

KLASA 5

Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który:

Postawa ucznia (zaangażowanie):

1. Wykazuje bardzo dużą aktywność i zaangażowanie na lekcjach.
2. Jest zawsze przygotowany do zajęć (posiada zawsze strój sportowy).
3. Wkłada bardzo dużo wysiłku w wykonywane zadania.
4. Powierzone zadania wykonuje sumiennie i starannie.
5. Systematycznie uczy się na zajęciach.
6. Wkłada bardzo dużo wysiłku w diagnozę rozwoju fizycznego i sprawności fizycznej poprzez aktywny udział w testach sprawnościowych.
7. Przestrzega zasad fair play na boisku i w życiu.
8. Chętnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych.
9. Jest zaangażowany w działalność sportową szkoły.
10. Chętnie reprezentuje szkołę w rozgrywkach sportowych.
11. Prezentuje postawę godną do naśladowania.
12. Zawsze przestrzega ustalonych zasad i regulaminów.
13. Troszczy się o bezpieczeństwo swoje i innych.
14. 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.
15. Jest kulturalnym kibicem, zawodnikiem i sędzią.

Umiejętności ruchowe:

1. 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, zagrywkę ze zmniejszonej odległości.
2. Podczas mini gier prezentuje wysoki poziom techniczny swoich umiejętności.
3. Technicznie bezbłędnie wykonuje przewrót w przód z marszu.
4. Technicznie bezbłędnie wykonuje przewrót w tył z przysiadu podpartego.
5. Prawidłowo technicznie wykonuje dowolny skok przez przyrząd (skrzynię, kozioł) z asekuracją.
6. Prawidłowo wykonuje technikę startu niskiego.
7. Technicznie i bezbłędnie wykonuje skok w dal z rozbiegu.
8. Technicznie prawidłowo wykonuje rzut małą piłką z rozbiegu.
9. Technicznie prawidłowo wykonuje bieg krótki ze startu niskiego.
10. Przeprowadza opracowany przez siebie fragment rozgrzewki.

Wiadomości:

1. Wymienia podstawowe przepisy wybranych sportowych i rekreacyjnych gier zespołowych.
2. Zna podstawowe zasady taktyki w obronie i ataku.
3. Definiuje i opisuje zasady rozgrzewki.
4. Zna zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych oraz zasady bezpiecznego przebywania nad wodą i w górach.
5. Zna regulamin obiektów sportowych.

Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który:

Postawa ucznia (zaangażowanie):

1. Na zajęciach jest aktywny i zaangażowany.
2. Jest przygotowany do zajęć (dopuszcza się trzykrotny brak stroju w półroczu).
3. Starannie i sumiennie wykonuje powierzone zadania.

	<ol style="list-style-type: none"> 4. Systematycznie uczęszcza na zajęcia. 5. Wkłada dużo wysiłku w diagnozę rozwoju fizycznego i sprawności fizycznej poprzez aktywny udział w testach sprawnościowych. 6. Przestrzega zasad fair play na boisku. 7. Dość regularnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych. 8. Jest zaangażowany w działalność sportową szkoły. 9. Jest koleżeński i kulturalny wobec innych. 10. Stara się przestrzegać ustalonych zasad i regulaminów. 11. Troszczy się o bezpieczeństwo swoje i innych. 12. 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. 13. Stara się być kulturalnym kibicem, zawodnikiem i sędzią. <p>Umiejętności ruchowe:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 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, zagrywkę ze zmniejszonej odległości. 2. Potrafi zastosować swoje umiejętności techniczne w mini grach. 3. Z niewielkimi błędami wykona przewrót w przód z marszu. 4. Z niewielkimi błędami technicznymi wykonuje przewrót w tył z przysiadu podpartego. 5. Z niewielkimi błędami technicznymi wykonuje dowolny skok przez przyrząd (skrzynię, kozioł) z asekuracją. 6. Prawidłowo wykonuje technikę startu niskiego. 7. Z niewielkimi błędami technicznymi wykonuje skok w dal z rozbiegu. 8. Technicznie prawidłowo wykonuje rzut małą piłką z rozbiegu. 9. Technicznie prawidłowo wykonuje bieg krótki ze startu niskiego. 10. Przeprowadza fragment rozgrzewki. <p>Wiadomości:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Wymienia podstawowe przepisy wybranych sportowych i rekreacyjnych gier zespołowych. 2. Zna niektóre zasady taktyki w obronie i ataku. 3. Opisuje własnymi słowami zasady rozgrzewki. 4. Zna zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych oraz zasady bezpiecznego przebywania nad wodą i w górach. 5. Zna regulamin obiektów sportowych.
<p>Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który:</p>	<p>Postawa ucznia (zaangażowanie):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Nie zawsze jest aktywny i zaangażowany na zajęciach. 2. Z reguły jest przygotowany do zajęć. 3. Dość często jest nieobecny na zajęciach. 4. Potrzebuje motywacji podczas wykonywania zadań ruchowych. 5. Potrzebuje motywacji do wykonania diagnozy rozwoju fizycznego i sprawności fizycznej (udział w testach sprawnościowych). 6. W zajęciach pozalekcyjnych uczestniczy nieregularnie. 7. Nie jest zaangażowany w działalność sportową szkoły. 8. Swoim zachowaniem nie budzi większych zastrzeżeń. 9. Czasami nie przestrzega ustalonych zasad i regulaminów. 10. Nie zawsze troszczy się o bezpieczeństwo swoje i innych.

	<p>11. Zdarzają mu się przypadki niestosowania zasad „czystej gry”: szacunku do rywala, respektowania przepisów gry, podporządkowania się decyzjom sędziego, właściwego zachowania się w sytuacji zwycięstwa i porażki, dziękowania za wspólną grę.</p> <p>12. Stara się być kulturalnym kibicem, zawodnikiem i sędzią.</p> <p>Umiejętności ruchowe:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. W miarę swoich możliwości 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, zagrywkę ze zmniejszonej odległości. 2. Na miarę możliwości stosuje swoje umiejętności w mini grach. 3. Stara się wykonać przewrót w przód z marszu. 4. Stara się wykonać przewrót w tył z przysiadu podpartego. 5. Stara się wykonać dowolny skok przez przyrząd (skrzynię, kozioł) z asekuracją. 6. W miarę prawidłowo technicznie wykonuje rzut małą piłką z rozbiegu. 7. Z pewnymi błędami technicznymi wykonuje skok w dal z rozbiegu. 8. Z pewnymi błędami wykonuje bieg krótki ze startu niskiego. 9. Na miarę swoich możliwości przeprowadza fragment rozgrzewki. <p>Wiadomości:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Wymienia pojedyncze przepisy wybranych sportowych i rekreacyjnych gier zespołowych. 2. Nie zna podstawowych zasad taktyki w obronie i ataku. 3. Opisuje własnymi słowami zasady rozgrzewki. 4. Zna ogólne zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych oraz zasady bezpiecznego przebywania nad wodą i w górach. 5. Zna regulamin obiektów sportowych.
<p>Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który:</p>	<p>Postawa ucznia (zaangażowanie):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Nie wykazuje szczególnej aktywności na zajęciach. 2. Bywa bardzo często nie przygotowany do zajęć. 3. Często jest nieobecny na zajęciach. 4. Powierzone zadania wykonuje niestarannie i niedbale. 5. Potrzebuje motywacji do wykonania diagnozy rozwoju fizycznego i sprawności fizycznej (udział w testach sprawnościowych). 6. Nie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych. 7. Nie jest zaangażowany w działalność sportową szkoły i nie szanuje sprzętu sportowego. 8. Wykazuje braki w zakresie wychowania społecznego. 9. Nie przestrzega ustalonych zasad i regulaminów. 10. Nie zawsze troszczy się o bezpieczeństwo swoje i innych. 11. Zdarzają mu się przypadki niestosowania zasad „czystej gry”: szacunku do rywala, respektowania przepisów gry, podporządkowania się decyzjom sędziego, właściwego zachowania się w sytuacji zwycięstwa i porażki, dziękowania za wspólną grę. 12. Nie stara się być kulturalnym kibicem, zawodnikiem i sędzią. <p>Umiejętności ruchowe:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Nie stara się wykonać czy zastosować 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

	<p>bramki w ruchu, odbicie piłki oburącz sposobem górnym i dolnym, zagrywkę ze zmniejszonej odległości.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Nie stosuje swoich umiejętności w mini grach. 3. Nie stara się wykonać przewrotu w przód z marszu. 4. Nie stara się wykonać przewrotu w tył z przysiadu podpartego. 5. Bez jakiegokolwiek zaangażowania wykonuje dowolny skok przez przyrząd (skrzynię, kozioł) z asekuracją. 6. Technikę startu niskiego wykonuje z licznymi błędami. 7. Z licznymi błędami wykonuje skok w dal z krótkiego rozbiegu. 8. Z licznymi błędami wykonuje rzut małą piłką z rozbiegu. 9. Z licznymi błędami wykonuje bieg krótki ze startu niskiego. 10. Nie przeprowadza rozgrzewki. <p>Wiadomości:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Wymienia pojedyncze przepisy gier sportowych. 2. Nie zna zasad taktyki w obronie i w ataku. 3. Nie potrafi opisać zasad rozgrzewki. 4. Zna pojedyncze zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych oraz zasad bezpiecznego przebywania nad wodą i w górach. 5. Słabo zna regulamin obiektów sportowych.
<p>Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który:</p>	<p>Postawa ucznia (zaangażowanie):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Na zajęciach nie wykazuje żadnej aktywności. 2. Regularnie jest nie przygotowany do zajęć. 3. Bardzo często opuszcza zajęcia. 4. Powierzone zadania wykonuje bardzo niestarannie, okazując lekceważący stosunek do tego co robi. 5. Okazuje lekceważący stosunek do diagnozy rozwoju fizycznego i sprawności fizycznej (udział w testach sprawnościowych). 6. Wykazuje bardzo duże braki w zakresie wychowania społecznego. 7. Nie przestrzega ustalonych zasad i regulaminów. 8. Bardzo często zdarzają mu się przypadki niestosowania zasad „czystej gry”: szacunku do rywala, respektowania przepisów gry, podporządkowania się decyzjom sędziego, właściwego zachowania się w sytuacji zwycięstwa i porażki, dziękowania za wspólną grę. 9. Zachowuje się niewłaściwie jako kibic, zawodnik i sędzia. <p>Umiejętności ruchowe:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Nie podejmuje żadnych prób opanowania nowych umiejętności ruchowych. 2. W czasie gry umyślnie stosuje błędną technikę. 3. Nie zależy mu na opanowaniu żadnych nowych umiejętności. <p>Wiadomości:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Nie zna regulaminów obowiązujących w szkole. 2. Nie udziela odpowiedzi na zadawane pytania. 3. Nie zależy mu na przyswojeniu nowych wiadomości. 4. Nie wymienia zasad bezpieczeństwa. 5. Nie zna regulaminu obiektów sportowych.
<p>Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który:</p>	<p>Postawa ucznia (zaangażowanie):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Na zajęciach nie wykonuje i nie chce wykonać żadnych powierzonych mu zadań. 2. Wykazuje skrajnie lekceważący stosunek do przedmiotu.

3. Nigdy nie jest przygotowany do zajęć.
4. Samowolnie i nagminnie opuszcza zajęcia.
5. Nie angażuje się w diagnozę rozwoju fizycznego i sprawności fizycznej (nie wykonuje testów sprawnościowych).
6. Nagminnie łamie zasady współżycia społecznego.
7. Stanowi zagrożenie dla innych.
8. Z premedytacją dezorganizuje pracę na zajęciach.

Umiejętności ruchowe:

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

Wiadomości:

1. Z uporem i premedytacją nie udziela odpowiedzi na żadne z zadawanych mu pytań.
2. Nie chce przyswoić żadnych wiadomości.
3. Lekceważy wszelkie próby nawiązania z nim rozmowy na omawiany temat.