

**WYMAGANIA NA POSZCZEGÓLNE OCENY Z PRZEDMIOTU
WYCHOWANIE FIZYCZNE
ZGODNIE Z PODSTAWĄ PRODRAMOWĄ ORAZ PROGRAMEM NAUCZANIA (U. Kierczak „Koncepcja edukacji fizycznej. Zdrowie-Sport-
Rekreacja) po Gimnazjum**

LEKKOATLETYKA				
WYMAGANIA NA STOPIEŃ				
Na ocenę dopuszczającą uczeń potrafi	Na ocenę dostateczną uczeń potrafi to co na ocenę dopuszczającą i ponadto	Na ocenę dobrą uczeń potrafi to co na ocenę dostateczną i ponadto	Na ocenę bardzo dobrą uczeń potrafi to co na dobrą i ponadto	Na ocenę celującą uczeń potrafi to co na bardzo dobrą i ponadto
uczeń opuszcza zajęcia wychowania fizycznego, często jest nieprzygotowany do lekcji Jest niekoleżeński, niedyscyplinowany, narusza zasady BHP nie pracuje nad poziomem swojej sprawności fizycznej i motorycznej. We wszystkich próbach sprawnościowych uzyskuje niższe wyniki od poprzednich prowadzi niehigieniczny tryb życia. wykazuje znaczące braki w znajomości zasad i przepisów konkurencji lekkoatletycznych nie opanował w stopniu dopuszczającym sposoby wykonania: - rzutu oszczepem - pchnięcia kulą	uczeń niesystematycznie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego, często jest nieprzygotowany do lekcji Jest niekoleżeński, niedyscyplinowany, nie zawsze przestrzega zasad BHP poziom sprawności fizycznej i motorycznej obniża się w porównaniu do wyników z poprzedniego semestru lub roku szkolnego prowadzi niehigieniczny i niesportowy tryb życia wykazuje braki w znajomości zasad i przepisów konkurencji lekkoatletycznych opanował w stopniu dostatecznym sposoby wykonania: - rzutu oszczepem - pchnięcia kulą - rzutu dyskiem - skoku w dal - skoku wzwyż - startu niskiego	Uczeń na ogół nie opuszcza zajęć wychowania fizycznego, systematycznie przygotowany jest do lekcji Jest koleżeński, na ogół przestrzega zasad BHP Sprawność fizyczną i motoryczną utrzymuje na poziomie zbliżonym do wyników z poprzedniego roku/semestru Wykazuje dobrą znajomość zasad i przepisów konkurencji lekkoatletycznych Opanował w stopniu dobrym sposoby wykonania: - rzutu oszczepem - pchnięcia kulą - rzutu dyskiem - skoku w dal - skoku wzwyż - startu niskiego - przekazania pałeczki sztafetowej Konkurencje biegowe wykonuje z zastosowaniem prawidłowej techniki biegu krótkiego, średniego	Uczeń aktywnie i systematycznie uczestniczy z zajęciach wychowania fizycznego Czynnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych, sportowo – rekreacyjnych Podnosi poziom swojej sprawności fizycznej i motorycznej Jest koleżeński, zdyscyplinowany, przestrzega zasad BHP na zajęciach wychowania fizycznego Uczestniczy w zawodach sportowych na szczeblu szkolnym Prowadzi sportowy tryb życia Wykazuje się znajomością zasad i przepisów konkurencji lekkoatletycznych W pełni opanował sposoby wykonania: - rzutu oszczepem - pchnięcia kulą - rzutu dyskiem - skoku w dal - skoku wzwyż - startu niskiego	uczeń spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą jest zawsze przygotowany do lekcji i bierze aktywny udział we wszystkich lekcjach wychowania fizycznego w ciągu roku szkolnego Czynnie uczestniczy z zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych, sportowo – rekreacyjnych Systematycznie podnosi poziom swojej sprawności fizycznej i motorycznej Bierze czynny udział w organizacji imprez sportowo – rekreacyjnych w szkole Przejawia dbałość o własne ciało i zdrowie, dba o higienę osobistą Jest koleżeński, zdyscyplinowany. Podczas zajęć przestrzega zasad BHP, „fair play”, dba o bezpieczeństwo własne i innych Uczestniczy w zawodach sportowych na szczeblu miasta i województwa. posiada dużą znajomość konkurencji lekkoatletycznych doskonale opanował sposoby wykonania:

- rzutu dyskiem - skoku w dal - skoku wzwyż - startu niskiego - przekazania pałeczki sztafetowej Konkurencje biegowe wykonuje nie stosując prawidłowej techniki biegu krótkiego, średniego i długiego uzyskując bardzo słabe wyniki	- przekazania pałeczki sztafetowej Konkurencje biegowe wykonuje z próbą zastosowania prawidłowej techniki biegu krótkiego, średniego i długiego uzyskując mało zadowalające wyniki	i długiego uzyskując zadowalające wyniki	- przekazania pałeczki sztafetowej Konkurencje biegowe wykonuje z zastosowaniem prawidłowej techniki biegu krótkiego, średniego i długiego uzyskując dobre wyniki	- rzutu oszczepem - pchnięcia kulą - rzutu dyskiem - skoku w dal - skoku wzwyż - startu niskiego - przekazania pałeczki sztafetowej Konkurencje biegowe wykonuje z zastosowaniem prawidłowej techniki biegu krótkiego, średniego i długiego uzyskując bardzo dobre wyniki
---	--	--	---	---

KOSZYKÓWKA

Na ocenę dopuszczającą uczeń potrafi	Na ocenę dostateczną uczeń potrafi to co na ocenę dopuszczającą i ponadto	Na ocenę dobrą uczeń potrafi to co na ocenę dostateczną i ponadto	Na ocenę bardzo dobrą uczeń potrafi to co na dobrą i ponadto	Na ocenę celującą uczeń potrafi to co na bardzo dobrą i ponadto
uczeń opuszcza zajęcia wychowania fizycznego, często jest nieprzygotowany do lekcji Jest niekoleżeński, niedyscyplinowany, narusza zasady BHP nie pracuje nad poziomem swojej sprawności fizycznej i motorycznej. We wszystkich próbach sprawnościowych uzyskuje niższe wyniki od poprzednich prowadzi niehigieniczny tryb życia. wykazuje znaczące braki w znajomości zasad i przepisów gry nie opanował w stopniu dopuszczającym:	uczeń niesystematycznie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego, często jest nieprzygotowany do lekcji Jest niekoleżeński, niedyscyplinowany, nie zawsze przestrzega zasad BHP poziom sprawności fizycznej i motorycznej obniża się w porównaniu do wyników z poprzedniego semestru lub roku szkolnego prowadzi niehigieniczny i niesportowy tryb życia wykazuje braki w znajomości zasad i przepisów gry opanował w stopniu dostatecznym: - kozłowanie piłki - podania i chwyt piłki - rzuty do kosza	Uczeń na ogół nie opuszcza zajęć wychowania fizycznego, systematycznie przygotowany jest do lekcji Jest koleżeński, na ogół przestrzega zasad BHP Sprawność fizyczną i motoryczną utrzymuje na poziomie zbliżonym do wyników z poprzedniego roku/semestru Wykazuje dobrą znajomość zasad i przepisów gry Opanował w stopniu dobrym: - kozłowanie piłki - podania i chwyt piłki - rzuty do kosza	Uczeń aktywnie i systematycznie uczestniczy z zajęciach wychowania fizycznego Czynnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych, sportowo – rekreacyjnych Podnosi poziom swojej sprawności fizycznej i motorycznej Jest koleżeński, zdyscyplinowany, przestrzega zasad BHP na zajęciach wychowania fizycznego Uczestniczy w zawodach sportowych na szczeblu szkolnym Prowadzi sportowy tryb życia Wykazuje się znajomością zasad i przepisów gry W pełni opanował: - kozłowanie piłki - podania i chwyt piłki - rzuty do kosza	uczeń spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą jest zawsze przygotowany do lekcji i bierze aktywny udział we wszystkich lekcjach wychowania fizycznego w ciągu roku szkolnego Czynnie uczestniczy z zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych, sportowo – rekreacyjnych Systematycznie podnosi poziom swojej sprawności fizycznej i motorycznej Bierze czynny udział w organizacji imprez sportowo – rekreacyjnych w szkole Przejawia dbałość o własne ciało i zdrowie, dba o higienę osobistą Jest koleżeński, zdyscyplinowany. Podczas zajęć przestrzega zasad BHP, „fair play”, dba o bezpieczeństwo własne i innych Uczestniczy w zawodach sportowych na

- kozłowania piłki - podań i chwytu piłki - rzutu do kosza				szczeblu miasta i województwa. posiada dużą znajomość zasad i przepisów gry doskonale opanował: - kozłowanie piłki - podania i chwyt piłki - rzuty do kosza
--	--	--	--	--

PIŁKA NOŻNA

Na ocenę dopuszczającą uczeń potrafi	Na ocenę dostateczną uczeń potrafi to co na ocenę dopuszczającą i ponadto	Na ocenę dobrą uczeń potrafi to co na ocenę dostateczną i ponadto	Na ocenę bardzo dobrą uczeń potrafi to co na dobrą i ponadto	Na ocenę celującą uczeń potrafi to co na bardzo dobrą i ponadto
uczeń opuszcza zajęcia wychowania fizycznego, często jest nieprzygotowany do lekcji Jest niekoleżeński, niedyscyplinowany, narusza zasady BHP nie pracuje nad poziomem swojej sprawności fizycznej i motorycznej. We wszystkich próbach sprawnościowych uzyskuje niższe wyniki od poprzednich prowadzi niehigieniczny tryb życia. wykazuje znaczące braki w znajomości zasad i przepisów gry, nie opanował w stopniu dopuszczającym sposobu wykonania:- prowadzenie piłki slalomem zakończzone strzałem do bramki, - odbicia piłki o ścianę z odległości 3m (pomiędzy	uczeń niesystematycznie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego, często jest nieprzygotowany do lekcji Jest niekoleżeński, niedyscyplinowany, nie zawsze przestrzega zasad BHP poziom sprawności fizycznej i motorycznej obniża się w porównaniu do wyników z poprzedniego semestru lub roku szkolnego prowadzi niehigieniczny i niesportowy tryb życia wykazuje braki w znajomości zasad i przepisów gry opanował w stopniu dostatecznym sposoby wykonania: - prowadzenie piłki slalomem zakończzone strzałem do bramki, - odbicia piłki o ścianę z odległości 3m (pomiędzy pacholkami ustawionymi w odległości 5m od siebie) czas próby 30s. - prowadzenie piłki w dwójkach	Uczeń na ogół nie opuszcza zajęć wychowania fizycznego, systematycznie przygotowany jest do lekcji Jest koleżeński, na ogół przestrzega zasad BHP Sprawność fizyczną i motoryczną utrzymuje na poziomie zbliżonym do wyników z poprzedniego roku/semestru Wykazuje dobrą znajomość zasad i przepisów gry Opanował w stopniu dobrym sposoby wykonania: - prowadzenie piłki slalomem zakończzone strzałem do bramki, - odbicia piłki o ścianę z odległości 3m (pomiędzy pacholkami ustawionymi w odległości 5m od siebie) czas próby 30s. - prowadzenie piłki w dwójkach zakończzone strzałem na bramkę. Uczeń umie wykonać brzuchem przyjęcie piłki spadającej z powietrz po koźle. Uczeń potrafi przyjąć piłkę w	Uczeń aktywnie i systematycznie uczestniczy z zajęciach wychowania fizycznego Czynnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych, sportowo – rekreacyjnych Podnosi poziom swojej sprawności fizycznej i motorycznej Jest koleżeński, zdyscyplinowany, przestrzega zasad BHP na zajęciach wychowania fizycznego Uczestniczy w zawodach sportowych na szczeblu szkolnym Prowadzi sportowy tryb życia Wykazuje się znajomością zasad i przepisów gry W pełni opanował sposoby wykonania: - prowadzenie piłki slalomem zakończzone strzałem do bramki, - odbicia piłki o ścianę z odległości 3m (pomiędzy pacholkami ustawionymi w odległości 5m od siebie) czas próby 30s. - prowadzenie piłki w dwójkach zakończzone strzałem na bramkę.	uczeń spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą jest zawsze przygotowany do lekcji i bierze aktywny udział we wszystkich lekcjach wychowania fizycznego w ciągu roku szkolnego Czynnie uczestniczy z zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych, sportowo – rekreacyjnych Systematycznie podnosi poziom swojej sprawności fizycznej i motorycznej Bierze czynny udział w organizacji imprez sportowo – rekreacyjnych w szkole Przejawia dbałość o własne ciało i zdrowie, dba o higienę osobistą Jest koleżeński, zdyscyplinowany. Podczas zajęć przestrzega zasad BHP, „fair play”, dba o bezpieczeństwo własne i innych Uczestniczy w zawodach sportowych na szczeblu miasta i województwa. posiada dużą znajomość zasad i przepisów gry doskonale opanował sposoby wykonania: - prowadzenie piłki slalomem

pachołkami ustawionymi w odległości 5m od siebie) czas próby 30s, - prowadzenie piłki w dwójkach zakończone strzałem na bramkę. lub Uczeń ma opanowane umiejętności z poziomu wymagań koniecznego i podstawowego z klasy I.	zakończone strzałem na bramkę. Uczeń potrafi przyjąć podeszwa piłkę spadającą z powietrza. Uczeń potrafi uderzyć piłkę z konieczności (sytuacyjne, piętą, zewnętrzną częścią stopy, szpicem, kolanem, udem).	powietrzu prostym podbiciem Uczeń potrafi prowadzić piłkę zewnętrznym i wewnętrznym podbiciem. Uczeń potrafi odebrać piłkę przeciwnikowi z przodu sposobem zasadniczym.	Uczeń umie wykonać przyjęcie piłki w powietrzu wewnętrzną częścią stopy.	zakończone strzałem do bramki, - odbicia piłki o ścianę z odległości 3m (pomiędzy pachołkami ustawionymi w odległości 5m od siebie) czas próby 30s. - prowadzenie piłki w dwójkach zakończone strzałem na bramkę. Uczeń potrafi prowadzić piłkę głową. Uczeń uczestniczy w rozgrywkach szkolnych i międzyszkolnych.
---	--	---	--	--

PIŁKA RĘCZNA

Na ocenę dopuszczającą uczeń potrafi	Na ocenę dostateczną uczeń potrafi to co na ocenę dopuszczającą i ponadto	Na ocenę dobrą uczeń potrafi to co na ocenę dostateczną i ponadto	Na ocenę bardzo dobrą uczeń potrafi to co na dobrą i ponadto	Na ocenę celującą uczeń potrafi to co na bardzo dobrą i ponadto
uczeń opuszcza zajęcia wychowania fizycznego, często jest nieprzygotowany do lekcji Jest niekoleżeński, niezdyscyplinowany, narusza zasady BHP nie pracuje nad poziomem swojej sprawności fizycznej i motorycznej. We wszystkich próbach sprawnościowych uzyskuje niższe wyniki od poprzednich prowadzi niehigieniczny tryb życia. wykazuje znaczące braki w znajomości zasad i przepisów gry nie opanował w stopniu dopuszczającym: - kozłowania piłki	uczeń niesystematycznie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego, często jest nieprzygotowany do lekcji Jest niekoleżeński, niezdyscyplinowany, nie zawsze przestrzega zasad BHP poziom sprawności fizycznej i motorycznej obniża się w porównaniu do wyników z poprzedniego semestru lub roku szkolnego prowadzi niehigieniczny i niesportowy tryb życia wykazuje braki w znajomości zasad i przepisów gry opanował w stopniu dostatecznym: - kozłowanie piłki - podania i chwyt piłki - rzuty do bramki	Uczeń na ogół nie opuszcza zajęć wychowania fizycznego, systematycznie przygotowany jest do lekcji Jest koleżeński, na ogół przestrzega zasad BHP Sprawność fizyczną i motoryczną utrzymuje na poziomie zbliżonym do wyników z poprzedniego roku/semestru Wykazuje dobrą znajomość zasad i przepisów gry Opanował w stopniu dobrym: - kozłowanie piłki - podania i chwyt piłki - rzuty do bramki	Uczeń aktywnie i systematycznie uczestniczy z zajęciach wychowania fizycznego Czynnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych, sportowo – rekreacyjnych Podnosi poziom swojej sprawności fizycznej i motorycznej Jest koleżeński, zdyscyplinowany, przestrzega zasad BHP na zajęciach wychowania fizycznego Uczestniczy w zawodach sportowych na szczeblu szkolnym Prowadzi sportowy tryb życia Wykazuje się znajomością zasad i przepisów gry W pełni opanował: - kozłowanie piłki - podania i chwyt piłki - rzuty do bramki	uczeń spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą jest zawsze przygotowany do lekcji i bierze aktywny udział we wszystkich lekcjach wychowania fizycznego w ciągu roku szkolnego Czynnie uczestniczy z zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych, sportowo – rekreacyjnych Systematycznie podnosi poziom swojej sprawności fizycznej i motorycznej Bierze czynny udział w organizacji imprez sportowo – rekreacyjnych w szkole Przejawia dbałość o własne ciało i zdrowie, dba o higienę osobistą Jest koleżeński, zdyscyplinowany. Podczas zajęć przestrzega zasad BHP, „fair play”, dba o bezpieczeństwo własne i innych Uczestniczy w zawodach sportowych na szczeblu miasta i województwa.

- podań i chwytu piłki - rzutu do bramki				posiada dużą znajomość zasad i przepisów gry doskonale opanował: - kozłowanie piłki - podania i chwyt piłki - rzuty do bramki
---	--	--	--	---

PIŁKA SIATKOWA

Na ocenę dopuszczającą uczeń potrafi	Na ocenę dostateczną uczeń potrafi to co na ocenę dopuszczającą i ponadto	Na ocenę dobrą uczeń potrafi to co na ocenę dostateczną i ponadto	Na ocenę bardzo dobrą uczeń potrafi to co na dobrą i ponadto	Na ocenę celującą uczeń potrafi to co na bardzo dobrą i ponadto
uczeń opuszcza zajęcia wychowania fizycznego, często jest nieprzygotowany do lekcji Jest niekoleżeński, niezdyscyplinowany, narusza zasady BHP nie pracuje nad poziomem swojej sprawności fizycznej i motorycznej. We wszystkich próbach sprawnościowych uzyskuje niższe wyniki od poprzednich prowadzi niehigieniczny tryb życia. wykazuje znaczące braki w znajomości zasad i przepisów gry nie opanował w stopniu dopuszczającym: - odbić piłki sposobem górnym i dolnym - zagrywki sposobem dolnym i tenisowej - rozegrania piłki na trzy odbicia	uczeń niesystematycznie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego, często jest nieprzygotowany do lekcji Jest niekoleżeński, niezdyscyplinowany, nie zawsze przestrzega zasad BHP poziom sprawności fizycznej i motorycznej obniża się w porównaniu do wyników z poprzedniego semestru lub roku szkolnego prowadzi niehigieniczny i niesportowy tryb życia wykazuje braki w znajomości zasad i przepisów gry opanował w stopniu dostatecznym: - odbicia piłki sposobem górnym i dolnym - zagrywkę sposobem dolnym i tenisowym - rozegranie piłki na trzy odbicia	Uczeń na ogół nie opuszcza zajęć wychowania fizycznego, systematycznie przygotowany jest do lekcji Jest koleżeński, na ogół przestrzega zasad BHP Sprawność fizyczną i motoryczną utrzymuje na poziomie zbliżonym do wyników z poprzedniego roku/semestru Wykazuje dobrą znajomość zasad i przepisów gry Opanował w stopniu dobrym: - odbicia piłki sposobem górnym i dolnym - zagrywkę sposobem dolnym i tenisową - rozegranie piłki na trzy odbicia	Uczeń aktywnie i systematycznie uczestniczy z zajęciach wychowania fizycznego Czynnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych, sportowo – rekreacyjnych Podnosi poziom swojej sprawności fizycznej i motorycznej Jest koleżeński, zdyscyplinowany, przestrzega zasad BHP na zajęciach wychowania fizycznego Uczestniczy w zawodach sportowych na szczeblu szkolnym Prowadzi sportowy tryb życia Wykazuje się znajomością zasad i przepisów gry W pełni opanował: - odbicia piłki sposobem górnym i dolnym - zagrywkę sposobem dolnym i tenisową - rozegranie piłki na trzy odbicia z próbą ataku	uczeń spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą jest zawsze przygotowany do lekcji i bierze aktywny udział we wszystkich lekcjach wychowania fizycznego w ciągu roku szkolnego Czynnie uczestniczy z zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych, sportowo – rekreacyjnych Systematycznie podnosi poziom swojej sprawności fizycznej i motorycznej Bierze czynny udział w organizacji imprez sportowo – rekreacyjnych w szkole Przejawia dbałość o własne ciało i zdrowie, dba o higienę osobistą Jest koleżeński, zdyscyplinowany. Podczas zajęć przestrzega zasad BHP, „fair play”, dba o bezpieczeństwo własne i innych Uczestniczy w zawodach sportowych na szczeblu miasta i województwa. posiada dużą znajomość zasad i przepisów gry doskonale opanował: - odbicia piłki sposobem górnym i dolnym

				- zagrywkę dolną i tenisową - rozegranie piłki na trzy odbicia ze skutecznym atakiem
UNIHOKEJ				
Na ocenę dopuszczającą uczeń potrafi	Na ocenę dostateczną uczeń potrafi to co na ocenę dopuszczającą i ponadto	Na ocenę dobrą uczeń potrafi to co na ocenę dostateczną i ponadto	Na ocenę bardzo dobrą uczeń potrafi to co na dobrą i ponadto	Na ocenę celującą uczeń potrafi to co na bardzo dobrą i ponadto
uczeń opuszcza zajęcia wychowania fizycznego, często jest nieprzygotowany do lekcji Jest niekoleżeński, niezdyscyplinowany, narusza zasady BHP nie pracuje nad poziomem swojej sprawności fizycznej i motorycznej. We wszystkich próbach sprawnościowych uzyskuje niższe wyniki od poprzednich prowadzi niehigieniczny tryb życia. wykazuje znaczące braki w znajomości zasad i przepisów gry	uczeń niesystematycznie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego, często jest nieprzygotowany do lekcji Jest niekoleżeński, niezdyscyplinowany, nie zawsze przestrzega zasad BHP poziom sprawności fizycznej i motorycznej obniża się w porównaniu do wyników z poprzedniego semestru lub roku szkolnego prowadzi niehigieniczny i niesportowy tryb życia wykazuje braki w znajomości zasad i przepisów gry	Uczeń na ogół nie opuszcza zajęć wychowania fizycznego, systematycznie przygotowany jest do lekcji Jest koleżeński, na ogół przestrzega zasad BHP Sprawność fizyczną i motoryczną utrzymuje na poziomie zbliżonym do wyników z poprzedniego roku/semestru Wykazuje dobrą znajomość zasad i przepisów gry	Uczeń aktywnie i systematycznie uczestniczy z zajęciach wychowania fizycznego Czynnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych, sportowo – rekreacyjnych Podnosi poziom swojej sprawności fizycznej i motorycznej Jest koleżeński, zdyscyplinowany, przestrzega zasad BHP na zajęciach wychowania fizycznego Uczestniczy w zawodach sportowych na szczeblu szkolnym Prowadzi sportowy tryb życia Wykazuje się znajomością zasad i przepisów gry	uczeń spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą jest zawsze przygotowany do lekcji i bierze aktywny udział we wszystkich lekcjach wychowania fizycznego w ciągu roku szkolnego Czynnie uczestniczy z zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych, sportowo – rekreacyjnych Systematycznie podnosi poziom swojej sprawności fizycznej i motorycznej Bierze czynny udział w organizacji imprez sportowo – rekreacyjnych w szkole Przejawia dbałość o własne ciało i zdrowie, dba o higienę osobistą Jest koleżeński, zdyscyplinowany. Podczas zajęć przestrzega zasad BHP, „fair play”, dba o bezpieczeństwo własne i innych Uczestniczy w zawodach sportowych na szczeblu miasta i województwa. posiada dużą znajomość zasad i przepisów gry
GIMNASTYKA				
Na ocenę dopuszczającą uczeń potrafi	Na ocenę dostateczną uczeń potrafi to co na ocenę dopuszczającą i ponadto	Na ocenę dobrą uczeń potrafi to co na ocenę dostateczną i ponadto	Na ocenę bardzo dobrą uczeń potrafi to co na dobrą i ponadto	Na ocenę celującą uczeń potrafi to co na bardzo dobrą i ponadto
uczeń opuszcza zajęcia wychowania fizycznego,	uczeń niesystematycznie uczestniczy w zajęciach	Uczeń na ogół nie opuszcza zajęć wychowania fizycznego,	Uczeń aktywnie i systematycznie uczestniczy z zajęciach	uczeń spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą

często jest nieprzygotowany do lekcji Jest niekoleżeński, niedyscyplinowany, narusza zasady BHP nie pracuje nad poziomem swojej sprawności fizycznej i motorycznej. We wszystkich próbach sprawnościowych uzyskuje niższe wyniki od poprzednich prowdzi niehigieniczny tryb życia. wykazuje znaczące braki w znajomości ćwiczeń gimnastycznych i sposobach asekuracji Nie opanował w stopniu dopuszczającym sposoby wykonania: - przewrotu w przód - przewrotu w tył - stania na rękach - przerzutu bokiem - zwisu przerzutnego i przewrotnego na drabinkach - ćwiczeń równoważnych na ławeczce gimnastycznej - wymyku i odmyku na drążku - układu gimnastycznego. Ćwiczenia gimnastyczne wykonuje nie stosując zasad bezpieczeństwa i uzyskuje bardzo słabe wyniki.	wychowania fizycznego, często jest nieprzygotowany do lekcji Jest niekoleżeński, niedyscyplinowany, nie zawsze przestrzega zasad BHP poziom sprawności fizycznej i motorycznej obniża się w porównaniu do wyników z poprzedniego semestru lub roku szkolnego prowdzi niehigieniczny i niesportowy tryb życia wykazuje braki w znajomości ćwiczeń gimnastycznych i sposobach asekuracji. Opanował w stopniu dostatecznym sposoby wykonania: - przewrotu w przód - przewrotu w tył - stania na rękach - przerzutu bokiem - zwisu przerzutnego i przewrotnego na drabinkach - ćwiczeń równoważnych na ławeczce gimnastycznej - wymyku i odmyku na drążku - układu gimnastycznego. Ćwiczenia gimnastyczne wykonuje nie zawsze stosując zasady bezpieczeństwa i uzyskuje mało zadowalające wyniki.	systematycznie przygotowany jest do lekcji Jest koleżeński, na ogół przestrzega zasad BHP Sprawność fizyczną i motoryczną utrzymuje na poziomie zbliżonym do wyników z poprzedniego roku/semestru Wykazuje dobrą znajomość ćwiczeń gimnastycznych i sposobów asekuracji, Opanował w stopniu dobrym sposoby wykonania: - przewrotu w przód - przewrotu w tył - stania na rękach - przerzutu bokiem - zwisu przerzutnego i przewrotnego na drabinkach - ćwiczeń równoważnych na ławeczce gimnastycznej - wymyku i odmyku na drążku - układu gimnastycznego. Ćwiczenia gimnastyczne wykonuje na ogół stosując się do zasad bezpieczeństwa i uzyskuje zadowalające wyniki.	wychowania fizycznego Czynnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych, sportowo – rekreacyjnych Podnosi poziom swojej sprawności fizycznej i motorycznej Jest koleżeński, zdyscyplinowany, przestrzega zasad BHP na zajęciach wychowania fizycznego Uczestniczy w zawodach sportowych na szczeblu szkolnym Prowadzi sportowy tryb życia Wykazuje się znajomością ćwiczeń gimnastycznych i sposobów asekuracji. W pełni opanował sposoby wykonania: W pełni opanował sposoby wykonania: - przewrotu w przód - przewrotu w tył - stania na rękach - przerzutu bokiem - zwisu przerzutnego i przewrotnego na drabinkach - ćwiczeń równoważnych na ławeczce gimnastycznej - wymyku i odmyku na drążku - układu gimnastycznego. Ćwiczenia gimnastyczne wykonuje stosując się do zasad bezpieczeństwa i uzyskuje dobre wyniki.	jest zawsze przygotowany do lekcji i bierze aktywny udział we wszystkich lekcjach wychowania fizycznego w ciągu roku szkolnego Czynnie uczestniczy z zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych, sportowo – rekreacyjnych Systematycznie podnosi poziom swojej sprawności fizycznej i motorycznej Bierze czynny udział w organizacji imprez sportowo – rekreacyjnych w szkole Przejawia dbałość o własne ciało i zdrowie, dba o higienę osobistą Jest koleżeński, zdyscyplinowany. Podczas zajęć przestrzega zasad BHP, „fair play”, dba o bezpieczeństwo własne i innych posiada dużą znajomość ćwiczeń gimnastycznych i sposobów asekuracji. Doskonale opanował sposoby wykonania: - przewrotu w przód - przewrotu w tył - stania na rękach - przerzutu bokiem - zwisu przerzutnego i przewrotnego na drabinkach - ćwiczeń równoważnych na ławeczce gimnastycznej - wymyku i odmyku na drążku - układu gimnastycznego. Ćwiczenia gimnastyczne wykonuje stosując się do zasad bezpieczeństwa i uzyskuje bardzo dobre wyniki.
Tenis stołowy				

Na ocenę dopuszczającą uczeń potrafi	Na ocenę dostateczną uczeń potrafi to co na ocenę dopuszczającą i ponadto	Na ocenę dobrą uczeń potrafi to co na ocenę dostateczną i ponadto	Na ocenę bardzo dobrą uczeń potrafi to co na dobrą i ponadto	Na ocenę celującą uczeń potrafi to co na bardzo dobrą i ponadto
uczeń opuszcza zajęcia wychowania fizycznego, często jest nieprzygotowany do lekcji Jest niekoleżeński, niezdyscyplinowany, narusza zasady BHP nie pracuje nad poziomem swojej sprawności fizycznej i motorycznej. We wszystkich próbach sprawnościowych uzyskuje niższe wyniki od poprzednich prowdzi niehigieniczny tryb życia. wykazuje znaczące braki w znajomości zasad i przepisów gry 1x1 i 2x2. Nie opanował w stopniu dopuszczającym sposobu wykonania: - trzymania rakiетки - odbicia piłki bekhendem - odbicia piłki forhendem - serwisu - odbioru piłki po serwisie Ćwiczenia wykonuje nie stosując prawidłowej techniki odbicia piłki i uzyskując bardzo słabe wyniki	uczeń niesystematycznie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego, często jest nieprzygotowany do lekcji Jest niekoleżeński, niezdyscyplinowany, nie zawsze przestrzega zasad BHP poziom sprawności fizycznej i motorycznej obniża się w porównaniu do wyników z poprzedniego semestru lub roku szkolnego prowdzi niehigieniczny i niesportowy tryb życia wykazuje braki w znajomości zasad i przepisów gry 1x1 i 2x2, Opanował w stopniu dostatecznym sposób wykonania: - trzymania rakiетки - odbicia piłki bekhendem - odbicia piłki forhendem - serwisu - odbioru piłki po serwisie Ćwiczenia wykonuje z próbą zastosowania prawidłowej techniki odbicia piłki, uzyskując mało zadowalające wyniki	Uczeń na ogół nie opuszcza zajęć wychowania fizycznego, systematycznie przygotowany jest do lekcji Jest koleżeński, na ogół przestrzega zasad BHP Sprawność fizyczną i motoryczną utrzymuje na poziomie zbliżonym do wyników z poprzedniego roku/semestru Wykazuje dobrą znajomość zasad i przepisów gry 1x1 i 2x2 Opanował w stopniu dobrym sposób wykonania: - trzymania rakiетки - odbicia piłki bekhendem - odbicia piłki forhendem - serwisu - odbioru piłki po serwisie Ćwiczenia wykonuje na ogół z zastosowaniem prawidłowej techniki odbicia piłki, uzyskując zadowalające wyniki	Uczeń aktywnie i systematycznie uczestniczy z zajęciach wychowania fizycznego Czynnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych, sportowo – rekreacyjnych Podnosi poziom swojej sprawności fizycznej i motorycznej Jest koleżeński, zdyscyplinowany, przestrzega zasad BHP na zajęciach wychowania fizycznego Uczestniczy w zawodach sportowych na szczeblu szkolnym Prowadzi sportowy tryb życia Wykazuje się znajomością zasad i przepisów gry 1x1 i 2x2. W pełni opanował sposób wykonania: - trzymania rakiетки - odbicia piłki bekhendem - odbicia piłki forhendem - serwisu - odbioru piłki po serwisie Ćwiczenia wykonuje z zastosowaniem prawidłowej techniki odbicia piłki, uzyskując dobre wyniki.	uczeń spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą jest zawsze przygotowany do lekcji i bierze aktywny udział we wszystkich lekcjach wychowania fizycznego w ciągu roku szkolnego Czynnie uczestniczy z zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych, sportowo – rekreacyjnych Systematycznie podnosi poziom swojej sprawności fizycznej i motorycznej Bierze czynny udział w organizacji imprez sportowo – rekreacyjnych w szkole Przejawia dbałość o własne ciało i zdrowie, dba o higienę osobistą Jest koleżeński, zdyscyplinowany. Podczas zajęć przestrzega zasad BHP, „fair play”, dba o bezpieczeństwo własne i innych Uczestniczy w zawodach sportowych na szczeblu miasta i województwa. posiada dużą znajomość zasad i przepisów gry 1x1 i 2x2. Doskonale opanował sposób wykonania: - trzymania rakiетки - odbicia piłki bekhendem - odbicia piłki forhendem - serwisu - odbioru piłki po serwisie Ćwiczenia wykonuje z zastosowaniem prawidłowej techniki odbicia piłki, uzyskując bardzo dobre wyniki.
Taniec				

Na ocenę dopuszczającą uczeń potrafi	Na ocenę dostateczną uczeń potrafi to co na ocenę dopuszczającą i ponadto	Na ocenę dobrą uczeń potrafi to co na ocenę dostateczną i ponadto	Na ocenę bardzo dobrą uczeń potrafi to co na dobrą i ponadto	Na ocenę celującą uczeń potrafi to co na bardzo dobrą i ponadto
uczeń opuszcza zajęcia wychowania fizycznego, często jest nieprzygotowany do lekcji Jest niekoleżeński, niezdyscyplinowany, narusza zasady BHP nie pracuje nad poziomem swojej sprawności fizycznej i motorycznej. We wszystkich próbach sprawnościowych uzyskuje niższe wyniki od poprzednich prowdzi niehigieniczny tryb życia. wykazuje znaczące braki w znajomości kroków tanecznych Nie opanował w stopniu dopuszczającym sposobu wykonania: - układu rytmiczno - tanecznego przy muzyce - układu ćwiczeń - aerobiku - ćwiczeń relaksacyjnych - układu tanecznego w grupie Ćwiczenia wykonuje bez poczucia rytmu muzyki i uzyskuje bardzo słabe wyniki.	uczeń niesystematycznie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego, często jest nieprzygotowany do lekcji Jest niekoleżeński, niezdyscyplinowany, nie zawsze przestrzega zasad BHP poziom sprawności fizycznej i motorycznej obniża się w porównaniu do wyników z poprzedniego semestru lub roku szkolnego prowdzi niehigieniczny i niesportowy tryb życia wykazuje braki w znajomości kroków tanecznych Opanował w stopniu dostatecznym sposoby wykonania: - układu rytmiczno - tanecznego przy muzyce - układu ćwiczeń - aerobiku - ćwiczeń relaksacyjnych Ćwiczenia wykonuje nie zawsze w rytmie muzyki i uzyskuje mało zadowalające wyniki.	Uczeń na ogół nie opuszcza zajęć wychowania fizycznego, systematycznie przygotowany jest do lekcji Jest koleżeński, na ogół przestrzega zasad BHP Sprawność fizyczną i motoryczną utrzymuje na poziomie zbliżonym do wyników z poprzedniego roku/semestru Wykazuje dobrą znajomość kroków tanecznych. Opanował w stopniu dobrym sposoby wykonania: - układu rytmiczno - tanecznego przy muzyce - układu ćwiczeń - aerobiku - ćwiczeń relaksacyjnych - układu tanecznego w grupie Ćwiczenia wykonuje na ogół w rytmie muzyki i uzyskuje zadowalające wyniki.	Uczeń aktywnie i systematycznie uczestniczy z zajęciach wychowania fizycznego Czynnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych, sportowo – rekreacyjnych Podnosi poziom swojej sprawności fizycznej i motorycznej Jest koleżeński, zdyscyplinowany, przestrzega zasad BHP na zajęciach wychowania fizycznego Uczestniczy w zawodach sportowych na szczeblu szkolnym Prowadzi sportowy tryb życia Wykazuje się znajomością kroków tanecznych. W pełni opanował sposoby wykonania: W pełni opanował sposoby wykonania: - układu rytmiczno - tanecznego przy muzyce - układu ćwiczeń - aerobiku - ćwiczeń relaksacyjnych - układu tanecznego w grupie Ćwiczenia wykonuje w rytmie muzyki i uzyskuje dobre wyniki.	uczeń spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą jest zawsze przygotowany do lekcji i bierze aktywny udział we wszystkich lekcjach wychowania fizycznego w ciągu roku szkolnego Czynnie uczestniczy z zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych, sportowo – rekreacyjnych Systematycznie podnosi poziom swojej sprawności fizycznej i motorycznej Bierze czynny udział w organizacji imprez sportowo – rekreacyjnych w szkole Przejawia dbałość o własne ciało i zdrowie, dba o higienę osobistą Jest koleżeński, zdyscyplinowany. Podczas zajęć przestrzega zasad BHP, „fair play”, dba o bezpieczeństwo własne i innych Posiada dużą znajomość kroków tanecznych. Doskonale opanował sposoby wykonania: - układu rytmiczno - tanecznego przy muzyce - układu ćwiczeń - aerobiku - ćwiczeń relaksacyjnych - układu tanecznego w grupie Ćwiczenia wykonuje w rytmie muzyki i uzyskuje bardzo dobre wyniki.