niego ważnego impulsu do działania.</p>
	<p>4. Przyjęcia i odbicia piłki sposobem oburącz dolnym w postawie niskiej.</p>	<p>Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy</p>	<p>Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie.</p>	<p>Stara się zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron</p>	<p>Wykazuje małe zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Świadomy swoich słabych stron nie podejmuje działań zmierzających do osiągnięcia postawionego celu.</p>	<p>Nie wykazuje zaangażowania na zajęciach. Nie podejmuje wysiłku nakierowanego na ciągłe usprawnianie. Motywacja grupy i nauczyciela nie stanowią dla niego ważnego impulsu do działania.</p>

KRYTERIA OCENIANIA I WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY ŚRÓDROCZNE I ROCZNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO



		swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie podejmuje się wykonania dodatkowych zadań. Bierze udział w imprezach sportowych szkoły, realizuje projekty. Reprezentuje szkołę w zawodach międzyszkolnych.	Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie podejmuje się wykonania dodatkowych zadań	podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości.		
	5. Nauka zagrywki dolnej.	Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie podejmuje się wykonania dodatkowych zadań. Bierze udział w imprezach sportowych szkoły, realizuje projekty. Reprezentuje szkołę w zawodach międzyszkolnych.	Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie podejmuje się wykonania dodatkowych zadań	Stara się angażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości.	Wykazuje małe zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Świadomy swoich słabych stron nie podejmuje działań zmierzających do osiągnięcia postawionego celu.	Nie wykazuje zaangażowania na zajęciach. Nie podejmuje wysiłku nakierowanego na ciągłe usprawnianie. Motywacja grupy i nauczyciela nie stanowią dla niego ważnego impulsu do działania.
	6. Doskonalenie wykonania zagrywki dolnej.	Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie.	Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w	Stara się angażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek	Wykazuje małe zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Świadomy swoich słabych	Nie wykazuje zaangażowania na zajęciach. Nie podejmuje wysiłku nakierowanego na ciągłe usprawnianie. Motywacja grupy i

KRYTERIA OCENIANIA I WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY ŚRÓDROCZNE I ROCZNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO



		<p>Podje muje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie podejmuje się wykonania dodatkowych zadań. Bierze udział w imprezach sportowych szkoły, realizuje projekty. Reprezentuje szkołę w zawodach międzyszkolnych.</p>	<p>grupie. Podje muje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie podejmuje się wykonania dodatkowych zadań</p>	<p>nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości.</p>	<p>stron nie podejmuje działań zmierzających do osiągnięcia postawionego celu.</p>	<p>nauczyciela nie stanowią dla niego ważnego impulsu do działania.</p>
	<p>7. Nauka zagrywki tenisowej.</p>	<p>Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podje muje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie podejmuje się wykonania dodatkowych zadań. Bierze udział w imprezach sportowych szkoły, realizuje projekty. Reprezentuje szkołę w zawodach międzyszkolnych.</p>	<p>Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podje muje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie podejmuje się wykonania dodatkowych zadań</p>	<p>Stara się angażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podje muje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości.</p>	<p>Wykazuje małe zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Świadomy swoich słabych stron nie podejmuje działań zmierzających do osiągnięcia postawionego celu.</p>	<p>Nie wykazuje zaangażowania na zajęciach. Nie podejmuje wysiłku nakierowanego na ciągłe usprawnianie. Motywacja grupy i nauczyciela nie stanowią dla niego ważnego impulsu do działania.</p>

KRYTERIA OCENIANIA I WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY ŚRÓDROCZNE I ROCZNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO



	8. Nauka zagrywki tenisowej.	<p>Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie podejmuje się wykonania dodatkowych zadań. Bierze udział w imprezach sportowych szkoły, realizuje projekty. Reprezentuje szkołę w zawodach międzyszkolnych.</p>	<p>Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie podejmuje się wykonania dodatkowych zadań</p>	<p>Stara się angażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości.</p>	<p>Wykazuje małe zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Świadomy swoich słabych stron nie podejmuje działań zmierzających do osiągnięcia postawionego celu.</p>	<p>Nie wykazuje zaangażowania na zajęciach. Nie podejmuje wysiłku nakierowanego na ciągłe usprawnianie. Motywacja grupy i nauczyciela nie stanowią dla niego ważnego impulsu do działania.</p>
	9. Plasowanie piłki.	<p>Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie podejmuje się wykonania dodatkowych zadań. Bierze udział w imprezach sportowych szkoły, realizuje projekty.</p>	<p>Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie podejmuje się wykonania dodatkowych zadań</p>	<p>Stara się angażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości.</p>	<p>Wykazuje małe zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Świadomy swoich słabych stron nie podejmuje działań zmierzających do osiągnięcia postawionego celu.</p>	<p>Nie wykazuje zaangażowania na zajęciach. Nie podejmuje wysiłku nakierowanego na ciągłe usprawnianie. Motywacja grupy i nauczyciela nie stanowią dla niego ważnego impulsu do działania.</p>

KRYTERIA OCENIANIA I WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY ŚRÓDROCZNE I ROCZNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO



		Reprezentuje szkołę w zawodach międzyszkolnych.				
	10. Kiwnięcie piłki.	Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie podejmuje się wykonania dodatkowych zadań. Bierze udział w imprezach sportowych szkoły, realizuje projekty. Reprezentuje szkołę w zawodach międzyszkolnych.	Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie podejmuje się wykonania dodatkowych zadań	Stara się zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości.	Wykazuje małe zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Świadomy swoich słabych stron nie podejmuje działań zmierzających do osiągnięcia postawionego celu.	Nie wykazuje zaangażowania na zajęciach. Nie podejmuje wysiłku nakierowanego na ciągłe usprawnianie. Motywacja grupy i nauczyciela nie stanowią dla niego ważnego impulsu do działania.
	11. Zbicie piłki sposobem tenisowym.	Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie podejmuje się	Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne	Stara się zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości.	Wykazuje małe zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Świadomy swoich słabych stron nie podejmuje działań zmierzających do osiągnięcia postawionego celu.	Nie wykazuje zaangażowania na zajęciach. Nie podejmuje wysiłku nakierowanego na ciągłe usprawnianie. Motywacja grupy i nauczyciela nie stanowią dla niego ważnego impulsu do działania.

KRYTERIA OCENIANIA I WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY ŚRÓDROCZNE I ROCZNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO



		wykonania dodatkowych zadań. Bierze udział w imprezach sportowych szkoły, realizuje projekty. Reprezentuje szkołę w zawodach międzyszkolnych.	słabości. Chętnie podejmuje się wykonania dodatkowych zadań			
	12. Zastawienie pojedyncze.	Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie podejmuje się wykonania dodatkowych zadań. Bierze udział w imprezach sportowych szkoły, realizuje projekty. Reprezentuje szkołę w zawodach międzyszkolnych.	Wykazuje duże zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości. Chętnie podejmuje się wykonania dodatkowych zadań	Stara się angażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Podejmuje wysiłek nakierowany na ciągłe usprawnianie. Świadomy swoich słabych stron podejmuje działania zmierzające do osiągnięcia postawionego celu. Pokonuje własne słabości.	Wykazuje małe zaangażowanie na zajęciach. Jest chętny do współpracy w grupie. Świadomy swoich słabych stron nie podejmuje działań zmierzających do osiągnięcia postawionego celu.	Nie wykazuje zaangażowania na zajęciach. Nie podejmuje wysiłku nakierowanego na ciągłe usprawnianie. Motywacja grupy i nauczyciela nie stanowią dla niego ważnego impulsu do działania.
PLYWANIE	1.Kraul na grzbiecie.	1. Potrafi rytmicznie połączyć pozycję ciała z ruchami RR i NN. Utrzymuje poziomą sylwetkę ciała a głowę w jednej linii z kręgosłupem, stopy obciążone. Zachowuje poprawność techniczną pracy RR i NN.	1. Potrafi rytmicznie połączyć pozycję ciała z ruchami RR i NN. Utrzymuje poziomą sylwetkę ciała a głowę w jednej linii z kręgosłupem, stopy obciążone. Zachowuje poprawność techniczną	1. Potrafi rytmicznie połączyć pozycję ciała z ruchami RR i NN. Utrzymuje poziomą sylwetkę ciała a głowę w jednej linii z kręgosłupem, stopy obciążone. Nie w pełni zachowuje poprawność techniczną pracy RR i NN. Popelnia małe błędy.	1. Potrafi połączyć pozycję ciała z ruchami RR i NN – nie zachowuje rytmiczności. Stara się utrzymać poziomą sylwetkę ciała a głowę w jednej linii z kręgosłupem, stopy rozluźnia. Nie zachowuje poprawności technicznej pracy RR i NN.	1. Nie potrafi rytmicznie połączyć pozycji ciała z ruchami RR i NN. Nie utrzymuje poziomej sylwetki ciała a głowę częściowo zanurza w wodzie, stopy rozluźnia. Nie zachowuje poprawności technicznej pracy RR i NN.

KRYTERIA OCENIANIA I WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY ŚRÓDROCZNE I ROCZNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO



			pracy RR i NN.			
2. Kraul na piersiach.	2. Utrzymuje poziomą sylwetkę ciała, prawidłowo wykonuje pracę NN(nożyce) z równoczesną naprzemianstronną pracą RR. Pracę NN i RR łączy z oddychaniem.	2. Utrzymuje poziomą sylwetkę ciała, prawidłowo wykonuje pracę NN(nożyce) z równoczesną naprzemianstronną pracą RR. Pracę NN i RR łączy z oddychaniem.	2. Utrzymuje poziomą sylwetkę ciała, prawidłowo wykonuje pracę NN(nożyce) z równoczesną naprzemianstronną pracą RR. Pracę NN i RR łączy z oddychaniem. Popelnia małe błędy.	2. Utrzymuje poziomą sylwetkę ciała, prawidłowo wykonuje pracę NN(nożyce) z równoczesną naprzemianstronną pracą RR. Pracę NN i RR łączy z oddychaniem. Popelnia małe błędy.	2. Stara się utrzymać poziomą sylwetkę ciała, prawidłowo wykonuje pracę NN(nożyce) z równoczesną naprzemianstronną pracą RR. Pracę NN i RR łączy z oddychaniem nad powierzchnią wody. Popelnia błędy.	2. Utrzymuje poziomą sylwetkę ciała, nieprawidłowo wykonuje pracę NN(nożyce) z naprzemianstronną pracą RR. Oddycha nad powierzchnią wody.
3. Technika przepłynięcia stylem klasycznym.	3. Prawą i lewą stroną ciała wykonuje symetryczne ruchy. W zsynchronizowanej kolejności prawidłowo wykonuje ruchy NN i RR. Prawidłowo oddycha.	3. Prawą i lewą stroną ciała wykonuje symetryczne ruchy. W zsynchronizowanej kolejności prawidłowo wykonuje ruchy NN i RR. Prawidłowo oddycha.	3. Prawą i lewą stroną ciała wykonuje symetryczne ruchy. W zsynchronizowanej kolejności prawidłowo wykonuje ruchy NN i RR. Prawidłowo oddycha. Popelnia małe błędy.	3. Prawą i lewą stroną ciała wykonuje symetryczne ruchy. W zsynchronizowanej kolejności prawidłowo wykonuje ruchy NN i RR. Prawidłowo oddycha. Popelnia małe błędy.	3. Prawą i lewą stroną ciała stara się wykonać symetryczne ruchy. W mało zsynchronizowanej kolejności wykonuje ruchy NN i RR popełniając błędy techniczne.	3.4. W mało zsynchronizowanej kolejności wykonuje ruchy NN i RR. Popelnia rażące błędy techniczne. Oddycha nad powierzchnią wody.
4. Skoki do wody ze słupka połączone z nurkowaniem w głęb i w dal.	4. Wykonuje prawidłowo skok do wody o NN prostych. Nurkuje wyciągając zatopiony przedmiot w wodzie.	4. Wykonuje prawidłowo skok do wody o NN prostych. Nurkuje wyciągając zatopiony przedmiot w wodzie.	4. Wykonuje prawidłowo skok do wody o NN prostych. Nurkuje wyciągając zatopiony przedmiot w wodzie. Popelnia małe błędy.	4. Wykonuje prawidłowo skok do wody o NN prostych. Nurkuje wyciągając zatopiony przedmiot w wodzie. Popelnia małe błędy.	4. Wykonuje skok do wody – ugina NN. Nurkuje wyciągając zatopiony przedmiot w wodzie. Popelnia błędy.	4. W mało zsynchronizowanej kolejności wykonuje ruchy NN i RR. Popelnia rażące błędy techniczne. Oddycha nad powierzchnią wody.
5. Łączenie poznanych stylów pływackich – 200m	5. Łączy poznane style pływackie stosując poprawną technikę wykonania na dystansie 200m. Reprezentuje szkołę w zawodach międzyszkolnych.	5. Łączy poznane style pływackie stosując poprawną technikę wykonania na dystansie 200m.	5. Łączy poznane style pływackie stosując poprawną technikę wykonania na dystansie 200m. Popelnia małe błędy.	5. Łączy poznane style pływackie stosując błędy techniczne na dystansie 200m.	5. Łączy poznane style pływackie stosując nieprawidłową technikę wykonania dystansie 200m. Popelnia rażące błędy techniczne, oddycha nad powierzchnią wody.	

KRYTERIA OCENIANIA I WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY ŚRÓDROCZNE I ROCZNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO



ROZGRZEWKA	<p>Rola rozgrzewki w przygotowaniu organizmu do ćwiczeń.</p>	<p>Uczeń z łatwością potrafi wybrać miejsce i ustawienie ćwiczących, troszczy się o bezpieczeństwo (odległości między ćwiczącymi), prawidłowo stosuje części rozgrzewki, bezbłędnie dobiera i wykonuje ćwiczenia kształtujące: RR, NN, T we wszystkich osiach i płaszczyznach angażując poszczególne partie mięśniowe, stosuje różnorodne pozycje, płynnie przechodząc z wysokich do niskich, używa terminologii wykraczającej poza program, stosuje ćwiczenia specjalistyczne w zależności od zaplanowanego na zajęcia rodzaju wysiłku fizycznego czy dyscypliny sportowej, potrafi uzasadnić swój wybór ćwiczeń.</p>	<p>Uczeń potrafi wybrać miejsce i ustawienie ćwiczących, zwraca uwagę na bezpieczeństwo (odległości między ćwiczącymi), stosuje części rozgrzewki, starannie dobiera i wykonuje ćwiczenia kształtujące: RR, NN, T angażując poszczególne partie mięśniowe, stosuje różnorodne pozycje oraz używa poprawnej terminologii, potrafi zastosować ćwiczenia specjalistyczne w zależności od zaplanowanego na zajęcia rodzaju wysiłku fizycznego czy dyscypliny sportowej, w sposób rzeczowy potrafi uzasadnić swój wybór ćwiczeń.</p>	<p>Uczeń popełnia drobne błędy przy wyborze miejsca i ustawienia ćwiczących, nie zawsze zwraca uwagę na bezpieczeństwo (odległości między ćwiczącymi), popełnia drobne błędy w doborze i wykonaniu ćwiczeń kształtujących: RR, NN, T, nie zawsze potrafi zastosować ćwiczenia specjalistyczne w zależności od zaplanowanego na zajęcia rodzaju wysiłku fizycznego czy dyscypliny sportowej, zauważa się braki w stosowaniu poprawnego nazewnictwa i terminologii, wykonuje ćwiczenia w różnych pozycjach lecz ma niewielkie trudności z płynnością w ich zmianie, potrafi w prosty sposób uzasadnić swój wybór ćwiczeń.</p>	<p>Uczeń popełnia błędy przy wyborze miejsca i ustawienia ćwiczących, zapomina o bezpieczeństwie (odległości między ćwiczącymi), popełnia błędy w doborze i wykonaniu ćwiczeń kształtujących: RR, NN, T, z pomocą potrafi zastosować ćwiczenia specjalistyczne w zależności od zaplanowanego na zajęcia rodzaju wysiłku fizycznego czy dyscypliny sportowej, występują błędy w zakresie terminologii lub estetyki ruchu. Uczeń chaotycznie zmienia pozycje do ćwiczeń, nie zawsze potrafi w prosty sposób uzasadnić swój wybór ćwiczeń</p>	<p>Uczeń ma problemy z wyborem odpowiedniego miejsca i ustawienia ćwiczących, dysponuje małym zasobem ćwiczeń kształtujących: RR, NN i T, popełnia błędy w ich doborze i wykonaniu, nie potrafi samodzielnie lecz z pomocą nauczyciela wybrać i wykonać co najmniej jedno ćwiczenie specjalistyczne, występują duże braki i błędy w terminologii oraz poprawnym nazewnictwie, uczeń nie umie samodzielnie uzasadnić swojego wyboru ćwiczeń, jednak potrafi uzasadnić wybór z pomocą nauczyciela.</p>
-------------------	---	--	---	---	--	--

VI. Uwagi końcowe

1. Zmian i poprawek w Kryteriach oceniania i wymaganiach edukacyjnych na poszczególne oceny za okres i roczne może dokonywać zespół nauczycieli wychowania fizycznego.
2. Autorzy dokumentu:

Małgorzata Rychlik _____

Andrzej Skaliński _____

Beata Karpeta _____

Magdalena Muszyńska _____

Wojciech Nowak _____