|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| OCENACELUJĄCA | POSTAWA(spełnia co najmniej 5 kryteriów) | AKTYWNOŚĆ, SYSTEMATYCZNY UDZIAŁ W ZAJĘCIACH( spełnia co najmniej 5 kryteriów) | SPRAWNOŚĆ FIZYCZNA ORAZ ROZWÓJ( spełnia co najmniej 5 kryteriów ) | STOPIEŃ OPANOWANIA UMIEJĘTNOŚCI RUCHOWYCH ( spełnia co najmniej 5 kryteriów ) | WIADOMOŚCI( spełnia co najmniej 3 kryteria ) |
| * jest zawsze przygotowany do zajęć ( strój sportowy)
* nie ćwiczy tylko z bardzo ważnych powodów zdrowotnych lub rodzinnych,
* prezentuje wysoki poziom kultury osobistej,
* chętnie pomaga nauczycielom w szkolnych inicjatywach sportowych,
* reprezentuje szkołę w zawodach sportowych,
* systematycznie bierze udział w zajęciach SKS
* używa właściwych sformułowań w kontaktach z rówieśnikami oraz w stosunku do nauczycieli i innych pracowników szkoły,
* **uprawia dyscypliny lub konkurencje sportowe w klubach lub sekcjach;**
 | * w trakcie miesiąca ćwiczy w co najmniej 95-100% zajęć,
* w sposób ponad bardzo dobry wykonuje wszystkie ćwiczenia na lekcji,
* wzorowo pełni funkcje lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,
* prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące bardzo poprawnie metodycznie i merytorycznie,
* potrafi samodzielnie przygotować się do przeprowadzenia fragmentu zajęć,
* stosuje się do zasad bezpiecznego udziału w lekcji,
* **dba o przybory i sprzęt sportowy;**
 | * zalicza wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania,
* zabiega o poprawę lub uzupełnienie próby sprawnościowej w której nie uczestniczył z ważnych powodów,
* uzyskuje bardzo znaczny postęp w kolejnych próbach sprawn. w ciągu roku szkolnego,
* dokonuje oceny własnego rozwoju fiz.
* oblicza wskaźnik BMI,
* podejmuje indywidualny program treningowy w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawn.fiz;
 | * zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych bez błędów technicznych,
* wykonuje zadane ćwiczenia zgodnie z przepisami lub zasadami w konkurencjach indy wizualnych i zesp.
* potrafi wykonać ćwiczenie o znacznym stopniu trudności,
* wykonuje zadania ruchowe efektywnie i efektownie,
* stosuje opanowane umiejętności w czasie rozgrywek sportowych,
* stopień zaawansowania techniki i taktyki przez ucznia wpływa znacząco na wyniki drużyny szkolnej w zawod;
 | * zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę bardzo dobrą lub celującą,
* stosuje wszystkie przepisy i zasady sportów indyw. i zespoł .które były nauczane podczas lekcji,
* posiada wiedzę na temat rozwoju fizycznego,
* wykazuje się dużym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą;
 |
| OCENA BARDZO DOBRA | POSTAWA(spełnia co najmniej 4 kryteria) | AKTYWNOŚĆ, SYSTEMATYCZNY UDZIAŁ W ZAJĘCIACH( spełnia co najmniej 4 kryteria) | SPRAWNOŚĆ FIZYCZNA ORAZ ROZWÓJ( spełnia co najmniej 4 kryteria ) | STOPIEŃ OPANOWANIA UMIEJĘTNOŚCI RUCHOWYCH ( spełnia co najmniej 4 kryteria) | WIADOMOŚCI( spełnia co najmniej 2 kryteria ) |
| * jest przygotowany do zajęć, ale sporadycznie nie bierze udziału w lekcjach z różnych powodów,
* nie ćwiczy na lekcjach tylko z bardzo ważnych powodów zdrowotnych i rodzinnych,
* charakteryzuje się wysokim poziomem kultury osobistej,
* używa właściwych sformułowań w kontaktach z rówieśnikami oraz w stosunku do nauczycieli i innych pracowników szkoły,
* chętnie pomaga nauczycielom w szkolnych inicjatywach sportowych,
* bierze udział w szkolnych zawodach sportowych,
* niesystematycznie bierze udział w zajęciach SKS;
 | * w trakcie miesiąca ćwiczy w co najmniej 90-94% zajęć,
* w sposób bardzo dobry wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,
* bardzo dobrze pełni funkcje lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,
* prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące poprawnie metodycznie i merytorycznie,
* potrafi przygotować ze współćwiczącymi miejsce zajęć,
* stosuje się do zasad bezpiecznego udziału w lekcji wych.fiz.
* stara się dbać o przybory i sprzęt sportowy szkoły;
 | * zalicza prawie wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania,
* poprawia i uzupełnia próby sprawnościowe w których nie uczestniczył z ważnych powodów za namową nauczyciela,
* uzyskuje znaczny postęp w próbach i testach sprawności w ciągu roku szkolnego,
* dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego,
* oblicza wskaźnik BMI,
* czasami podejmuje indywidualny program treningowy w celu poprawy wyniku próby sprawnościowej;
 | * zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z niewielkimi błędami technicznymi,
* ćwiczenia wykonuje zgodnie z przepisami i zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych i zespołowych,
* potrafi wykonać ćwiczenia o dużym stopniu trudności,
* wykonuje zadania ruchowe efektowanie ale nie zawsze efektywnie,
* stosuje opanowane umiejętności ruchowe w czasie gry właściwej,
* stopień opanow. czynność ruchow. ma wpływ na wynik rywalizacji w zawodach różnego szczebla;
 | * zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę bardzo dobrą lub dobrą,
* stosuje prawie wszystkie przepisy i zasady sportów indyw. i zespoł .które były nauczane podczas lekcji,
* posiada bardzo dobrą wiedzę na temat rozwoju fizycznego,
* wykazuje się bardzo dobrym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą;
 |
| OCENA DOBRA | POSTAWA(spełnia co najmniej 3 kryteria) | AKTYWNOŚĆ, SYSTEMATYCZNY UDZIAŁ W ZAJĘCIACH( spełnia co najmniej 3 kryteria) | SPRAWNOŚĆ FIZYCZNA ORAZ ROZWÓJ(spełnia co najmniej 3kryteria) | STOPIEŃ OPANOWANIA UMIEJĘTNOŚCI RUCHOWYCH ( spełnia co najmniej 3 kryteria) | WIADOMOŚCI( spełnia co najmniej 1kryterium ) |
| * jest przygotowany do zajęć, ale zdarza mu się nie brać udziału w lekcjach z różnych powodów
* nie ćwiczy na lekcjach tylko z bardzo ważnych powodów zdrowotnych,
* rodzinnych i osobist.
* charakteryzuje się właściwym poziomem kultury osobistej,
* nie zawsze używa odpowiednich sformułowań w kontaktach z rówieśnikami i nauczycielami,
* sporadycznie współpracuje z nauczycielami na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej,
* bierze udział w szkolnych zawodach,
* nie uczęszcza na zajęcia SKS;

POSTAWA(spełnia co najmniej 2 kryteria) | * w trakcie miesiąca ćwiczy w co najmniej 85-89% zajęć,
* w sposób dobry wykonuje większość ćwiczeń na lekcji,
* dobrze pełni funkcję lidera grupy,
* prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące w miarę poprawnie,
* umie z pomocą nauczyciela lub współćwiczących przygotować miejsce ćwiczeń,
* nie zawsze stosuje się do zasad bezpieczeństwa podczas zajęć,
* dba o stan techniczny urządzeń, przyborów ale wymaga to dodatkowej interwencji wychowawczej prowadzącego zajęcia;

AKTYWNOŚĆ, SYSTEMATYCZNY UDZIAŁ W ZAJĘCIACH( spełnia co najmniej 2 kryteria) | * zalicza większość testów i prób sprawnościowych ujętych w programie nauczania,
* wykonuje określone próby sprawnościowe na ocenę dobrą,
* poprawia lub uzupełnia próby sprawnościowe w których nie uczestniczył na wyraźną namową nauczyciela,
* uzyskuje niewielki postęp w próbach w ciągu roku szkoln.
* dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego,
* oblicza wskaźnik BMI,
* raczej nie podejmuje indy wid. Programu treningowego w celu poprawy swoich wyników w próbach;

SPRAWNOŚĆ FIZYCZNA ORAZ ROZWÓJ(spełnia co najmniej 2kryteria) | * zalicza wszystkie sprawdziany umiejętn.ruchow.z niewielkimi błędami technicznymi,
* wykonuje ćwicz. nie zawsze zgodnie

z przepisami i zasadami obowiązującymi w danej dyscyplinie,* potrafi wykonywać ćwiczenia o przeciętnym stopniu trudności,
* wykonuje zadania ruchowe efektownie, ale zawsze mało efektywnie,
* nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowych w czasie gry,
* stopień opanowania umiej. ruch. przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyny w zaw. szkolnych;

STOPIEŃ OPANOWANIA UMIEJĘTNOŚCI RUCHOWYCH (spełnia co najmniej 2 kryteria) | * zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę dobrą,
* stosuje zasady i przepisy w dyscypl. indyw. i zespoł. nauczanych na lekcji wf,
* posiada dobrą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego
* wykazuje się dobrą wiedzą na temat bieżących wydarzeń sportowych w kraju i w świecie;

WIADOMOŚCI( spełnia co najmniej 1kryterium ) |
| OCENA DOSTATECZNA | * jest przygotowany do zajęć, ale często zdarza mu się nie brać udziału w lekcjach z różnych powodów,
* nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów zdrowotnych, rodzinnych i osobistych,
* charakteryzuje się przeciętnym poziomem kultury osobistej,
* często używa nieodpowiednich sformułowań w relacjach z kolegami ze szkoły w stosunku do nauczycieli i pracowników szkoły,
* nie współpracuje z nauczycielami na rzecz szkolnej i środowiskowej kultury fizycznej,
* nie bierze udziału w szkolnych i klasowych zawodach sportowych,
* nie uczęszcza na zajęcia SKS,
 | * w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w 80-84% zajęć,
* w sposób dostateczny wykonuje większość ćwiczeń w trakcie zajęć,
* nie pełni funkcji lidera grupy ćwiczebnej,
* nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych,
* nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki lub ćwiczeń kształtujących,
* często nie stosuje się do zasad bezpiecznego uczestnictwa w zajęciach wychow.fizycznego,
* dba o stan techniczny urządzeń i przyborów ale aktywność ta wymaga zawsze dodatkowej interwencji wychowawczej prowadzącego zajęcia;
 | * zalicza tylko niektóre testy i próby ujęte w programie nauczania,
* wykonuje określone próby sprawnościowe na ocenę dostateczną,
* nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych, w których nie uczestniczył,
* nie dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego,
* nie oblicza wskaźnika BMI,
* nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych w ciągu roku szkolnego,
* nigdy nie podejmuje indywidualnego programu treningowego w celu poprawy wyniku danej próby sprawn.
 | * zalicza wszystkie sprawdz.umiejętn.

ruchowych z dużymi błędami technicznymi,* wykonuje ćwiczenia prawie zawsze niezgodnie z przepisami i zasadami obowiązującymi w konkurencjach ind. lub zespołow.
* wykonuje ćwiczenia o niskim stopniu trudności,
* wykonuje zadania ruchowe mało efektownie i zawsze mało efektywnie,
* nie potrafi zastosować opanowanych umiejętn. w czasie gry szkolnej i właściwej,
* stopień zdobytych umiej. przez ucznia nie wpływa w żaden sposób na wyniki drużyny klasowej w rywalizacji sportowej;
 | * zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę dostateczną,
* stosuje niektóre przepisy i zasady dyscyp.sport.

nauczanych podczas zajęć,* posiada dostateczną wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego,
* wykazuje się przeciętnym zakresem wiedzy na temat bieżących wydarzeń sportowych w środowisku lokalnym i kraju;
 |
|  | POSTAWA(spełnia co najmniej 1 kryterium) | AKTYWNOŚĆ, SYSTEMATYCZNY UDZIAŁ W ZAJĘCIACH( spełnia co najmniej 1kryterium) | SPRAWNOŚĆ FIZYCZNA ORAZ ROZWÓJ(spełnia co najmniej 1kryterium) | STOPIEŃ OPANOWANIA UMIEJĘTNOŚCI RUCHOWYCH(spełnia co najmniej 1 kryterium) | WIADOMOŚCI( spełnia co najmniej 1kryterium ) |
| DOPUSZCZAJĄCY | * bardzo często jest nieprzygotowany do zajęć, zapomina stroju,
* często nie ćwiczy na lekcji z błahych powodów
* charakteryzuje się niskim poziomem kultury osobistej,
* bardzo często używa niewłaściwych sformułowań w stosunku do rówieśników i pracowników szkoły,
* nie współpracuje z nauczycielami na rzecz szkolnej kultury fiz.
* nie bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach sportowych,
* nie uczęszcza na SKS;
 | * w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 70-79% zajęć,
* nieudolnie wykonuje większość ćwiczeń,
* nie pełni funkcji lidera grupy ćwiczebnej,
* nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych,
* nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki lub ćwiczeń kształtujących,
* umie z pomocą nauczyciela i współćwiczących przygotować miejsce ćwiczeń,
* bardzo często nie stosuje zasad bezpiecznego udziału w lekcji stwarzając zagrożenie dla siebie i innych,
* nie dba o stan techniczny przyborów i urządzeń do ćwiczeń fizycznych;
 | * zalicza tylko pojedyncze testy i próby sprawnościowe,
* nie poprawia i nie uzupełnia prób sprawnościowych w których nie uczestniczył,
* nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych np. w ciągu roku,
* nie dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego,
* nie oblicza wskaźnika BMI,
* nigdy nie podejmuje indywidualnego programu treningowego w celu poprawy swoich wyników w danej próbie sprawnościowej;
 | * zalicza wszystkie sprawdziany umiej.ruchow. z rażącymi błędami technicznymi,
* wykonuje ćwiczenia zawsze niezgodnie z przepisami i zasadami obowiąż. w konkurencjach,
* potrafi wykonać ćwiczenia o bardzo niskim stopniu trudności,
* wykonuje zadania ruchowe mało efektownie i zawsze mało efektywnie,
* nie potrafi zastos. opanowanych umiej.ruch. w czasie gry;
 | * zalicza testy i sprawdziany na ocenę dopuszczającą,
* stosuje niektóre przepisy i zasady sportów nauczanych w trakcie zajęć,
* posiada niewielką wiedzę na temat rozwoju fizycznego,
* ma niski zakres wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w środowisku lokalnym i kraju;
 |