

# **PRZEDMIOTOWE ZASADY OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO WRAZ Z WYMAGANIAMI EDUKACYJNYM DLA SZKOŁY PODSTAWOWEJ W PORAJOWIE**

**( Dokument zawiera modyfikacje dotyczące oceniania  
w okresie ewentualnego nauczania zdalnego)**

*„Ocena postępów i motywowanie ucznia oceną”*

Opracował zespół  
samokształceniowy  
przedmiotów sportowych w składzie:

- E. Iżykowska
- A. Szura - Czerniawska
- J. Kacperski
- T. Drózdź
- T. Krzos

## 1 a. Obszary oceniania i narzędzia kontroli (nauczanie stacjonarne)

Obszary oceniania z wychowania fizycznego	Narzędzia i sposoby kontroli
UMIEJĘTNOŚCI	- sprawdziany praktyczne sprawności specjalnej do gier - sprawdziany praktyczne umiejętności gimnastycznych i lekkoatletycznych - obserwacja uczestnicząca
WIADOMOŚCI	- obserwacja elementu zajęć wychowania fizycznego przygotowanego przez ucznia (rozgrzewka, zestaw ćwiczeń, trening) - ewentualny pisemny sprawdzian wiadomości w formie testu
STRÓJ SPORTOWY I HIGIENA	- karta monitoringu przygotowania do zajęć pod względem stroju sportowego
POSTĘPY W SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ (MOTORYCZNEJ)	- karta sprawności fizycznej, tabele sprawności fizycznej ogólnej (motorycznej)
AKTYWNOŚĆ LEKCYJNA	- obserwacja uczestnicząca - obserwacja aktywności uczniów podczas lekcji wf o szczególnym charakterze (turniej klasowy, wycieczka biegowa, zgadywanka terenowa, taniec grupowy itp.)
AKTYWNOŚĆ POZALEKCYJNA	- wywiad - informacje własne

## 1 b. Obszary oceniania i narzędzia kontroli (nauczanie zdalne)

- Rezygnacja z obszaru oceniania "strój sportowy i higiena"
- Rezygnacja ze sprawdzianów praktycznych sprawności specjalnej do gier, umiejętności gimnastycznych i lekkoatletycznych na rzecz oceny uczestnictwa ucznia w zalecanej formie ruchu
- Przesyłania narzędzi i materiałów dydaktycznych za pośrednictwem dziennika elektronicznego (polecenia, wskazówki słowne, linki i adresy www. ) oraz skrzynki e-mail (materiały poglądowe, instrukcje i zestawy ćwiczeń, prezentacje, filmy poglądowe)
- Ewentualne lekcje prowadzone on line
- Ocena terminowości wykonywania zadań zdalnych
- Wprowadzenie nowych możliwych narzędzi i sposobów kontroli postępów ucznia w postaci :
  - a Kart monitoringu ćwiczeń i treningu ruchowego lub jego opisu
  - b Pytań kontrolnych , oceny prezentacji multimedialnej przygotowanej przez ucznia
  - c Oceny przygotowanego przez ucznia w postaci graficzno-tekstowej zestawu ćwiczeń (treningu)
  - d Karty obserwacji materiału filmowego (meczu, zawodów sportowych, imprezy rekreacyjnej, fragmentów różnych działań ruchowych, itp.), prezentacji multimedialnej
  - e Ocenę materiału wizualnego (filmu, mat.foto) zawierającego działania fizyczne ucznia
  - f Ocenę aktywności i umiejętności ucznia podczas zajęć prowadzonych on line (także indywidualnie)
  - g Inne , zaproponowane przez ucznia

## 2. Obecność ucznia na lekcjach zdalnych

- W przypadku zajęć prowadzonych on-line o obecności ucznia świadczy jego fizyczny udział w zajęciach potwierdzony logowaniem się na platformę „team’s”, jego widok poprzez kamerę internetową oraz aktywność lekcyjna (podejmowanie dyskusji, odpowiedzi na pytania, wykonywanie ćwiczeń). Uczeń ,który logował się po czasie jest spóźniony, a uczeń nieobecny na w/w zajęciach ma obowiązek uzupełnić braki na w trybie off-line na podstawie wprowadzonego e-materiału z lekcji
- w przypadku pracy w trybie off-line, uczeń (jeśli nie zgłosił wcześniej braku aktywności) jest obecny (zapis w e-dzienniku > NZ)

### **3a. Warunki i tryb uzyskania wyższej niż przewidywana rocznej oceny klasyfikacyjnej z przedmiotu wychowanie fizyczne (nauczanie stacjonarne)**

- uczeń w okresie pomiędzy wystawieniem oceny przewidywanej i końcowo rocznej ma obowiązek być przygotowanym pod względem stroju na wszystkie lekcje
- uczeń aktywnie uczestniczy we wszystkich lekcjach wf w w/w okresie
- przystępuje ponownie do sprawdzianów(testów) sprawności fizycznej ogólnej(motorycznej) i w części z nich się poprawia
- uczeń ustala z nauczycielem sprawdziany praktyczne z gier zespołowych, gimnastyki, lekkiej atletyki lub innych ,przystępuje do nich w ustalonym z nauczycielem terminie i uzyskuje w nich wyższe niż poprzednio oceny

### **3b. Warunki i tryb uzyskania wyższej niż przewidywana rocznej oceny klasyfikacyjnej z przedmiotu wychowanie fizyczne (nauczanie zdalne)**

Warunki i tryb uzyskania wyższej niż przewidywana rocznej oceny klasyfikacyjnej z przedmiotu wychowanie fizyczne ustalane będą indywidualnie z uczniem w odpowiednim, zgodnym z przepisami okresie. Na treść ustaleń wpływ będą miały możliwości psychofizyczne ucznia, jego możliwości wykorzystania sprzętu audiowizualnego, sytuacja ogólna związana z realizacją nauczania zdalnego oraz ewentualnie inne nie dające się przewidzieć ważne czynniki. Uczeń w okresie pomiędzy wystawieniem oceny przewidywanej i końcowo rocznej ma obowiązek :

Wykonania dodatkowe prace zleconej ustalonej z nauczycielem

Poprawa wskazanych przez nauczyciela wcześniej wykonywanych prac

Wykazać się terminowością w wykonywaniu wszystkich działań,

Wykazać się aktywnością i umiejętnością na zajęciach on Line (także indywidualnie)

### **4. Warunki i sposobu przekazywania rodzicom (prawnym opiekunom) informacji o postępach i trudnościach ucznia w nauce oraz zasad wglądu do dokumentacji oceniania (naucz. stacjonarne i zdalne)**

- a) Rodzice mogą skontaktować się indywidualnie z nauczycielem przedmiotu za pośrednictwem telefonu szkolnego w umówionym terminie, w sprawie postępów w nauce swojego dziecka.
- b) Rodzice uczniów zagrożonych oceną "niedostateczny"(śródroczną lub końcową)zostaną powiadomieni w sposób określony przez Wewnątrzszkolne Zasady Oceniania.
- c) Cały czas za pośrednictwem dziennika elektronicznego i służbowej skrzynki e-mail (dotyczy ocen proponowanych, cząstkowych, śródrocznych i końcowych).
- d) W przypadku ewentualnej sprawdzianu wiadomości z zakresu wf i EZ(test) ,rodzice przez cały rok mają możliwość wglądu do w/w drogą elektroniczną .

### **5. Informacje ogólne dotyczące oceniania z przedmiotu wychowanie fizyczne**

(naucz, stacjonarne i zdalne)

- Ocenianie osiągnięć edukacyjnych ucznia podlegają wymagania określonych w podstawie programowej kształcenia ogólnego z wychowania fizycznego możliwe oraz wymagania edukacyjne wynikających z realizowanego w szkole programu nauczania z wychowania fizycznego (SS:\$ 78,pkt.3).Zapis ten dotyczy tylko tych elementów podstawy programowej j programu z wf, które można realizować po zastosowaniu wytycznych GIS i MEN związanych z zagrożeniem pandemicznym.

-Ocena jest informacją, w jakim stopniu uczeń spełnił wymagania programowe postawione przez nauczyciela, nie jest karą ani nagrodą. Ocena śródroczna i roczna nie jest średnia arytmetyczną wynikającą z otrzymanych ocen bieżących(cząstkowych)

- Strój na wychowanie fizyczne to koszulka w kolorze zaproponowanym przez klasę i sportowe spodenki oraz obuwie sportowe z bezpieczną podeszwą(SS,\$72, pkt.5) oraz inny strój na trudniejsze warunki pogodowe dla zajęć na zewnątrz. O konieczności w/w stroju na zewnątrz nauczyciel zawiadamia grupę ćwiczebną odpowiednio wcześniej. Uczeń otrzymuje dwie oceny w półroczu określające jego stosunek do higieny na zajęciach wychowania fizycznego oraz przygotowania pod względem stroju sportowego. Strój sportowy jest opisany uczniom na pierwszych, wrześniowych zajęciach wychowania fizycznego.
- Ze względów motywacyjnych i innych nauczyciel może podjąć decyzję o większej liczbie ocen w obszarze „Higiena i strój”.
- W szczególnych przypadkach ze względów higienicznych , fizjologicznych nauczyciel może zezwolić uczniowi lub uczennicy na udział w zajęciach w innym niż w/w strój ,który musi być jednak strojem sportowym-bezpiecznym.
- Uczeń ma prawo 1 raz w ciągu semestru zgłosić nauczycielowi przed lekcją fakt nieprzygotowania się do zajęć bez podania przyczyny (z wyjątkiem dnia, w którym nauczyciel zaplanował sprawdzian ),.
- Uczniowi, który z przyczyn losowych nie przystąpił do sprawdzianu, nauczyciel wyznacza dodatkowy termin.
- Uczeń, który nie uczestniczył w sprawdzianie z powodu nieobecności nieusprawiedliwionej ma obowiązek uzupełnić go na pierwszych zajęciach, na których jest obecny lub w innym terminie uzgodnionym z nauczycielem.
- Uczeń, który otrzymał ocenę niedostateczną ze sprawdzianu ma możliwość poprawy oceny w terminie wyznaczonym przez nauczyciela.
- W szczególnych przypadkach, po uzgodnieniu z nauczycielem, uczeń ma możliwość poprawy sprawdzianu, z których otrzymał ocenę: dopuszczający, dostateczny, dobry.
- Uczeń otrzymuje ocenę niedostateczną z zapowiedzianego sprawdzianu ruchowego jeśli odmówi udziału w sprawdzianie bez wyraźnego powodu . Jeśli jest nieprzygotowany pod względem stroju, otrzymuje (-) w sferze „aktywność lekcyjna” i przystępuje do w/w w terminie wyznaczonym przez nauczyciela.
- Uczeń, aby uzyskać ocenę celującą z przedmiotu na półroczu lub koniec roku, musi w obszarach oceniania „higiena i strój” oraz „aktywność lekcyjna” uzyskać minimum oceny bardzo dobre,
- Uczeń zwolniony całkowicie lub czasowo ze względów zdrowotnych z ćwiczeń fizycznych jest obecny na zajęciach za wyjątkiem przypadków ujętych w statucie zezwalających na jego nieobecność. W/w uczeń nie bierze bezpośredniego udziału w działaniach fizycznych wynikających z lekcji, ale ma obowiązek uczestniczyć w innych działaniach lekcyjnych . Uczeń zwolniony czasowo pomimo braku udziału w ćwiczeniach może uzyskiwać oceny z przedmiotu biorąc udział w innych działaniach lekcyjnych opisanych j.w.
- Uczeń z ograniczonym udziałem(na podstawie orzeczenia lekarskiego) ze względów zdrowotnych z ćwiczeń fizycznych jest obecny na wszystkich zajęciach. W/w uczeń bierze bezpośredni udział tylko w dozwolonych działaniach fizycznych wynikających z lekcji. Uczeń ten pomimo braku udziału w niektórych ćwiczeniach , może uzyskiwać oceny z przedmiotu biorąc udział w innych działaniach lekcyjnych opisanych j.w.
- Sprawdziany umiejętności można poprawić po uprzednim uzgodnieniu terminu i formy z nauczycielem.
- Kryteria ocen bieżących uzyskiwanych w poszczególnych obszarach opisane są szczegółowo poniżej (patrz pkt.6 > Szczegółowe kryteria z wychowania fizycznego)
- w przypadku nauczania zdalnego szczegółowe kryteria oceny przekazywane będą uczniowi na bieżąco indywidualnie do każdej pracy i będą dostosowane do jego możliwości psychofizycznych, sytuacji domowej i innych czynników

## 6. Ogólne kryteria oceny z wychowania fizycznego (nauczanie stacjonarne i zdalne)

<b>Celujący</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Uczeń w zakresie umiejętności i wiadomości uzyskuje z przeprowadzonych form kontroli oceny b. dobre / dobre i celujące</li> <li>- W testach sprawności fizycznej uzyskuje wyniki bardzo dobre / dobre i celujące lub zdecydowanej większości się poprawia</li> <li>- W zakresie higieny i stroju na zajęciach uczeń otrzymuje minimum oceny bardzo dobre (tylko nauczanie stacjonarne)</li> <li>- Uczeń jest bardzo aktywny na zajęciach ,w tym na ewentualnych zajęciach on-line</li> <li>- Terminowo rozlicza się ze wszystkich prac zleconych, wykonuje dodatkową (nauczanie zdalne)</li> <li>- Regularnie i aktywnie uczestniczy w pozalekcyjnych lub pozaszkolnych działaniach związanych z szeroko pojętą kulturą fizyczna i rekreacja ruchową.(Warunek ten dotyczy uczniów , którzy w zakresie umiejętności i sprawności ogólnej uzyskują oceny dobre ).</li> <li>- Działania ucznia związane z szeroko pojętą kulturą fizyczna i rekreacja ruchową na terenie szkoły oceniane są przez nauczyciela wysokimi ocenami bieżącymi i skutkuje otrzymaniem oceny celującej zamiast bardzo dobrej na półroczu lub koniec roku</li> </ul>
<b>Bardzo dobry</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Uczeń w zakresie umiejętności ,wiadomości w zdecydowanej większości uzyskuje z przeprowadzonych form kontroli oceny dobre i bardzo dobre</li> <li>- W testach sprawności fizycznej uzyskuje w zdecydowanej większości wyniki dobre i bardzo dobre lub zdecydowanej większości się poprawia</li> <li>- W zakresie higieny i stroju na zajęciach uczeń otrzymuje minimum oceny dobre (tylko nauczanie stacjonarne)</li> <li>- Uczeń jest bardzo aktywny na zajęciach ,w tym na ewentualnych zajęciach on-line</li> <li>- Terminowo rozlicza się z prac zleconych (nauczanie zdalne)</li> <li>- Regularnie i aktywnie uczestniczy w pozalekcyjnych lub pozaszkolnych działaniach związanych z szeroko pojętą kulturą fizyczna i rekreacja ruchową. Warunek ten dotyczy uczniów , którzy w zakresie umiejętności i sprawności ogólnej uzyskują oceny dobre i dostateczne.</li> <li>- Działania ucznia związane z szeroko pojętą kulturą fizyczna i rekreacja ruchową na terenie szkoły oceniane są przez nauczyciela wysokimi ocenami bieżącymi i skutkuje otrzymaniem oceny b. dobrej zamiast dobrej na półroczu lub koniec roku</li> </ul>
<b>Dobry</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Uczeń w zakresie umiejętności ,wiadomości w zdecydowanej większości uzyskuje z przeprowadzonych form kontroli oceny dobre</li> <li>- W testach sprawności ogólnej uzyskuje w zdecydowanej większości wyniki dobre lub w części się poprawia a w żadnej nie uzyskuje gorszego wyniku niż w poprzednim badaniu</li> <li>- W zakresie higieny i stroju na zajęciach uczeń otrzymuje minimum oceny dobre (tylko nauczanie stacjonarne)</li> <li>- Uczeń jest aktywny na zajęciach, w tym na ewentualnych zajęciach on-line</li> <li>- Najczęściej terminowo rozlicza się z wszystkich prac zleconych, (nauczanie zdalne)</li> <li>- Regularnie i aktywnie uczestniczy w pozalekcyjnych lub pozaszkolnych działaniach związanych z szeroko pojętą kulturą fizyczna i rekreacja ruchową. Warunek ten dotyczy uczniów , którzy w zakresie umiejętności i sprawności ogólnej uzyskują oceny dopuszczające i dostateczne. Uczeń ten musi również być bardzo aktywny na zajęciach</li> <li>- Działania ucznia związane z szeroko pojętą kulturą fizyczna i rekreacja ruchową na terenie szkoły oceniane są przez nauczyciela wysokimi ocenami bieżącymi i skutkuje otrzymaniem oceny dobrej zamiast dostatecznej na półroczu lub koniec roku</li> </ul>
<b>Dostateczny</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Uczeń w zakresie umiejętności ,wiadomości w zdecydowanej większości uzyskuje z przeprowadzonych form kontroli oceny dostateczne</li> <li>- W testach sprawności ogólnej uzyskuje w zdecydowanej większości wyniki dostateczne lub w żadnej nie uzyskuje gorszego wyniku niż w poprzednim badaniu (za wyjątkiem wyników niedostatecznych)</li> <li>- W zakresie higieny i stroju na zajęciach uczeń otrzymuje minimum oceny dostateczne (tylko nauczanie stacjonarne)</li> <li>- Rozlicza się z większości prac zleconych(nauczanie zdalne)</li> <li>- Uczeń stara się być aktywny na zajęciach lub jest aktywny tylko na części zajęć lekcyjnych, w tym na ewentualnych zajęciach on-line</li> <li>- Regularnie i aktywnie uczestniczy w pozalekcyjnych lub pozaszkolnych działaniach związanych z szeroko pojętą kulturą fizyczna i rekreacja ruchową. Warunek ten dotyczy uczniów , którzy w zakresie umiejętności i sprawności ogólnej uzyskują oceny dopuszczające i niedostateczne. Muszą być również aktywni na zajęciach.</li> <li>- Działania ucznia związane z szeroko pojętą kulturą fizyczna i rekreacja ruchową na terenie szkoły oceniane są przez nauczyciela wysokimi ocenami bieżącymi i skutkuje otrzymaniem oceny dostatecznej zamiast dopuszczającej na półroczu lub koniec roku</li> </ul>
<b>Dopuszczający</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Uczeń w zakresie umiejętności ,wiadomości w zdecydowanej większości uzyskuje z przeprowadzonych form kontroli oceny dopuszczające</li> <li>- W testach sprawności ogólnej uzyskuje w zdecydowanej większości wyniki dopuszczające lub w części uzyskuje gorszy wyniku niż w poprzednim badaniu</li> <li>- W zakresie higieny i stroju na zajęciach uczeń otrzymuje minimum oceny dopuszczające(tylko nauczanie stacjonarne)</li> <li>- Rozlicza się z części prac zleconych(nauczanie zdalne)</li> <li>- Uczeń wykazuje aktywność na zajęciach stacjonarnych oraz zajęciach on-line tylko motywowany przez nauczyciela,</li> <li>- Uczeń uzyskuje bardzo niskie oceny ze sprawdzianów ruchowych ale jest aktywny na części zajęć lekcyjnych</li> </ul>
<b>Niedostateczny</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Uczeń w zakresie umiejętności ,wiadomości uzyskuje z przeprowadzonych form kontroli oceny dopuszczające i niedostateczne i nie wykazuje chęci ich poprawy,</li> <li>- W testach sprawności ogólnej uzyskuje w zdecydowanej większości wyniki dopuszczające i niedostateczne lub w większości uzyskuje gorszy wyniku niż w poprzednim badaniu</li> <li>- W zakresie higieny i stroju na zajęciach uczeń otrzymuje w większości oceny niedostateczne (tylko nauczanie stacjonarne)</li> <li>- Z prac zleconych rozlicza się sporadycznie i nieterminowo (nauczanie zdalne)</li> <li>- Uczeń nie wykazuje aktywności na zajęciach stacjonarnych oraz zajęciach on-line pomimo motywowania przez nauczyciela</li> <li>- Swoimi działaniami dezorganizuje pracę na lekcjach stacjonarnych i on-line ,stwarza niebezpieczeństwo dla siebie i innych</li> </ul>

## 7.Szczegółowe kryteria z wychowania fizycznego (nauczanie stacjonarne i zdalne)

<b>KRYTERIA W OBSZARZE „POSTĘPY W SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ(MOTORYCZNEJ)”- dla kl.4-8</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>– Postępy w sprawności fizycznej badane są 2 razy roku ( w miarę możliwości w połowie każdego semestru), na zasadzie samooceny lub oceny pod nadzorem nauczyciela.</li> <li>– Uczniowie wykonują po jednej(za wyjątkiem siły) wybranej próbie na poszczególne obszary sprawności fizycznej: siła, wytrzymałość, szybkość, gibkość, skoczność lub zwinność.</li> <li>– W przypadku konieczności zdalnego przeprowadzania kontroli sprawności fizycznej ogólnej uczniowie pod nadzorem rodziców wykonują zestaw prób kontrolnych możliwych do realizacji w domu (np. bieg w miejscu-szybkość, siady z leżenia na czas-siła mm. brzucha, test gibkości z ISF Zuchory, próba czynnościowa z przysiadami Letunowa - wydolność krążeniowa). Do opisu prób dołączone będą odpowiednie szczegółowe kryteria oceny, dostosowane do możliwości i potrzeb uczniów</li> <li>– Uczniowie samodzielnie , z pomocą nauczyciela lub rodzica(nauczanie zdalne) dokonują pomiaru, odczytują wyniki z przygotowanych tabel, które są im udostępniane przez nauczyciela. Korzystając z karty oceny sprawności fizycznej otrzymują ujednoliconą ocenę własnej sprawności fizycznej. W przypadku nauczania zdalnego uczniowie przesyłają kartę drogą elektroniczną w określonym czasie</li> <li>– Wyniki wyjściowe dla oceniania to wyniki testów przeprowadzonych w I półroczu 4 klasy SP lub w przypadku ucznia realizującego obowiązek od klasy późniejszej wynik testów w 1 semestrze jego pobytu w szkole</li> <li>– Tabele wyników dla poszczególnych klas (grup wiekowych) na podstawie pozycji : „ABC sprawności fizycznej” K. Barankiewicza dostępne u nauczycieli wf lub inne odpowiednio dobrane w przypadku nauczania zdalnego</li> </ul>	
<b>Celujący</b>	Poprawa wyników w 4 lub więcej próbach, reszta bez zmian lub uzyskanie wyników bardzo dobrych i celujących
<b>Bardzo dobry</b>	Poprawa wyników w 2-3 próbach, reszta bez zmian lub uzyskiwanie wyników dobrych i bardzo dobrych,
<b>Dobry</b>	Uzyskiwanie podobnych wyników, ale na poziomie dostatecznym i dobrym lub poprawa w 2 próbach przy pozostałych wynikach na poziomie dostatecznym
<b>Dostateczny</b>	Obniżenie wyników w 2 próbach bez poprawy w pozostałych(pod warunkiem że są one na poziomie dobrym) lub uzyskanie wyników na poziomie dostatecznym i dopuszczającym
<b>Dopuszczający</b>	Obniżenie wyników w 3 próbach (pod warunkiem że są one na poziomie dostatecznym) bez poprawy w pozostałych lub uzyskanie wyników na poziomie dopuszczającym,
<b>Niedostateczny</b>	Obniżenie wyników w 4 i więcej próbach (pod warunkiem że są one na poziomie dopuszczającym)bez poprawy w pozostałych lub uzyskanie zdecydowanej większości wyników na poziomie niedostatecznym,

## KRYTERIA W OBSZARZE „HIGIENA I STRÓJ” I „AKTYWNOŚĆ LEKCYJNA” - dla kl.4-8

- Uczeń za aktywność lekcyjną oceniany jest poprzez :(+)(-), gdzie 5x(+) = bdb , 5x(-) = ndst
- W szczególnych przypadkach (wysoki poziom aktywności, szczególna aktywność, samorzutne podejmowanie aktywności, szczególne zachowania „fair play”, drastyczne złamanie zasad ”fair play” lub notoryczny brak aktywności pomimo upomnień i motywacji ucznia, aktywność lekcyjna oceniana jest poprzez :1,5,6
- Uczeń otrzymuje ocenę bieżącą w obszarze aktywności lekcyjnej ,zgodną ze skalą ocen w SS, za udział, organizację i realizację działań lekcyjnych takich jak: turniej klasowy w grę zespołową lub indywidualną, wycieczka tematyczna, wycieczka biegowa, zgadywanka terenowa, układ taneczny, marsz nordic walking , mini projekt, i in.
- Uczeń za „higienę i strój” otrzymuje 2 oceny w półroczu
- Podczas nauczania zdalnego higieny i stroju ucznia nie jest kontrolowana

<b>Celujący</b>	<p>Uczeń zawsze przygotowany (+ 1 x zgłoszone) pod względem stroju</p> <p>Uczeń jest często szczególnie aktywny na lekcjach wychowania fizycznego stacjonarnych i on-line</p> <p>Uczeń szczególnie aktywny podczas działań lekcyjnych takich jak: turniej klasowy w grę zespołową lub indywidualną, wycieczka tematyczna, wycieczka biegowa, zgadywanka terenowa, zestaw ćwiczeń, marszobiegi terenowy, układ taneczny, marsz nordic walking i in.</p> <p>Uczeń samorzutnie wspomaga organizację i realizację działań lekcyjnych takich jak: turniej klasowy w grę zespołową lub indywidualną, wycieczka tematyczna, wycieczka biegowa, zgadywanka terenowa, zestaw ćwiczeń, układ taneczny ,marsz nordic walking i in., proponuje nowe elementy i rozwiązania,, zawsze terminowo rozlicza się ze wszystkich prac zleconych (nauczanie zdalnie)</p> <p>Uczeń wykazuje się szczególnymi zachowaniami „fair play” podczas działań lekcyjnych takich jak: turniej klasowy w grę zespołową lub indywidualną, gra rekreacyjna, gry małe ,uproszczone, gra właściwa</p>
<b>Bardzo dobry</b>	<p>Uczeń maksymalnie 1 razy nieprzygotowany (+ 1 x zgłoszone) pod względem stroju</p> <p>Uczeń jest zawsze aktywny na lekcjach wychowania fizycznego stacjonarnych i on-line</p> <p>Uczeń aktywny podczas działań lekcyjnych takich jak: turniej klasowy w grę zespołową lub indywidualną, wycieczka tematyczna, wycieczka biegowa, zgadywanka terenowa, zestaw ćwiczeń, układ taneczny, marsz nordic walking, marszobiegi terenowy i in.</p> <p>Uczeń wspomaga organizację i realizację działań lekcyjnych takich jak: turniej klasowy w grę zespołową lub indywidualną, wycieczka tematyczna, wycieczka biegowa, zgadywanka terenowa, zestaw ćwiczeń, układ taneczny, marsz nordic walking i in.</p> <p>Uczeń rywalizuje w duchu „fair play” podczas działań lekcyjnych takich jak: turniej klasowy w grę zespołową lub indywidualną, gra rekreacyjna, gry małe ,uproszczone, gra właściwa, zawsze terminowo rozlicza się ze wszystkich prac zleconych (nauczanie zdalnie)</p> <p>Odstępstwa od w/w zachowań podczas ocenianych działań lekcyjnych związane jest z upomnieniem nauczyciela obserwującego zajęcia. Drugie upomnienie ucznia skutkuje obniżeniem oceny o jeden stopień.</p>
<b>Dobry</b>	<p>Uczeń maksymalnie 3 razy nieprzygotowany (+ 1 x zgłoszone) pod względem stroju</p> <p>Uczeń stara się być aktywnym na lekcjach wychowania fizycznego stacjonarnych i on-line</p> <p>Uczeń stara się być aktywny podczas działań lekcyjnych takich jak: turniej klasowy w grę zespołową lub indywidualną, wycieczka tematyczna, wycieczka biegowa, zgadywanka terenowa, zestaw ćwiczeń, marszobiegi terenowy, układ taneczny, marsz nordic walking i in.</p> <p>Uczeń na polecenie nauczyciela wspomaga organizację i realizację działań lekcyjnych takich jak: turniej klasowy w grę zespołową lub indywidualną, wycieczka tematyczna, wycieczka biegowa, zgadywanka terenowa, zestaw ćwiczeń, układ taneczny, marsz nordic walking i in.</p> <p>Uczeń stara się rywalizować w duchu „fair play” podczas działań lekcyjnych takich jak: turniej klasowy w grę zespołową lub indywidualną, gra rekreacyjna, gry małe ,uproszczone, gra właściwa, najczęściej zawsze terminowo rozlicza się ze wszystkich prac zleconych (nauczanie zdalnie)</p> <p>Odstępstwa od w/w zachowań podczas ocenianych działań lekcyjnych związane jest z upomnieniem nauczyciela obserwującego zajęcia. Drugie upomnienie ucznia skutkuje obniżeniem oceny o jeden stopień.</p>
<b>Dostateczny</b>	<p>Uczeń maksymalnie 5 razy nieprzygotowany (+ 1 x zgłoszone) pod względem stroju</p> <p>Uczeń stara się być aktywnym przynajmniej na części zajęć wychowania fizycznego stacjonarnych lub on-line</p> <p>Uczeń stara się być aktywny podczas części działań lekcyjnych takich jak: turniej klasowy w grę zespołową lub indywidualną, wycieczka tematyczna, wycieczka biegowa, zgadywanka terenowa, zestaw ćwiczeń, marszobiegi terenowy, układ taneczny, marsz nordic walking i in.</p> <p>Uczeń na wyraźne polecenie nauczyciela wspomaga organizację i realizację działań lekcyjnych takich jak: turniej klasowy w grę zespołową lub indywidualną, wycieczka tematyczna, wycieczka biegowa, zgadywanka terenowa, zestaw ćwiczeń, układ taneczny, marsz nordic walking i in.</p> <p>Uczeń stara się rywalizować w duchu „fair play” podczas działań lekcyjnych takich jak: turniej klasowy w grę zespołową lub indywidualną, gra rekreacyjna, gry małe ,uproszczone, gra właściwa, rozlicza się z większości prac zleconych (nauczanie zdalnie)</p> <p>Odstępstwa od w/w zachowań podczas ocenianych działań lekcyjnych związane jest z upomnieniem nauczyciela obserwującego zajęcia. Drugie upomnienie ucznia skutkuje obniżeniem oceny o jeden stopień.</p>
<b>Dopuszczający</b>	<p>Uczeń maksymalnie 7 razy nieprzygotowany (+ 1 x zgłoszone) pod względem stroju</p> <p>Uczeń mało aktywnym na większości lekcji wychowania fizycznego w tym na zajęciach on-line</p> <p>Uczeń mało aktywny podczas działań lekcyjnych takich jak: turniej klasowy w grę zespołową lub indywidualną, wycieczka tematyczna, wycieczka biegowa, zgadywanka terenowa, zestaw ćwiczeń, marszobiegi terenowy, układ taneczny, marsz nordic walking i in.</p> <p>Uczeń na wyraźne polecenie nauczyciela częściowo wspomaga organizację i realizację działań lekcyjnych takich jak: turniej klasowy w grę zespołową lub indywidualną, wycieczka tematyczna, wycieczka biegowa, zgadywanka terenowa, zestaw ćwiczeń, układ taneczny, marsz nordic walking i in.</p> <p>Uczeń czasami nie stosuje zasad „fair play” podczas działań lekcyjnych takich jak: turniej klasowy w grę zespołową lub indywidualną, gra rekreacyjna, gry małe ,uproszczone, gra właściwa, rozlicza się z części prac zleconych (nauczanie zdalnie)</p> <p>Odstępstwa od w/w zachowań podczas ocenianych działań lekcyjnych związane jest z upomnieniem nauczyciela obserwującego zajęcia. Drugie upomnienie ucznia skutkuje obniżeniem oceny o jeden stopień.</p>
<b>Niedostateczny</b>	<p>Uczeń 8 lub więcej razy nieprzygotowany (+ 1 x zgłoszone) pod względem stroju</p> <p>Uczeń mało aktywnym na lekcjach wychowania fizycznego stacjonarnych i on-line</p> <p>Uczeń nie chce uczestniczyć w działaniach lekcyjnych takich jak: turniej klasowy w grę zespołową lub indywidualną, wycieczka tematyczna, wycieczka biegowa, zgadywanka terenowa, zestaw ćwiczeń, marszobiegi terenowy, układ taneczny, marsz nordic walking i in.</p> <p>Uczeń pomimo poleceń nauczyciela nie wspomaga organizację i realizację działań lekcyjnych takich jak: turniej klasowy w grę zespołową lub indywidualną, wycieczka tematyczna, wycieczka biegowa, zgadywanka terenowa, zestaw ćwiczeń, marsz nordic walking i in.</p> <p>Uczeń często łamie zasady „fair play” podczas działań lekcyjnych takich jak: turniej klasowy w grę zespołową lub indywidualną, gra rekreacyjna, gry małe ,uproszczone, gra właściwa, z prac zleconych rozlicza się sporadycznie i nieterminowo (nauczanie zdalne)</p>

**KRYTERIA W OBSZARZE „UMIĘTNOŚCI I WIADOMOŚCI” > kl.4**

<b>Celujący</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-rzuca prawidłowo i celnie do kosza kilka razy z 3 różnych miejsc</li> <li>- kozłuje swobodnie ,bezbłędnie i dynamicznie piłkę w ruchu P i LR, rzuca bardzo celnie do kosza po zatrzymaniu</li> <li>- biegnie bez ustanku dłuższy bieg przelajowy</li> <li>- strzela celnie na bramkę kilka razy z 2-3 miejsc</li> <li>-prowadzi piłkę P i L nogą, strzela z biegu dowolnie na bramkę</li> <li>- odbija piłkę do siatkówki wielokrotnie ciągiem sposobem górnym, wykonuje bezbłędnie zagrywkę dołem ze skróconej odległości</li> <li>- wykonuje swobodnie i prawidłowo przewrót w przód ze stania</li> <li>- rzuca daleko, prawidłowo i swobodnie p. palantową z krótkiego rozbiegu</li> <li>- skacze daleko, prawidłowo i swobodnie w dal z krótkiego rozbiegu</li> <li>- przeprowadza fragment rozgrzewki</li> <li>- skacze przez średni przybór gimnastyczny</li> </ul>
<b>Bardzo dobry</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-rzuca prawidłowo i celnie do kosza kilka razy z tego samego miejsca</li> <li>- kozłuje swobodnie piłkę w ruchu P i LR , rzuca celnie do kosza po zatrzymaniu</li> <li>- biegnie bez ustanku bieg przelajowy</li> <li>- strzela celnie na bramkę kilka razy z miejsca</li> <li>-prowadzi piłkę dowolną nogą, strzela dowolnie na bramkę</li> <li>- odbija piłkę do siatkówki sposobem górnym, wykonuje zagrywkę dołem ze skróconej odległości</li> <li>- wykonuje swobodnie i prawidłowo przewrót w przód z przysiadu</li> <li>- rzuca prawidłowo i swobodnie p. palantową lub woreczkiem z krótkiego rozbiegu</li> <li>- skacze prawidłowo i swobodnie w dal z krótkiego rozbiegu</li> <li>- przeprowadza fragment rozgrzewki</li> <li>- skacze przez niski przybór gimnastyczny</li> </ul>
<b>Dobry</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-rzuca prawidłowo do kosza kilka razy z tego samego miejsca, przynajmniej 1 raz trafia</li> <li>- kozłuje piłkę w ruchu P i LR , rzuca do kosza po zatrzymaniu</li> <li>- biegnie wolno bez ustanku bieg przelajowy</li> <li>- strzela celnie na bramkę kilka razy z miejsca</li> <li>-prowadzi wolno piłkę dowolną nogą, strzela dowolnie na bramkę</li> <li>- odbija nisko piłkę do siatkówki sposobem górnym, wykonuje zagrywkę dołem ze skróconej odległości z błędami</li> <li>- wykonuje przewrót w przód z przysiadu z drobnymi błędami</li> <li>- rzuca z drobnymi błędami p. palantową lub woreczkiem z krótkiego rozbiegu</li> <li>- skacze prawidłowo w dal z krótkiego ,wolnego rozbiegu</li> <li>- przeprowadza fragment rozgrzewki z pomocą</li> </ul>
<b>Dostateczny</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-rzuca prawidłowo do kosza kilka razy z tego samego miejsca,</li> <li>- kozłuje piłkę w ruchu P lub LR , rzuca do kosza po zatrzymaniu</li> <li>- pokonuje marszobieg przelajowy z 1-2 krótkimi przerwami</li> <li>- strzela na bramkę kilka razy z miejsca, przynajmniej 1 raz trafia</li> <li>-prowadzi w marszu piłkę dowolną nogą, strzela dowolnie na bramkę</li> <li>- przebija piłkę do siatkówki sposobem górnym po własnym narzucie</li> <li>- wykonuje przewrót w przód z przysiadu z błędami</li> <li>- rzuca z miejsca p. palantową lub woreczkiem lub z krótkiego rozbiegu z błędami</li> <li>- skacze dowolnie w dal z krótkiego ,wolnego rozbiegu</li> </ul>
<b>Dopuszczający</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-rzuca dowolnie do kosza kilka razy z tego samego miejsca,</li> <li>- kozłuje piłkę w marszu P lub LR , rzuca dowolnie do kosza po zatrzymaniu</li> <li>- pokonuje wolno marszobieg przelajowy</li> <li>- strzela na bramkę kilka razy z miejsca dowolnie</li> <li>-prowadzi w marszu piłkę dowolną nogą z błędami, strzela dowolnie na bramkę</li> <li>- przebija piłkę do siatkówki sposobem górnym po własnym narzucie z małej odległości</li> <li>- próbuje wykonywać przewrót w przód z przysiadu</li> <li>- rzuca z miejsca p. palantową lub woreczkiem</li> <li>- skacze dowolnie w dal z krótkiego ,wolnego rozbiegu</li> </ul>
<b>Niedostat.</b>	<p align="center"><b>- nie spełnia kryteriów na ocenę dopuszczającą</b></p>

- dokładna forma sprawdzianu praktycznego ustalana jest przed sprawdzianem na podstawie pogody, potrzeb ,miejsca, możliwości i samopoczucia grupy ćwiczebnej
- uczniowie mają do wyboru wersje łatwiejszą i trudniejszą sprawdzianu praktycznego odpowiednio na wyższą i niższą ocenę maksymalną
- uczniowie ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi przystępują do łatwiejszej wersji sprawdzianu praktycznego
- szczegółowe kryteria sprawdzianów praktycznych przedstawiane są uczniom przed sprawdzianem i ustalane na podstawie pogody, możliwości i potrzeb edukacyjnych
- uczniowie ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi oceniani są na podstawie szczegółowych kryteriów dostosowanych do ich możliwości i potrzeb (także na podstawie dyspozycji dnia),
- szczegółowe kryteria oceny sprawdzianu są jasne i przejrzyste, łatwe do zrozumienia dla ucznia i rodzica
- podczas nauczania zdalnego off-line uczeń nie wykonuje sprawdzianów praktycznych umiejętności, a przejawy jego działań fizycznych kontrolowane są za pomocą wymienionych wcześniej narzędzi(np .karty monitoringu, materiał foto itp.)
- jako element łączący wiadomości i umiejętności, podczas nauczania zdalnego uczeń wykonuje prace zlecone (np.zestawy ćwiczeń , wypełnianie kart obserwacji, projekty treningu itp.)
- **uczniowie w roku szkolnym 20/21 wykonują na sprawdzianach praktycznych tylko te czynności ruchowe, które odpowiadają zaleceniom GIS i MEN w zakresie obostrzeń epidemiologicznych (rezygnacja z elementów akrobatyki – przewroty,piramidy,na rzecz łatwych ćwiczeń gimnastycznych nie wymagających materaców i asekuracji, skoku wzwyż oraz wykonywania padów)**



**KRYTERIA W OBSZARZE „UMIĘJĘTNOŚCI I WIADOMOŚCI” > kl. 5-6**

<b>celujący</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- demonstruje prawidłowo zestaw wielu ćwiczeń wzmacniające mięśnie posturalne</li> <li>- demonstruje prawidłowo zestaw składający się z wielu ćwiczeń gibkościowych indywidualne i z partnerem</li> <li>- rzuca prawidłowo i celnie do kosza kilka razy po dwutakcie</li> <li>- koźluje slalomem swobodnie ,bezbłędnie i dynamicznie piłkę w ruchu P i LR</li> <li>- rzuca swobodnie i celnie na bramkę z wysokości</li> <li>- biegnie szybko bez ustanku dłuższy bieg przelajowy (dostosowany dystans)</li> <li>- prowadzi piłkę slalomem P i L nogą, strzela celnie kilka razy na bramkę z biegu</li> <li>- demonstruje dynamicznie, prawidłowo i bezbłędnie podania piłki w piłce ręcznej i koszykówce z partnerem w ruchu</li> <li>- odbija piłkę do siatkówki wielokrotnie ciągiem sposobem górnym, odbija piłkę dołem ,</li> <li>- wykonuje zagrywkę dołem z właściwej odległości</li> <li>- wykonuje swobodnie i prawidłowo przewrót w przód z biegu i tył ze stania, wykonuje układ z 3 elementów akrobatycznych</li> <li>- wykonuje swobodnie i bezbłędnie co najmniej 2 inne wybrane ćwiczenia akrobatyczne</li> <li>- rzuca daleko, prawidłowo i swobodnie p. palantową z dłuższego rozbiegu</li> <li>- skacze daleko, prawidłowo i swobodnie w dal z dłuższego rozbiegu i prawidłowo wżwyz techniką naturalną</li> <li>- przeprowadza rozgrzewkę składającą się z co najmniej 2 elementów</li> <li>- skacze przez wysoki przybór gimnastyczny</li> <li>- wykonuje prawidłowo 2 pady</li> <li>- osiąga 9-10 pkt. w ewentualnym teście wiadomości z zakresu EZ</li> </ul>
<b>bardzo dobry</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- demonstruje prawidłowo zestaw kilku ćwiczeń wzmacniające mięśnie posturalne</li> <li>- demonstruje prawidłowo zestaw kilku ćwiczeń gibkościowych indywidualne i z partnerem</li> <li>- rzuca prawidłowo do kosza kilka razy z biegu po dwutakcie przynajmniej raz trafia</li> <li>- koźluje slalomem swobodnie piłkę w ruchu P i LR ,</li> <li>- rzuca na bramkę z wysokości</li> <li>- biegnie bez ustanku dłuższy bieg przelajowy (dostosowany dystans)</li> <li>- prowadzi piłkę slalomem dowolną nogą, strzela celnie na bramkę z biegu</li> <li>- demonstruje prawidłowo podania piłki w piłce ręcznej i koszykówce z partnerem w ruchu</li> <li>- odbija piłkę do siatkówki sposobem górnym i dolnym, wykonuje zagrywkę dołem z właściwej odległości</li> <li>- wykonuje swobodnie i prawidłowo przewrót w przód z marszu i tył ze stania, wykonuje układ z 2 innych elementów akrobatycznych</li> <li>- wykonuje co najmniej 2 inne wybrane ćwiczenia akrobatyczne,</li> <li>- rzuca prawidłowo i swobodnie p. palantową z rozbiegu</li> <li>- skacze prawidłowo i swobodnie w dal z rozbiegu i wżwyz sposobem naturalnym</li> <li>- przeprowadza mało skomplikowaną rozgrzewkę</li> <li>- skacze przez średni przybór gimnastyczny</li> <li>- wykonuje prawidłowo 1 pad</li> <li>- osiąga 8 pkt. w ewentualnym teście wiadomości z zakresu EZ</li> </ul>
<b>Dobry</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- demonstruje zestaw kilku ćwiczeń wzmacniające mięśnie posturalne</li> <li>- demonstruje zestaw kilku ćwiczeń gibkościowych indywidualne i z partnerem</li> <li>- rzuca do kosza kilka razy z biegu po dwutakcie , przynajmniej raz trafia</li> <li>- koźluje slalomem piłkę w ruchu P lub LR</li> <li>- rzuca na bramkę z biegu z podłoża lub po zatrzymaniu</li> <li>- biegnie bez ustanku bieg przelajowy (dostosowany dystans)</li> <li>- prowadzi wolno piłkę slalomem dowolną nogą , strzela celnie na bramkę z biegu</li> <li>- demonstruje podania piłki w piłce ręcznej i koszykówce z partnerem w ruchu</li> <li>- odbija piłkę do siatkówki sposobem górnym i dolnym, wykonuje zagrywkę dołem ze skróconej odległości</li> <li>- wykonuje swobodnie i prawidłowo przewrót w przód z marszu i tył z przysiadu ,łączy je w układ</li> <li>- wykonuje poprawnie co najmniej 1 inne wybrane ćwiczenia akrobatyczne</li> <li>- rzuca prawidłowo i swobodnie p. palantową z krótkiego rozbiegu</li> <li>- skacze prawidłowo i swobodnie w dal z krótkiego rozbiegu i wżwyz naturalnie na małej wysokości</li> <li>- przeprowadza fragment rozgrzewki</li> <li>- skacze przez niski przybór gimnastyczny do skoków</li> <li>- wykonuje 1 pad z drobnymi błędami</li> <li>- osiąga 7 pkt. w ewentualnym teście wiadomości z zakresu EZ</li> </ul>
<b>Dostateczny</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- demonstruje po 1 ćwiczeniu wzmacniające mięśnie posturalne na brzucha,, grzbietu , nóg i klatki p.</li> <li>- demonstruje kilka ćwiczeń gibkościowych indywidualne lub z partnerem</li> <li>- rzuca do kosza z biegu po dwutakcie z błędami</li> <li>- koźluje wolno slalomem piłkę w ruchu P lub LR</li> <li>- rzuca na bramkę z biegu dowolnie</li> <li>- biegnie z 1-2 krótkimi przystankami lub bardzo wolno bieg przelajowy (dostosowany dystans)</li> <li>- prowadzi wolno piłkę slalomem dowolną nogą , strzela na bramkę z biegu</li> <li>- demonstruje podania piłki w piłce ręcznej lub koszykówce z partnerem w ruchu</li> <li>- odbija piłkę do siatkówki sposobem górnym z błędami , przebija dolnym po własnym narzuciu, wykonuje zagrywkę dołem ze małej odległości</li> <li>- wykonuje z błędami przewrót w przód z marszu i tył z przysiadu ,stara się łączyć je w układ</li> <li>- wykonuje z błędami co najmniej 1 inne wybrane ćwiczenia akrobatyczne</li> <li>- rzuca p. palantową z krótkiego rozbiegu na niewielką odległość</li> <li>- skacze z błędami w dal z krótkiego rozbiegu i wżwyz naturalnie na małej wysokości</li> <li>- proponuje 3-4 ćwiczenia rozgrzewkowe</li> <li>- skacze przez niski dowolny przybór gimnastyczny</li> <li>- wykonuje 1 pad z z błędami, osiąga 5-6 pkt. w ewentualnym teście wiadomości z zakresu EZ</li> </ul>

<b>Dopuszczającą</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- demonstruje 2-3 dowolne ćwiczeniu wzmacniające mięśnie posturalne</li> <li>- demonstruje co najmniej 2 ćwiczeń gibkościowe indywidualne lub z partnerem</li> <li>- rzuca do kosza z biegu dowolnie</li> <li>- koźluje slalomem piłkę w marszu P lub LR</li> <li>- rzuca na bramkę z marszu</li> <li>- pokonuje marszobieg przełajowy (dostosowany dystans)</li> <li>- prowadzi w marszu piłkę slalomem dowolną nogą , strzela na bramkę z marszu</li> <li>- demonstruje podania piłki w piłce ręcznej i koszykówce z partnerem w miejscu</li> <li>- odbija piłkę do siatkówki sposobem górnym , stara się dolnym, wykonuje zagrywkę dołem ze małej odległości</li> <li>- wykonuje z błędami przewrót w przód z przysiadu, stara się w tył z przysiadu</li> <li>- rzuca p. palantową z miejsca na niewielka odległość</li> <li>- skacze na niewielką odległość z błędami w dal z krótkiego rozbiegu ,stara się wzwyż naturalnie na b.małej wysokości</li> <li>- proponuje co najmniej 2 ćwiczenia rozgrzewkowe</li> <li>- stara się skakać przez niski dowolny przybór gimnastyczny</li> <li>- stara się wykonywać dowolny pad, - osiąga 3-4 pkt. w ewentualnym teście wiadomości z zakresu EZ</li> </ul>
<b>Niedostateczny</b>	<p>- nie spełnia kryteriów na ocenę dopuszczającą</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- dokładna forma sprawdzianu praktycznego ustalana jest przed sprawdzianem na podstawie pogody, potrzeb ,miejsca, możliwości i samopoczucia grupy ćwiczebnej</li> <li>- uczniowie mają do wyboru wersje łatwiejszą i trudniejszą sprawdzianu praktycznego odpowiednio na wyższą i niższą ocenę maksymalną</li> <li>- uczniowie ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi przystępują do łatwiejszej wersji sprawdzianu praktycznego</li> <li>- szczegółowe kryteria sprawdzianów praktycznych przedstawiane są uczniom przed sprawdzianem i ustalane na podstawie pogody, możliwości i potrzeb edukacyjnych</li> <li>- uczniowie ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi oceniani są na podstawie szczegółowych kryteriów dostosowanych do ich możliwości i potrzeb (także na podstawie dyspozycji dnia),</li> <li>- szczegółowe kryteria oceny sprawdzianu są jasne i przejrzyste, łatwe do zrozumienia dla ucznia i rodzica</li> <li>- podczas nauczania zdalnego off-line uczeń nie wykonuje sprawdzianów praktycznych umiejętności, a przejawy jego działań fizycznych kontrolowane są za pomocą wymienionych wcześniej narzędzi(np .karty monitoringu, materiał foto itp.)</li> <li>- jako element łączący wiadomości i umiejętności, podczas nauczania zdalnego uczeń wykonuje prace zlecane (np.zestawy ćwiczeń , wypełnianie kart obserwacji, projekty treningu itp.)</li> <li>- <b>uczniowie w roku szkolnym 20/21 wykonują na sprawdzianach praktycznych tylko te czynności ruchowe, które odpowiadają zaleceniom GIS i MEN w zakresie obostrzeń epidemiologicznych (rezygnacja z elementów akrobatyki – przewroty,na rzecz łatwych ćwiczeń gimnastycznych nie wymagających materaców i asekuracji, skoku wzwyż oraz wykonywania padów)</b></li> </ul>	

#### KRYTERIA W OBSZARZE „UMIĘJĘTNOŚCI I WIADOMOŚCI” > kl.7-8

<b>CELUJĄCY</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- demonstruje złożony trening siły ,gibkości lub wytrzymałości</li> <li>- rzuca prawidłowo i celnie do kosza kilka razy po dwutakcie, rzuca swobodnie i prawidłowo technicznie z półdystansu</li> <li>- koźluje slalomem swobodnie ,bezbłędnie i dynamicznie piłkę w ruchu P i LR, wykonuje 2 zwody</li> <li>- rzuca swobodnie i celnie na bramkę z wysokości z różnych pozycji</li> <li>- biegnie szybko bez ustanku długi bieg przełajowy-planuje trasę</li> <li>- prowadzi piłkę slalomem P i L nogą, strzela celnie kilka razy na bramkę z biegu</li> <li>- demonstruje dynamicznie, prawidłowo i bezbłędnie podania piłki w piłce ręcznej i koszykówce z partnerem w ruchu</li> <li>- odbija piłkę do siatkówki wielokrotnie ciągiem sposobem górnym i dolnym , przyjmuje piłkę dołem i górą,</li> <li>- wykonuje swobodnie i celnie zagrywkę górą z właściwej odległości ,atakuję smeczem</li> <li>- wykonuje swobodnie i prawidłowo przewrót w przód z biegu i tył ze stania, wykonuje układ z 3 elementów akrobatycznych</li> <li>- wykonuje swobodnie i bezbłędnie co najmniej 2 inne wybrane ćwiczenia akrobatyczne, wykonuje piramidę trójkową</li> <li>- rzuca lub pcha prawidłowo przyborem rzutowym LA z właściwego rozbiegu</li> <li>- skacze daleko, prawidłowo i swobodnie w dal z długiego rozbiegu z belki i wysoko wzwyż techniką naturalną</li> <li>- przeprowadza złożoną rozgrzewkę składającą się z co najmniej 3 elementów</li> <li>- skacze swobodnie przez wysoki przybór gimnastyczny</li> <li>- wykonuje prawidłowo i swobodnie 2 pady</li> <li>- osiąga 9-10 pkt. w ewentualnym teście wiadomości z zakresu EZ, opracowuje mało złożony rozkład dnia(wysiłek czynny i bierny)</li> </ul>
-----------------	---

<b>BARDZO DOBRY</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- demonstruje prawidłowo zestaw wielu ćwiczeń gibkościowych i wzmacniające mięśnie posturalne</li> <li>- demonstruje mało skomplikowany trening siły ,gibkości lub wytrzymałości</li> <li>-rzuca prawidłowo i celnie do kosza kilka razy po dwutakcie, rzuca swobodnie z półdystansu</li> <li>- kozłuje slalodem swobodnie ,bezbłędnie i dynamicznie piłkę w ruchu P i LR, wykonuje prawidłowo dowolny zwód</li> <li>- rzuca swobodnie i celnie na bramkę z wysokości</li> <li>- biegnie szybko bez ustanku dłuższy bieg przelajowy –planuje trasę</li> <li>-prowadzi piłkę slalodem P i L nogą, strzela celnie kilka razy na bramkę z biegu</li> <li>- demonstruje dynamicznie, prawidłowo i bezbłędnie podania piłki w piłce ręcznej i koszykówce z partnerem w ruchu</li> <li>- odbija piłkę do siatkówki wielokrotnie ciągiem sposobem górnym, odbija i przyjmuje piłkę dołem i górą,</li> <li>- wykonuje zagrywkę górą z właściwej odległości ,zbija piłkę plasem</li> <li>- wykonuje swobodnie i prawidłowo przewrót w przód z biegu i tył ze stania, wykonuje układ z 3 elementów akrobatycznych</li> <li>- wykonuje swobodnie i bezbłędnie co najmniej 2 inne wybrane ćwiczenia akrobatyczne, wykonuje piramidę trójkową</li> <li>- rzuca lub pcha prawidłowo przyborem rzutowym LA z miejsca</li> <li>- skacze daleko, prawidłowo i swobodnie w dal z dłuższego rozbiegu z belki i wysoko wzwyczaj techniką naturalną</li> <li>- przeprowadza rozgrzewkę składającą się z 3 elementów</li> <li>- skacze przez wysoki przybór gimnastyczny</li> <li>- wykonuje prawidłowo 2 pady</li> <li>- osiąga 8 pkt. w ewentualnym teście wiadomości z zakresu EZ, opracowuje mało skomplikowany rozkład dnia(wysiłek czynny i bierny)</li> </ul>
<b>Dobry</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- demonstruje prawidłowo zestaw kilku ćwiczeń wzmacniające mięśnie posturalne</li> <li>- demonstruje prawidłowo zestaw kilku ćwiczeń gibkościowych indywidualne i z partnerem</li> <li>-rzuca prawidłowo do kosza kilka razy z biegu po dwutakcie przynajmniej raz trafia, rzuca z półdystansu</li> <li>- kozłuje slalodem swobodnie piłkę w ruchu P i LR , wykonuje z błędami dowolny zwód</li> <li>- rzuca na bramkę z wysokości</li> <li>- biegnie wolno bez ustanku dłuższy bieg przelajowy-wybiera trasę</li> <li>-prowadzi piłkę slalodem dowolną nogą, strzela celnie na bramkę z biegu</li> <li>- demonstruje prawidłowo podania piłki w piłce ręcznej i koszykówce z partnerem w ruchu</li> <li>- odbija i przyjmuje piłkę do siatkówki sposobem górnym ,odbija dolnym, wykonuje zagrywkę dołem z właściwej lub górą ze skróconej odległości</li> <li>- wykonuje swobodnie i prawidłowo przewrót w przód z marszu i tył ze stania, wykonuje układ z 2 innych elementów akrobatycznych</li> <li>- wykonuje co najmniej 2 inne wybrane ćwiczenia akrobatyczne, wykonuje piramidę dwójkową</li> <li>- rzuca lub pcha dowolnie bezpiecznie przyborem rzutowym LA z miejsca</li> <li>- skacze prawidłowo i swobodnie w dal z rozbiegu i wzwyczaj sposobem naturalnym</li> <li>- przeprowadza mało skomplikowaną rozgrzewkę z 2 elementów</li> <li>- skacze przez średni przybór gimnastyczny</li> <li>- wykonuje prawidłowo 1 pad</li> <li>- osiąga 7 pkt. w ewentualnym teście wiadomości z zakresu EZ, opracowuje z pomocą mało złożony rozkład dnia(wysiłek czynny i bierny)</li> </ul>
<b>Dostateczny</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- demonstruje zestaw kilku ćwiczeń wzmacniające mięśnie posturalne</li> <li>- demonstruje zestaw kilku ćwiczeń gibkościowych indywidualne lub z partnerem</li> <li>-rzuca do kosza kilka razy z biegu po dwutakcie lub odbicia jedenonóż, przynajmniej raz trafia, stara się rzucić z półdystansu</li> <li>- kozłuje slalodem piłkę w ruchu P lub LR , stara się wykonać dowolny zwód</li> <li>- rzuca na bramkę z biegu z podłoża lub po zatrzymaniu</li> <li>- biegnie bez ustanku bieg przelajowy (dostosowany dystans)</li> <li>-prowadzi wolno piłkę slalodem dowolną nogą , strzela celnie na bramkę z biegu</li> <li>- demonstruje podania piłki w piłce ręcznej i koszykówce z partnerem w ruchu</li> <li>- odbija piłkę do siatkówki sposobem górnym i dolnym, wykonuje zagrywkę dołem lub górą ze skróconej odległości, próbuje przyjmować</li> <li>- wykonuje swobodnie i prawidłowo przewrót w przód z marszu i tył z przysiadu ,łączy je w układ</li> <li>- wykonuje poprawnie co najmniej 1 inne wybrane ćwiczenia akrobatyczne, próbuje wykonywać z partnerami dowolną piramidę</li> <li>- bierze udział w ćwiczeniach rzutowych</li> <li>- skacze swobodnie w dal z krótkiego rozbiegu i wzwyczaj naturalnie na małej wysokości</li> <li>- przeprowadza mało skomplikowaną rozgrzewkę</li> <li>- skacze przez niski przybór gimnastyczny do skoków z drobnymi błędami</li> <li>- wykonuje 1 pad z drobnymi błędami</li> <li>- osiąga 5-6 pkt. w ewentualnym teście wiadomości z zakresu EZ, proponuje elementy rozkładu dnia (wysiłek czynny i bierny)</li> </ul>
<b>Dopuszczający</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- demonstruje po 1 ćwiczeniu wzmacniające mięśnie posturalne na brzucha,, grzbietu , nóg i klatki p.</li> <li>- demonstruje kilka ćwiczeń gibkościowych indywidualne lub z partnerem</li> <li>-rzuca do kosza z biegu po dwutakcie z błędami lub z odbicia jedenonóż</li> <li>- kozłuje wolno slalodem piłkę w ruchu P lub LR</li> <li>- rzuca na bramkę z biegu dowolnie</li> <li>- biegnie z 1-2 krótkimi przystankami lub bardzo wolno bieg przelajowy (dostosowany dystans)</li> <li>-prowadzi wolno piłkę slalodem dowolną nogą , strzela na bramkę z biegu</li> <li>- demonstruje podania piłki w piłce ręcznej lub koszykówce z partnerem w ruchu</li> <li>- odbija piłkę do siatkówki sposobem górnym z błędami , przebija dolnym po własnym narzuciu, wykonuje zagrywkę dołem ze skróconej odległości</li> <li>- wykonuje z błędami przewrót w przód z marszu i tył z przysiadu ,stara się łączyć je w układ</li> <li>- wykonuje z błędami co najmniej 1 inne wybrane ćwiczenia akrobatyczne, asekuje przy piramidach</li> <li>-stara się brać udział w ćwiczeniach rzutowych</li> <li>- skacze z błędami w dal z krótkiego rozbiegu i wzwyczaj naturalnie na małej wysokości</li> <li>- przeprowadza fragment rozgrzewki</li> <li>- skacze przez niski dowolny przybór gimnastyczny</li> <li>- wykonuje 1 pad z z błędami, osiąga 3-4 pkt. w ewentualnym teście wiadomości z zakresu EZ, z pomocą proponuje elementy rozkładu dnia</li> </ul>
<b>Niedostateczny</b>	<p>- nie spełnia kryteriów na ocenę dopuszczającą</p>

- dokładna forma sprawdzianu praktycznego ustalana jest przed sprawdzianem na podstawie pogody, potrzeb ,miejsca, możliwości i samopoczucia grupy ćwiczebnej
- uczniowie mają do wyboru wersje łatwiejszą i trudniejszą sprawdzianu praktycznego odpowiednio na wyższą i niższą ocenę maksymalną
- uczniowie ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi przystępują do łatwiejszej wersji sprawdzianu praktycznego
- szczegółowe kryteria sprawdzianów praktycznych przedstawiane są uczniom przed sprawdzianem i ustalane na podstawie pogody, możliwości i potrzeb edukacyjnych
- uczniowie ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi oceniani są na podstawie szczegółowych kryteriów dostosowanych do ich możliwości i potrzeb (także na podstawie dyspozycji dnia),
- szczegółowe kryteria oceny sprawdzianu są jasne i przejrzyste, łatwe do zrozumienia dla ucznia i rodzica
- podczas nauczania zdalnego off-line uczeń nie wykonuje sprawdzianów praktycznych umiejętności, a przejawy jego działań fizycznych kontrolowane są za pomocą wymienionych wcześniej narzędzi (np .karty monitoringu, materiał foto itp.)
- jako element łączący wiadomości i umiejętności, podczas nauczania zdalnego uczeń wykonuje prace zlecone (np. zestawy ćwiczeń , wypełnianie kart obserwacji, projekty treningu itp.)
- **uczniowie w roku szkolnym 20/21 wykonują na sprawdzianach praktycznych tylko te czynności ruchowe, które odpowiadają zaleceniom GIS i MEN w zakresie obostrzeń epidemiologicznych (rezygnacja z elementów akrobatyki – przewroty, piramidy, na rzecz łatwych ćwiczeń gimnastycznych nie wymagających materaców i asekuracji, skoku wzwyż oraz wykonywania padów)**