

Ocena	Celująca	Bardzo dobra	Dobra	Dostateczna	Dopuszczająca	Niedostateczna
Postawa i kompetencje społeczne	<p>Uczeń spełnia co najmniej 5 kryteriów w każdym zakresie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • jest zawsze przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy, • nie ćwiczy na lekcjach tylko z bardzo ważnych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych, • charakteryzuje się wysokim poziomem kultury osobistej, • używa właściwych sformułowań w kontaktach interpersonalnych, • z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły, • bardzo chętnie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej, • reprezentuje szkołę w zawodach sportowych na poziomie gminy, powiatu, rejonu, województwa lub w zawodach ogólnopolskich, • systematycznie bierze udział w zajęciach sportowo rekreacyjnych, • uprawia dyscypliny lub konkurencje sportowe w innych klubach lub sekcjach sportowych, podejmuje dowolne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym 	<p>Uczeń spełnia co najmniej 4 kryteria w każdym zakresie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, między innymi posiada wymagany strój sportowy, ale sporadycznie nie bierze udziału w lekcjach z różnych powodów, • nie ćwiczy na lekcjach tylko z bardzo ważnych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych, • charakteryzuje się właściwym poziomem kultury osobistej, • używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły, • chętnie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej, • reprezentuje szkołę w zawodach sportowych, • niesystematycznie bierze udział w zajęciach sportowo – rekreacyjnych, • niekiedy podejmuje indywidualne formy aktywności fizycznej w wolnym czasie 	<p>Uczeń spełnia co najmniej 3 kryteria w każdym zakresie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, między innymi posiada wymagany strój sportowy, ale częściej niż sporadycznie nie bierze udziału w lekcjach z różnych powodów, • nie ćwiczy na lekcjach tylko z ważnych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych, • charakteryzuje się właściwym poziomem kultury osobistej, • nie zawsze używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły, • sporadycznie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej, • reprezentuje klasę lub grupę wewnątrz klasową w zawodach sportowych, • nie uczęszcza w zajęciach sportowo – rekreacyjnych, • rzadko podejmuje indywidualne formy aktywności fizycznej w wolnym czasie 	<p>Uczeń spełnia co najmniej 2 kryteria w każdym zakresie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy, ale często mu się zdarza nie brać udziału w lekcjach z różnych powodów, • nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych, • charakteryzuje się przeciętnym poziomem kultury osobistej, • często używa nieodpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły, • nie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej, • nie bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach sportowych, • nie uczęszcza na zajęcia sportowo-rekreacyjne, • nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w wolnym czasie 	<p>Uczeń spełnia co najmniej 1 kryterium w zakresie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • bardzo często jest nieprzygotowany do lekcji, zapomina stroju, • często nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych, • charakteryzuje się niskim poziomem kultury osobistej, • bardzo często używa nieodpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły, • nie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej, • nie bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach sportowych, • nie uczęszcza na zajęcia sportowo-rekreacyjne, • nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w wolnym czasie 	<p>Uczeń spełnia następujące kryteria w zakresie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • prawie zawsze jest nieprzygotowany do lekcji, zapomina stroju, • bardzo często nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych, • charakteryzuje się bardzo niskim poziomem kultury osobistej, • zachowuje się wulgarnie w stosunku do nauczyciela oraz innych pracowników szkoły, • nie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej, • nie bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach sportowych, • nie uczęszcza na zajęcia sportowo – rekreacyjne, • nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w wolnym czasie
Systematyczny udział i aktywność w czasie zajęć	<ul style="list-style-type: none"> • w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 95 – 100 % zajęć • w sposób ponad bardzo dobry wykonuje wszystkie ćwiczenia w czasie lekcji, • wzorowo pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny, 	<ul style="list-style-type: none"> • w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 90% bądź 94% zajęć, • w sposób bardzo dobry wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji, • bardzo dobrze pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny, 	<ul style="list-style-type: none"> • w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 85% bądź 89% zajęć, • w sposób dobry wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji, • dobrze pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny, 	<ul style="list-style-type: none"> • w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 80-84% zajęć, • w sposób dostateczny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji, • nie pełni funkcji lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny, 	<ul style="list-style-type: none"> • w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 70-79% zajęć, • w sposób nieudolny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji, • nie pełni funkcji lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny, 	<ul style="list-style-type: none"> • w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy poniżej 70% obowiązkowych zajęć, • w sposób bardzo nieudolny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji, • nie pełni funkcji lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,

	<ul style="list-style-type: none"> • pokazuje i demonstruje większość umiejętności ruchowych, • prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące bardzo poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym, • potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć, • umie samodzielnie przygotować miejsce ćwiczeń, • w sposób bezwzględny stosuje zasady organizacji zajęć wychowania fizycznego, • poczuwa się do współodpowiedzialności za stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły 	<ul style="list-style-type: none"> • pokazuje i demonstruje niektóre umiejętności ruchowe, • prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym, • potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć, • umie z pomocą nauczyciela lub współwiczających przygotować miejsce ćwiczeń, • stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego, • stara się dbać o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły 	<ul style="list-style-type: none"> • nie potrafi pokazywać i demonstrować niektórych umiejętności ruchowe, • prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące w miarę poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym, • potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć, ale często to przygotowanie wymaga dodatkowych uwag i zaleceń nauczyciela, • umie z pomocą nauczyciela lub współwiczających przygotować miejsce ćwiczeń, • nie zawsze stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego, • stara się dbać o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły, ale aktywność ta wymaga dodatkowej interwencji wychowawczej nauczyciela 	<ul style="list-style-type: none"> • nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych, • nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki lub ćwiczeń kształtujących poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym, • nie potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć, • umie z pomocą nauczyciela lub współwiczających przygotować miejsce ćwiczeń, • często nie stosuje zasad bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego, • dba o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły, ale aktywność ta wymaga zawsze dodatkowej interwencji wychowawczej prowadzącego zajęcia 	<ul style="list-style-type: none"> • nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych, • nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki lub ćwiczeń kształtujących poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym, • nie potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć, • umie z pomocą nauczyciela lub współwiczających przygotować miejsce ćwiczeń, • bardzo często nie stosuje zasad bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego, a zachowanie ucznia na lekcji może zagrażać zdrowiu i życiu współwiczających, • nie dba o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły 	<ul style="list-style-type: none"> • nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki lub ćwiczeń kształtujących pod względem merytorycznym i metodycznym, • nie potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć, • nigdy nie przygotowuje miejsca ćwiczeń, • nigdy nie stosuje zasad bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego, a zachowanie ucznia na lekcji zawsze zagraża zdrowiu, a nawet życiu współwiczających, • nie dba o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły, nawet często je niszczy i dewastuje
<p>Sprawność fizyczna i rozwój fizyczny</p>	<ul style="list-style-type: none"> • zalicza wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania, • samodzielnie zabiega o poprawę lub uzupełnienie próby sprawnościowej, w której nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych, • uzyskuje bardzo znaczny postęp w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego, • dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego, • oblicza wskaźnik BMI, • podejmuje indywidualny program treningowy w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej 	<ul style="list-style-type: none"> • zalicza prawie wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania, • poprawia lub uzupełnia próby sprawnościowe, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych za namową nauczyciela, • uzyskuje znaczny postęp w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego, • dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego, • oblicza wskaźnik BMI, • czasami podejmuje indywidualny program treningowy w celu poprawy 	<ul style="list-style-type: none"> • zalicza większość testów i prób sprawnościowe ujętych w programie nauczania, • wykonuje określone próby sprawności fizycznej na ocenę dobrą, • poprawia lub uzupełnia próby sprawnościowe, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych za wyraźną namową nauczyciela, • uzyskuje niewielki postęp w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego, • dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego, • oblicza wskaźnik BMI, 	<ul style="list-style-type: none"> • zalicza tylko niektóre testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania, • wykonuje określone próby sprawności fizycznej na ocenę dostateczną, • nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych, • nie dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego, • nie oblicza wskaźnika BMI, • nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego, • nigdy nie podejmuje 	<ul style="list-style-type: none"> • zalicza tylko pojedyncze testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania, • nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych, • nie dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego, • nie oblicza wskaźnika BMI, • nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego, • nigdy nie podejmuje indywidualnego programu 	<ul style="list-style-type: none"> • nie zalicza większości testów i prób sprawnościowych ujętych w programie nauczania, • nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych, • nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego, • nigdy nie podejmuje indywidualnego programu treningowego w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej

		wyników danej próbie sprawności fizycznej	• raczej nie podejmuje indywidualnego programu treningowego w celu poprawy wyników danej próbie sprawności fizycznej	indywidualnego programu treningowego w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej	treningowego w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej	
Aktywność fizyczna	<ul style="list-style-type: none"> • zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych bez jakichkolwiek błędów technicznych i taktycznych, • ćwiczenia wykonuje zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych, • wykonywane zadania ruchowego przez ucznia może być zawsze przykładem i wzorem do naśladowania dla innych ćwiczących, • potrafi wykonać ćwiczenie o znacznym stopniu trudności, • wykonuje zadania ruchowe nie tylko efektywnie, ale i efektywnie, np. trafia do bramki, rzuca celnie do kosza, • stosuje opanowane umiejętności w czasie zawodów i rozgrywek sportowych, • stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia w sposób znaczący wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli 	<ul style="list-style-type: none"> • zalicza wszystkie sprawdziany i umiejętności ruchowe z niewielkimi błędami taktycznymi lub technicznymi, • ćwiczenia wykonuje zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych, • potrafi wykonywać ćwiczenia o dużym stopniu trudności, • wykonuje zadania ruchowe efektywnie ale nie zawsze efektywnie, np. sporadycznie trafia do bramki lub rzuca do kosza, • stosuje opanowane umiejętności ruchowe w czasie gry właściwej w trakcie zajęć, • stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli 	<ul style="list-style-type: none"> • zalicza wszystkie sprawdziany i umiejętności ruchowe z niewielkimi błędami taktycznymi lub technicznymi, • ćwiczenia wykonuje nie zawsze zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych, • potrafi wykonywać ćwiczenia o przeciętnym stopniu trudności, • wykonuje zadania ruchowe efektywnie, ale nie zawsze mało efektywnie, np. nie trafia do bramki lub nie rzuca trafnie do kosza, • nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowe w czasie gry właściwej w trakcie zajęć, • stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli 	<ul style="list-style-type: none"> • zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z dużymi błędami technicznymi lub taktycznymi, • wykonuje ćwiczenia prawie zawsze niezgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych, • potrafi wykonać ćwiczenia o niskim stopniu trudności, • wykonuje zadania ruchowe mało efektywnie i zawsze mało efektywnie, np. nie trafia do bramki, nie rzuca celnie do kosza, • nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowych w czasie gry właściwej lub szkolnej, • stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli 	<ul style="list-style-type: none"> • zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z rażącymi błędami technicznymi lub taktycznymi, • wykonuje ćwiczenia zawsze niezgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych, • potrafi wykonać ćwiczenia o bardzo niskim stopniu trudności, • wykonuje zadania ruchowe mało efektywnie i zawsze mało efektywnie, np. nie trafia do bramki, nie rzuca celnie do kosza, • nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowych w czasie gry właściwej lub szkolnej, • stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli; 	<ul style="list-style-type: none"> • zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z bardzo rażącymi błędami technicznymi i taktycznymi, • wykonuje ćwiczenia zawsze niezgodnie z przepisami i zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych, • nie potrafi wykonywać ćwiczeń nawet o bardzo niskim stopniu trudności, • wykonuje zadania ruchowe mało efektywnie i zawsze mało efektywnie np. nie trafia do bramki, nie rzuca celnie do kosza, • nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowych czasie gry właściwej lub szkolnej, • stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli
Wiadomości	<p>Uczeń spełnia co najmniej 3 kryteria w zakresie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę bardzo dobrą lub celującą, • stosuje wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego, 	<p>Uczeń spełnia co najmniej 2 kryteria w zakresie:</p> <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 oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego, 	<p>Uczeń spełnia co najmniej 1 kryterium w zakresie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę dobrą, • stosuje przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego, 	<p>Uczeń spełnia co najmniej 1 kryterium w zakresie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę dostateczną, • stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego, • posiada dostateczną wiedzę 	<p>Uczeń spełnia co najmniej 1 kryterium w zakresie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę dopuszczającą, • stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego, 	<p>Uczeń spełnia następujące kryteria w zakresie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę niedostateczną, • stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego,

	<ul style="list-style-type: none">• posiada rozległą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego,• wykazuje się dużym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą	<ul style="list-style-type: none">• posiada bardzo dobrą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego człowieka,• wykazuje się bardzo dobrym zakresem wiedzy na temat bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą	<ul style="list-style-type: none">• posiada dobrą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego człowieka,• wykazuje się dobrym zakresem wiedzy na temat bieżących wydarzeń sportowych	<p>na temat rozwoju fizycznego i motorycznego,</p> <ul style="list-style-type: none">• wykazuje się przeciętnym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w środowisku lokalnym i kraju	<ul style="list-style-type: none">• posiada niewielką wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego,• wykazuje się niskim zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w środowisku lokalnym i kraju	<ul style="list-style-type: none">• posiada niedostateczną wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego,• wykazuje się niedostatecznym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w środowisku lokalnym i kraju
--	---	--	---	---	--	--