

## Kryteria oceniania dla klasy V

### *Obszar 1. Postawa ucznia (zaangażowanie)*

#### **Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który:**

- wykazuje bardzo dużą aktywność i zaangażowanie na lekcjach;
- jest zawsze przygotowany do zajęć (posiada zawsze strój sportowy);
- wkłada bardzo dużo wysiłku w wykonywane zadania;
- 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 pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego;
- chętnie reprezentuje szkołę w rozgrywkach sportowych.

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

- na zajęciach jest aktywny i zaangażowany;
- jest przygotowany do zajęć;
- starannie i sumiennie wykonuje powierzone zadania;
- systematycznie uczęszcza na zajęcia;
- przestrzega zasad fair play na boisku;
- dość regularnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych;
- pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego.

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

- nie zawsze jest aktywny i zaangażowany na zajęciach;
- z reguły jest przygotowany do zajęć;
- dość często jest nieobecny na zajęciach;
- potrzebuje motywacji podczas wykonywania zadań ruchowych;
- w zajęciach pozalekcyjnych uczestniczy nieregularnie;
- nie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego.

#### **Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który:**

- nie wykazuje szczególnej aktywności na zajęciach;
- bywa bardzo często nie przygotowany do zajęć;

- często jest nieobecny na zajęciach;
- powierzone zadania wykonuje niestarannie i niedbale;
- nie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych;
- nie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego i nie szanuje sprzętu sportowego.

**Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który:**

- na zajęciach nie wykazuje żadnej aktywności;
- regularnie jest nieprzygotowany do zajęć;
- bardzo często opuszcza zajęcia;
- powierzone zadania wykonuje bardzo niestarannie, okazując lekceważący stosunek do tego, co robi.

**Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który:**

- na zajęciach nie wykonuje i nie chce wykonywać żadnych powierzonych mu zadań;
- wykazuje skrajnie lekceważący stosunek do przedmiotu;
- nigdy nie jest przygotowany do zajęć;
- samowolnie i nagminnie opuszcza zajęcia.

***Obszar 2. Umiejętności ruchowe***

**Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który:**

- technicznie 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 ringo,
- podczas mini gier prezentuje wysoki poziom techniczny swoich umiejętności,
- w gronie 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 przysiadu,
- prawidłowo wykonuje ćwiczenia zwinnosciowo-akrobatyczne: stanie na rękach, stanie na głowie, przerzut bokiem,
- prawidłowo wykonuje układ ćwiczeń zwinnosciowo-akrobatycznych z przyborem,
- wykonuje proste kroki i figury wybranego tańca regionalnego i nowoczesnego,
- prawidłowo technicznie wykonuje dowolny skok przez przyrząd ( skrzynię, kozioł ) z asekuracją,
- prawidłowo wykonuje 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 mini gier 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, stanie na głowie, 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,
- niewielkimi błędami technicznymi wykonuje dowolny skok przez przyrząd ( skrzynię, kozioł ) z asekuracją,
- prawidłowo wykonuje technikę startu niskiego,
- z niewielkimi błędami technicznymi wykonuje skok w dal z rozbiegu oraz skoki przez przeszkody,
- technicznie prawidłowo wykonuje rzut małą piłką z rozbiegu,
- przeprowadza fragment rozgrzewki.

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

- w miarę swoich możliwości 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 ringo,
- na miarę możliwości stosuje swoje umiejętności w minigrach,
- w gronie rówieśników potrafi przeprowadzić prostą grę sportową lub rekreacyjną,
- stara się wykonać przewrót w przód z marszu,
- stara się wykonać przewrót w tył z przysiadu,

- podchodzi do wykonania ćwiczeń zwinnościowo-akrobatycznych: stania na rękach, stania na głowie, przerzutu 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 ( skrzynię, 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 czy zastosować w grze: kozłowania piłki w ruchu ze zmianą tempa i kierunku, podania piłki oburącz i jednorącz w ruchu, rzutu piłką 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 nie 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: stania na rękach, stania na głowie, 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 ( skrzynię, 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 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 na zajęciach żadnych powierzonych mu zadań;
- nie podchodzi do żadnych ćwiczeń i pokazuje swoim zachowaniem, że nie zależy mu na opanowaniu żadnych umiejętności ruchowych;
- lekceważy wszelkie próby zachęcania go do podjęcia jakiegokolwiek aktywności na zajęciach.

### **Obszar 3. Wiadomości z edukacji zdrowotnej i fizycznej**

#### **Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który:**

- wskazuje grupy mięśniowe odpowiedzialne za prawidłową postawę ciała,
- wymienia podstawowe przepisy wybranych sportowych i rekreacyjnych gier zespołowych,
- zna podstawowe zasady taktyki w obronie i ataku,
- wymienia zalecane dla jego wieku aktywności fizyczne,
- definiuje i opisuje zasady rozgrzewki,
- omawia sposoby postępowania w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia,
- zna zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych oraz zasady bezpiecznego przebywania nad wodą i w górach,
- wyjaśnia pojęcie zdrowia,
- opisuje pozytywne mierniki zdrowia,
- wymienia zasady metody hartowania organizmu,
- omawia sposoby ochrony przed nadmiernym nasłonecznieniem i niską temperaturą,
- omawia zasady aktywnego wypoczynku.

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

- wskazuje niektóre grupy mięśniowe odpowiedzialne za prawidłową postawę ciała,
- wymienia podstawowe przepisy wybranych sportowych i rekreacyjnych gier zespołowych,
- zna niektóre zasady taktyki w obronie i ataku,
- opisuje własnymi słowami zasady rozgrzewki,
- omawia sposoby postępowania w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia,
- zna zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych oraz zasady bezpiecznego przebywania nad wodą i w górach,
- wyjaśnia własnymi słowami pojęcie zdrowia,
- omawia ogólne sposoby ochrony przed nadmiernym nasłonecznieniem i niską temperaturą,
- omawia w taki sposób, jak umie zasady aktywnego wypoczynku.

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

- myli grupy mięśniowe odpowiedzialne za prawidłową postawę ciała,
- wymienia pojedyncze przepisy wybranych sportowych i rekreacyjnych gier zespołowych,
- nie zna podstawowych zasad taktyki w obronie i ataku,
- opisuje własnymi słowami zasady rozgrzewki,
- zna ogólne zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych oraz zasady bezpiecznego przebywania nad wodą i w górach,
  - wyjaśnia, jak potrafi, pojęcie zdrowia,
  - wymienia zasady i metody hartowania organizmu,
  - omawia ogólnie sposoby ochrony przed nadmiernym nasłonecznieniem i niską temperaturą,
  - omawia w taki sposób, jak umie zasady aktywnego wypoczynku.

### **Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który:**

- nie potrafi wskazać grup mięśniowych odpowiedzialnych za prawidłową postawę ciała,
- wymienia pojedyncze przepisy wybranych sportowych,
- nie zna zasad taktyki w obronie i ataku,
- nie potrafi opisać zasad rozgrzewki,
- omawia sposoby postępowania w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia,
  - zna pojedyncze zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych oraz zasady bezpiecznego przebywania nad wodą i w górach,
- nie potrafi wyjaśnić pojęcia zdrowia,
- nie wymienia zasad i metod hartowania organizmu,
- nie potrafi wymienić sposobów ochrony przed nadmiernym nasłonecznieniem i niską temperaturą,
- myli zasady aktywnego wypoczynku.

### **Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który:**

- nie chce wymienić podstawowych grup mięśniowych odpowiedzialnych za postawę ciała,
- nie zna regulaminów obowiązujących w szkole,
- nie udziela odpowiedzi na zadawane pytania,
- nie zależy mu na przyswojeniu nowych wiadomości,
- nie wymienia zasad bezpieczeństwa,
- nie chce udzielić odpowiedzi na pytania dotyczące zdrowia.

**Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który:**

- z uporem i premedytacją nie udziela odpowiedzi na żadne z zadawanych pytań;
- nie chce przyswoić żadnych wiadomości;
- lekceważy wszelkie próby nawiązania z nim rozmowy na omawiany temat.

**Obszar 4. Zachowanie na zajęciach. Kompetencje społeczne.**

**Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który:**

- prezentuje postawę godną do naśladowania: jest koleżeński, życzliwy, odznacza się wysoką kulturą osobistą;
- nigdy nie stosuje przemocy i nigdy nie używa wulgaryzmów;
- zawsze przestrzega ustalonych zasad i regulaminów;
- troszczy się o bezpieczeństwo swoje i innych;
- stosuje zasady „czystej gry”: szanuje rywala, respektuje przepisy gry, podporządkowuje się decyzjom sędziego, właściwie zachowuje się w sytuacji zwycięstwa i porażki, dziękuje za wspólną grę;
- jest kulturalnym kibicem, zawodnikiem i sędzią;
- właściwie zachowuje się w relacjach z innymi ludźmi, w tym z rodzicami oraz rówieśnikami tej samej i odmienną płci;
- doskonale współpracuje w grupie, szanując poglądy i wysiłki innych, wykazując asertywność i empatię;
- szanuje własne zdrowie;
- identyfikuje swoje mocne strony, budując poczucie własnej wartości, planuje sposoby rozwoju oraz ma świadomość słabych stron, nad którymi należy pracować;
- dokonuje samooceny możliwości psychoruchowych;
- potrafi kreatywnie rozwiązywać problemy;
- motywuje innych do aktywności fizycznej.

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

- jest koleżeński i kulturalny wobec innych;
- zdarzają mu się pojedyncze przypadki użycia wulgaryzmów oraz użycia siły wobec innych;
- stara się przestrzegać ustalonych zasad i regulaminów;
- troszczy się o bezpieczeństwo swoje i innych;
- stara się stosować zasady „czystej gry”: szacunek do rywala, respektuje przepisy gry, podporządkowuje się decyzjom sędziego, właściwie zachowuje się w sytuacji zwycięstwa i porażki, dziękuje za wspólną grę;
- stara się być dobrym kibicem, zawodnikiem i sędzią;
- raczej właściwie zachowuje się w relacjach z innymi ludźmi, w tym z rodzicami oraz rówieśnikami tej samej i odmienną płci;

- współpracuje w grupie szanując poglądy i wysiłki innych, wykazując asertywność i empatię;
- szanuje własne zdrowie;
- identyfikuje swoje mocne strony, budując poczucie własnej wartości, planuje sposoby rozwoju oraz ma świadomość słabych stron, nad którymi należy pracować;
- dokonuje samooceny możliwości psychoruchowych;
- potrafi w sposób kreatywny rozwiązywać problemy;
- stara się motywować innych do aktywności fizycznej.

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

- swoim zachowaniem nie budzi większych zastrzeżeń;
- zdarzają mu się pojedyncze przypadki użycia wulgaryzmów oraz użycia siły wobec innych;
- czasami nie przestrzega ustalonych zasad i regulaminów;
- nie zawsze troszczy się o bezpieczeństwo swoje i innych;
- zdarzają mu się przypadki nie stosowania zasady „czystej gry”: szacunku do rywala, respektowania przepisów gry, podporządkowania się decyzjom sędziego, właściwego zachowania się w sytuacji zwycięstwa i porażki, dziękowania za wspólną grę;
- stara się być dobrym kibicem, zawodnikiem i sędzią;
- stara się właściwie zachowywać się w relacjach z innymi ludźmi, w tym z rodzicami oraz rówieśnikami tej samej i odmiernej płci;
- stara się współpracować w grupie szanując poglądy i wysiłki innych, wykazując asertywność i empatię;
- stara się szanować własne zdrowie;
- stara się identyfikować swoje mocne strony, budując poczucie własnej wartości, planując sposoby rozwoju oraz ma świadomość słabych stron, nad którymi należy pracować;
- dokonuje ogólnej samooceny możliwości psychoruchowych;
- stara się kreatywnie rozwiązywać problemy;
- stara się motywować innych do aktywności fizycznej.

#### **Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który:**

- wykazuje braki w zakresie wychowania społecznego: często bywa nieżyczliwy i niekoleżeński;
- często używa wulgaryzmów i brzydkich wyrażeń;
- często stosuje przemoc wobec innych;
- zdarzają mu się częste przypadki nie stosowania zasady „czystej gry”: szacunku do rywala, respektowania przepisów gry, podporządkowania się decyzjom sędziego, właściwego zachowania się w sytuacji zwycięstwa i porażki, dziękowania za wspólną grę;



- nie stara się być dobrym kibicem, zawodnikiem i sędzią;
- nie zależy mu na właściwej współpracy w grupie, nie szanuje poglądów i wysiłków innych, nie wykazuje asertywności i empatii;
- nie identyfikuje swoich mocnych stron, nie buduje poczucia własnej wartości, nie planuje sposobów rozwoju oraz nie ma świadomości słabych stron, nad którymi należy pracować;
- nie dokonuje ogólnej samooceny możliwości psychoruchowych;
- nie potrafi w sposób kreatywny rozwiązywać problemów;
- nie motywuje innych do aktywności fizycznej.

#### **Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który:**

- wykazuje bardzo duże braki w zakresie wychowania społecznego: jest niekulturalny i agresywny wobec innych;
- bardzo często używa wulgaryzmów i brzydkich wyrażeń;
- bardzo często zdarzają mu się przypadki nie stosowania zasady „czystej gry”: szacunku do rywala, respektowania przepisów gry, podporządkowania się decyzjom sędziego, właściwego zachowania się w sytuacji zwycięstwa i porażki, dziękowania za wspólną grę;
- zachowuje się nie właściwie jako kibic, zawodnik i sędzia;
- nie współpracuje w grupie, nie szanuje poglądów i wysiłków innych, nie wykazuje asertywności i empatii;
- nie chce dokonać ogólnej samooceny możliwości psychoruchowych;
- nie rozwiązuje problemów, a nagminnie je stwarza;
- nie zależy mu na innych.

#### **Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który:**

- nagminnie łamie zasady współżycia społecznego;
- jest bardzo agresywny i wrogo nastawiony do innych;
- używa bardzo wulgarnej mowy;
- stanowi zagrożenie dla innych;
- z premedytacją dezorganizuje pracę na zajęciach.

