



WEWNĄTRZSZKOLNE ZASADY OCENIANIA WYCHOWANIE FIZYCZNE

WYMAGANIA PRZEDMIOTOWE I PROGRAMOWE

Szczegółowe warunki i sposób oceniania wewnątrzszkolnego określa statut szkoły, z uwzględnieniem przepisów rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej z dnia 3 sierpnia 2017 r. w sprawie oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych (Dz.U.z 2017 r. poz. 1534). Wymagania zgodne są z WZO i podstawą programową z wychowania fizycznego. Nauczyciele na początku każdego roku szkolnego informują uczniów oraz ich rodziców o wymaganiach edukacyjnych niezbędnych do uzyskania poszczególnych śródrocznych i rocznych ocen klasyfikacyjnych, sposobach sprawdzania osiągnięć edukacyjnych uczniów, warunkach i trybie uzyskania wyższej niż przewidywana rocznej (półrocznej) oceny klasyfikacyjnej.

PODSTAWY WEWNĄTRZSZKOLNYCH ZASAD OCENIANIA - WYCHOWANIE FIZYCZNE

- Oceny są jawne dla ucznia i jego rodziców, a ponadto na wniosek ucznia lub jego rodziców nauczyciel uzasadnia ustaloną ocenę w sposób określony w statucie szkoły.
- Na początku roku szkolnego nauczyciel zapoznaje uczniów z wymaganiami edukacyjnymi oraz WZO, co potwierdza wpisem do dziennika lekcyjnego, a uczniowie potwierdzają podpisem na przygotowanej liście.
- WZO i wymagania edukacyjne są dostępne do wglądu uczniów i rodziców przez cały rok szkolny na tablicy informacyjnej przy gabinecie nauczycieli WF- go oraz na stronie internetowej szkoły o czym są powiadomieni na pierwszym zebraniu przez wychowawcę klasy.
- Uczeń w ciągu całego roku szkolnego podlega systematycznej i obiektywnej ocenie zgodnie z jego indywidualnymi możliwościami.

- O postępach ucznia rodzice są systematycznie informowani poprzez wpis do dziennika elektronicznego.
- Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego w szczególności brany jest pod uwagę **wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć, a także systematyczność udziału ucznia na zajęciach oraz aktywność ucznia w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej.**
- Nauczyciel wystawia ocenę śródroczną lub roczną biorąc pod uwagę oceny z poszczególnych obszarów.
- **Reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych nie jest równoznaczne z otrzymaniem oceny celującej na półroczu lub na koniec roku szkolnego.**
- **Trenowanie w klubie sportowym nie jest równoznaczne z otrzymaniem oceny celującej na półroczu lub na koniec roku szkolnego.**
- Uczeń może nie być klasyfikowany, jeżeli brak jest podstaw do ustalenia oceny śródrocznej lub rocznej z powodu nieobecności na zajęciach (również usprawiedliwionej) przekraczającej połowę czasu przeznaczonego na te zajęcia w szkolnym planie nauczania.
- Na miesiąc przed klasyfikacją roczną, uczeń i jego rodzice (prawni opiekunowie) powinni być poinformowani o zagrożeniu oceną niedostateczną lub nieklasyfikowaniem.
- W przypadku uzyskania oceny śródrocznej/rocznej niedostatecznej uczniowi przysługuje prawo do egzaminu poprawkowego na zasadach określonych w rozporządzeniu MEN z dnia 3 sierpnia 2017 r.
- W uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego. Decyzję o zwolnieniu ucznia z zajęć podejmuje dyrektor szkoły na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach wykonywania przez ucznia tych ćwiczeń wydanej przez lekarza, na czas określony w tej opinii. W przypadku zwolnienia ucznia z zajęć w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się „**zwolniony(a)**”.
- Uczeń posiadający zwolnienie z zajęć wychowania fizycznego jest obecny na lekcji, a w szczególnych przypadkach gdy lekcje są pierwszymi lub ostatnimi zajęciami w danym dniu, uczeń może być zwolniony z tego obowiązku na podstawie pisemnego oświadczenia rodziców / prawnych

opiekunów złożonego w sekretariacie szkoły i po uzyskaniu zgody przez dyrektora szkoły.

- **Rodziec / prawny opiekun może zwolnić swoje dziecko z lekcji wychowania fizycznego, gdy lekcje te są pierwszymi lub ostatnimi zajęciami w danym dniu, przekazując nauczycielowi pisemne zwolnienie.**
- Nauczyciel jest zobowiązany na podstawie pisemnej opinii stosownej poradni specjalistycznej obniżyć wymagania edukacyjne w stosunku do ucznia, u którego stwierdzono specyficzne trudności w uczeniu się lub deficyty rozwojowe, uniemożliwiające sprostanie wymaganiom edukacyjnym wynikającym z programu nauczania.
- Wszystkie dokumenty dotyczące WZO lub z nimi związane przechowuje nauczyciel przez cały rok szkolny i udostępnia uczniom oraz rodzicom do wglądu na żądanie.
- W sytuacjach spornych nie uregulowanych poprzez WZO z wychowania fizycznego oraz wewnętrznych zasad oceniania, obowiązują decyzje, które podejmują zainteresowane strony po uzgodnieniu z Dyrekcją Szkoły.
- Uczeń ma prawo poprawić ocenę z wychowania fizycznego!

Obszary podlegające ocenianiu:

Obszar - Systematyczność Uczestnictwo w zajęciach jest ważnym elementem w realizacji procesu wychowania fizycznego. Systematyczny udział w zajęciach ma za zadanie wdrażanie ucznia do systematycznego podejmowania aktywności fizycznej w życiu codziennym. Dopuszczalny jest pewien procent nieobecności spowodowanej sytuacją losową. Uczeń na każdej lekcji ma odnotowywane, czy w niej czynnie uczestniczy, czy posiada odpowiedni strój. Zwolnienia od rodzica lub lekarza i nieobecności są również zaznaczane.

Strój sportowy -Przez przygotowanie do zajęć będzie rozumiane posiadanie przez ucznia właściwego stroju sportowego tj. (biała koszulka, sportowe spodenki, getry, dres, białe skarpetki i sportowe obuwie sznurowane lub na rzepy). Uczniowie z długimi włosami muszą mieć je spięte gumką. Na lekcji obowiązuje CAŁKOWITY zakaz biżuterii. Każdy przypadek braku stroju lub braku odpowiedniego zmiennego i czystego obuwia, spóźnienia i ucieczki nauczyciel zaznacza w swoim zeszycie – **waga oceny „5”**

Obszar - Aktywność Aktywność ucznia na zajęciach wychowania fizycznego zaznaczana jest przy pomocy znaków (+) i (-). Każdy uczeń, który

na danej lekcji nie otrzymał minusa (-) otrzymuje plus (+). Kryterium dotyczące oceny postawy ucznia i stosunku do zajęć lekcyjnych uwzględnia:

Plusy (+) uczniowie otrzymują za: przejawy zaangażowania, stosunek do przedmiotu, wykonywania ćwiczeń w sposób zbliżony do swoich maksymalnych możliwości, inwencję twórczą, aktywny udział w zajęciach, pełnienie roli kapitana zespołu, grupowego czy sędziego, stosowanie zabiegów higienicznych, dbanie o bezpieczeństwo swoje i innych, przestrzeganie regulaminów i zasad bhp oraz zasady fair play, poszanowanie mienia szkolnego, obowiązkowość, sumienność, zdyscyplinowanie i życzliwy stosunek do innych.

Minusy (-) uczniowie otrzymują za niechętny i negatywny stosunek do uczestnictwa w zajęciach za w/w elementy

– waga oceny „6”

Obszar - Umiejętności Ruchowe : oceniana będzie technika

wykonania elementów gier zespołowych, gimnastycznych, tanecznych i innych. Uczeń otrzymuje plusy. Trzy plusy skutkują oceną bardzo dobrą. Duża ilość ocen bardzo dobrych skutkować będzie oceną celującą z obszaru umiejętności.

Inne: oceniane będzie umiejętność prowadzenia rozgrzewki, sędziowania, organizacji zawodów, imprez itp.

– waga oceny „4”

Obszar - Wiadomości - prace związane z kulturą fizyczną

- Uczeń w każdym semestrze ma do oddania 5 zadań na zadane tematy.
- Zadania należy przedłożyć nauczycielowi w wyznaczonym przez niego terminie.
- Złożenie pracy po terminie skutkuje nie zaliczeniem tej pracy – waga oceny „4”

Obszar - Aktywność dodatkowa

- Za reprezentowanie szkoły w zawodach szkolnych uczeń otrzymuje ocenę bardzo dobrą.
- Za zdobycie punktowanego miejsca w zawodach (organizowanych przez SZS) gminnych, powiatowych, strefowych, wojewódzkich i ogólnopolskich otrzymuje ocenę celującą.
- Za uczestnictwo w zajęciach pozalekcyjnych lub pozaszkolnych potwierdzonych zaświadczeniem otrzymuje ocenę bardzo dobrą lub celującą – waga oceny „3”

Kontrola i ocena osiągnięć ucznia, bez względu na rodzaj stosowanego rozwiązania, powinna być obiektywna i uzasadniona przez nauczyciela. Zbyt rygorystyczne i formalne ocenianie powoduje, że funkcja dydaktyczna przesłania lub eliminuje funkcję wychowawczą. Natomiast nadmierny liberalizm ogranicza znaczenie funkcji dydaktycznej, nie wzmacniając funkcji wychowawczej. T. Frołowicz uważa że: niezależnie od przyjętego przez nauczyciela sposobu

oceniań ucznia, przedmiotem oceny z WF nie powinna być sprawność fizyczna, gdyż stopień ten niewiele ma wspólnego z edukacją.

Zgodnie z § 9.1. rozporządzenia w sprawie oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów... **podstawowym przedmiotem oceny z wychowania fizycznego jest wysiłek wkładany przez ucznia, a także systematyczność udziału ucznia w zajęciach oraz aktywność ucznia w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej.**

Ranga pozostałych właściwości ucznia (**umiejętności i wiadomości**) może być indywidualnie ustalana przez nauczyciela, przy czym warto pamiętać, iż w wielu przypadkach ocena postępu, np. umiejętności, ma bardziej motywujący charakter niż ocena poziomu umiejętności. Z drugiej strony, w niektórych przypadkach trudno jest precyzyjnie zdefiniować np. postęp umiejętności jako przedmiot oceny. (T. Frołowicz).

WZO - uczeń otrzymuje średnią ocenę z 4 lub 5 obszarów:

- Systematyczność – w skład której wchodzi: ilość nieobecności, niećwiczenia, braki stroju, spóźnienia – **jedna ocena podsumowująca w każdym miesiącu.**
- Aktywność - aktywny udział na lekcji (brak minusów) – **jedna podsumowująca ocena w każdym miesiącu**
- Umiejętności ruchowe i inne – **średnia z uzyskanych ocen bieżących.**
- Wiadomości – **jedna podsumowująca ocena w semestrze.**
- Aktywność dodatkowa – **jedna ocena w semestrze.**

Ocena semestralna lub końcowa jest **wypadkową oceną** z tych 4 lub 5 obszarów.

5 obszar dotyczyć będzie tylko ucznia, który reprezentuje szkołę w zawodach sportowych lub podejmie się zdań dodatkowych.

Udział w zawodach NIE JEST PODSTAWĄ do wystawienia oceny celującej na semestr lub koniec roku szkolnego!

Uczeń może poprawić ocenę **wyłącznie z obszaru – WIADOMOŚCI**, oddając wszystkie prace wraz z odpowiedzią ustną na temat danej pracy **tylko o jeden stopień wyżej.** oraz z wybranych elementów **obszaru – UMIEJĘTNOŚCI (inne niż ruchowe).**

Poniżej przedstawione są wewnątrzszkolne zasady oceniania (WZO) w ujęciu tabelarycznym. Pierwsza tabelka przedstawia wariant dla klas mających 4 godziny wychowania fizycznego tygodniowo, druga tabelka odnosi się do 10 godzin wychowania fizycznego tygodniowo (w przypadku klasy sportowej).

Obszar oceny	Kryteria 4 godz./tyg.			OCENA					
				6 celująca	5 bardzo dobra	4 dobra	3 Dostateczna	2 Dopuszczająca	1 niedostateczna
Systematyczność wagi „5”	Maksymalna liczba opuszczonych lekcji bez usprawiedliwienia (NB)	Suma NB + SP + NC + BS	4 godziny/tyg. (16 lekcji w miesiącu)	0-1	2-4	5-6	7-9	10-11	12-16
	Maksymalna liczba spóźnień (SP)								
	Maksymalna liczba lekcji, na których uczeń nie ćwiczy bez usprawiedliwienia (NC+ BS)								
	Zwolnienia od rodziców (U) Zwolnienia lekarskie(L) – powyżej 1 tyg. uczeń nie może otrzymać CEL, a powyżej 2 tyg. – uczeń nie jest oceniany z tego obszaru w miesiącu.			Przedłożenie przez ucznia zwolnień od rodziców (U) z więcej niż 1 godziny wychowania fizycznego w miesiącu uniemożliwia mu otrzymanie oceny CEL, a z więcej niż 4godzin, oceny BDB z tego obszaru.					
Umiejętności wagi „4”	Ruchowe			Umiejętności z indywidualnych i zespołowych form aktywności ruchowej: techniczne, taktyczne, utylitarne, zdrowotne i twórcze oceniane podczas wykonywanej aktywności. U. otrzymuje (+). Trzy plusey zamieniamy na ocenę bardzo dobrą.					Średnia z uzyskanych ocen w semestrze
	Inne			Poziom umiejętności organizacyjnych, umiejętność					

				prowadzenia rozgrzewki, fragmentu lekcji, sędziowania, organizacji zawodów, imprez itp.					
Wiadomości waga „4”	W tym obszarze uczeń oceniany jest za terminowe oddanie zadań z zakresu wiadomości. Zadania powinny dotyczyć treści zapisanych w programie nauczania.			5	4	3	2	1	0
Aktywność waga „6”	W tym obszarze uczeń ma zadanie obronę oceny celującej. Stara się postępować tak, aby nie zdobyć minusa za: brak zaangażowania na lekcji, pracę poniżej swoich możliwości, złą postawę podczas aktywności fizycznej i nie przestrzeganie zasad oraz regulaminów.	Ilość (-) w miesiącu		0 (-)	1 (-)	2 (-)	3 (-)	4 (-)	5 > (-)
Aktywność dodatkowa waga „3”	Sport	Przez aktywność dodatkową, w obszarze sport, należy rozumieć udział ucznia w zawodach sportowych (SZS). W tym obszarze uczeń promowany jest tylko ocenami: 5 lub 6. Celująca ocena = wybitne osiągnięcia sportowe.							
	Rekreacja	Przez aktywność dodatkową, w obszarze rekreacja, należy rozumieć udział ucznia w organizacji imprez szkolnych o charakterze rekreacyjnym, prowadzeniu kroniki, gazetki, strony www, itp. W tym obszarze uczeń promowany jest tylko ocenami: 5 lub 6.							
Obszar oceny	Kryteria 10 godz./tyg.			OCENA					
				6 celująca	5 bardzo dobra	4 dobra	3 Dostateczna	2 Dopuszczająca	1 niedostateczna
Systematyczność waga „5”	Maksymalna liczba opuszczonych lekcji bez usprawiedliwienia (NB)	Su m a N B + SP + N C + BS	10 godzin/tyg. (40 lekcji w miesiącu)						
	Maksymalna liczba spóźnień (SP)			0-2	3-8	9-14	15-20	21-26	>26
	Maksymalna liczba lekcji, na których uczeń nie ćwiczy bez usprawiedliwienia (NC+ BS)								

	Zwolnienia od rodziców (U) Zwolnienia lekarskie(L) – powyżej 1 tyg. uczeń nie może otrzymać CEL, a powyżej 1 tyg. – uczeń nie jest oceniany z tego obszaru w miesiącu.	Przedłożenie przez ucznia zwolnień od rodziców (U) z więcej niż 1 godziny wychowania fizycznego w miesiącu uniemożliwia mu otrzymanie oceny CEL, a z więcej niż 4godzin, oceny BDB z tego obszaru.						
Umiejętności waga „4”	Ruchowe	Umiejętności z indywidualnych i zespołowych form aktywności ruchowej: techniczne, taktyczne, utylitarne, zdrowotne i twórcze oceniane podczas wykonywanej aktywności. U. otrzymuje (+). Trzy plusy zamieniamy na ocenę bardzo dobrą.				Średnia z uzyskanych ocen w semestrze		
	Inne	Poziom umiejętności organizacyjnych, umiejętność prowadzenia rozgrzewki, fragmentu lekcji, sędziowania, organizacji zawodów, imprez itp.						
Wiadomości waga „4”	W tym obszarze uczeń oceniany jest za terminowe oddanie zadań z zakresu wiadomości. Zadania powinny dotyczyć treści zapisanych w programie nauczania.		5	4	3	2	1	0
Aktywność waga „6”	W tym obszarze uczeń ma zadanie obronę oceny celującej. Stara się postępować tak, aby nie zdobyć minusa za: brak zaangażowania na lekcji, pracę poniżej swoich możliwości, złą postawę podczas aktywności fizycznej i nie przestrzeganie zasad oraz regulaminów.	Ilość (-) w miesiącu	0 (-)	1 (-)	2 (-)	3 (-)	4 (-)	5 > (-)
Aktywność dodatkowa waga „3”	Sport	Przez aktywność dodatkową, w obszarze sport, należy rozumieć udział ucznia w zawodach sportowych (SZS). W tym obszarze uczeń promowany jest tylko ocenami: 5 lub 6. Celująca ocena = wybitne osiągnięcia sportowe.						
	Rekreacja	Przez aktywność dodatkową, w obszarze rekreacja, należy rozumieć udział ucznia w organizacji imprez szkolnych o charakterze rekreacyjnym, prowadzeniu kroniki, gazetki, strony www, itp. W tym obszarze uczeń promowany jest tylko ocenami: 5 lub 6.						

Przykłady zadań z obszaru wiadomości – uczniowie oddają zadania w formie wydrukowanej, narysowanej itd. w wyznaczonym przez nauczyciela terminie.		
Klasa IV	KLASA V-VI	KLASA VII-VIII

Narysuj i nazwij jedną z pozycji wyjściowych do ćwiczeń	Co to jest kontrola i samokontrola	Opisz wybrany test sprawności fizycznej
Definicja taktyki i techniki	Co to jest test Coopera	Co to jest siatka centylowa
Twoja ulubiona gra rekreacyjna – opis zasad gry	Wypisz po 5 ćwiczeń kształtujących odpowiednie partie mięśni	Co to jest zumba, nording wolking, pilates, step-aerobik
Co to jest olimpiada i igrzyska olimpijskie	Wypisz zasady wybranej minigry zespołowej	Wypisz ostatnich, polskich medalistów olimpijskich i paraolimpijskich
Wypisz letnie / zimowe dyscypliny sportowe	Opisz atak szybki i atak pozycyjny	Wypisz pozytywne czynniki wpływające na zdrowy styl życia
Wpisz numery telefonów alarmowych	Wypisz dyscypliny lekkoatletyczne (bieżne, rzutne, skocznościowe)	Wypisz produkty spożywcze prowadzące do otyłości i nadwagi
Co to jest aktywność fizyczna	Mój ulubiony sportowiec	Opisz skutki zażywania środków odurzających, dopalaczy
Wypisz piętra piramidy żywienia	Zaprojektuj zwinnościowy tor przeszkód	Moja gra rekreacyjna. Nazwij i opisz zasady
Zdrowe śniadanie. Narysuj talerzyk z produktami	Moja ulubiona lekcja WF	Minikonspekt lekcji WF (wybrać aktywność fizyczną)
Narysuj owoce i warzywa zawierające najwięcej witamin	Opisz dzienny jadłospis wg piramidy żywienia	Wypisz najważniejsze imprezy sportowe na świecie w tym roku szkolnym

Poniższe wymagania są dostosowane do podstawy programowej z 2009 roku
(można z nich jednak skorzystać dopasowując do nowej PP):

PZO – Wymagania programowe z wychowania fizycznego -

Kryteria oceniania z zakresu umiejętności i wiadomości:

BLOK TEMATYCZNY ZAWARTY W PODSTAWIE PROGRAMOWEJ	Uczeń ćwiczący	Uczeń zwolniony częściowo z ćwiczeń
<ul style="list-style-type: none"> Diagnoza sprawności i aktywności fizycznej oraz rozwoju fizycznego 		
<p>Uczeń:</p> <ol style="list-style-type: none"> wykonuje bez zatrzymania marszowo-biegowy test Coopera; wykonuje próby sprawnościowe pozwalające ocenić wytrzymałość tlenową, siłę mięśni posturalnych i gibkość dolnego odcinka kręgosłupa oraz z pomocą nauczyciela interpretuje uzyskane wyniki; dokonuje pomiarów wysokości i masy ciała oraz z pomocą nauczyciela interpretuje ich wyniki; ocenia własną postawę ciała. 	<ol style="list-style-type: none"> Uczeń przygotowuje zwinnościowy tor przeszkód na sali gimnastycznej – dobierze przybory i przyrządy do danej dyscypliny sportowej. Uczeń potrafi korzystać z tabel diagnostycznych – przeliczy swoje wyniki na punkty i oceni poziom swojej sprawności fizycznej. Uczeń w terminie odda wypełnioną kartę diagnozy. 	<ol style="list-style-type: none"> Uczeń przygotowuje zwinnościowy tor przeszkód na sali gimnastycznej – dobierze przybory i przyrządy do danej dyscypliny sportowej. Uczeń potrafi korzystać z tabel diagnostycznych – przeliczy swoje wyniki na punkty i oceni poziom swojej sprawności fizycznej lub innego ucznia.
<ul style="list-style-type: none"> Trening zdrowotny 		
<p>Uczeń:</p> <ol style="list-style-type: none"> mierzy tętno w spoczynku i po wysiłku; wymienia zasady i metody hartowania organizmu; demonstruje po jednym ćwiczeniu kształtującym wybrane zdolności motoryczne oraz ułatwiające utrzymywanie prawidłowej postawy ciała; wykonuje próbę wielobojową składającą się z biegu, skoku i rzutu; wykonuje przewrót w przód z marszu oraz przewrót w tył; wykonuje prosty układ gimnastyczny. 	<ol style="list-style-type: none"> Uczeń przeprowadzi rozgrzewkę lekkoatletyczną – zachowa tok ćwiczeń. Sprawdziany umiejętności technicznych z konkurencji LA – technika indywidualna. Uczeń dobiera ćwiczenia i łączy je w prosty układ gimnastyczny – kreatywność w doborze ćwiczeń i sposobach ich łączenia. Uczeń proponuje układ ćwiczeń na równoważni – kreatywność w doborze ćwiczeń i sposobach ich łączenia. Uczeń oceni poziom wydolności po wysiłku krótko i długotrwałym – obliczy współczynnik IR wg testu Ruffiera. 	<ol style="list-style-type: none"> Uczeń przeprowadzi rozgrzewkę lekkoatletyczną – zachowa tok ćwiczeń. Uczeń dobiera ćwiczenia i łączy je w prosty układ gimnastyczny – kreatywność w doborze ćwiczeń i sposobach ich łączenia. Uczeń proponuje układ ćwiczeń na równoważni – kreatywność w doborze ćwiczeń i sposobach ich łączenia. Uczeń oceni poziom wydolności po wysiłku krótko i długotrwałym – obliczy współczynnik IR wg testu Ruffiera.
<ul style="list-style-type: none"> Sporty całego życia 		

<p>Uczeń: 1.organizuje w gronie rówieśników zabawę, grę ruchową, rekreacyjną, stosując prze pisy w formie uproszczonej; 2.stosuje w grze: kozłowanie piłki w biegu ze zmianą kierunku ruchu, prowadzenie piłki w biegu ze zmianą kierunku ruchu, podanie piłki oburącz i jednorącz, rzut piłki do kosza, rzut i strzał piłki do bramki, odbicie piłki oburącz sposobem górnym; 3.omawia zasady aktywnego wypoczynku.</p>	<p>1.Uczeń przeprowadzi rozgrzewkę z piłką – kreatywność w doborze ćwiczeń. 2. Kontrola umiejętności technicznych z poszczególnych gier zespołowych – poziom opanowania techniki i taktyki wybranych gier zespołowych (ocenie umiejętności podczas gry). 3. Uczeń wykorzystuje i respektuje przepisy gier zespołowych – test wiadomości z wybranych gier zespołowych oraz współdzielenie z pomocą nauczyciela. 4. Uczeń przedstawi swoją, uproszczoną grę rekreacyjną i z pomocą nauczyciela ją przeprowadzi – przeprowadzi poznaną grę według zmodyfikowanych przez siebie przepisów. 5. Uczeń współpracuje w grupie – w ustalonych zespołach stosuje wyznaczone zachowania taktyczne. 6. Uczeń pełni rolę sędziego podczas wybranej gry / zabawy – sędziuje jeden wybrany przepis danej dyscypliny. 7. Uczeń przeprowadzi prawidłowy zapis w arkuszu obserwacyjnym – nanosi w arkuszu graficzne znaki.</p>	<p>1.Uczeń przeprowadzi rozgrzewkę z piłką – kreatywność w doborze ćwiczeń. 2. Uczeń wykorzystuje i respektuje przepisy gier zespołowych – test wiadomości z wybranych gier zespołowych oraz współdzielenie z pomocą nauczyciela. 3. Uczeń przedstawi swoją, uproszczoną grę rekreacyjną i z pomocą nauczyciela ją przeprowadzi – przeprowadzi poznaną grę według zmodyfikowanych przez siebie przepisów. 4. Uczeń pełni rolę sędziego podczas wybranej gry / zabawy – sędziuje jeden wybrany przepis danej dyscypliny. 5. Uczeń przeprowadzi prawidłowy zapis w arkuszu obserwacyjnym – nanosi w arkuszu graficzne znaki.</p>
<p>• Bezpieczna aktywność fizyczna i higiena osobista</p>		
<p>Uczeń: 1. omawia sposoby postępowania w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia; 2. korzysta bezpiecznie ze sprzętu i urządzeń sportowych; 3. stosuje zasady samoasekuracji; 4. omawia zasady bezpiecznego zachowania się nad wodą i w górach; 5. omawia sposoby ochrony przed</p>	<p>1. Uczeń udzieli pierwszej pomocy – zabandażuje uszkodzoną część ciała. 2. Uczeń zaproponuje bezpieczną zabawę w środowisku naturalnym (park, boisko szkolne, plac zabaw) – przeprowadzi jedną, wybraną zabawę w dowolnym środowisku.</p>	<p>1. Uczeń udzieli pierwszej pomocy – zabandażuje uszkodzoną część ciała. 2. Uczeń zaproponuje bezpieczną zabawę w środowisku naturalnym (park, boisko szkolne, plac zabaw) – przeprowadzi jedną, wybraną zabawę w</p>

<p>nadmiernym nasłonecznieniem; 6. dobiera strój i obuwie sportowe do ćwiczeń w zależności od miejsca zajęć oraz warunków atmosferycznych.</p>		<p>dowolnym środowisku.</p>
<p>• Sport</p>		
<p>Uczeń: 1. wyjaśnia, dlaczego należy przestrzegać ustalonych reguł w trakcie rywalizacji sportowej; 2. uczestniczy w sportowych rozgrywkach klasowych w roli zawodnika, stosując zasady „czystej gry”: szacunku dla rywala, respektowania przepisów gry, podporządkowania się decyzjom sędziego, podziękowania za wspólną grę; 3. wyjaśnia zasady kulturalnego kibicowania.</p>	<p>1. Uczeń stosuje prawidłową terminologię ćwiczeń – test wiedzy z nazewnictwa ćwiczeń lub odpowiedź ustna. 2. Uczeń wymienia konkurencje lekkoatletyczne – sprawdzian ze znajomości konkurencji lekkoatletycznych (rzutnych, bieżnych, skocznych). 3. Uczeń potrafi zastosować zasadę fair – play – uczeń potrafi przyznać się do błędu. 4. Uczeń zna wybitnych sportowców polskich i ich osiągnięcia – kontrola wiadomości znajomości nazwisk zwycięzców ważnych imprez sportowych w bieżącym roku. 5. Uczeń wymienia najważniejsze sportowe imprezy na świecie.</p>	<p>1. Uczeń stosuje prawidłową terminologię ćwiczeń – test wiedzy z nazewnictwa ćwiczeń lub odpowiedź ustna. 2. Uczeń wymienia konkurencje lekkoatletyczne – sprawdzian ze znajomości konkurencji lekkoatletycznych (rzutnych, bieżnych, skocznych). 3. Uczeń zna wybitnych sportowców polskich i ich osiągnięcia – kontrola wiadomości znajomości nazwisk zwycięzców ważnych imprez sportowych w bieżącym roku. 4. Uczeń wymienia najważniejsze sportowe imprezy na świecie.</p>
<p>• Taniec</p>		
<p>Uczeń: 1. wykonuje improwizację ruchową do wybranej muzyki; 2. wyjaśnia, jak należy zachować się na zabawie tanecznej, w dyskotecie.</p>	<p>1. Uczeń łączy ćwiczenia i pozycje gimnastyczne – kreatywność. 2. Uczeń dobiera ćwiczenia, układy taneczne do muzyki – kreatywność w doborze muzyki do kroków i figur tańców nowoczesnych.</p>	<p>1. Uczeń łączy ćwiczenia i pozycje gimnastyczne – kreatywność. 2. Uczeń dobiera ćwiczenia, układy taneczne do muzyki – kreatywność w doborze muzyki do kroków i figur tańców nowoczesnych.</p>

Opracowała Urszula Białek