

**OCENIANIE PRZEDMIOTOWE  
WYCHOWANIE FIZYCZNE  
ROK SZKOLNY  
2017/ 2018  
SP1**

### KLASA IV SEMESTR I

DZIAŁ	DZ	CHŁ	TEMAT SPRAWDZIANU	PRÓB	OCENA	UWAGI
PIŁKA KOSZY KOWA	*	*	Kozłowanie po prostej + zatrzymanie na 1 tempo	2	celujący- dopuszczaj.	ocenie podlega technika wykonania
	*	*	Kozłowanie po prostej + zatrzymanie na 2 tempa	2		
ROZ GRZEW KA	*	*	Przeprowadzenie rozgrzewki wg schematu	2	celujący - dopuszczający	
PIŁKA NOŻNA		*	Prowadzenie piłki po prostej zakończone strzałem na bramkę	2	celujący- dopuszczający	ocenie podlega technika wykonania
RYTM MUZYKA TANIEC	*		Układ ćwiczeń w rytm muzyki	1	celujący- dopuszczający	ocenie podlega dobór ćwiczeń do wybranego dowolnie utworu
GIMNASTYKA	*	*	Przewrót w przód z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego	2	celujący - dopuszczający	ocenie podlega technika wykonania
	*	*	Przewrót w tył z przysiadu podpartego do klęku prostego	2		
	*	*	Skoki na skakance	2		

### KLASA IV - SEMESTR II

ROZGRZEW KA	*	*	Przeprowadzenie rozgrzewki wg schematu	2	celujący - dopuszczający	
PIŁKA SIATKOWA	*	*	Odbicia piłki oburącz sposobem górnym	2	5 x - bdb 4 x - dobry 3 x - dostatecz 2 x i mniej- dopuszcz.	

	*	*	Odbicia piłki oburącz sposobem dolnym	2	5 x- bdb 4 x- dobry 3 x- dostate 2 x i mniej- dopuszcz.	
	*	*	Odbicia oburącz górne i dolne na przemian	2	10 x- celujący	-sprawdzian wykonuje uczeń który otrzymał dwie oceny bdb
	*	*	Zagrywka dolna lub górna z odległości 5m w pole o wymiarach 7 x7 m  w pole o wymiarach 9 x9 m	2	5x - celujący  5 x- bdb 4 x- dobry 3 x - dostatecz 2 -1x - dopuszcz.	
LEKKA ATLETYKA	*	*	Bieg na dystansie 60 m	2	według tabel	
	*	*	Bieg na dystansie 400 m	1/2	według tabel	
	*	*	Bieg sztafetowy	1	I miejsce-bdb II miejsce- +++ III miejsce - + według tabel	
	*	*	Rzut piłeczką palantową	2		

### KLASA V SEMESTR I

DZIAŁ	DZ.	CHŁ.	TEMAT SPRAWDZIANU	PRÓB	OCENA	UWAGI
LEKKA ATLE TYKA	*	*	Bieg na dystansie 60 m	2	celujący- dopuszczający	według tabel
	*	*	Bieg na dystansie 600 m	2		
	*	*	Rzut piłeczką palantową	2		
PIŁKA KO SZY KOWA	*	*	Kozłowanie piłki slalomem +zatrzymanie na 1 tempo	2	celujący- dopuszczający	ocenie podlega technika wykonania
	*	*	Kozłowanie piłki slalomem + zatrzymanie na 2 tempa	2		
	*	*	Kozłowanie po prostej+ dwutakt + rzut	2		
GIMNA STYKA	*	*	Przewrót w przód z postawy do postawy	2	celujący- dopuszczający	ocenie podlega technika wykonania
	*	*	Przewrót w tył z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego	2		
	*	*	Odbicie z odskoczni	2		
ROZ GRZEW KA	*	*	Przeprowadzenie rozgrzewki wg schematu	2	celujący - dopuszczający	

### KLASA V SEMESTR II

PIŁKA SIAT KOWA	*	*	Odbicia piłki oburącz sposobem górnym	2	10 x - bardzo dobry 8 x - dobry 6 x - dostateczny 4 x i mniej- dopuszcz. 10 x- bardzo dobry 8 x- dobry 6x- dostateczny 4 x i mniej- dopuszcz. 20 x- celujący	-sprawdzian wykonuje uczeń który otrzymał wcześniej dwie oceny bdb
	*	*	Odbicia piłki oburącz sposobem dolnym	2		
	*	*	Odbicia oburącz górne i dolne na przemian	2		
	*	*	Zagrywka dolna lub górna z odległości 6m w pole o wymiarach 7 x7 m	2		

PIŁKA NOŻNA		*	Prowadzenie piłki slalomem zakończone strzałem na bramkę	2	celujący - dopuszczający	ocenie podlega technika wykonania oraz celny strzał
RYTM MUZY KA,TA NIEC	*		Tworzenie małych układów tanecznych do wybranej muzyki	1	celujący- dopuszczający	ocenie podlega pomysłowość
LEKKA ATLE TYKA	*	*	Bieg na dystansie 60 m	2	według tabeli	
	*	*	Bieg na dystansie 600 m	2	według tabeli	
	*	*	Bieg sztafetowy	1	I miejsce-bdb II miejsce- +++ III miejsce - +	
	*	*	Rzut piłeczką palantową	2	Oceny według tabeli	
ROZ GRZEW KA	*	*	Przeprowadzenie rozgrzewki wg schematu	2	celujący - dopuszczający	

### KLASA VI SEMESTR I

LEKKA ATLE TYKA	*	*	Bieg na dystansie 60 m	2	według tabeli	
	*	*	Bieg na dystansie 600 m	1/2	według tabeli	2 bieg dla chętnych
	*	*	Bieg na dystansie 800 m	1/2	według tabeli	
	*	*	Rzut piłeczką palantową	2	według tabeli	
	*	*	Skok w dal	2	według tabeli	
PIŁKA KO SZY KOWA	*	*	Kozłowanie piłki slalomem +dwutakt +rzut	2	celujący - dopuszczający	ocenie podlega technika wykonania
	*	*	Kozłowanie piłki slalomem +zatrzymanie na 1 tempo + pivot+ rzut	2		
	*	*	Kozłowanie piłki slalomem + zatrzymanie na 2 tempa + pivot + rzut	2		
GIMNA STYKA	*	*	Odbicie z odskoczni + skok przez przeszkodę	2	celująca- dopuszczająca	Ocenie podlega technika wykonania
	*	*	Łączone przewroty w przód i tył	2		
	*	*	Proste piramidy dwójkowe	1	I m - bdb. II m - ++++ III m - +++ IV m - ++ V m - +	
ROZ GRZEW KA	*	*	Przeprowadzenie rozgrzewki wg schematu	2	celujący - dopuszczający	

## KLASA VI SEMESTR II

PIŁKA SIAT KOWA	*	*	Odbicia piłki oburącz sposobem górnym	2	15 x - bardzo dobry 12x - dobry 9x - dostateczny 6 x i mniej- dopuszcz.	DUŻA PIŁKA
	*	*	Odbicia piłki oburącz sposobem dolnym	2	15 x- bardzo dobry 12 x- dobry 9 x- dostateczny 6 x i mniej- dopuszcz.	DUŻA PIŁKA
	*		Odbicia oburącz górne i dolne na przemian	2	30 x- celujący	-sprawdzian wykonuje uczeń który otrzymał wcześniej dwie oceny bdb DUŻA PIŁKA
		*	Odbicia oburącz górne i dolne na przemian	2	36 x - celujący	
*	*	Zagrywka dolna lub górna z odległości 7 m w pole o wymiarach 7 x7 m	2	6x - celujący 5 x- bardzo dobry 4 x- dobry 3 x - dostateczny 2 -1x - dopuszcz.		
PIŁKA NOŻNA		*	Prowadzenie piłki slalomem +podanie + strzał na bramkę	2	celujący - dopuszczający	ocenie podlega technika wykonania oraz celność strzałów
RYTM MUZYKA, TANIEC	*		Przeprowadzenie ćwiczeń do wybranej przez siebie muzyki	1	celująca- dopuszczająca	Ocenie podlega pomysłowość

LEKKA ATLE TYKA	*	*	Bieg na dystansie 60 m	2	według tabeli	2 bieg dla chętnych
	*	*	Bieg na dystansie 600 m	1/2	według tabeli	
	*	*	Bieg na dystansie 800 m	1/2	według tabeli	
	*	*	Bieg sztafetowy	1	I miejsce - bdb. II miejsce - +++ III miejsce - +	
	*	*	Rzut piłeczką palantową	2	według tabeli	
	*	*	Skok w dal	2	według tabeli	
ROZ GRZEW KA	*	*	Przeprowadzenie rozgrzewki wg schematu	2	celujący- dopuszczający	

### KLASA VII SEMESTR I

LEKKA ATLE TYKA	*	*	Bieg na dystansie 60 m	2	według tabeli	2 bieg dla chętnych
	*	*	Bieg na dystansie 800 m	1/2	według tabeli	
	*	*	Bieg na dystansie 1000 m	1/2	według tabeli	
	*	*	Rzut piłeczką palantową	2	według tabeli	
	*	*	Skok w dal	2	według tabeli	
PIŁKA KO SZY KOWA	*	*	Kozłowanie piłki slalomem +dwutakt +rzut	2	celujący - dopuszczający	ocenie podlega technika wykonania oraz celność rzutów do kosza
	*	*	Kozłowanie piłki slalomem +zatrzymanie na 1 tempo + pivot+ rzut+	2		
			kozłowanie piłki slalomem + zatrzymanie na 2 tempa + pivot + rzut			
GIMNA STYKA	*	*	Odbicie z odskoczni + skok kuczny przez skrzynię	2	celująca- dopuszczająca	Ocenie podlega technika wykonania
	*	*	Przewrót w przód z naskoku+ przewrót w tył przez siad o NN prostych+ waga	2		
	*	*	Proste piramidy dwójkowe	1		
ROZ GRZEW KA	*	*	Przeprowadzenie rozgrzewki wg schematu	2	celujący - dopuszczający	

**KLASA VII SEMESTR II**

<b>KLASA VII SEMESTR II</b>						
PIŁKA SIATKOWA	*	*	Odbicia piłki oburącz sposobem górnym	2	18 x - bardzo dobry 15 x - dobry 12 x - dostateczny 9 x i mniej- dopuszcz.	DUŻA PIŁKA
	*	*	Odbicia piłki oburącz sposobem dolnym	2	18 x- bardzo dobry 15 x- dobry 12 x- dostateczny 9 x i mniej- dopuszcz.	DUŻA PIŁKA
	*	*	Odbicia oburącz górne i dolne na przemian	2	36 x- celujący	-sprawdzian wykonuje uczeń który otrzymał wcześniej dwie oceny bdb
	*	*	Zagrywka dolna lub górna z odległości 9 m w pole o wymiarach 9 x 9 m	2	6x - celujący 5 x- bardzo dobry 4 x- dobry 3 x - dostateczny 2 -1x - dopuszcz.	DUŻA PIŁKA
PIŁKA NOŻNA		*	Zwód pojedynczy + prowadzenie piłki slalomem +podanie + strzał na bramkę	2	celujący - dopuszczający	ocenie podlega technika wykonania oraz celność strzałów
RYTM MUZYKA, TANIEC	*		Przeprowadzenie ćwiczeń do wybranej przez siebie muzyki	1	celująca- dopuszczająca	Ocenie podlega pomysłowość



LEKKA ATLE TYKA	*	*	Bieg na dystansie 60 m	2	według tabeli	2 bieg dla chętnych
	*		Bieg na dystansie 800 m	1/2	według tabeli	
		*	Bieg na dystansie 1000 m	1/2	według tabeli	
	*	*	Rzut piłeczką palantową	2	według tabeli	
	*	*	Skok w dal	2	według tabeli	
	*	*	Bieg sztafetowy	1	I miejsce - bdb. II miejsce - +++ III miejsce - +	
ROZ GRZEW KA	*	*	Przeprowadzenie rozgrzewki wg schematu	2	celujący- dopuszczający	

### ELEMENTY DODATKOWE –

wpływające na ocenę z w f dotyczące wszystkich uczniów **KL. IV- VII**

**1.STRÓJ** – gdy uczeń zawsze posiada strój – ocena częściowa w semestrze:

celujący

- |                                 |   |
|---------------------------------|---|
| - 1 raz brak stroju w półroczu  | - oceny częściowej nie ma   |
| - 2 razy brak stroju w półroczu | - oceny częściowej nie ma   |
| - 3 razy brak stroju w półroczu | - ocena częściowa <span style="color: red;">niedostateczny</span> |
| - kolejne 3 braki stroju        | - ocena częściowa <span style="color: red;">niedostateczny</span> |

### **2. PLUSY I MINUSY (+, -)**

„+”

„ - ”

- |                        |  |
|------------------------|--|
| - aktywność na lekcji  | - brak aktywności(niedbale wykonywane ćwiczenia) |
| - wiadomości           | - wulgarne słownictwo                            |
| - materiały na gazetkę | - żucie gumy                                     |

- wykonanie gazetki
  - porządkowanie sprzętu sportowego
  - konkursy sprawnościowe
  - współzawodnictwo
  - sędziowanie
  - 5x (+) – ocena cząstkowa
  - 5x (-) - ocena cząstkowa
- jedzenie i picie na lekcji
  - brudne obuwie zmienne
  - nie przestrzeganie zasad bhp
  - łańcuszki, zegarki
  - naruszanie obowiązujących regulaminów
  - **bardzo dobry**
  - **niedostateczny**

### **3. ZAWODY**

- za udział w zawodach sportowych ocena - **bardzo dobry**
- za zajęcie od 1 do 6 miejsca indywidualnie w zawodach miejskich  
ocena - **celujący**
- za zajęcie od 1 do 3 miejsca w zawodach drużynowych na szczeblu miejskim  
ocena - **celujący**
- za udział w zawodach na szczeblu wojewódzkim kolejna  
ocena - **celujący**

**4. POPRAWA OCEN** – w wyniku poprawy sprawdzianu wpisuje się lepszą z uzyskanych ocen

### **5. WSZYSTKIE OCENY MAJĄ WAGĘ 1.**

### **6. OCENA SEMESTRALNA I ROCZNA**

**Pod uwagę bierze się poszczególne oceny cząstkowe ze sprawdzianów, oraz elementów dodatkowych wpływających na ocenę (strój, plusy, minusy, aktywność ,zawody itp.**

## WYMAGANIA EDUKACYJNE NIEZBĘDNE DO UZYSKANIA ŚRÓDROCZNYCH I ROCZNYCH OCEN KLASYFIKACYJNYCH Z WF

### CELUJĄCY

- Uczeń spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą
- Aktywnie uczestniczy w życiu sportowym na terenie szkoły bądź też w innych formach działalności związanych z wychowaniem fizycznym
- Zajmuje punktowane miejsca w zawodach ogólnopolskich, wojewódzkich, i zajmuje czołowe miejsca w zawodach miejskich lub rejonowych
- Jest wzorem do naśladowania

### BARDZO DOBRY

- Uczeń jest bardzo sprawny fizycznie
- Ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie.
- Posiada duże wiadomości w zakresie kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu.
- Systematycznie doskonali swoją sprawność

### DOBRY

- Uczeń wykazuje się dobrą sprawnością motoryczną.
- Ćwiczenia wykonuje prawidłowo, lecz nie dość dokładnie z małymi błędami technicznymi.
- Posiadane wiadomości potrafi wykorzystać w praktyce przy pomocy nauczyciela.
- Nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnieniem, wykazuje stałe i dość dobre postępy w tym zakresie.
- Jego postawa społeczna i stosunek do kultury fizycznej nie budzi większych zastrzeżeń

### DOSTATECZNY

- Uczeń dysponuje przeciętną sprawnością motoryczną.
- Ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie i z większymi błędami technicznymi.
- Wykazuje małe postępy w usprawnieniu motorycznym.
- Przejawia pewne braki w zakresie wychowania społecznego, w postawie i w stosunku do kultury fizycznej

## DOPUSZCZAJĄCY

- Uczeń jest mało sprawny fizycznie.
- Ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi.
- Posiada małe wiadomości z zakresu kultury fizycznej, nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną.
- Nie jest pilny i wykazuje bardzo małe postępy w usprawnieniu.
- Na zajęciach wychowania fizycznego przejawia poważne braki w zakresie wychowania społecznego, ma niechętny stosunek do ćwiczeń.