

Szczegółowe kryteria oceniania z wychowania fizycznego w Szkole Podstawowej im. Józefa Janika w Koszutach

KL IV

1. Postawa ucznia (zaangażowanie).

Ocenę **celującą** otrzymuje uczeń, który:

- Wykazuje bardzo dużą aktywność i zaangażowanie na lekcji.
- Jest zawsze przygotowany do zajęć (posiada strój sportowy).
- Wkłada bardzo duży wysiłek w wykonywanie zadań.
- Powierzone zadania wykonuje sumiennie i starannie.
- Systematycznie uczęszcza na zajęcia.
- Przestrzega zasad fair play na boisku i w życiu.
- Chętnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych.
- Jest zaangażowany w działalność sportową szkoły.
- Chętnie reprezentuje szkołę w zawodach i rozgrywkach sportowych.

Ocenę **bardzo dobrą** otrzymuje uczeń, który:

- Na zajęciach jest aktywny i zaangażowany.
- Jest przygotowany do zajęć (dopuszcza się sporadyczny brak stroju na lekcji).
- Systematycznie i sumiennie wykonuje polecane mu zadania.
- Systematycznie uczęszcza na zajęcia wychowania fizycznego (zdarza się sporadyczna nieobecność nieusprawiedliwiona).
- Przestrzega zasad fair play na boisku.
- Dość regularnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych.

Ocenę **dobrą** otrzymuje uczeń, który:

- Nie zawsze jest aktywny i zaangażowany na zajęciach.
- Z reguły jest przygotowany do zajęć (dopuszcza się czterokrotny brak stroju sportowego na lekcji wychowania fizycznego).
- Dość często jest nieobecny na zajęciach.
- Potrzebuje motywacji podczas wykonywania zadań ruchowych.
- Na zajęcia pozalekcyjne uczęszcza nieregularnie.

Ocenę **dostateczną** otrzymuje uczeń, który:

- Nie wykazuje szczególnej aktywności na zajęciach.
- Bywa często nieprzygotowany do zajęć (często nie przynosi stroju sportowego).
- Często jest nieobecny na lekcji.
- Powierzone mu zadania wykonuje niestarannie i niedbale.
- Nie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych.
- Nie szanuje sprzętu sportowego.

Ocenę **dopuszczającą** otrzymuje uczeń, który:

- Na zajęciach nie wykazuje żadnej aktywności.
- Regularnie jest nieprzygotowany do zajęć (bardzo często nie przynosi stroju sportowego).
- Bardzo często opuszcza zajęcia.
- Powierzone zadania wykonuje bardzo niestarannie, okazuje lekceważący stosunek do tego co robi.
- Nie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych.

Ocenę **niedostateczną** otrzymuje uczeń, który:

- Na lekcji nie wykonuje i nie chce wykonywać powierzonych mu zadań.
- Wykazuje skrajnie lekceważący stosunek do przedmiotu.
- Nigdy nie jest przygotowany do zajęć (nie nosi stroju sportowego).
- Samowolnie i nagminnie opuszcza lekcje.

2.Umiejętności ruchowe.

Ocenę **celującą** otrzymuje uczeń, który:

- Technicznie i bezbłędnie wykonuję, stosuje w grze: kozłowanie piłki w miejscu i w ruchu, prowadzenie piłki nogą, podanie piłki oburącz i jednorącz, rzuty piłki do kosza z miejsca, rzut i strzał piłki do bramki z miejsca, odbicie piłki oburącz sposobem górnym.
- Potrafi prawidłowo wykonać zagrywkę w tenisie stołowym.
- Podczas minigier prezentuję wysoki poziom techniczny swoich umiejętności.
- Potrafi wzorowo zorganizować i przeprowadzić wymagającą grę ruchową w gronie rówieśników, stosuje wymyślone przez siebie przepisy.
- Technicznie bezbłędnie wykonuje przewrót w przód z kilku pozycji wyjściowych.
- Wzorowo wykonuje opracowany przez siebie układ gimnastyczny lub taneczny.
- Technicznie i bezbłędnie wykonuje skok w dal z rozbiegu.
- Technicznie i prawidłowo wykonuję z miejsca i z krótkiego rozbiegu rzuty różnymi przedmiotami.

Ocenę **bardzo dobrą** otrzymuje uczeń, który:

- Z małymi błędami technicznymi wykonuję, stosuje w grze: kozłowanie piłki w miejscu i w ruchu, prowadzenie piłki nogą, podanie piłki oburącz i jednorącz, rzuty piłki do kosza z miejsca, rzut i strzał piłki do bramki z miejsca, odbicie piłki oburącz sposobem górnym.

- Potrafi zastosować swoje umiejętności techniczne w minigrach.
- Zorganizuje i przeprowadzi dowolną grę ruchową.
- Z niewielkimi błędami wykona przewrót w przód, co najmniej z dwóch pozycji.
- Wykonuje dowolny układ gimnastyczny lub taneczny.
- W miarę właściwie wykonuje skok w dal z miejsca lub z krótkiego rozbiegu.
- Dość dobrze wykonuje z miejsca i z krótkiego rozbiegu rzut różnymi przedmiotami.

Ocenę **dobrą** otrzymuje uczeń, który:

- na miarę swoich możliwości wykonuje, stosuje w grze: kozłowanie piłki w miejscu i w ruchu, prowadzenie piłki nogą, podanie piłki oburącz i jednorącz, rzuty piłki do kosza z miejsca, rzut i strzał piłki do bramki z miejsca, odbicie piłki oburącz sposobem górnym.
- Stosuje w miarę możliwości umiejętności techniczne w minigrach.
- Zorganizuje i przeprowadzi prostą zabawę lub grę ruchową.
- Wykonuje w miarę swoich możliwości dowolny układ gimnastyczny lub taneczny.
- Wykonuje skok w dal z miejsca lub krótkiego rozbiegu.
- Wykonuje z miejsca lub krótkiego rozbiegu rzut różnymi przedmiotami.

Ocenę **dostateczną** otrzymuje uczeń, który:

- Nie wykonuje i nie stosuje w grze kozłowania piłki w miejscu i w ruchu, prowadzenia piłki nogą, podania piłki oburącz i jednorącz, rzutu piłki do kosza z miejsca, rzutu i strzału piłki do bramki z miejsca, odbicia piłki oburącz sposobem górnym.
- Nie potrafi zastosować swoich umiejętności technicznych w minigrach.
- Nie potrafi zorganizować i przeprowadzić prostej zabawy lub gry ruchowej.
- Nie potrafi wykonać przewrotu w przód z dowolnej pozycji wyjściowej.
- Nie potrafi wykonać dowolnego układu gimnastycznego lub tanecznego.
- Bez zaangażowania wykonuje skok w dal z miejsca i z krótkiego rozbiegu.
- Bez zaangażowania wykonuje rzut różnymi przyborami z miejsca i krótkiego rozbiegu.

Ocenę **dopuszczającą** otrzymuje uczeń, który:

- Nie podejmuje żadnych prób opanowania nowych umiejętności ruchowych.
- W czasie gry umyślnie stosuje błędną technikę.
- Nie zależy mu na opanowaniu żadnych nowych umiejętności.

Ocenę **niedostateczną** otrzymuje uczeń, który:

- Nie wykonuje na zajęciach żadnych powierzonych mu zadań.

- Nie podchodzi do ćwiczeń i pokazuje swoim zachowaniem, że nie zależy mu na opanowaniu żadnych umiejętności ruchowych.
- Lekceważy wszelkie próby zachęcenia go do podjęcia jakiegokolwiek aktywności na zajęciach.

KL V-VI

1. Postawa ucznia (zaangażowanie).

Ocenę **celującą** otrzymuje uczeń, który:

- Wykazuje bardzo dużą aktywność i zaangażowanie na lekcji.
- Jest zawsze przygotowany do zajęć (posiada strój sportowy).
- Wkłada bardzo duży wysiłek w wykonywanie zadań.
- Powierzone zadania wykonuje sumiennie i starannie.
- Systematycznie uczęszcza na zajęcia.
- Przestrzega zasad fair play na boisku i w życiu.
- Chętnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych.
- Jest zaangażowany w działalność sportową szkoły.
- Chętnie reprezentuje szkołę w zawodach i rozgrywkach sportowych.

Ocenę **bardzo dobrą** otrzymuje uczeń, który:

- Na zajęciach jest aktywny i zaangażowany.
- Jest przygotowany do zajęć (dopuszcza się sporadyczny brak stroju na lekcji).
- Systematycznie i sumiennie wykonuje polecone mu zadania.
- Systematycznie uczęszcza na zajęcia wychowania fizycznego (zdarza się sporadyczna nieobecność nieusprawiedliwiona).
- Przestrzega zasad fair play na boisku.
- Dość regularnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych.

Ocenę **dobłą** otrzymuje uczeń, który:

- Nie zawsze jest aktywny i zaangażowany na zajęciach.
- Z reguły jest przygotowany do zajęć (dopuszcza się czterokrotny brak stroju sportowego na lekcji wychowania fizycznego).
- Dość często jest nieobecny na zajęciach.
- Potrzebuje motywacji podczas wykonywania zadań ruchowych.
- Na zajęcia pozalekcyjne uczęszcza nieregularnie.

Ocenę **dostateczną** otrzymuje uczeń, który:

- Nie wykazuje szczególnej aktywności na zajęciach.
- Bywa często nieprzygotowany do zajęć (często nie przynosi stroju sportowego).
- Często jest nieobecny na lekcji.

- Powierzone mu zadania wykonuje niestarannie i niedbale.
- Nie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych.
- Nie szanuje sprzętu sportowego.

Ocenę **dopuszczającą** otrzymuje uczeń, który:

- Na zajęciach nie wykazuje żadnej aktywności.
- Regularnie jest nieprzygotowany do zajęć (bardzo często nie przynosi stroju sportowego).
- Bardzo często opuszcza zajęcia.
- Powierzone zadania wykonuje bardzo niestarannie, okazuje lekceważący stosunek do tego co robi.
- Nie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych.

Ocenę **niedostateczną** otrzymuje uczeń, który:

- Na lekcji nie wykonuje i nie chce wykonywać powierzonych mu zadań.
- Wykazuje skrajnie lekceważący stosunek do przedmiotu.
- Nigdy nie jest przygotowany do zajęć (nie nosi stroju sportowego).
- Samowolnie i nagminnie opuszcza lekcje.

2.Umiejętności ruchowe.

Ocenę **celującą** otrzymuje uczeń, który:

- Technicznie i bezbłędnie wykonuje, stosuje w grze: kozłowanie piłki w ruchu ze zmianą tempa i kierunku, podanie piłki oburącz i jednorącz w ruchu, rzut piłką do kosza z biegu i po kozłowaniu (dwutakt), rzut i strzał piłki do bramki w ruchu, odbicie piłki oburącz sposobem górnym i dolnym, rozegranie „na trzy”, zagrywkę ze zmniejszonej odległości, rzut i chwyt ringa.
- Podczas minigier prezentuje wysoki poziom techniczny swoich umiejętności.
- W gronie swoich rówieśników potrafi wzorowo zorganizować i przeprowadzić wymagającą grę sportową lub rekreacyjną.
- Technicznie bezbłędnie wykonuje przewrót w przód z marszu.
- technicznie bezbłędnie wykonuje przewrót w tył z przysiadu.
- prawidłowo wykonuje ćwiczenia zwinnościowo-akrobatyczne: stanie na rękach, przerzut bokiem.
- Prawidłowo wykonuje układ ćwiczeń zwinnościowo-akrobatyczne z przyborem.
- Wykonuje proste kroki i figury wybranego tańca regionalnego i nowoczesnego.
- Prawidłowo technicznie wykonuje dowolny skok przez przyrząd (skrzynię, kozła) z asekuracją.
- Prawidłowo wykonuj technikę startu niskiego.

- Technicznie bezbłędnie wykonuje skok w dal z rozbiegu oraz skoki przez przeszkody.
- Technicznie bezbłędnie wykonuje rzut małą piłką z rozbiegu.
- Przeprowadza opracowany przez siebie fragment rozgrzewki.

Ocenę **bardzo dobrą** otrzymuje uczeń, który:

- Z małymi błędami technicznymi wykonuje i stosuje w grze: kozłowanie piłki w ruchu ze zmianą tempa i kierunku, podanie piłki oburącz i jednorącz w ruchu, rzut piłką do kosza z biegu i po kozłowaniu (dwutakt), rzut i strzał piłki do bramki w ruchu, odbicie piłki oburącz sposobem górnym i dolnym, rozegranie „na trzy”, zagrywkę ze zmniejszonej odległości, rzut i chwyt ringo.
- Podczas minigier potrafi zaprezentować swoje umiejętności techniczne.
- W gronie rówieśników potrafi przeprowadzić wymagającą grę sportową lub rekreacyjną.
- Z niewielkimi błędami technicznymi wykonuje przewrót w przód z marszu.
- Z niewielkimi błędami technicznymi wykonuje przewrót w tył z przysiadu.
- W miarę prawidłowo wykonuje ćwiczenia zwinnościowo-akrobatyczne: stanie na rękach, przerzut bokiem.
- W miarę prawidłowo wykonuje układ ćwiczeń zwinnościowo-akrobatycznych z przyborem.
- Na miarę swoich możliwości wykonuje proste kroki i figury wybranego tańca regionalnego i nowoczesnego.
- Z niewielkimi błędami technicznymi wykonuje dowolny skok przez przyrząd (skrzynie, kozioł) z asekuracją.
- Prawidłowo wykonuje technikę startu niskiego.
- Z niewielkimi błędami technicznymi skok w dal z rozbiegu oraz skoki przez przeszkody.
- technicznie prawidłowo wykonuje rzut małą piłką z rozbiegu.

Ocenę **dobłą** otrzymuje uczeń, który:

- W miarę swoich możliwości wykonuje, stosuje w grze: kozłowanie piłki w ruchu ze zmianą tempa i kierunku, podania piłki oburącz i jednorącz w ruchu, rzut piłką do kosza z biegu i po kozłowaniu (dwutakt), rzut i strzał piłki do bramki w ruchu, odbicie piłki oburącz sposobem górnym i dolnym, rozegranie „na trzy”, zagrywkę ze zmniejszonej odległości, rzut i chwyt ringo.
- Na miarę możliwości stosuje swoje umiejętności w minigrach.
- Stara się wykonać przewrót w przód z marszu.
- W gronie rówieśników potrafi przeprowadzić prostą grę sportową lub rekreacyjną.
- stara się wykonać przewrót w tył z przysiadu.
- Podchodzi do wykonania ćwiczeń zwinnościowo-akrobatycznych: stanie na rękach, przerzut bokiem.

- Stara się wykonać układ ćwiczeń zwinnościowo-akrobatycznych z przyborem.
- Na miarę swoich możliwości wykonuje proste kroki i figury wybranego tańca regionalnego i nowoczesnego.
- Stara się wykonać dowolny skok przez przyrząd (skrzynie, kozioł) z asekuracją.
- W miarę prawidłowo wykonuje technikę startu niskiego.
- Z pewnymi błędami technicznymi wykonuje skok w dal z rozbiegu oraz skoki przez przeszkody.
- W miarę prawidłowo technicznie wykonuje rzut małą piłką z rozbiegu.
- Na miarę swoich możliwości przeprowadza fragment rozgrzewki.

Ocenę **dostateczną** otrzymuje uczeń, który:

- Nie stara się wykonać lub zastosować w grze kozłowania piłki w ruchu ze zmianą tempa i kierunku, podania piłki oburącz i jednorącz w ruchu, rzutu piłki do kosza z biegu i po kozłowaniu (dwutakt), rzutu i strzału piłki do bramki w ruchu, odbicia piłki oburącz sposobem górnym i dolnym, rozegrania „na trzy”, zagrywki ze zmniejszonej odległości, rzutu i chwytu ringo.
- Nie stosuje swoich umiejętności w minigrach.
- W gronie rówieśników niw potrafi przeprowadzić prostej gry sportowej lub rekreacyjnej.
- Nie stara się wykonać przewrotu w przód z marszu.
- Nie stara się wykonać przewrotu w tył z przysiadu.
- Nie podchodzi do wykonania ćwiczeń zwinnościowo-akrobatycznych: stanie na rękach, przerzutu bokiem.
- Nie podchodzi do wykonania układu ćwiczeń zwinnościowo-akrobatycznych z przyborem.
- Nie umie wykonać prostych kroków i figur żadnego tańca.
- Bez jakiegokolwiek zaangażowania wykonuje dowolny skok przez przyrząd (skrzynia, kozioł) z asekuracją.
- Technikę startu niskiego wykonuje z licznymi błędami.
- Z licznymi błędami wykonuje skok w dal z rozbiegu oraz skoki przez przeszkody.
- Z licznymi błędami technicznymi wykonuje rzut z małą piłką z rozbiegu.
- Nie przeprowadza rozgrzewki.

Ocenę **dopuszczającą** otrzymuje uczeń, który:

- Nie podejmuje żadnych prób opanowania nowych umiejętności ruchowych.
- W czasie gry umyślnie stosuje błędną technikę.
- Nie zależy mu na opanowaniu żadnych nowych umiejętności.

Ocenę **niedostateczną** otrzymuje uczeń, który:

- Nie wykonuje żadnych powierzonych mu zadań na zajęciach.
- Nie podchodzi do ćwiczeń i pokazuje swoim zachowaniem, że nie zależy mu na opanowaniu żadnych umiejętności ruchowych.
- Lekceważy wszelkie próby zachęcenia go do podjęcia jakiegokolwiek aktywności na zajęciach.

KL VII

1. Postawa ucznia (zaangażowanie).

Ocenę **celującą** otrzymuje uczeń, który:

- Wykazuje bardzo dużą aktywność i zaangażowanie na lekcji.
- Jest zawsze przygotowany do zajęć (posiada strój sportowy).
- Wkłada bardzo duży wysiłek w wykonywanie zadań.
- Powierzone zadania wykonuje sumiennie i starannie.
- Systematycznie uczęszcza na zajęcia.
- Przestrzega zasad fair play na boisku i w życiu.
- Chętnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych.
- Jest zaangażowany w działalność sportową szkoły.
- Chętnie reprezentuje szkołę w zawodach i rozgrywkach sportowych.

Ocenę **bardzo dobrą** otrzymuje uczeń, który:

- Na zajęciach jest aktywny i zaangażowany.
- Jest przygotowany do zajęć (dopuszcza się sporadyczny brak stroju na lekcji).
- Systematycznie i sumiennie wykonuje polecone mu zadania.
- Systematycznie uczęszcza na zajęcia wychowania fizycznego (zdarza się sporadyczna nieobecność nieusprawiedliwiona).
- Przestrzega zasad fair play na boisku.
- Dość regularnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych.

Ocenę **dobrą** otrzymuje uczeń, który:

- Nie zawsze jest aktywny i zaangażowany na zajęciach.
- Z reguły jest przygotowany do zajęć (dopuszcza się czterokrotny brak stroju sportowego na lekcji wychowania fizycznego).
- Dość często jest nieobecny na zajęciach.
- Potrzebuje motywacji podczas wykonywania zadań ruchowych.
- Na zajęcia pozalekcyjne uczęszcza nieregularnie.

Ocenę **dostateczną** otrzymuje uczeń, który:

- Nie wykazuje szczególnej aktywności na zajęciach.
- Bywa często nieprzygotowany do zajęć (często nie przynosi stroju sportowego).
- Często jest nieobecny na lekcji.
- Powierzone mu zadania wykonuje niestarannie i niedbale.
- Nie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych.
- Nie szanuje sprzętu sportowego.

Ocenę **dopuszczającą** otrzymuje uczeń, który:

- Na zajęciach nie wykazuje żadnej aktywności.
- Regularnie jest nieprzygotowany do zajęć (bardzo często nie przynosi stroju sportowego).
- Bardzo często opuszcza zajęcia.
- Powierzone zadania wykonuje bardzo niestarannie, okazuje lekceważący stosunek do tego co robi.
- Nie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych.

Ocenę **niedostateczną** otrzymuje uczeń, który:

- Na lekcji nie wykonuje i nie chce wykonywać powierzonych mu zadań.
- Wykazuje skrajnie lekceważący stosunek do przedmiotu.
- Nigdy nie jest przygotowany do zajęć (nie nosi stroju sportowego).
- Samowolnie i nagminnie opuszcza lekcje.

2.Umiejętności ruchowe.

Ocenę **celującą** otrzymuje uczeń, który:

- Bezbłędnie wykonuje, stosuje w grze techniczne i taktyczne elementy: w koszykówce, piłce ręcznej, piłce nożnej – zwody obronę „każdy swego”, w siatkówce – wystawienie, zbieg i odbiór piłki; ustawia się prawidłowo na boisku w ataku i obronie.
- Jest przykładem wzorowego uczestnika gier szkolnych i uproszczonych jako zawodnik i jako sędzia.
- Potrafi z największą starannością zaplanować szkolne rozgrywki sportowe według systemu pucharowego i „każdy z każdym”.
- Uczestniczy w wybranej formie aktywności fizycznej pochodzącej spoza Europy.
- Bezbłędnie wykonuje wybrane ćwiczenia zwinnościowo-akrobacyjne (np. stanie na rękach z asekuracją, przerzut bokiem, piramidę dwójkową lub trójkową).
- Potrafi zaplanować i wykonać dowolny układ gimnastyczny.
- Opracowuje i wykonuje indywidualnie, w prze lub zespole dowolny układ taneczny z wykorzystaniem elementów nowoczesnych form aktywności fizycznej.
- Wybiera i pokonuje trasę biegu terenowego z elementami orientacji w terenie.

- Prawidłowo technicznie wykonuje przekazanie pałeczki w biegu sztafetowym.
- Prawidłowo wykonuje skok w dal po rozbiegu z odbicia ze strefy lub belki oraz skok przez przeszkody techniką naturalną.
- Potrafi wykorzystać nowoczesną technologie, np. urządzenia monitorujące, aplikację internetowe, do zdiagnozowania własnej dziennej aktywności fizycznej.
- Planuje i przeprowadza rozgrzewkę w zależności od rodzaju aktywności fizycznej.

Ocenę **bardzo dobrą** otrzymuje uczeń, który:

- Z niewielkimi błędami wykonuje, stosuje w grze techniczne i taktyczne elementy: w koszykówce, piłce ręcznej, piłce nożnej – zwody obronę „każdy swego”, w siatkówce – wystawienie, zbieg i odbiór piłki; ustawia się prawidłowo na boisku w ataku i obronie.
- Dobrze odgrywa rolę uczestnika gier szkolnych i uproszczonych jako zawodnik i jako sędzia.
- Potrafi zaplanować szkolne rozgrywki sportowe według systemu pucharowego i „każdy z każdym”.
- Uczestniczy w wybranej formie aktywności fizycznej pochodzącej spoza Europy.
- Z pewnymi błędami wykonuje wybrane ćwiczenia zwinnościowo-akrobatyczne (np. Stanie na rękach z asekuracją, przerzut bokiem, piramidę dwójkową lub trójkową).
- Potrafi zaplanować dowolny układ gimnastyczny, nawet jeśli popełnia małe błędy.
- Opracowuje i wykonuje (na miarę swoich możliwości) indywidualnie, w parze lub zespole dowolny układ taneczny z wykorzystaniem elementów nowoczesnych form aktywności fizycznej.
- Potrafi wybrać i pokonać trasę biegu terenowego z elementami sportów na orientację.
- Potrafi przekazać pałeczkę w biegu sztafetowym.
- W miarę prawidłowo wykonuje skok w dal z rozbiegu z odbicia ze strefy lub belki oraz skoki przez przeszkody techniką naturalną.
- W miarę swoich możliwości umie wykorzystać nowoczesną technologie (np. urządzenia monitorujące, aplikację internetowe, do zdiagnozowania własnej dziennej aktywności fizycznej).
- Planuje i przeprowadza rozgrzewkę w zależności od rodzaju aktywności fizycznej.

Ocenę **dobłą** otrzymuje uczeń, który:

- Na miarę swoich umiejętności wykonuje, stosuje w grze techniczne i taktyczne elementy: w koszykówce, piłce ręcznej, piłce nożnej – zwody obronę „każdy swego”, w siatkówce – wystawienie, zbieg i odbiór piłki; ustawia się prawidłowo na boisku w ataku i obronie.
- stara się dobrze pełnić funkcję uczestnika gier szkolnych i uproszczonych jako zawodnik i jako sędzia.

- Na miarę swoich umiejętności planuje szkolne rozgrywki sportowe według systemu pucharowego i „każdy z każdym”.
- Podchodzi do wykonania wybranych ćwiczeń zwinnościowo-akrobatycznych (np. stanie na rękach z asekuracją, przerzut bokiem, piramidę dwójkową lub trójkową).
- Stara się wykonać i zaplanować dowolny układ gimnastyczny, nawet jeśli popełnia małe błędy.
- Stara się zaplanować i wykonać dowolny układ gimnastyczny, nawet jak popełnia małe błędy.
- Na miarę swoich umiejętności wykonuje indywidualnie, w parze lub zespole dowolny układ taneczny z wykorzystaniem elementów nowoczesnych form aktywności fizycznej.
- Przekazuje pałeczkę w biegu sztafetowym.
- Stara się prawidłowo wykonać skok w dal z rozbiegu z odbicia ze strefy lub belki oraz skoki przez przeszkody techniką naturalną.
- Stara się w miarę swoich możliwości, wykorzystać nowoczesną technologie urządzenia monitorujące, aplikację internetowe, do zdiagnozowania własnej dziennej aktywności fizycznej).
- Przeprowadza prostą rozgrzewkę w zależności od rodzaju aktywności fizycznej.

Ocenę **dostateczną** otrzymuje uczeń, który:

- Nie stara się wykonać i zastosować w grze techniczne i taktyczne elementy: w koszykówce, piłce ręcznej, piłce nożnej – zwody obronę „każdy swego”, w siatkówce – wystawienie, zbieg i odbiór piłki; ustawia się prawidłowo na boisku w ataku i obronie.
- Nie zależy mu na właściwym pełnieniu funkcji uczestnika gier szkolnych i uproszczonych jako zawodnik i jako sędzia.
- Nie potrafi zaplanować szkolnych rozgrywek sportowych według systemu pucharowego i „każdy z każdym”.
- Nie podchodzi do wykonywania poszczególnych ćwiczeń zwinnościowo-akrobatycznych (np. stanie na rękach z asekuracją, przerzut bokiem, piramidę dwójkową lub trójkową).
- Nie planuje i nie wykonuje dowolnego układu gimnastycznego/
- Nie podchodzi do wykonania indywidualnie, w parze lub zespole dowolny układ taneczny z wykorzystaniem elementów nowoczesnych form aktywności fizycznej.
- Nie zależy mu na prawidłowym przekazaniu pałeczki w biegu sztafetowym.
- Skok w dal po rozbiegu z odbicia ze strefy lub belki oraz skoki przez przeszkody techniką naturalną wykonuje opieszale i niestarannie.
- Nie potrafi wykorzystywać nowoczesnej technologii np. urządzenia monitorujące, aplikację internetowe, do zdiagnozowania własnej dziennej aktywności fizycznej).

- Nie potrafi przeprowadzić prostej rozgrzewki w zależności od rodzaju aktywności fizycznej.

Ocenę **dopuszczającą** otrzymuje uczeń, który:

- Nie podejmuje żadnych prób opanowania nowych umiejętności ruchowych.
- W czasie gry umyślnie stosuje błędną technikę.
- Nie zależy mu na opanowaniu żadnych nowych umiejętności.

Ocenę **niedostateczną** otrzymuje uczeń, który:

- Nie wykonuje powierzonych mu na zajęciach zadań.
- Nie podchodzi do ćwiczeń i pokazuje swoim zachowaniem, że nie zależy mu żadnych umiejętności ruchowych.
- Lekceważy wszelkie próby zachęcenia go do podjęcia jakiegokolwiek aktywności na zajęciach.