

Szczegółowe kryteria oceny semestralnej lub rocznej z wychowania fizycznego

OCENA CELUJĄCA	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)
	<ul style="list-style-type: none"> • 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; 	<ul style="list-style-type: none"> • 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; 	<ul style="list-style-type: none"> • 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 sprawnościowych. w ciągu roku szkolnego, • dokonuje oceny własnego rozwoju fiz. • oblicza wskaźnik BMI, • podejmuje indywidualny program treningowy w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej; 	<ul style="list-style-type: none"> • zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych bez błędów technicznych, • wykonuje zadane ćwiczenia zgodnie z przepisami lub zasadami w konkurencjach indywidualnych i zespołowych • potrafi wykonać ćwiczenie o znacznym stopniu trudności, • wykonuje zadania ruchowe efektywnie i efektywnie, • stosuje opanowane umiejętności w czasie rozgrywek sportowych, • stopień zaawansowania techniki i taktyki przez ucznia wpływa znacząco na wyniki drużyny szkolnej w zawodach; 	<ul style="list-style-type: none"> • zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę bardzo dobrą lub celującą, • stosuje wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych. i zespołowych. 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)
	<ul style="list-style-type: none"> • 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; 	<ul style="list-style-type: none"> • 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 współwiczającymi miejsce zajęć, • stosuje się do zasad bezpiecznego udziału w lekcji wych.fiz. • stara się dbać o przybory i sprzęt sportowy szkoły; 	<ul style="list-style-type: none"> • 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; 	<ul style="list-style-type: none"> • 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 efektywnie, ale nie zawsze efektywnie, • stosuje opanowane umiejętności ruchowe w czasie gry właściwej, • stopień opanowania czynności ruchowej ma wpływ na wynik rywalizacji w zawodach różnego szczebla; 	<ul style="list-style-type: none"> • zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę bardzo dobrą lub dobrą, • stosuje prawie wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych i zespołowych, 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 3 kryteria)	STOPIEŃ OPANOWANIA UMIĘJĘTNOŚCI RUCHOWYCH (spełnia co najmniej 3 kryteria)	WIADOMOŚCI (spełnia co najmniej 1 kryterium)
	<ul style="list-style-type: none"> • 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 osobistych • 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; 	<ul style="list-style-type: none"> • 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; 	<ul style="list-style-type: none"> • 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 namowę nauczyciela, • uzyskuje niewielki postęp w próbach w ciągu roku szkolnego. • dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego, • oblicza wskaźnik BMI, • raczej nie podejmuje indywid. Programu treningowego w celu poprawy swoich wyników w próbach; 	<ul style="list-style-type: none"> • zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z niewielkimi błędami technicznymi, • wykonuje ćwiczenia nie zawsze zgodnie z przepisami i zasadami obowiązującymi w danej dyscyplinie, • potrafi wykonywać ćwiczenia o przeciętnym stopniu trudności, • wykonuje zadania ruchowe efektywnie, 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; 	<ul style="list-style-type: none"> • zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę dobrą, • stosuje zasady i przepisy w dyscyplinach. i indywidualnych. i zespołowych 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;

OCENA DOSTATECZNA	POSTAWA (spełnia co najmniej 2 kryteria)	AKTYWNOŚĆ, SYSTEMATYCZNY UDZIAŁ W ZAJĘCIACH (spełnia co najmniej 2 kryteria)	SPRAWNOŚĆ FIZYCZNA ORAZ ROZWÓJ (spełnia co najmniej 2 kryteria)	STOPIEŃ OPANOWANIA UMIĘTNOŚCI RUCHOWYCH (spełnia co najmniej 2 kryteria)	WIADOMOŚCI (spełnia co najmniej 1 kryterium)
	<ul style="list-style-type: none"> • 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, 	<ul style="list-style-type: none"> • 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 wychowania fizycznego, • dba o stan techniczny urządzeń i przyborów, ale aktywność ta wymaga zawsze dodatkowej interwencji wychowawczej prowadzącego zajęcia; 	<ul style="list-style-type: none"> • 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 sprawnościowej. 	<ul style="list-style-type: none"> • zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z dużymi błędami technicznymi, • wykonuje ćwiczenia prawie zawsze niezgodnie z przepisami i zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych. • wykonuje ćwiczenia o niskim stopniu trudności, • wykonuje zadania ruchowe mało efektywnie i zawsze mało efektywnie, • nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności w czasie gry szkolnej i właściwej, • stopień zdobytych umiej. przez ucznia nie wpływa w żaden sposób na wyniki drużyny klasowej w rywalizacji sportowej; 	<ul style="list-style-type: none"> • zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę dostateczną, • stosuje niektóre przepisy i zasady dyscyplin sportowych 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)
OCENA DOPUSZCZAJĄCA	<ul style="list-style-type: none"> • 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; 	<ul style="list-style-type: none"> • 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; 	<ul style="list-style-type: none"> • 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; 	<ul style="list-style-type: none"> • zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z rażącymi błędami technicznymi, • wykonuje ćwiczenia zawsze niezgodnie z przepisami i zasadami obowiąz. w konkurencjach, • potrafi wykonać ćwiczenia o bardzo niskim stopniu trudności, • wykonuje zadania ruchowe mało efektywnie i zawsze mało efektywnie, • nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowych w czasie gry; 	<ul style="list-style-type: none"> • 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;