**Szczegółowe kryteria oceny z poszczególnych obszarów**

**oceniania dla szkoły podstawowej**

**OBSZAR 1. POSTAWA UCZNIA NA ZAJĘCIACH**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Skala ocen** |  | **Szczegółowe kryteria oceny** |
| **Ocenę celującą** | 1. Wykazuje bardzo dużą aktywność i zaangażowanie na lekcjach. | |
| **otrzymuje uczeń, który:** | 2. Jest zawsze przygotowany do zajęć (posiada zawsze strój sportowy\ . | |
|  | 3. Wkłada bardzo dużo wysiłku w wykonywane zadania. | |
|  | 4. | Powierzone mu zadania wykonuje sumiennie i starannie. |
|  | 5. | Systematycznie uczęszcza na zajęcia – ewentualne nieobecności ma |
|  |  | usprawiedliwione. |
|  | 6. | Przestrzega zasad fair play na boisku i w życiu. |
|  | 7. | Chętnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych. |
|  | 8. | Jest zaangażowany w działalność sportową szkoły. |
|  | 9. | Chętnie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego. |
|  | 10. Chętnie reprezentuje szkołę w rozgrywkach sportowych. | |
|  |  | |
| **Ocenę bardzo dobrą** | 1. Na zajęciach jest aktywny i zaangażowany. | |
| **otrzymuje uczeń, który:** | 2. Jest przygotowany do zajęć (dopuszcza się trzykrotny brak stroju | |
|  |  | sportowego w semestrze\ . |
|  | 3. | Starannie i sumiennie wykonuje powierzone mu zadania. |
|  | 4. | Systematycznie uczęszcza na zajęcia – zdarzają się nieobecności |
|  |  | nieusprawiedliwione. |
|  | 5. | Przestrzega zasad fair play na boisku. |
|  | 6. | Dość regularnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych. |
|  | 7. | Pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego. |
|  |  | |
| **Ocenę dobrą** | 1. Nie zawsze jest aktywny i zaangażowany na zajęciach. | |
| **otrzymuje uczeń, który:** | 2. Z reguły jest przygotowany do zajęć (dopuszcza się pięciokrotny | |
|  |  | brak stroju w semestrze\ . |
|  | 3. | Dość często jest nieobecny na zajęciach. |
|  | 4. | Potrzebuje motywacji podczas wykonywania zadań ruchowych. |
|  | 5. W zajęciach pozalekcyjnych uczestniczy nieregularnie. | |
|  | 6. | Nie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego. |
|  |  | |
| **Ocenę dostateczną** | 1. Nie wykazuje szczególnej aktywności na zajęciach. | |
| **otrzymuje uczeń, który:** | 2. Bywa bardzo często nieprzygotowany do zajęć . | |
|  | 3. | Często jest nieobecny na zajęciach. |
|  | 4. | Powierzone mu zadania wykonuje niestarannie i niedbale. |
|  | 5. | Nie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych. |
|  | 6. | Nie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego i nie szanu- |
|  |  | je powierzonego mu sprzętu sportowego. |
|  |  | |
| **Ocenę dop uszczającą** | 1. Na zajęciach nie wykazuje żadnej aktywności. | |
| **otrzymuje uczeń, który:** | 2. Regularnie jest nieprzygotowany do zajęć . | |
|  | 3. | Bardzo często opuszcza zajęcia. |
|  | 4. | Powierzone mu zadania wykonuje bardzo niestarannie, okazując |
|  |  | lekceważący stosunek do tego, co robi. |
|  |  |  |
|  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Skala ocen** |  | **Szczegółowe kryteria oceny** | |
|  | **Ocenę niedostateczną** | 1. Na zajęciach nie wykonuje i nie chce wykonywać **żadnych** powie- | | |
|  | **otrzymuje uczeń, który:** |  | rzonych mu zadań. | |
|  |  | 2. Wykazuje skrajnie lekceważący stosunek do przedmiotu. | | |
|  |  | 3. Do zajęć nigdy nie jest przygotowany. | | |
|  |  | 4. Samowolnie i nagminnie opuszcza zajęcia. | | |
|  | **OBSZAR 2. ZACHOWANIE UCZNIA NA ZAJĘCIACH** | | | |
|  |  |  |  |  |
|  | **Skala ocen** |  | **Szczegółowe kryteria oceny** |  |
|  | **Ocenę celującą** | 1. Prezentuje postawę godną naśladowania: jest koleżeński, życzliwy, | |  |
|  | **otrzymuje uczeń, który:** |  | cechuje go wysoka kultura osobista. |  |
|  |  | 2. | Nigdy nie używa wulgaryzmów. |  |
|  |  | 3. | Nigdy nie stosuje przemocy wobec innych. |  |
|  |  | 4. | Troszczy się o bezpieczeństwo swoje i innych. |  |
|  |  | 5. | Zawsze przestrzega ustalonych reguł i zasad postępowania. |  |
|  |  | 6. | Doskonale potrafi współpracować na boisku i poza nim. |  |
|  |  | 7. | Potrafi dokonać samooceny własnego zachowania. |  |
|  |  | 8. | Jest odpowiedzialny za zdrowie własne i innych: nie pali papiero- |  |
|  |  |  | sów, nie pije alkoholu, nie zażywa narkotyków i środków psycho- |  |
|  |  |  | aktywnych oraz stosuje zasady bezpieczeństwa. |  |
|  |  | 9. | Właściwie pełni rolę zawodnika, sędziego i kibica. |  |
|  |  | 10. Właściwie i z szacunkiem odnosi się do nauczyciela. | |  |
|  |  |  | |  |
|  | **Ocenę bardzo dobrą** | 1. Jest koleżeński i kulturalny wobec innych. | |  |
|  | **otrzymuje uczeń, który:** | 2. Zdarzają mu się pojedyncze przypadki brzydkiego wyrażania się. | |  |
|  |  | 3. | Zdarzają mu się pojedyncze przypadki użycia siły wobec innych. |  |
|  |  | 4. | Stara się przestrzegać ustalonych reguł i zasad postępowania. |  |
|  |  | 5. | Unika zachowań zagrażających zdrowiu własnemu i innych. |  |
|  |  | 6. | Przestrzega zasad bezpieczeństwa na zajęciach. |  |
|  |  | 7. | Współpracuje w zespole. |  |
|  |  | 8. | Dokonuje próby samooceny własnego zachowania. |  |
|  |  | 9. | Stara się właściwie pełnić rolę zawodnika, sędziego i kibica. |  |
|  |  | 10. Właściwie odnosi się do nauczyciela. | |  |
|  |  |  | |  |
|  | **Ocenę dobrą** | 1. Swoim zachowaniem nie budzi większych zastrzeżeń. | |  |
|  | **otrzymuje uczeń, który:** | 2. Stara się być koleżeński wobec innych. | |  |
|  |  | 3. | Czasami zdarzają się przypadki użycia wulgaryzmów. |  |
|  |  | 4. | Czasami zdarzają się przypadki użycia siły wobec innych. |  |
|  |  | 5. | Stara się przestrzegać ustalonych reguł i zasad zachowania oraz |  |
|  |  |  | zasad bezpieczeństwa. |  |
|  |  | 6. | Zdarzają się przypadki niewłaściwych zachowań zagrażających |  |
|  |  |  | zdrowiu własnemu i innych. |  |
|  |  | 7. | Nie zawsze potrafi współpracować w zespole. |  |
|  |  | 8. | Nie dokonuje próby samooceny własnego zachowania. |  |
|  |  | 9. | Nie zawsze właściwie pełni rolę zawodnika, sędziego czy kibica. |  |
|  |  | 10. Czasami odnosi się niewłaściwie do nauczyciela. | |  |
|  |  |  | |  |
|  | **Ocenę dostateczną** | 1. Wykazuje braki w zakresie wychowania społecznego – wobec in- | |  |
|  | **otrzymuje uczeń, który:** |  | nych jest niekulturalny i niekoleżeński. |  |
|  |  | 2. | Często używa wulgaryzmów i brzydkich wyrażeń. |  |
|  |  | 3. | Często używa siły wobec innych, zdarzają się przypadki agresji. |  |
|  |  | 4. | Nie potrafi współpracować w zespole. |  |
|  |  | 5. | Nie przestrzega zasad bezpieczeństwa na zajęciach. |  |
|  |  | 6. | Stwarza zagrożenie dla własnego zdrowia poprzez niewłaściwe |  |
|  |  |  | i niezdrowe zachowania i postawy. |  |
|  |  | 7. | Nie potrafi zachować się jako zawodnik, sędzia i kibic. |  |
|  |  | 8. | Często odnosi się niewłaściwie do nauczyciela. |  |
|  |  |  |  |  |

36

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Skala ocen** |  | **Szczegółowe kryteria oceny** |
| **Ocenę dopuszczającą** |  | 1. Wykazuje bardzo duże braki w zakresie wychowania społecznego – |
| **otrzymuje uczeń, który:** | | jest bardzo niekulturalny i wrogo nastawiony wobec innych. |
|  |  | 2. Bardzo często używa brzydkich wyrażeń i wulgaryzmów wobec |
|  |  | innych uczniów. |
|  |  | 3. Jest agresywny wobec innych. |
|  |  | 4. Stwarza poważne zagrożenie dla bezpieczeństwa innych. |
|  |  | 5. Nie przestrzega zasad zdrowego stylu życia. |
|  |  | 6. Jest niekulturalny i arogancki wobec nauczyciela. |
|  |  |  |
| **Ocenę niedostateczną** |  | 1. Systematycznie łamie zasady współżycia z innymi – jest skrajnie |
| **otrzymuje uczeń, który:** | | niekulturalny, bardzo wrogo nastawiony do innych, nagminnie sto- |
|  |  | suje przemoc wobec innych. |
|  |  | 2. Używa bardzo wulgarnego języka. |
|  |  | 3. Stanowi zagrożenie dla innych uczniów. |
|  |  | 4. Do nauczyciela odnosi się skrajnie niewłaściwie i bardzo arogancko. |
|  |  | 5. Z premedytacją dezorganizuje pracę na zajęciach. |
|  |  |  |
| **OBSZAR 3. POZIOM UMIEJĘTNOŚCI RUCHOWYCH** | | |
|  |  |  |
| **Skala ocen** |  | **Szczegółowe kryteria oceny** |
| **Ocenę celującą** | 1. Wkłada duży wysiłek w opanowanie nowych umiejętności ruchowych: | |
| **otrzymuje uczeń,** |  | sportowych, rekreacyjnych i utylitarnych. |
| **który:** | 2. | Potrafi prawidłowo opisać własną postawę ciała. |
|  | 3. | Stosuje prawidłową technikę w grze podczas: kozłowania piłki w biegu |
|  |  | ze zmianą kierunku ruchu, prowadzenia piłki w biegu ze zmianą kie- |
|  |  | runku ruchu, podania piłki jednorącz i oburącz, rzutu piłki do kosza, |
|  |  | rzutu i strzału piłki do bramki, odbicia piłki sposobem górnym. |
|  | 4. | Stosuje prawidłową technikę podczas gry w: tenisa stołowego, uniho- |
|  |  | keja, kometkę i inne gry rekreacyjne. |
|  | 5. | Wykonuje bezbłędnie przewrót w przód z marszu i przewrót w tył. |
|  | 6. | Wykonuje własny układ gimnastyczny. |
|  | 7. | Inicjuje i organizuje dowolną zabawę lub grę ruchową. |
|  | 8. | Dobiera odpowiedni strój i obuwie do ć wiczeń w zależności od miejsca |
|  |  | zajęć oraz pogody. |
|  | 9. | Potrafi dobrać kilka ć wiczeń kształtujących wybrane zdolności moto- |
|  |  | ryczne. |
|  | 10. Potrafi dobrać po trzy ć wiczenia ułatwiające utrzymywanie prawidło- | |
|  |  | wej postawy ciała. |
|  | 11. | Potrafi zademonstrować prawidłową technikę podnoszenia ciężarów |
|  |  | z podłoża. |
|  |  |  |
| **Ocenę bardzo dobrą** | 1. | Stara się opanować jak najwięcej nowych umiejętności ruchowych: |
| **otrzymuje uczeń,** |  | sportowych, rekreacyjnych, utylitarnych. |
| **który:** | 2. | Opisuje ogólnie własną postawę ciała. |
|  | 3. | Stosuje w grze w miarę poprawnie: kozłowanie i prowadzenie piłki |
|  |  | w biegu i ze zmianą kierunku ruchu, podania piłki jednorącz i oburącz, |
|  |  | rzuty i strzały piłki do kosza i do bramki, odbicia piłki sposobem górnym. |
|  | 4. | Stosuje w miarę poprawną technikę gry w tenisa stołowego, unihokeja |
|  |  | i kometkę. |
|  | 5. | Potrafi zorganizować dowolną zabawę lub grę ruchową. |
|  | 6. | Z drobnymi błędami wykonuje przewrót w przód i w tył. |
|  | 7. | Potrafi dobrać odpowiedni strój sportowy do panującej pogody. |
|  | 8. | Potrafi dobrać po jednym ć wiczeniu kształtującym wybrane zdolności |
|  |  | motoryczne oraz ułatwiającym utrzymywanie prawidłowej postawy ciała. |
|  |  |  |

37

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Skala ocen** |  |  |  | **Szczegółowe kryteria oceny** |
| **Ocenę dobrą** | 1. | | Nie wykazuje specjalnego zaangażowania w opanowanie nowych | |
| **otrzymuje uczeń,** |  |  | umiejętności ruchowych. | |
| **który:** | 2. | | Z pomocą nauczyciela omawia własną postawę ciała. | |
|  | 3. | | Stosuje w grze tylko niektóre elementy techniki. | |
|  |  | 4. W miarę swoich możliwości uczestniczy w niektórych grach rekreacyjnych. | | |
|  | 5. | | Potrafi zorganizować dowolną zabawę lub grę ruchową. | |
|  | 6. | | Podejmuje próby wykonania przewrotu w przód i w tył. | |
|  | 7. | | W miarę prawidłowo dobiera strój do panującej pogody. | |
|  |  |  |  | |
| **Ocenę dostateczną** | 1. | | Nie wykazuje chęci do opanowania nowych umiejętności ruchowych. | |
| **otrzymuje uczeń,** | 2. | | Nie potrafi opisać własnej postawy ciała. | |
| **który:** | 3. | | Nie potrafi lub nie chce zastosować prawidłowej techniki gry w grach | |
|  |  |  | sportowych lub rekreacyjnych. | |
|  | 4. | | Nie potrafi zorganizować dowolnej zabawy lub gry. | |
|  | 5. | | Nie podejmuje próby wykonania przewrotu w przód i w tył. | |
|  | 6. | | Nie potrafi dobrać odpowiedniego stroju do panującej pogody. | |
|  |  |  | | |
| **Ocenę dop uszczającą** |  | 1. Nie podejmuje żadnych prób opanowania nowych umiejętności sporto- | | |
| **otrzymuje uczeń,** |  |  | wych i rekreacyjnych. | |
| **który:** | 2. | | W czasie gry umyślnie stosuje błędną technikę. | |
|  | 3. | | Nie zależy mu na opanowaniu żadnych nowych umiejętności. | |
|  |  |  |  | |
| **Ocenę niedostateczną** | 1. | | **Nie wykonuje żadnych p owierzonych mu zadań na zajęciach.** | |
| **otrzymuje uczeń,** | 2. | | Nie podchodzi do ć wiczeń i pokazuje swoim zachowaniem, że nie za- | |
| **który:** |  |  | leży mu na opanowaniu **żadnych** umiejętności ruchowych. | |
| **OBSZAR 4. WIAD OMOŚCI Z ZAKRESU ED UKACJI FIZYCZNEJ** | | | | |
|  |  |  |  |  |
| **Skala ocen** |  |  |  | **Szczegółowe kryteria oceny** |
| **Ocenę celującą** |  | 1. | | Wyjaśnia zależność pomiędzy aktywnością fizyczną a zdrowiem. |
| **otrzymuje uczeń,** |  | 2. | | Wymienia i omawia zasady zdrowego stylu życia. |
| **który:** |  | 3. | | Omawia sposoby postępowania w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia. |
|  |  | 4. | | Wyjaśnia, dlaczego należy chronić organizm przed nadmiernym na- |
|  |  |  |  | słonecznieniem i wyziębieniem. |
|  |  | 5. | | Zna zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych oraz zasady |
|  |  |  |  | bezpiecznego zachowania się nad wodą i w górach. |
|  |  | 6. | | Wymienia zasady czystej gry w sporcie i w życiu oraz wyjaśnia, |
|  |  |  |  | dlaczego­ należy przestrzegać ustalonych reguł w trakcie rywalizacji |
|  |  |  |  | sportowej. |
|  |  | 7. | | Opisuje prawidłową postawę ciała. |
|  |  | 8. | | Wymienia zasady i metody hartowania organizmu. |
|  |  | 9. | | Interpretuje wynik pomiaru tętna przed i po wysiłku fizycznym. |
|  |  | 10. Omawia znaczenie prawidłowego podnoszenia ciężarów. | | |
|  |  | 11. | | Zna podstawowe przepisy gier rekreacyjnych i sportowych. |
|  |  | 12. Wymienia nazwiska wybitnych polskich sportowców. | | |
|  |  | 13. Zna podstawowe zasady poruszania się po drodze. | | |
|  |  | 14. Omawia prawidłowe zachowanie się zawodnika i kibica sportowego. | | |
|  |  | 15. Zna zasady zachowania się na balu, zabawie tanecznej, dyskotece. | | |
|  |  |  | | |
| **Ocenę bardzo dobrą** |  | 1. Wymienia podstawowe zasady aktywnego wypoczynku. | | |
| **otrzymuje uczeń,** |  | 2. | | Wymienia zasady bezpieczeństwa na zajęciach ruchowych oraz zasa- |
| **który:** |  |  |  | dy zachowania się nad wodą i w górach. |
|  |  | 3. Wymienia podstawowe cechy prawidłowej postawy ciała. | | |
|  |  | 4. | | Zna podstawową zasadę podnoszenia ciężarów. |
|  |  | 5. | | Zna podstawowe przepisy gier rekreacyjnych i sportowych. |
|  |  | 6. | | Zna podstawowe zasady poruszania się po drodze. |
|  |  | 7. | | Omawia postępowanie w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia. |
|  |  | 8. Wymienia podstawowe zasady hartowania organizmu. | | |

38

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Skala ocen** |  | **Szczegółowe kryteria oceny** |
|  | 9. Zna podstawowe zasady zachowania się zawodnika i kibica. | |
|  | 10. Wie, jak zachować się na zabawie tanecznej i dyskotece. | |
|  | 11. | Podaje niektóre nazwiska znanych polskich sportowców. |
|  | 12. Wie, jak udzielić poszkodowanemu pomocy. | |
|  | 13. Wie, jak ochronić się przed nadmiernym nasłonecznieniem. | |
|  |  |  |
| **Ocenę dobrą** | 1. | Ma pewne kłopoty z wymienieniem podstawowych zasad zdrowego |
| **otrzymuje uczeń,** |  | stylu życia. |
| **który:** | 2. | Wie, jak zachować się w sytuacji zagrożenia zdrowia i życia. |
|  | 3. | Wymienia niektóre zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych |
|  |  | oraz wie, jak zachować się nad wodą i w górach. |
|  | 4. | Wymienia co najmniej dwie wady postawy ciała. |
|  | 5. | Zna pobieżnie przepisy gier rekreacyjnych i sportowych. |
|  | 6. | Zna podstawowe przepisy poruszania się po drodze. |
|  | 7. | Wie, w jaki sposób powinno się podnosić ciężary. |
|  | 8. | Rozumie rolę aktywności fizycznej dla zdrowia człowieka. |
|  | 9. | Zna podstawowe zasady ochrony przed nadmiernym nasłonecznieniem. |
|  | 10. Zna ogólne zasady zachowania się w roli zawodnika i kibica. | |
|  |  |  |
| **Ocenę dostateczną** | 1. | Wymienia tylko niektóre zasady zdrowego stylu życia. |
| **otrzymuje uczeń,** | 2. | Nie rozumie zależności pomiędzy aktywnością fizyczną a zdrowiem. |
| **który:** | 3. | Nie potrafi wymienić podstawowych zasad bezpieczeństwa podczas |
|  |  | zajęć ruchowych. |
|  | 4. | Nie zna sposobów postępowania w sytuacji zagrożenia zdrowia lub |
|  |  | życia. |
|  | 5. | Nie wie, jak ochronić organizm przed nadmiernym nasłonecznieniem. |
|  | 6. | Nie potrafi podać przykładu wady postawy ciała. |
|  | 7. | Bardzo słabo zna podstawowe przepisy gier rekreacyjnych i sportowych. |
|  | 8. | Bardzo słabo zna podstawowe przepisy poruszania się po drogach. |
|  | 9. | Nie potrafi wymienić zasad i metod hartowania. |
|  | 10. Nie potrafi wymienić zasad zachowania się w roli zawodnika i kibica. | |
|  |  |  |
| **Ocenę** | 1. | Nie potrafi wymienić zasad zdrowego stylu życia. |
| **dopuszczającą** | 2. | Nie odpowiada na zadawane mu pytania lub odpowiada jednym słowem. |
| **otrzymuje uczeń,** | 3. | Nie zna podstawowych przepisów gier oraz przepisów ruchu drogowego. |
| **który:** | 4. | Nie zależy mu na przyswojeniu nowych wiadomości. |
|  |  |  |
| **Ocenę** | 1. | **Z uporem i premedytacją nie udziela odpowiedzi na żadne z zadanych mu pytań** |
| **niedostateczną** |  |  |
| **otrzymuje uczeń,** | 2. | Nie chce przyswoić **żadnych** wiadomości dotyczących wychowania |
| **który:** |  | fizycznego i zdrowia. |
|  | 3. | Lekceważy wszelkie próby nawiązania z nim rozmowy na omawiany |
|  |  | temat. |
|  |  |  |