

# **PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA WYCHOWANIE FIZYCZNE**

## **II ETAP EDUKACYJNY**

**SZKOŁA PODSTAWOWA IM. M. KOPERNIKA  
W NOWEJ WSI  
ROK SZKOLNY 2022/2023**

## **ZAŁOŻENIA WSTĘPNE**

1. Przedmiotowy system oceniania jest zgodny ze Statutem Szkoły Podstawowej im. Mikołaja Kopernika w Nowej Wsi.
2. Szczegółowe kryteria systemu oceniania są zgodne z WZO, podstawą programową z wychowania fizycznego oraz Rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 19 sierpnia 2022 r. w sprawie oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych.

Ocena zawsze musi uwzględniać indywidualne predyspozycje i możliwości. Powinna zawierać informacje dotyczące:

- chęci, czyli stosunku do własnej aktywności fizycznej ucznia,
- jego wysiłek wkładany w wywiązywanie się z zadań,
- postępu, czyli opisu poziomu osiągniętych zmian w stosunku do diagnozy wstępnej,
- postawy, czyli stosunku do partnera, przeciwnika, sędziego,
- rezultatu, czyli informacji o wyniku osiągniętym w sportach wymiernych i dokładności wykonania ćwiczenia.

## **ZASADY PRZEDMIOTOWEGO SYSTEMU OCENIANIA**

1. Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego, przede wszystkim brany jest pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć oraz systematyczność udziału ucznia w zajęciach.
2. Na początku roku szkolnego nauczyciel zapoznaje uczniów z wymaganiami edukacyjnymi oraz przedmiotowym systemem oceniania, co potwierdza wpisem w dzienniku lekcyjnym „Librus”.
3. Wszystkie dokumenty, dotyczące przedmiotowego systemu oceniania, nauczyciel przechowuje przez cały rok szkolny i udostępnia uczniom oraz rodzicom do wglądu na ich prośbę.
4. Oceny są jawne, nauczyciel uzasadnia je oraz podaje sposoby poprawy.

5. Uczeń w ciągu roku szkolnego podlega systematycznej i obiektywnej ocenie zgodnie z jego indywidualnymi możliwościami.
6. Nauczyciel wystawia ocenę biorąc pod uwagę oceny z poszczególnych obszarów, systematyczność udziału ucznia w zajęciach oraz działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej. „Uczestnictwo ucznia w zajęciach” rozumie się jako ucznia przebranego w strój sportowy i ćwiczącego na lekcji. Dokonując oceny systematyczności oblicza się frekwencję na zajęciach. Frekwencja to procentowy udział ucznia we wszystkich przeprowadzonych zajęciach.
7. Dyrektor zwalnia ucznia z zajęć wychowania fizycznego na podstawie opinii, wydanej przez lekarza, na czas określony w tej opinii.
8. W dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się „zwolniony”, kiedy okres zwalniania przekracza połowę czasu, przeznaczonego na te zajęcia w szkolnym planie nauczania w danym półroczu i nie ma podstawy do wystawienia oceny.
10. Zasady zwalniania uczniów z wykonywania określonych ćwiczeń fizycznych oraz zwalniania z realizacji zajęć wychowania fizycznego określa procedura, która znajduje się na stronie internetowej szkoły w zakładce „dokumenty”.
11. Uczeń, który posiada zwolnienie od rodzica z powodu chwilowej niedyspozycji lub przebytej choroby, ma obowiązek przebywać na tych zajęciach i realizować zadania teoretyczne oraz pomagać w organizacji lekcji.
12. O postępach ucznia rodzice powinni być systematycznie informowani na zebraniach rodziców.
13. Na dwa tygodnie przed klasyfikacją roczną uczeń i jego rodzice (prawni opiekunowie), powinni być poinformowani o zagrożeniu oceną niedostateczną lub nieklasyfikowaniem.
14. W przypadku uzyskania oceny rocznej niedostatecznej, uczniowi przysługuje prawo do egzaminu poprawkowego.

**PRZEDMIOT OCENY**

**Podstawą oceny jest wysilek włożony przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć.**

Ocenie podlega:

1. Systematyczny udział w zajęciach
2. Sumienne i staranne wywiązywanie się z obowiązków wynikających z przedmiotu.
3. Zaangażowanie w przebieg lekcji i przygotowanie się do zajęć.
4. Stosunek do partnera i przeciwnika, postawa na lekcji.
6. Postęp w opanowaniu umiejętności i wiadomości przewidzianych dla poszczególnych klas zgodnie z indywidualnymi możliwościami i predyspozycjami.
7. Osiągnięte wyniki sportowe, dokładność wykonywania zadań i poziom zdobytej wiedzy.
8. Prawidłowe przeprowadzenie rozgrzewki.

**KRYTERIA OCEN**

| Skala ocen                              | Szczegółowe kryteria oceny.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który : | <ul style="list-style-type: none"><li>- uczeń systematycznie uczestniczy w zajęciach,</li><li>- wykazuje bardzo duże zaangażowanie,</li><li>- jest zawsze przygotowany do zajęć,</li><li>- sprawdziany wykonuje na ocenę bardzo dobrą i celującą,</li><li>- przestrzega zasad „fair play” na boisku i w życiu,</li><li>- umie pogodzić się z przegraną,</li><li>- uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych o charakterze sportowym,</li><li>- jest zaangażowany w działalność sportową szkoły,</li><li>- reprezentuje szkołę w rozgrywkach sportowych,</li><li>- zawsze przestrzega ustalonych reguł i zasad bezpieczeństwa,</li><li>- szanuje poglądy innych ,</li><li>– prezentuje postawę godną naśladowania: jest koleżeński,</li></ul> |

|                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                            | <p>życzliwy, odznacza się wysoką kulturą osobistą, potrafi współpracować na boisku i poza nim,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- jest odpowiedzialny za zdrowie własne i innych,</li> <li>- właściwie pełni rolę zawodnika, sędziego i kibica,</li> <li>- wykazuje asertywność i empatię,</li> <li>- motywuje innych do aktywności fizycznej, ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i osób o specjalnych potrzebach edukacyjnych,</li> <li>- frekwencja powyżej 91%.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń ,który: | <ul style="list-style-type: none"> <li>- uczeń systematycznie uczestniczy w zajęciach,</li> <li>- wykazuje bardzo duże zaangażowanie,</li> <li>- jest zawsze przygotowany do zajęć,</li> <li>- sprawdziany wykonuje na ocenę dobrą i bardzo dobrą,</li> <li>- przestrzega zasad „fair play” na boisku i w życiu,</li> <li>- umie pogodzić się z przegraną,</li> <li>- zawsze przestrzega ustalonych reguł i zasad bezpieczeństwa,</li> <li>- szanuje poglądy innych ,</li> <li>- prezentuje postawę godną naśladowania: jest koleżeński, życzliwy, odznacza się wysoką kulturą osobistą, potrafi współpracować na boisku i poza nim,</li> <li>- jest odpowiedzialny za zdrowie własne i innych,</li> <li>- właściwie pełni rolę zawodnika, sędziego i kibica,</li> <li>- wykazuje asertywność i empatię,</li> <li>- motywuje innych do aktywności fizycznej, ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i osób o specjalnych potrzebach edukacyjnych,</li> <li>- frekwencja 83-90%.</li> </ul> |
| Ocenę dobrą otrzymuje uczeń ,który:        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- uczeń systematycznie uczestniczy w zajęciach i jest przygotowany,</li> <li>- w sprawdzianach robi postępy w stosunku do wcześniejszych rezultatów,</li> <li>- umie pogodzić się z przegraną,</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

|                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>- stara się przestrzegać ustalonych reguł i zasad bezpieczeństwa,</li> <li>- szanuje poglądy innych,</li> <li>- stara się być dobrym zawodnikiem, sędzią i kibicem,</li> <li>współpracować w grupie, szanować poglądy i wysiłki innych,</li> <li>wykazywać asertywność i empatię,</li> <li>- frekwencja 76-82%.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń ,który:    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- wykazuje słabe zaangażowanie na zajęciach,</li> <li>- bywa nieprzygotowany do zajęć,</li> <li>- sprawdziany wykonuje na ocenę dostateczną i dopuszczającą,</li> <li>- powierzone mu zadania wykonuje niestarannie i niedbale,</li> <li>- nie szanuje powierzonego mu sprzętu sportowego,</li> <li>- często nie stosuje zasady „czystej gry”,</li> <li>- nie zależy mu na efektach pracy,</li> <li>- frekwencja 69-75%.</li> </ul>                                                                                                                                             |
| Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń ,który:  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- na zajęciach nie wykazuje żadnej aktywności fizycznej, regularnie nie jest przygotowany do zajęć,</li> <li>- bardzo często opuszcza zajęcia,</li> <li>- w sprawdzianach nie robi postępów w stosunku do wcześniejszych rezultatów,</li> <li>- bardzo często zdarzają mu się przypadki nie stosowania zasad „czystej gry”,</li> <li>- zachowuje się niewłaściwie jako zawodnik, sędzia i kibic,</li> <li>- nie współpracuje w grupie,</li> <li>- frekwencja 60-68%,</li> <li>- Nie szanuje sprzętu sportowego, nie potrafi go wykorzystać zgodnie z przeznaczeniem.</li> </ul> |
| Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń ,który: | <ul style="list-style-type: none"> <li>- na zajęciach nie wykazuje żadnej aktywności fizycznej, regularnie nie jest przygotowany do zajęć,</li> <li>- swoim zachowaniem dezorganizuje pracę nauczyciela,</li> <li>- bardzo często opuszcza zajęcia,</li> <li>- w sprawdzianach nie robi postępów w stosunku do wcześniejszych</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                               |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | rezultatów,<br>- nie stosuje zasad „czystej gry”,<br>- zachowuje się niewłaściwie jako zawodnik, sędzia i kibic,<br>- nie współpracuje w grupie,<br>- frekwencja 51-59%,<br>- Nie szanuje sprzętu sportowego, nie potrafi go wykorzystać zgodnie z przeznaczeniem. |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**NIEKLASYFIKOWANIE**

Uczeń nie będzie klasyfikowany z wychowania fizycznego jeśli opuści 50% godzin w półroczu bez usprawiedliwienia.

**KRYTERIA GŁÓWNE**

To oceny z dyscyplin sportowych. Uczniowie będą oceniani na podstawie postępów, uzyskanych w testach sprawności i sprawdzianach, obejmujących umiejętności ruchowe z poszczególnych dyscyplin sportowych: lekkoatletyka, gimnastyka, tenis stołowy, rytm, taniec, muzyka, gry zespołowe: piłka ręczna, piłka siatkowa, piłka koszykowa, piłka nożna oraz wiedzy z przepisów i z zakresu edukacji zdrowotnej.

**KRYTERIA DODATKOWE**

To oceny za zaangażowanie i postawę na lekcji, strój sportowy, zajęcia pozalekcyjne, prowadzenie rozgrzewki.

- Zaangażowanie i postawa na lekcji,
- strój sportowy,
- udział w zajęciach pozalekcyjnych o charakterze sportowym,
- prowadzenie rozgrzewki,
- dbałość o sprzęt sportowy, zachowanie dyscypliny podczas zajęć oraz wykazanie się kulturą osobistą i słowa.

Ocena z wychowania fizycznego na koniec półroczu i na koniec roku szkolnego jest wypadkową ocen z kryteriów głównych i ocen z kryteriów dodatkowych.

Warunki otrzymania oceny wyższej od przewidywanej rocznej oceny klasyfikacyjnej:

- 1) Po uzyskaniu informacji o przewidywanych rocznych ocenach klasyfikacyjnych z wychowania fizycznego, nie później jednak niż 7 dni przed rocznym klasyfikacyjnym posiedzeniem rady pedagogicznej, uczeń i jego rodzice mogą wystąpić z pisemnym wnioskiem do dyrektora szkoły o uzyskanie wyższej niż przewidywana roczna ocena z tego przedmiotu.
- 2) Warunkiem koniecznym do pozytywnego rozpatrzenia wniosku o uzyskanie wyższej niż przewidywana roczna ocena klasyfikacyjna z zajęć wychowania fizycznego jest:
  - uzyskanie ze sprawdzianów umiejętności, testów sprawności co najmniej 50% ocen wyższych od oceny przewidywanej;
  - systematyczne przygotowywanie się do zajęć, liczba nieprzygotowań nie może przekroczyć ustalonej liczby w PSO;
  - właściwa postawa, zaangażowanie i praca na zajęciach.

## **AKTYWNOŚĆ**

Ocenie podlega zaangażowanie ucznia na zajęciach jego udział w rozgrzewce, ćwiczeniach, grze, wykonywanie ćwiczeń w sposób zbliżony do swoich maksymalnych możliwości, inwencję twórczą, dążenie do osiągania wyższych umiejętności, pełnienie roli kapitana zespołu lub sędziego uczeń może otrzymać ocenę bardzo dobrą. Natomiast za niechętny lub negatywny stosunek do uczestnictwa w zajęciach, brak dyscypliny w przypadku ewidentnego lekceważenia swoich obowiązków uczeń może otrzymać ocenę niedostateczną.

Uczeń ma prawo do zgłoszenia braku stroju trzy razy w półroczu. W przypadku czwartego nieprzygotowania uczeń otrzymuje ocenę niedostateczną. Za każde następne nieprzygotowanie, uczeń otrzymuje każdorazowo ocenę niedostateczną.

Formą komunikacji pomiędzy rodzicami ucznia i nauczycielem wychowania fizycznego jest dzienniczek lub „Librus”.

## **STRÓJ SPORTOWY**

Obowiązujący strój:

- obuwie sportowe na jasnej podeszwie,



- koszulka z krótkim rękawem powinna zakrywać dekolt, ramiona brzuch i plecy (bez cekinów, koralików, itp.) lub bluza dresowa,

- krótkie spodenki, legginsy sportowe przynajmniej do połowy uda lub spodnie dresowe,

Zabrania się wykonywania ćwiczeń:

- z długimi paznokciami,

- w łańcuszku na szyi, rękach i innych częściach ciała, w kolczykach i pierścionkach.

### **UDZIAŁ W ZAJĘCIACH POZALEKCYJNYCH O CHARAKTERZE SPORTOWYM**

Uczeń ma możliwość zdobycia pozytywnej oceny za udział w zajęciach SKS i zawodach na szczeblu gminnym, powiatowym, wojewódzkim oraz uczestnictwo w zajęciach pozalekcyjnych w innych KS potwierdzone zaświadczeniem.

Uczestnictwo ucznia w zajęciach pozalekcyjnych o charakterze sportowym (jazda konna, taniec, sztuki walki, pływanie itp.), może mieć wpływ na podwyższenie oceny z wychowania fizycznego na koniec roku szkolnego, ale nie jest jednoznaczne z otrzymaniem oceny celującej.

### **PROWADZENIE ROZGRZEWKI**

Uczeń ma możliwość zdobycia pozytywnej oceny za prawidłowe przeprowadzenie rozgrzewki.

### **DBAŁOŚĆ O SPRZĘT SPORTOWY, ZACHOWANIE DYSCYPLINY PODCZAS ZAJĘĆ ORAZ WYKAZANIE SIĘ KULTURĄ OSOBISTĄ I SŁOWNĄ**

Uczeń ma możliwość uzyskania oceny pozytywnej za sportową postawę, stosowanie zasad „fair play”, poszanowanie mienia społecznego, obowiązkowość, sumienność, zdyscyplinowanie i życzliwy stosunek do innych.

**SPOSOBY POPRAWIANIA OCEN**

Przed wystawianiem oceny półrocznej lub rocznej, uczeń ma możliwość poprawienia ocen dopuszczających lub niedostatecznych ze wszystkich testów sprawności, na zasadach uzgodnionych z nauczycielem.

W pierwszym półroczu ocenie podlegają zdobyte wiadomości i umiejętności z zakresu gier zespołowych, gimnastyki, lekkiej atletyki, tańca i edukacji zdrowotnej.

Ocena końcoworoczna jest wystawiana na podstawie postępu uzyskanego przez ucznia względem wyników uzyskanych w pierwszym półroczu.

| <b>CZAS<br/>REALIZACJI</b> | <b>KRYTERIA GŁÓWNE</b>        | <b>KRYTERIA DODATKOWE</b>                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------|-------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>OKRES I</b>             | Diagnoza sprawności fizycznej | aktywność,<br>strój sportowy,<br>udział w zajęciach pozalekcyjnych o charakterze sportowym,<br>prowadzenie rozgrzewki,<br>dbałość o sprzęt sportowy, zachowanie dyscypliny podczas zajęć oraz wykazanie się kulturą osobistą i słowa. |
|                            | Lekka atletyka                |                                                                                                                                                                                                                                       |
|                            | Piłka koszykowa               |                                                                                                                                                                                                                                       |
|                            | Piłka siatkowa                |                                                                                                                                                                                                                                       |
|                            | Gimnastyka                    |                                                                                                                                                                                                                                       |
|                            | Rytm, taniec, muzyka          |                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>OKRES II</b>            | Piłka nożna                   | aktywność,<br>strój sportowy,<br>udział w zajęciach pozalekcyjnych o charakterze sportowym,<br>prowadzenie rozgrzewki,<br>dbałość o sprzęt sportowy, zachowanie dyscypliny podczas zajęć oraz wykazanie się kulturą osobistą i słowa. |
|                            | Piłka ręczna                  |                                                                                                                                                                                                                                       |
|                            | Lekka atletyka                |                                                                                                                                                                                                                                       |
|                            | Gimnastyka                    |                                                                                                                                                                                                                                       |
|                            | Rytm, taniec, muzyka          |                                                                                                                                                                                                                                       |
|                            | Diagnoza sprawności fizycznej |                                                                                                                                                                                                                                       |

**KRYTERIA GŁÓWNE****WYMAGANIA PROGRAMOWE NA POSZCZEGÓLNE OCENY ORAZ KRYTERIA OCENIANIA**

| <b>PIŁKA SIATKOWA</b>       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Ocena celująca</b>       | uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą, ponadto systematyczny uczestniczy w zajęciach SKS, zajmuje premiowane miejsca na zawodach sportowych, jest wybitnym uczniem jego osiągi są zbliżone do rekordów szkoły.                                                                                                                                                   |
| <b>Ocena bardzo dobra</b>   | uczeń osiąga wysokie wyniki sportowe, uczeń zna i potrafi wykonać w odpowiednim tempie i rytmie następujące elementy: odbicia piłki sposobem górnym i dolnym, zagrywka sposobem górnym i dolnym, wystawianie i zbiecie piłki, gra w obronie i w ataku, gra indywidualna oraz współpraca w drużynie, rozgrywanie na 3 kontakty, technika i taktyka obrony oraz ataku, przepisy gry. |
| <b>Ocena dobra</b>          | uczeń potrafi wykonać wszystkie elementy przewidziane na ocenę bardzo dobrą, ale ma problemy z uzyskaniem wysokich wyników, odpowiedniego tempa harmonii ruchu, czynnie uczestniczy w zajęciach sportowych, zna przepisy i zasady gry.                                                                                                                                             |
| <b>Ocena dostateczna</b>    | uczeń opanował poszczególne umiejętności, lecz ma duże problemy z ich wykonywaniem w dobrym tempie i z odpowiednią techniką, osiąga słabe wyniki sportowe przejawia małą aktywność na zajęciach, ma luki w technice i taktyce gry.                                                                                                                                                 |
| <b>Ocena dopuszczająca:</b> | uczeń nie opanował materiału w stopniu dostatecznym i ma poważne braki, jest mało sprawny fizycznie ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi, posiada małe wiadomości z zakresu piłki siatkowej, nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną, nie jest pilny, wykazuje małe postępy w usprawnieniu.                                             |

| <b>PIŁKA KOSZYKOWA</b>      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Ocena celująca</b>       | uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą, ponadto systematyczny uczestniczy w zajęciach SKS, zajmuje premiowane miejsca na zawodach sportowych, jest wybitnym uczniem jego osiągi są zbliżone do rekordów szkoły.                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Ocena bardzo dobra</b>   | uczeń osiąga wysokie wyniki sportowe, uczeń zna i potrafi wykonać w odpowiednim tempie i rytmie następujące elementy: kozłowanie prawą, lewą ręką ze zmianą tempa i kierunku biegu, podania oburącz z przed klatki piersiowej i po koźle, podania jednorącz, rzuty do kosza z miejsca, z wyskoku, po kozłowaniu, po podaniu, osobiste, sytuacyjne, taktyka gry rodzaje ataku i obrony, współpracy w zespole, zasady „fair play”, przepisy i zasady gry, sędziowanie. |
| <b>Ocena dobra</b>          | uczeń potrafi wykonać wszystkie elementy przewidziane na ocenę bardzo dobrą, ale ma problemy z uzyskaniem wysokich wyników, odpowiedniego tempa, harmonii ruchu, czynnie uczestniczy w zajęciach sportowych, zna przepisy i zasady gry, posiada małe wiadomości z zakresu piłki koszykowej, nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną, nie jest pilny wykazuje małe postępy w usprawnieniu.                                                          |
| <b>Ocena dostateczna</b>    | uczeń opanował poszczególne umiejętności, lecz ma duże problemy z ich wykonywaniem w dobrym tempie i z odpowiednią techniką, osiąga słabe wyniki sportowe, przejawia małą aktywność na zajęciach, ma luki w technice i taktyce gry. uczeń nie opanował materiału w stopniu dostatecznym i ma poważne luki,                                                                                                                                                           |
| <b>Ocena dopuszczająca:</b> | jest mało sprawny fizycznie, ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi, posiada małe wiadomości z zakresu piłki koszykowej, nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną, nie jest pilny i wykazuje małe postępy w usprawnieniu.                                                                                                                                                                                                    |

| <b>PIŁKA RĘCZNA</b>         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Ocena celująca</b>       | uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą, systematycznie uczestniczy w zajęciach SKS, zajmuje premiowane miejsca w zawodach sportowych, jest wybitnym uczniem jego osiągi są zbliżone do rekordów szkoły.                                                                                                                                                                                |
| <b>Ocena bardzo dobra</b>   | uczeń osiąga wysokie wyniki sportowe, uczeń zna i potrafi wykonać w odpowiednim tempie i rytmie następujące elementy: kozłowanie prawą lewą ręką ze zmianą kierunku biegu, podania górne i półgórne, po koźle, rzut do bramki z wyskoku, po przeskoku sytuacyjne, taktykę oraz rodzaje ataku i obrony, grę indywidualną, grę bramkarza, współpracę w zespole, zasady „fair play”, przepisy i zasady gry |
| <b>Ocena dobra</b>          | uczeń potrafi wykonać wszystkie elementy przewidziane na ocenę bardzo dobrą, ale ma problemy z uzyskaniem wysokich wyników, odpowiedniego tempa harmonii ruchu, czynnie uczestniczy w zajęciach sportowych, zna przepisy i zasady gry.                                                                                                                                                                  |
| <b>Ocena dostateczna</b>    | uczeń opanował poszczególne umiejętności, lecz ma duże problemy z ich wykonywaniem w dobrym tempie i z odpowiednią techniką, osiąga słabe wyniki sportowe, przejawia małą aktywność na zajęciach, ma luki w technice i taktyce gry.                                                                                                                                                                     |
| <b>Ocena dopuszczająca:</b> | uczeń nie opanował materiału w stopniu dostatecznym i ma poważne braki, jest mało sprawny fizycznie, ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi, posiada małe wiadomości z zakresu piłki ręcznej, nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną, nie jest pilny i wykazuje małe postępy w usprawnieniu.                                                                  |

| <b>PIŁKA NOŻNA</b>          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Ocena celująca</b>       | uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą, systematycznie uczestniczy w zajęciach SKS, zajmuje premiowane miejsca w zawodach sportowych, jest wybitnym uczniem jego osiągi są zbliżone do rekordów szkoły.                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Ocena bardzo dobra</b>   | uczeń osiąga wysokie wyniki sportowe, uczeń zna i potrafi wykonać w odpowiednim tempie i rytmie następujące elementy: prowadzić piłkę prawą, lewą nogą ze zmianą kierunku biegu wszystkimi rodzajami podbicia stopy, precyzyjnie podawać, przyjęcie piłki klatką, udem, zwody z piłką i bez piłki, taktykę oraz rodzaje ataku i obrony, grę indywidualną, umiejętność rozgrywania, grę bramkarza, technikę gry, współpracę w zespole, zasady „fair play”, przepisy i zasady gry, sędziowanie. |
| <b>Ocena dobra</b>          | uczeń potrafi wykonać wszystkie elementy przewidziane na ocenę bardzo dobrą, ale ma problemy z uzyskaniem wysokich wyników, odpowiedniego tempa harmonii ruchu, czynnie uczestniczy w zajęciach sportowych, zna zespoły piłkarskie, zna przepisy gry.                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Ocena dostateczna</b>    | uczeń opanował poszczególne umiejętności, lecz ma duże problemy z ich wykonywaniem w dobrym tempie i z odpowiednią techniką, osiąga słabe wyniki sportowe, przejawia małą aktywność na zajęciach, ma luki w technice i taktyce gry.                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Ocena dopuszczająca:</b> | uczeń nie opanował materiału w stopniu dostatecznym i ma poważne braki, jest mało sprawny fizycznie, ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi, posiada małe wiadomości z zakresu piłki nożnej, nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną, nie jest pilny i wykazuje małe postępy w usprawnieniu.                                                                                                                                                         |

**TANIEC, RYTM, MUZYKA**

Uczeń może wybrać dowolną formę zaliczenia z poniższych elementów:

- samodzielne opracowanie układu tanecznego do wybranej muzyki i przeprowadzenie dla grupy uczennic układu ruchowego.
- opracowanie i zademonstrowanie zestawu ćwiczeń aerobiku.
- przygotowanie zestawu ćwiczeń kształtujących mięśnie ramion, kończyn dolnych, pośladków.

Ocenie podlega :

umiejętność opracowania i wykonania zestawu ćwiczeń aerobiku,  
 doboru różnorodnych form ruchu do charakteru i stylu utworu muzycznego,  
 inwencja twórcza,  
 wysiłek włożony w przygotowanie układu i zaangażowanie podczas prezentacji dla grupy.

**GIMNASTYKA**

| <b>GIMNASTYKA</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>KLASA IV</b>   | Ocenie podlega:<br>przewrót w przód z prawidłowym ułożeniem RR i głowy,<br>przewrót w tył z prawidłowym ułożeniem RR i NN,<br>przejście równoważne po odwróconej ławeczce.                                                                                                                                                  |
| <b>KLASA V</b>    | Ocenie podlega:<br>przewrót w przód z marszu z odbicia jednonóż,<br>przewrót w tył z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego (prawidłowe ułożenie RR i głowy),<br>chodzenie po równoważni bokiem, tyłem i przodem z utrudnieniem,<br>stanie na rękach z uniku podpartego z asekuracją,<br>skok rozkroczny przez kozła. |
| <b>KLASA VI</b>   | Ocenie podlega:<br>przewrót w przód z miejsca, z biegu, z odbicia obunóż do przysiadu                                                                                                                                                                                                                                       |

|                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                   | <p>podpartego,<br/>przewrót w tył z postawy stojącej ze skłonem tułowia w przód, siad o nogach prostych do dowolnej pozycji,<br/>dwa łączone przewroty w przód,<br/>stanie na rękach z uniku lub stanie z asekuracją,<br/>chód równoważny z półobrotami,<br/>przeskok kuczny przez skrzynię (3-4 części).</p> |
| <b>KLASA VII</b>  | <p>Ocenie podlega:<br/>przewrót w przód z miejsca, z odbicia obunóż do przysiadu,<br/>przewrót w tył z przysiadu podpartego do rozkroku; podpór tyłem łukiem,<br/>przerzut bokiem,<br/>skok rozkroczny przez kozioł wzdłuż z odbicia z odskoczni,<br/>skok kuczny przez skrzynię.</p>                         |
| <b>KLASA VIII</b> | <p>Ocenie podlega:<br/>przewrót w przód z rozbiegu i naskoku obunóż do postawy, dwa przewroty w tył z postawy do rozkroku,<br/>skok zawrotny przez skrzynię, kuczny przez 5 części skrzyni,<br/>krótki układ gimnastyczny z wykorzystaniem przewrotów, przerzutów, podporów.</p>                              |



| MINI PIŁKA KOSZYKOWA        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Ocena celująca</b>       | uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą, ponadto systematyczny uczestniczy w zajęciach SKS, zajmuje premiowane miejsca na zawodach sportowych, jest wybitnym uczniem jego osiągi są zbliżone do rekordów szkoły.                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Ocena bardzo dobra</b>   | uczeń osiąga wysokie wyniki sportowe, uczeń zna i potrafi wykonać w odpowiednim tempie i rytmie następujące elementy: podania i chwyt oburącz w miejscu i w ruchu, kozłowanie piłki prawą i lewą ręką w miejscu i w ruchu, kozłowanie slalomem ze zmianą ręki, rzut do kosza z miejsca, rzut w biegu do kosza po kozłowaniu z P i L strony (dwutakt), zatrzymanie w biegu na jedno i dwa tempa, poruszanie się w obronie, wykorzystanie poznanych elementów technicznych w grze, przepisy gry. |
| <b>Ocena dobra</b>          | uczeń potrafi wykonać wszystkie elementy przewidziane na ocenę bardzo dobrą, ale ma problemy z uzyskaniem wysokich wyników, odpowiedniego tempa harmonii ruchu, czynnie uczestniczy w zajęciach sportowych, zna przepisy i zasady gry.                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Ocena dostateczna</b>    | uczeń opanował poszczególne umiejętności, lecz ma duże problemy z ich wykonywaniem w dobrym tempie i z odpowiednią techniką, osiąga słabe wyniki sportowe przejawia małą aktywność na zajęciach, ma luki w technice i taktyce gry.                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Ocena dopuszczająca:</b> | uczeń nie opanował materiału w stopniu dostatecznym i ma poważne braki, jest mało sprawny fizycznie ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi, posiada małe wiadomości z zakresu piłki koszykowej, nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną, nie jest pilny, wykazuje małe postępy w usprawnieniu.                                                                                                                                                        |

| <b>MINI PIŁKA SIATKOWA</b>  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Ocena celująca</b>       | uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą, ponadto systematyczny uczestniczy w zajęciach SKS, zajmuje premiowane miejsca na zawodach sportowych, jest wybitnym uczniem jego osiągi są zbliżone do rekordów szkoły.                                                                                                                                                      |
| <b>Ocena bardzo dobra</b>   | uczeń osiąga wysokie wyniki sportowe, uczeń zna i potrafi wykonać w odpowiednim tempie i rytmie następujące elementy:<br><br>poruszanie się krokiem odstawno-dostawnym, odbicia piłki sposobem górnym i dolnym, odbicia piłki w parach sposobem górnym i dolnym, zagrywka sposobem dolnym i górnym z linii 4 - 6 metrów, stosowanie tych elementów technicznych w grze, przepisy gry. |
| <b>Ocena dobra</b>          | uczeń potrafi wykonać wszystkie elementy przewidziane na ocenę bardzo dobrą, ale ma problemy z uzyskaniem wysokich wyników, odpowiedniego tempa harmonii ruchu, czynnie uczestniczy w zajęciach sportowych, zna przepisy i zasady gry.                                                                                                                                                |
| <b>Ocena dostateczna</b>    | uczeń opanował poszczególne umiejętności, lecz ma duże problemy z ich wykonywaniem w dobrym tempie i z odpowiednią techniką, osiąga słabe wyniki sportowe przejawia małą aktywność na zajęciach, ma luki w technice i taktyce gry.                                                                                                                                                    |
| <b>Ocena dopuszczająca:</b> | uczeń nie opanował materiału w stopniu dostatecznym i ma poważne braki, jest mało sprawny fizycznie ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi, posiada małe wiadomości z zakresu piłki siatkowej, nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną, nie jest pilny, wykazuje małe postępy w usprawnieniu.                                                |

| MINI PIŁKA RĘCZNA           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Ocena celująca</b>       | uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą, ponadto systematyczny uczestniczy w zajęciach SKS, zajmuje premiowane miejsca na zawodach sportowych, jest wybitnym uczniem jego osiągi są zbliżone do rekordów szkoły.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Ocena bardzo dobra</b>   | uczeń osiąga wysokie wyniki sportowe, uczeń zna i potrafi wykonać w odpowiednim tempie i rytmie następujące elementy: podania piłki jednorącz w miejscu i w ruchu, chwyt oburącz w miejscu i w ruchu, kozłowanie prawą i lewą ręką w miejscu i w ruchu, kozłowanie piłki ze zmianą kierunku i ręki kozłującej, rzut do bramki jednorącz dowolnym sposobem, prowadzenie piłki w parach zakończone rzutem do bramki, rytm kozioł – 3 kroki – podanie lub rzut, rytm 3 kroki – kozioł – podanie lub rzut, wykorzystanie poznanych elementów technicznych w grze, przepisy gry |
| <b>Ocena dobra</b>          | uczeń potrafi wykonać wszystkie elementy przewidziane na ocenę bardzo dobrą, ale ma problemy z uzyskaniem wysokich wyników, odpowiedniego tempa harmonii ruchu, czynnie uczestniczy w zajęciach sportowych, zna przepisy i zasady gry.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Ocena dostateczna</b>    | uczeń opanował poszczególne umiejętności, lecz ma duże problemy z ich wykonywaniem w dobrym tempie i z odpowiednią techniką, osiąga słabe wyniki sportowe przejawia małą aktywność na zajęciach, ma luki w technice i taktyce gry.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Ocena dopuszczająca:</b> | uczeń nie opanował materiału w stopniu dostatecznym i ma poważne braki, jest mało sprawny fizycznie ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi, posiada małe wiadomości z zakresu piłki ręcznej, nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną, nie jest pilny, wykazuje małe postępy w usprawnieniu.                                                                                                                                                                                                                                       |

| <b>MINI PIŁKA NOŻNA</b>     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Ocena celująca</b>       | uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą, ponadto systematyczny uczestniczy w zajęciach SKS, zajmuje premiowane miejsca na zawodach sportowych, jest wybitnym uczniem jego osiągi są zbliżone do rekordów szkoły.                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Ocena bardzo dobra</b>   | uczeń osiąga wysokie wyniki sportowe, uczeń zna i potrafi wykonać w odpowiednim tempie i rytmie następujące elementy: prowadzenie piłki nogą prawą i lewą ze zmianą kierunku, prowadzenie piłki nogą prawą i lewą z omijaniem przeszkód, prowadzenie piłki w dwójkach ze zmianą kierunku, uderzenie i przyjęcie piłki nogą prawą i lewą, strzał do bramki dowolnym sposobem, strzał do bramki wewnętrznym podbiciem w ruchu, wykorzystanie poznanych elementów technicznych w grze, przepisy gry. |
| <b>Ocena dobra</b>          | uczeń potrafi wykonać wszystkie elementy przewidziane na ocenę bardzo dobrą, ale ma problemy z uzyskaniem wysokich wyników, odpowiedniego tempa harmonii ruchu, czynnie uczestniczy w zajęciach sportowych, zna przepisy i zasady gry.                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Ocena dostateczna</b>    | uczeń opanował poszczególne umiejętności, lecz ma duże problemy z ich wykonywaniem w dobrym tempie i z odpowiednią techniką, osiąga słabe wyniki sportowe przejawia małą aktywność na zajęciach, ma luki w technice i taktyce gry.                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Ocena dopuszczająca:</b> | uczeń nie opanował materiału w stopniu dostatecznym i ma poważne braki, jest mało sprawny fizycznie ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi, posiada małe wiadomości z zakresu piłki nożnej, nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną, nie jest pilny, wykazuje małe postępy w usprawnieniu.                                                                                                                                                               |

NAUCZYCIELE WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

1. Anna Adamczewska
2. Beata Chwałowska
3. Beata Jędrał
4. Andrzej Makowski
5. Tomasz Matuszewski