

Wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego dla klas IV-VIII

Klasa IV

Ocena	
celująca	1.Rozpoznaje wybrane zdolności motoryczne człowieka; 2.rozróżnia pojęcie tętna spoczynkowego i powysiłkowego; 3.wymienia cechy prawidłowej postawy ciała; 4.dokonuje pomiarów wysokości i masy ciała oraz z pomocą nauczyciela interpretuje wyniki 5.mierzy tętno przed i po wysiłku oraz z pomocą nauczyciela interpretuje wyniki; 6.wykonuje próbę siły mięśni brzucha oraz gibkości kręgosłupa; 7.demonstruje po jednym ćwiczeniu kształtującym wybrane zdolności motoryczne; 8.wykonuje ćwiczenia wspomagające utrzymywanie prawidłowej postawy ciała; 9.opisuje sposób wykonywania poznawanych umiejętności ruchowych; 10.opisuje zasady wybranej regionalnej zabawy lub gry ruchowej; 11.rozróżnia pojęcia technika i taktyka; 12.wykonuje i stosuje w grze: kozłowanie piłki w miejscu i ruchu, prowadzenie piłki nogą, podanie piłki oburącz i jednorącz, rzut piłki do kosza z miejsca, rzut i strzał piłki do bramki z miejsca, odbicie piłki oburącz sposobem górnym; 13.wymienia miejsca, obiekty i urządzenia w najbliższej okolicy, które można wykorzystać do aktywności fizycznej; 14.uczestniczy w minigrach; 15.organizuje w gronie rówieśników wybraną zabawę lub grę ruchową, stosując przepisy w formie uproszczonej; 16.uczestniczy w wybranej regionalnej zabawie lub grze ruchowej; 17.wykonuje przewrót w przód z różnych pozycji wyjściowych; 18.wykonuje dowolny układ gimnastyczny lub taneczny w oparciu o własną ekspresję ruchową; 19.wykonuje bieg krótki ze startu wysokiego; 20.wykonuje marszobieg w terenie; 21.wykonuje rzut z miejsca i z krótkiego rozbiegu lekkim przyborem; 22.wykonuje skok w dal z miejsca i z krótkiego rozbiegu. 23.zna regulamin sali gimnastycznej i boiska sportowego; 24.opisuje zasady bezpiecznego poruszania się po boisku; 25.wymienia osoby, do których należy zwrócić się o pomoc w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia; 26.respektuje zasady bezpiecznego zachowania się podczas zajęć ruchowych; 27.wybiera bezpieczne miejsce do zabaw i gier ruchowych; 28.posługuje się przyborami sportowymi zgodnie z ich przeznaczeniem; 29.wykonuje elementy samoochrony przy upadku, zeskoku; 30.opisuje piramidę żywienia i aktywności fizycznej;

	31.opisuje zasady zdrowego odżywiania; 32.opisuje zasady doboru stroju do warunków atmosferycznych w trakcie zajęć ruchowych; 33.przestrzega zasad higieny osobistej i czystości odzieży; 34.przyjmuje prawidłową postawę ciała w różnych sytuacjach.
bardzo dobra	1.Wymienia cechy prawidłowej postawy ciała. 2.dokonuje pomiarów wysokości i masy ciała oraz z pomocą nauczyciela interpretuje wyniki; 3.mierzy tętno przed i po wysiłku oraz z pomocą nauczyciela interpretuje wyniki; 4.demonstruje po jednym ćwiczeniu kształtującym wybrane zdolności motoryczne 5.opisuje sposób wykonywania poznawanych umiejętności ruchowych; 6.opisuje zasady wybranej regionalnej zabawy lub gry ruchowej; 7.rozróżnia pojęcia technika i taktyka; 8.organizuje w gronie rówieśników wybraną zabawę lub grę ruchową, stosując przepisy w formie uproszczonej; 9.uczestniczy w wybranej regionalnej zabawie lub grze ruchowej; 10.wykonuje przewrót w przód z różnych pozycji wyjściowych; 11.wykonuje dowolny układ gimnastyczny lub taneczny w oparciu o własną ekspresję ruchową; 12.wykonuje bieg krótki ze startu wysokiego; 13.wykonuje marszobiegi w terenie; 14.opisuje jakie znaczenie ma aktywność fizyczna dla zdrowia; 15.opisuje piramidę żywienia i aktywności fizycznej; 14.opisuje zasady zdrowego odżywiania; 16.opisuje zasady doboru stroju do warunków atmosferycznych w trakcie zajęć ruchowych; 17.przestrzega zasad higieny osobistej i czystości odzieży. 18.wyjaśnia co symbolizują flaga i znicz olimpijski, rozróżnia pojęcia olimpiada i igrzyska olimpijskie;
dobra	1.Wymienia cechy prawidłowej postawy ciała; 2.dokonuje pomiarów wysokości i masy ciała oraz z pomocą nauczyciela interpretuje wyniki; 3.mierzy tętno przed i po wysiłku oraz z pomocą nauczyciela interpretuje wyniki; 4.opisuje sposób wykonywania poznawanych umiejętności ruchowych; 5.opisuje zasady wybranej regionalnej zabawy lub gry ruchowej; 6.rozróżnia pojęcia technika i taktyka; 7.wyjaśnia co symbolizują flaga i znicz olimpijski, rozróżnia pojęcia olimpiada i igrzyska olimpijskie; 8.organizuje w gronie rówieśników wybraną zabawę lub grę ruchową, stosując przepisy w formie uproszczonej; 9.uczestniczy w wybranej regionalnej zabawie lub grze ruchowej; 10.wykonuje przewrót w przód z różnych pozycji wyjściowych;

	11.wykonuje dowolny układ gimnastyczny lub taneczny w oparciu o własną ekspresję ruchową; 12.opisuje jakie znaczenie ma aktywność fizyczna dla zdrowia; 13.opisuje piramidę żywienia i aktywności fizycznej; 14.opisuje zasady zdrowego odżywiania; 15.opisuje zasady doboru stroju do warunków atmosferycznych w trakcie zajęć ruchowych; 16.przestrzega zasad higieny osobistej i czystości odzieży.
dostateczna	1.Rozpoznaje wybrane zdolności motoryczne człowieka; 2.rozróżnia pojęcie tętna spoczynkowego i powysiłkowego; 3.wykonuje próbę siły mięśni brzucha oraz gibkości kręgosłupa; 4.demonstruje po jednym ćwiczeniu kształtującym wybrane zdolności motoryczne; 5.wykonuje ćwiczenia wspomagające utrzymywanie prawidłowej postawy ciała; 6.wymienia miejsca, obiekty i urządzenia w najbliższej okolicy, które można wykorzystać do aktywności fizycznej; 7.wykonuje i stosuje w grze: kozłowanie piłki w miejscu i ruchu, prowadzenie piłki nogą, podanie piłki oburącz i jednorącz, rzut piłki do kosza z miejsca, rzut i strzał piłki do bramki z miejsca, odbicie piłki oburącz sposobem górnym; 8.uczestniczy w minigrach; 9.wykonuje w marszobiegi w terenie; 10. wykonuje bieg krótki ze startu wysokiego; 11.wykonuje rzut z miejsca i z krótkiego rozbiegu lekkim przyborem; 12.wykonuje skok w dal z miejsca i z krótkiego rozbiegu; 13.zna regulamin sali gimnastycznej i boiska sportowego; 14.opisuje zasady bezpiecznego poruszania się po boisku; 15.wybiera bezpieczne miejsce do zabaw i gier ruchowych; 16.posługuje się przyborami sportowymi zgodnie z ich przeznaczeniem;
dopuszczająca	1.Rozpoznaje wybrane zdolności motoryczne człowieka; 2.rozróżnia pojęcie tętna spoczynkowego i powysiłkowego; 3.wykonuje próbę siły mięśni brzucha oraz gibkości kręgosłupa; 4.demonstruje po jednym ćwiczeniu kształtującym wybrane zdolności motoryczne; 5.wykonuje ćwiczenia wspomagające utrzymywanie prawidłowej postawy ciała; 6.wymienia miejsca, obiekty i urządzenia w najbliższej okolicy, które można wykorzystać do aktywności fizycznej; 7.wykonuje i stosuje w grze: kozłowanie piłki w miejscu i ruchu, prowadzenie piłki nogą, podanie piłki oburącz i jednorącz, rzut piłki do kosza z miejsca, rzut i strzał piłki do bramki z miejsca, odbicie piłki oburącz sposobem górnym;

	8.uczestniczy w minigrach; 9.wykonuje bieg krótki ze startu wysokiego; 10.wykonuje marszobiegi w terenie; 11.wykonuje rzut z miejsca i z krótkiego rozbiegu lekkim przyborem; 12.wykonuje skok w dal z miejsca i z krótkiego rozbiegu; 13 zna regulamin sali gimnastycznej i boiska sportowego; 14.opisuje zasady bezpiecznego poruszania się po boisku;
--	--

Klasa V

Ocena celująca	1.opisuje zasady wybranej gry rekreacyjnej pochodzącej z innego kraju europejskiego; 2.wymienia kryteria oceny wytrzymałości w odniesieniu do wybranej próby testowej (np. test Coopera); 3. wymienia kryteria oceny siły i gibkości w odniesieniu do wybranej próby testowej (np. siły mięśni brzucha, gibkości dolnego odcinka kręgosłupa); 4. wskazuje grupy mięśniowe odpowiedzialne za prawidłową postawę ciała; 5.wykonuje próby sprawnościowe pozwalające ocenić wytrzymałość tlenową, siłę i gibkość oraz z pomocą nauczyciela interpretuje uzyskane wyniki; 6. demonstruje ćwiczenia wzmacniające mięśnie posturalne i ćwiczenia gibkościowe, indywidualnie i z partnerem; 7.demonstruje ćwiczenia rozwijające zdolności koordynacyjne wykonywane indywidualnie i z partnerem; 8.wymienia podstawowe przepisy wybranych sportowych i rekreacyjnych gier zespołowych; 9.opisuje podstawowe zasady taktyki obrony i ataku w wybranych grach zespołowych; 10.wymienia rekomendacje aktywności fizycznej dla swojego wieku (np. Światowej Organizacji Zdrowia i Unii Europejskiej); 11.definiuje pojęcie rozgrzewki i opisuje jej zasady; 12.rozumie i opisuje ideę starożytnego i nowożytnego ruchu olimpijskiego; 13.wykonuje i stosuje w grze: kozłowanie piłki w ruchu ze zmianą tempa i kierunku, prowadzenie piłki nogą ze zmianą tempa i kierunku, podanie piłki oburącz i jednorącz w ruchu, rzut piłki do kosza z biegu 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; 14.uczestniczy w minigrach oraz grach szkolnych i uproszczonych; 15.uczestniczy w grze rekreacyjnej pochodzącej z innego kraju europejskiego; 16.organizuje w gronie rówieśników wybraną grę sportową lub rekreacyjną;
-------------------	--

	17.wykonuje proste kroki i figury tańców regionalnych i nowoczesnych; 18.wybiera i pokonuje trasę biegu terenowego; 19.wykonuje bieg krótki ze startu niskiego; 20.wykonuje rzut małą piłką z rozbiegu; 21.wykonuje skok w dal po rozbiegu oraz skoki przez przeszkody; 22..przeprowadza fragment rozgrzewki; 23.omawia sposoby postępowania w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia; 24.wymienia zasady bezpiecznego korzystania ze sprzętu sportowego; 25.omawia zasady bezpiecznego zachowania się nad wodą i w górach w różnych porach roku; 26.stosuje zasady asekuracji podczas zajęć ruchowych; 27.wyjaśnia pojęcie zdrowia; 28.wymienia zasady i metody hartowania organizmu; 29.omawia sposoby ochrony przed nadmiernym nasłonecznieniem i niską temperaturą; 30.omawia zasady aktywnego wypoczynku zgodne z rekomendacjami aktywności fizycznej dla swojego wieku; 31.wykonuje ćwiczenia kształtujące nawyk prawidłowej postawy ciała w postawie stojącej, siedzącej i leżeniu oraz w czasie wykonywania różnych codziennych czynności;u (np. WHO lub UE); 32.wykonuje ćwiczenia oddechowe i inne o charakterze relaksacyjnym; 33.podejmuje aktywność fizyczną w różnych warunkach atmosferycznych
bardzo dobra	1.wymienia podstawowe przepisy wybranych sportowych i rekreacyjnych gier zespołowych; 2.opisuje zasady wybranej gry rekreacyjnej pochodzącej z innego kraju europejskiego; 3.wymienia rekomendacje aktywności fizycznej dla swojego wieku (np. Światowej Organizacji Zdrowia lub Unii Europejskiej); 4.rozumie i opisuje ideę starożytnego i nowożytnego ruchu olimpijskiego; 5.uczestniczy w minigrach oraz grach szkolnych i uproszczonych; 6.uczestniczy w grze rekreacyjnej pochodzącej z innego kraju europejskiego; 7.organizuje w gronie rówieśników wybraną grę sportową lub rekreacyjną; 8.wykonuje przewrót w przód z marszu oraz przewrót w tył; 9.wykonuje wybrane inne ćwiczenie zwinnościowo-akrobatyczne (np. stanie na rękach lub na głowie z asekuracją, przerzut bokiem); 10.wykonuje układ ćwiczeń zwinnościowo-akrobatycznych z przyborem lub bez; 11.wykonuje dowolny skok przez przyrząd z asekuracją; 12.wykonuje proste kroki i figury tańców regionalnych i nowoczesnych; 13.wybiera i pokonuje trasę biegu terenowego; 14./wykonuje ćwiczenia kształtujące nawyk prawidłowej postawy ciała w postawie stojącej, siedzącej i leżeniu oraz w czasie wykonywania różnych codziennych czynności; (np. WHO lub UE); 15.opisuje pozytywne mierniki zdrowia; 16.omawia zasady aktywnego wypoczynku zgodne z rekomendacjami aktywności fizycznej dla swojego wieku (np. WHO lub UE);

	17.podejmuje aktywność fizyczną w różnych warunkach atmosferycznych
dobra	1.wymienia podstawowe przepisy wybranych sportowych i rekreacyjnych gier zespołowych; 2.opisuje zasady wybranej gry rekreacyjnej pochodzącej z innego kraju europejskiego; 3.wymienia rekomendacje aktywności fizycznej dla swojego wieku (np. Światowej Organizacji Zdrowia lub Unii Europejskiej); 4.rozumie i opisuje ideę starożytnego i nowożytnego ruchu olimpijskiego; 5.uczestniczy w minigrach oraz grach szkolnych i uproszczonych; 6.uczestniczy w grze rekreacyjnej pochodzącej z innego kraju europejskiego; 7.organizuje w gronie rówieśników wybraną grę sportową lub rekreacyjną; 8.wykonuje przewrót w przód z marszu oraz przewrót w tył; 9.wykonuje wybrane inne ćwiczenie zwinnościowo-akrobatyczne (np. stanie na rękach lub na głowie z asekuracją, przerzut bokiem); 10.wykonuje układ ćwiczeń zwinnościowo-akrobatycznych z przyborem lub bez 11.wykonuje dowolny skok przez przyrząd z asekuracją; 12.wykonuje proste kroki i figury tańców regionalnych i nowoczesnych; 13.wybiera i pokonuje trasę biegu terenowego; 14.omawia zasady aktywnego wypoczynku zgodne z rekomendacjami aktywności fizycznej dla swojego wieku (np. WHO lub UE); 15.podejmuje aktywność fizyczną w różnych warunkach atmosferycznych
dostateczna	1.wymienia kryteria oceny wytrzymałości w odniesieniu do wybranej próby testowej (np. test Coopera); 2.wymienia kryteria oceny siły i gibkości w odniesieniu do wybranej próby testowej (np. siły mięśni brzucha, gibkości dolnego odcinka kręgosłupa); 3.wskazuje grupy mięśniowe odpowiedzialne za prawidłową postawę ciała. 4.wykonuje próby sprawnościowe pozwalające ocenić wytrzymałość tlenową, siłę i gibkość oraz z pomocą nauczyciela interpretuje uzyskane wyniki 5.demonstruje ćwiczenia rozwijające zdolności koordynacyjne wykonywane indywidualnie i z partnerem. 6.definiuje pojęcie rozgrzewki i opisuje jej zasady; 7.wykonuje i stosuje w grze: kozłowanie piłki w ruchu ze zmianą tempa i kierunku, prowadzenie piłki nogą ze zmianą tempa i kierunku, podanie piłki oburącz i jednorącz w ruchu, rzut piłki do kosza z biegu po kozłowaniu (dwutakt), 8.uczestniczy w minigrach oraz grach szkolnych i uproszczonych; 9.wykonuje bieg krótki ze startu niskiego; 10.wykonuje rzut małą piłką z rozbiegu; 11. wykonuje skok w dal po rozbiegu oraz skoki przez przeszkody; 12.przeprowadza fragment rozgrzewki.

dopuszczająca	1.wykonuje próby sprawnościowe pozwalające ocenić wytrzymałość tlenową, siłę i gibkość oraz z pomocą nauczyciela interpretuje uzyskane wyniki 2.wykonuje i stosuje w grze: kozłowanie piłki w ruchu ze zmianą tempa i kierunku, prowadzenie piłki nogą ze zmianą tempa i kierunku, podanie piłki oburącz i jednorącz w ruchu, rzut piłki do kosza z biegu 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; 3.uczestniczy w minigrach oraz grach szkolnych i uproszczonych; 4.wykonuje bieg krótki ze startu niskiego; 5.wykonuje rzut małą piłką z rozbiegu; 6.wykonuje skok w dal po rozbiegu oraz skoki przez przeszkody; 7.omawia zasady bezpiecznego zachowania się nad wodą i w górach w różnych porach roku 8.stosuje zasady asekuracji podczas zajęć ruchowych
---------------	---

Klasa VI

Ocena	
celująca	1.wymienia kryteria oceny wytrzymałości w odniesieniu do wybranej próby testowej (np. test Coopera); 2.wymienia kryteria oceny siły i gibkości w odniesieniu do wybranej próby testowej (np. siły mięśni brzucha, gibkości dolnego odcinka kręgosłupa); 3.wskazuje grupy mięśniowe odpowiedzialne za prawidłową postawę ciała; 4.demonstruje ćwiczenia wzmacniające mięśnie posturalne i ćwiczenia gibkościowe, indywidualne i z partnerem; 5.demonstruje ćwiczenia rozwijające zdolności koordynacyjne wykonywane indywidualnie i z partnerem. 6.wymienia podstawowe przepisy wybranych sportowych i rekreacyjnych gier zespołowych; 7.opisuje zasady wybranej gry rekreacyjnej pochodzącej z innego kraju europejskiego; 8.wymienia rekomendacje aktywności fizycznej dla swojego wieku (np. Światowej Organizacji Zdrowia lub Unii Europejskiej); 9.definiuje pojęcie rozgrzewki i opisuje jej zasady; 10.wymienia podstawowe przepisy wybranych sportowych i rekreacyjnych gier zespołowych; 11.opisuje zasady wybranej gry rekreacyjnej pochodzącej z innego kraju europejskiego; 12.wymienia rekomendacje aktywności fizycznej dla swojego wieku (np. Światowej Organizacji Zdrowia lub Unii Europejskiej); 13.definiuje pojęcie rozgrzewki i opisuje jej zasady;

	14.uczestniczy w minigrach oraz grach szkolnych i uproszczonych; uczestniczy w grze rekreacyjnej pochodzącej z innego kraju europejskiego; 15.organizuje w gronie rówieśników wybraną grę sportową lub rekreacyjną; 16.wykonuje przewrót w przód z marszu oraz przewrót w tył; 17.wykonuje wybrane inne ćwiczenie zwinnościowo-akrobatyczne (np. stanie na rękach lub na głowie z asekuracją, przerzut bokiem); 18.wykonuje układ ćwiczeń zwinnościowo-akrobatycznych z przyborem lub bez; 19.wykonuje dowolny skok przez przyrząd z asekuracją; 20.wykonuje proste kroki i figury tańców regionalnych i nowoczesnych; 21.wybiera i pokonuje trasę biegu terenowego; 22.wykonuje bieg krótki ze startu niskiego; 23.wykonuje rzut małą piłką z rozbiegu; 24.przeprowadza fragment rozgrzewki. 25.omawia sposoby postępowania w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia; 26.wymienia zasady bezpiecznego korzystania ze sprzętu sportowego; 27.opisuje pozytywne mierniki zdrowia; 28.wymienia zasady i metody hartowania organizmu; .omawia sposoby ochrony przed nadmiernym nasłonecznieniem i niską temperaturą; 29.omawia zasady aktywnego wypoczynku zgodne z rekomendacjami aktywności fizycznej dla swojego wieku (np. WHO lub UE).
bardzo dobra	1.opisuje zasady wybranej gry rekreacyjnej pochodzącej z innego kraju europejskiego; 2.wymienia rekomendacje aktywności fizycznej dla swojego wieku (np. Światowej Organizacji Zdrowia lub Unii Europejskiej); 3.uczestniczy w minigrach oraz grach szkolnych i uproszczonych; 4.uczestniczy w grze rekreacyjnej pochodzącej z innego kraju europejskiego; 5.organizuje w gronie rówieśników wybraną grę sportową lub rekreacyjną 6.wykonuje przewrót w przód z marszu oraz przewrót w tył 7.wykonuje wybrane inne ćwiczenie zwinnościowo-akrobatyczne (np. stanie na rękach lub na głowie z asekuracją, przerzut bokiem); 8.wykonuje układ ćwiczeń zwinnościowo-akrobatycznych z przyborem lub bez; 9.wykonuje dowolny skok przez przyrząd z asekuracją; 10.wykonuje proste kroki i figury tańców regionalnych i nowoczesnych; 11.wybiera i pokonuje trasę biegu terenowego; 12.opisuje pozytywne mierniki zdrowia; 13.omawia zasady aktywnego wypoczynku zgodne z rekomendacjami aktywności fizycznej dla swojego wieku (np. WHO lub UE); 14.podejmuje aktywność fizyczną w różnych warunkach atmosferycznych. 15. wymienia rekomendacje aktywności fizycznej dla swojego wieku (np. Światowej Organizacji Zdrowia lub Unii Europejskiej 16. opisuje zasady wybranej gry rekreacyjnej pochodzącej z innego kraju europejskiego; 17. demonstruje ćwiczenia rozwijające zdolności koordynacyjne wykonywane indywidualnie i z partnerem.

	18. wymienia podstawowe przepisy wybranych sportowych i rekreacyjnych gier zespołowych; 19. wykonuje proste kroki i figury tańców regionalnych i nowoczesnych 20. omawia zasady aktywnego wypoczynku zgodne z rekomendacjami aktywności fizycznej dla swojego wieku (np. WHO lub UE).
dobra	1.wymienia podstawowe przepisy wybranych sportowych i rekreacyjnych gier zespołowych; 2.opisuje zasady wybranej gry rekreacyjnej pochodzącej z innego kraju europejskiego; 3.wymienia rekomendacje aktywności fizycznej dla swojego wieku (np. Światowej Organizacji Zdrowia lub Unii Europejskiej); 4.uczestniczy w minigrach oraz grach szkolnych i uproszczonych; 5. uczestniczy w grze rekreacyjnej pochodzącej z innego kraju europejskiego; 6. organizuje w gronie rówieśników wybraną grę sportową lub rekreacyjną; 7. wykonuje wybrane inne ćwiczenie zwinnościowo-akrobatyczne (np. stanie na rękach lub na głowie z asekuracją, przerzut bokiem); 8.wykonuje układ ćwiczeń zwinnościowo-akrobatycznych z przyborem lub bez; 9.wykonuje dowolny skok przez przyrząd z asekuracją; 10.wykonuje proste kroki i figury tańców regionalnych i nowoczesnych; 11.omawia zasady aktywnego wypoczynku zgodne z rekomendacjami aktywności fizycznej dla swojego wieku; 12.podejmuje aktywność fizyczną w różnych warunkach atmosferycznych. WHO lub UE). 13. uczestniczy w grze rekreacyjnej pochodzącej z innego kraju europejskiego; 14.organizuje w gronie rówieśników wybraną grę sportową lub rekreacyjną; 15.wykonuje przewrót w przód z marszu oraz przewrót w tył; 16.wykonuje wybrane inne ćwiczenie zwinnościowo-akrobatyczne (np. stanie na rękach lub na głowie z asekuracją, przerzut bokiem); 17.wykonuje układ ćwiczeń zwinnościowo-akrobatycznych z przyborem lub bez; 18.wykonuje dowolny skok przez przyrząd z asekuracją; 10.wykonuje bieg krótki ze startu niskiego; 20.wykonuje rzut małą piłką z rozbiegu.
dostateczna	1.wymienia kryteria oceny wytrzymałości w odniesieniu do wybranej próby testowej (np. test Coopera); 2.wymienia kryteria oceny siły i gibkości w odniesieniu do wybranej próby testowej (np. siły mięśni brzucha, gibkości dolnego odcinka kręgosłupa); 3.demonstruje ćwiczenia wzmacniające mięśnie posturalne i ćwiczenia gibkościowe, indywidualne i z partnerem; grupy mięśniowe odpowiedzialne za prawidłową postawę ciała;

	4.demonstruje ćwiczenia rozwijające zdolności koordynacyjne wykonywane indywidualnie i z partnerem; 5.definiuje pojęcie rozgrzewki i opisuje jej zasady; 6.uczestniczy w minigrach oraz grach szkolnych i uproszczonych; 7.wykonuje bieg krótki ze startu niskiego; 8.wykonuje rzut małą piłką z rozbiegu; 9.przeprowadza fragment rozgrzewki; 10.omawia sposoby postępowania w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia; 11.wymienia zasady bezpiecznego korzystania ze sprzętu sportowego; 12.omawia zasady bezpiecznego zachowania się nad wodą i w górach w różnych porach roku; 13.stosuje zasady asekuracji podczas zajęć ruchowych; 14. wymienia zasady i metody hartowania organizmu; 15 omawia sposoby ochrony przed nadmiernym nasłonecznieniem i niską temperaturą; 16.wykonuje ćwiczenia kształtujące nawyk prawidłowej postawy ciała w postawie stojącej, siedzącej i leżeniu oraz w czasie wykonywania różnych codziennych czynności; 17.wykonuje ćwiczenia oddechowe i inne o charakterze relaksacyjnym
dopuszczająca	1.wymienia kryteria oceny wytrzymałości w odniesieniu do wybranej próby testowej (np. test Coopera); 2.wymienia kryteria oceny siły i gibkości w odniesieniu do wybranej próby testowej (np. siły mięśni brzucha, gibkości dolnego odcinka kręgosłupa); 3.wskazuje grupy mięśniowe odpowiedzialne za prawidłową postawę ciała; 4.demonstruje ćwiczenia wzmacniające mięśnie posturalne i ćwiczenia gibkościowe, indywidualne i z partnerem; 5.demonstruje ćwiczenia rozwijające zdolności koordynacyjne wykonywane indywidualnie i z partnerem; 6.definiuje pojęcie rozgrzewki i opisuje jej zasady; 7.uczestniczy w minigrach oraz grach szkolnych i uproszczonych; 8.wykonuje bieg krótki ze startu niskiego; 9.omawia zasady bezpiecznego zachowania się nad wodą i w górach w różnych porach roku; 10.wykonuje rzut małą piłką z rozbiegu; 11.przeprowadza fragment rozgrzewki; 12.omawia sposoby postępowania w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia; 13.wymienia zasady bezpiecznego korzystania ze sprzętu sportowego; 14.stosuje zasady asekuracji podczas zajęć ruchowych; 15.wymienia zasady i metody hartowania organizmu; 1 6.omawia sposoby ochrony przed nadmiernym nasłonecznieniem i niską temperature.

Klasa VII

Ocena	
celująca	1. wyjaśnia, jakie zmiany zachodzą w budowie ciała i sprawności fizycznej w okresie dojrzewania płciowego; 2. wskazuje zastosowanie siatek centylowych w ocenie własnego rozwoju fizycznego. 3. dokonuje pomiarów wysokości i masy ciała oraz samodzielnie interpretuje wyniki; 4. dokonuje pomiarów wysokości i masy ciała oraz samodzielnie interpretuje wyniki; 5. ocenia i interpretuje poziom własnej sprawności fizycznej; 6. demonstruje zestaw ćwiczeń kształtujących wybrane zdolności motoryczne; 7. demonstruje zestaw ćwiczeń kształtujących prawidłową postawę ciała. 8. omawia zmiany zachodzące w organizmie podczas wysiłku fizycznego; wskazuje korzyści wynikające z aktywności fizycznej w terenie; 9. wskazuje możliwości wykorzystania nowoczesnych technologii do oceny dziennej aktywności fizycznej; 10. charakteryzuje nowoczesne formy aktywności fizycznej (np. pilates, zumba, nordic walking); 11. opisuje zasady wybranej formy aktywności fizycznej spoza Europy; 12. wyjaśnia ideę olimpijską, paraolimpijską i olimpiad specjalnych. 13. wykonuje i stosuje w grze techniczne i taktyczne elementy gier: w koszykówce, piłce ręcznej i piłce nożnej: zwody, obronę „każdy swego”, w siatkówce: wystawienie, zbieg i odbiór piłki; ustawia się prawidłowo na boisku w ataku i obronie; 14. uczestniczy w grach szkolnych i uproszczonych jako zawodnik i jako sędzia; 15. planuje szkolne rozgrywki sportowe według systemu pucharowego i „każdy z każdym”; 16. uczestniczy w wybranej formie aktywności fizycznej spoza Europy; 17. planuje i wykonuje dowolny układ gimnastyczny; 18. opracowuje i wykonuje indywidualnie, w parze lub w zespole dowolny układ tańca z wykorzystaniem elementów nowoczesnych form aktywności fizycznej; 19. wybiera i pokonuje trasę biegu terenowego z elementami orientacji w terenie; 20. wykonuje przekazanie pałeczki w biegu sztafetowym; 21. wykonuje skok w dal po rozbiegu z odbicia ze strefy lub belki oraz skoki przez przeszkody techniką naturalną; 22. diagnozuje własną, dzienną aktywność fizyczną, wykorzystując nowoczesne technologie (np. urządzenia monitorujące, aplikacje internetowe); 23. przeprowadza rozgrzewkę w zależności od rodzaju aktywności; 24. wymienia najczęstsze przyczyny oraz okoliczności wypadków i urazów w czasie zajęć ruchowych, omawia sposoby zapobiegania im;

	25.wskazuje zagrożenia związane z uprawianiem niektórych dyscyplin sportu; 26.stosuje zasady samoasekuracji i asekuracji; 27.potrafi zachować się w sytuacji wypadków i urazów w czasie zajęć ruchowych; 28.wymienia czynniki, które wpływają pozytywnie i negatywnie na zdrowie i samopoczucie, oraz wskazuje te, na które może mieć wpływ; 29.omawia sposoby redukowania nadmiernego stresu i radzenia sobie z nim w sposób konstruktywny; omawia konsekwencje zdrowotne stosowania używek i substancji psychoaktywnych w odniesieniu do podejmowania aktywności fizycznej; wymienia przyczyny i skutki otyłości oraz nieuzasadnionego odchudzania się i używania sterydów w celu zwiększenia masy mięśni; 30.wyjaśnia wymogi higieny wynikające ze zmian zachodzących w organizmie w okresie dojrzewania; dobiera rodzaj ćwiczeń relaksacyjnych do własnych potrzeb; 31.opracowuje rozkład dnia, uwzględniając proporcje między pracą a wypoczynkiem, wysiłkiem umysłowym a fizycznym, rozumiejąc rolę wypoczynku w efektywnym wykonywaniu pracy zawodowej; 32.demonstruje ergonomiczne podnoszenie i przenoszenie przedmiotów o różnej wielkości i różnym ciężarze.
bardzo dobra	1.wyjaśnia, jakie zmiany zachodzą w budowie ciała i sprawności fizycznej w okresie dojrzewania płciowego wskazuje zastosowanie siatek centylowych w ocenie własnego rozwoju fizycznego; 2.dokonuje pomiarów wysokości i masy ciała oraz samodzielnie interpretuje wyniki; 3.ocenia i interpretuje poziom własnej sprawności fizycznej; 4.omawia zmiany zachodzące w organizmie podczas wysiłku fizycznego; 5.wskazuje możliwości wykorzystania nowoczesnych technologii do oceny dziennej aktywności fizycznej; 6.charakteryzuje nowoczesne formy aktywności fizycznej (np. pilates, zumba, nordic walking); 7.opisuje zasady wybranej formy aktywności fizycznej spoza Europy; 8.wyjaśnia ideę olimpijską, paraolimpijską i olimpiad specjalnych; 9.planuje szkolne rozgrywki sportowe według systemu pucharowego i „każdy z każdym;” 10.uczestniczy w wybranej formie aktywności fizycznej spoza Europy; 11.planuje i wykonuje dowolny układ gimnastyczny; 12.opracowuje i wykonuje indywidualnie, w parze lub w zespole dowolny układ tańca z wykorzystaniem elementów nowoczesnych form aktywności fizycznej; 13.wybiera i pokonuje trasę biegu terenowego z elementami orientacji w terenie;

	14.diagnozuje własną, dzienną aktywność fizyczną, wykorzystując nowoczesne technologie (np. urządzenia monitorujące, aplikacje internetowe); 15.potrafi zachować się w sytuacji wypadków i urazów w czasie zajęć ruchowych; 1 6.omawia sposoby redukowania nadmiernego stresu i radzenia sobie z nim w sposób konstruktywny; 17.omawia konsekwencje zdrowotne stosowania używek i substancji psychoaktywnych w odniesieniu do podejmowania aktywności fizycznej; 18.opracowuje rozkład dnia, uwzględniając proporcje między pracą a wypoczynkiem, wysiłkiem umysłowym a fizycznym, rozumiejąc rolę wypoczynku w efektywnym wykonywaniu pracy zawodowej. 19. diagnozuje własną, dzienną aktywność fizyczną, wykorzystując nowoczesne technologie (np. urządzenia monitorujące, aplikacje internetowe).
dobra	1.wyjaśnia, jakie zmiany zachodzą w budowie ciała i sprawności fizycznej w okresie dojrzewania płciowego 2.wymienia testy i narzędzia do pomiaru sprawności fizycznej; 3.wskazuje zastosowanie siatek centylowych w ocenie własnego rozwoju fizycznego. 4.dokonuje pomiarów wysokości i masy ciała oraz samodzielnie interpretuje wyniki; 5.ocenia i interpretuje poziom własnej sprawności fizycznej; 6.omawia zmiany zachodzące w organizmie podczas wysiłku fizycznego; 7.wskazuje możliwości wykorzystania nowoczesnych technologii do oceny dziennej aktywności fizycznej; 8.wskazuje korzyści wynikające z aktywności fizycznej w terenie; 9.charakteryzuje nowoczesne formy aktywności fizycznej (np. pilates, zumba, nordic walking); 10.opisuje zasady wybranej formy aktywności fizycznej spoza Europy; 11.wyjaśnia ideę olimpijską, paraolimpijską i olimpiad specjalnych. 12.planuje szkolne rozgrywki sportowe według systemu pucharowego i „każdy z każdym”; 13.uczestniczy w wybranej formie aktywności fizycznej spoza Europy 14.planuje i wykonuje dowolny układ gimnastyczny; 15.opracowuje i wykonuje indywidualnie, w parze lub w zespole dowolny układ tańca z wykorzystaniem elementów nowoczesnych form aktywności fizycznej; 16.wybiera i pokonuje trasę biegu terenowego z elementami orientacji w terenie; 17.potrafi zachować się w sytuacji wypadków i urazów w czasie zajęć ruchowych; ; 18.omawia konsekwencje zdrowotne stosowania używek i substancji psychoaktywnych w odniesieniu do podejmowania aktywności fizycznej;.

dostateczna	1.dokonuje pomiarów wysokości i masy ciała oraz samodzielnie interpretuje wyniki; 2.demonstruje zestaw ćwiczeń kształtujących prawidłową postawę ciała. 3.demonstruje zestaw ćwiczeń kształtujących wybrane zdolności motoryczne; 4.demonstruje i stosuje w grze techniczne i taktyczne elementy gier: w koszykówce, piłce ręcznej i piłce nożnej: zwody, obronę „każdy swego”, w siatkówce: wystawienie, zbieg i odbiór piłki; ustawia się prawidłowo na boisku w ataku i obronie; 5.uczestniczy w grach szkolnych i uproszczonych jako zawodnik i jako sędzia; 6.opracowuje i wykonuje indywidualnie, w parze lub w zespole dowolny układ tańca z wykorzystaniem elementów nowoczesnych form aktywności fizycznej; 7.wykonuje przekazanie pałeczki w biegu sztafetowym; 8.wykonuje skok w dal po rozbiegu z odbicia ze strefy lub belki oraz skoki przez przeszkody techniką naturalną; 9.przeprowadza rozgrzewkę w zależności od rodzaju aktywności; 10.wymienia najczęstsze przyczyny oraz okoliczności wypadków i urazów w czasie zajęć ruchowych, omawia sposoby zapobiegania im; 11.wskazuje zagrożenia związane z uprawianiem niektórych dyscyplin sportu; 12.stosuje zasady samoasekuracji i asekuracji; 13.wymienia czynniki, które wpływają pozytywnie i negatywnie na zdrowie i samopoczucie, oraz wskazuje te, na które może mieć wpływ; wymienia przyczyny i skutki otyłości oraz nieuzasadnionego odchudzania się i używania sterydów w celu zwiększenia masy mięśni; wyjaśnia wymogi higieny wynikające ze zmian zachodzących w organizmie w okresie dojrzewania; 14.dobiera rodzaj ćwiczeń relaksacyjnych do własnych potrzeb; 15.demonstruje ergonomiczne podnoszenie i przenoszenie przedmiotów o różnej wielkości i różnym ciężarze.
dopuszczająca	1.dokonuje pomiarów wysokości i masy ciała oraz samodzielnie interpretuje wyniki; 2.demonstruje zestaw ćwiczeń kształtujących wybrane zdolności motoryczne; 3.demonstruje zestaw ćwiczeń kształtujących prawidłową postawę ciała. 4.wykonuje i stosuje w grze techniczne i taktyczne elementy gier: w koszykówce, piłce ręcznej i piłce nożnej: zwody, obronę „każdy swego”, w siatkówce: wystawienie, zbieg i odbiór piłki; ustawia się prawidłowo na boisku w ataku i obronie; 5.uczestniczy w grach szkolnych i uproszczonych jako zawodnik i jako sędzia; 6.wykonuje przekazanie pałeczki w biegu sztafetowym; 7.wykonuje skok w dal po rozbiegu z odbicia ze strefy lub belki oraz skoki przez przeszkody techniką naturalną; 8.przeprowadza rozgrzewkę w zależności od rodzaju aktywności;

	9.wymienia najczęstsze przyczyny oraz okoliczności wypadków i urazów w czasie zajęć ruchowych, omawia sposoby zapobiegania im; 10.wskazuje zagrożenia związane z uprawianiem niektórych dyscyplin sportu; 11.stosuje zasady samoasekuracji i asekuracji;
--	---

Klasa VIII

Ocena	
celująca	1.wyjaśnia, jakie zmiany zachodzą w budowie ciała i sprawności fizycznej w okresie dojrzewania płciowego; 2.dokonuje pomiarów wysokości i masy ciała oraz samodzielnie interpretuje wyniki; 3.ocenia i interpretuje poziom własnej sprawności fizycznej; 4.omawia zmiany zachodzące w organizmie podczas wysiłku fizycznego; 5.wskazuje korzyści wynikające z aktywności fizycznej w terenie; 6.wskazuje możliwości wykorzystania nowoczesnych technologii do oceny dziennej aktywności fizycznej; 7.charakteryzuje nowoczesne formy aktywności fizycznej (np. pilates, zumba, nordic walking); 8.opisuje zasady wybranej formy aktywności fizycznej spoza Europy; 9.planuje szkolne rozgrywki sportowe według systemu pucharowego i „każdy z każdym”;aśnia ideę olimpijską, paraolimpijską i olimpiad specjalnych; 10.uczestniczy w wybranej formie aktywności fizycznej spoza Europy; 11.wykonuje wybrane ćwiczenie zwinnościowo-akrobatyczne (np. stanie na rękach lub na głowie z asekuracją, przerzut bokiem, planuje i wykonuje dowolny układ gimnastyczny; piramida dwójkowa lub trójkowa); 12.wybiera i pokonuje trasę biegu terenowego z elementami orientacji w terenie; 13.diagnozuje własną, dzienną aktywność fizyczną, wykorzystując nowoczesne technologie (np. urządzenia monitorujące, aplikacje internetowe); 14.potrafi zachować się w sytuacji wypadków i urazów w czasie zajęć ruchowych; 15.omawia sposoby redukowania nadmiernego stresu i radzenia sobie z nim w sposób konstruktywny; 16.omawia konsekwencje zdrowotne stosowania używek i substancji psychoaktywnych w odniesieniu do podejmowania aktywności fizycznej; 17.opracowuje rozkład dnia, uwzględniając proporcje między pracą a wypoczynkiem, wysiłkiem umysłowym a fizycznym, rozumie rolę wypoczynku w efektywnym wykonywaniu pracy zawodowej

	18.demonstruje ergonomiczne podnoszenie i przenoszenie przedmiotów o różnej wielkości i różnym ciężarze. 19. charakteryzuje nowoczesne formy aktywności fizycznej (np. pilates, zumba, nordic walking 20.planuje szkolne rozgrywki sportowe według systemu pucharowego i „każdy z każdym”; 21. uczestniczy w grach szkolnych i uproszczonych jako zawodnik i jako sędzia;
bardzo dobra	1.wyjaśnia, jakie zmiany zachodzą w budowie ciała i sprawności fizycznej w okresie dojrzewania płciowedokonuje pomiarów wysokości i masy ciała oraz samodzielnie interpretuje wyniki; 2.ocenia i interpretuje poziom własnej sprawności fizycznej; omawia zmiany zachodzące w organizmie podczas wysiłku fizycznego; wskazuje korzyści wynikające z aktywności fizycznej w terenie; 3..charakteryzuje nowoczesne formy aktywności fizycznej (np. pilates, zumba, nordic walking); 4.wskazuje możliwości wykorzystania nowoczesnych technologii do oceny dziennej aktywności fizycznej; 5.opisuje zasady wybranej formy aktywności fizycznej spoza Europy; 6.wyjaśnia ideę olimpijską, paraolimpijską i olimpiad specjalnych; 7.planuje szkolne rozgrywki sportowe według systemu pucharowego i „każdy z każdym”; 8.uczestniczy w wybranej formie aktywności fizycznej spoza Europy; 9.wykonuje wybrane ćwiczenie zwinnościowo-akrobatyczne (np. stanie na rękach lub na głowie z asekuracją, przerzut bokiem, piramida dwójkowa lub trójkowa); 10.planuje i wykonuje dowolny układ gimnastyczny; 11.wybiera i pokonuje trasę biegu terenowego z elementami orientacji w terenie; 12.diagnozuje własną, dzienną aktywność fizyczną, wykorzystując nowoczesne technologie (np. urządzenia monitorujące, aplikacje internetowe); 13.potrafi zachować się w sytuacji wypadków i urazów w czasie zajęć ruchowych; 14.omawia konsekwencje zdrowotne stosowania używek i substancji psychoaktywnych w odniesieniu do podejmowania aktywności fizycznej; 15.wymienia sposoby redukowania nadmiernego stresu i radzenia sobie z nim w sposób konstruktywny; 16.opracowuje rozkład dnia, uwzględniając proporcje między pracą a wypoczynkiem, wysiłkiem umysłowym a fizycznym; 17. demonstruje ergonomiczne podnoszenie i przenoszenie przedmiotów o różnej wielkości i różnym ciężarze; 18. charakteryzuje nowoczesne formy aktywności fizycznej (np. pilates, zumba, nordic walking. 19. uczestniczy w grach szkolnych i uproszczonych jako zawodnik i jako sędzia; 20. wskazuje korzyści wynikające z aktywności fizycznej w terenie

dobra	1. wyjaśnia, jakie zmiany zachodzą w budowie ciała i sprawności fizycznej w okresie dojrzewania płciowego; 2. dokonuje pomiarów wysokości i masy ciała oraz samodzielnie interpretuje wyniki; 3. dokonuje pomiarów wysokości i masy ciała oraz samodzielnie interpretuje wyniki; 4. ocenia i interpretuje poziom własnej sprawności fizycznej; 5. demonstruje zestaw ćwiczeń kształtujących prawidłową postawę ciała. 6. omawia zmiany zachodzące w organizmie podczas wysiłku fizycznego; 7. wskazuje korzyści wynikające z aktywności fizycznej w terenie; wskazuje możliwości wykorzystania nowoczesnych technologii do oceny dziennej aktywności fizycznej; 8. charakteryzuje nowoczesne formy aktywności fizycznej (np. pilates, zumba, nordic walking); 9. opisuje zasady wybranej formy aktywności fizycznej spoza Europy; 10. wyjaśnia ideę olimpijską, paraolimpijską i olimpiad specjalnych. 11. uczestniczy w grach szkolnych i uproszczonych jako zawodnik i jako sędzia; 12. planuje szkolne rozgrywki sportowe według systemu pucharowego i „każdy z każdym”; 13. uczestniczy w wybranej formie aktywności fizycznej spoza Europy; wykonuje wybrane ćwiczenie zwinnościowo-akrobatyczne (np. stanie na rękach lub na głowie z asekuracją, przerzut bokiem, piramida dwójkowa lub trójkowa); 14. planuje i wykonuje dowolny układ gimnastyczny; 15. wybiera i pokonuje trasę biegu terenowego z elementami orientacji w terenie; 16. wykonuje skok w dal po rozbiegu z odbicia ze strefy lub belki oraz skoki przez przeszkody techniką naturalną; 17. diagnozuje własną, dzienną aktywność fizyczną, wykorzystując nowoczesne technologie (np. urządzenia monitorujące, aplikacje internetowe); 18. potrafi z wymienienia czynniki, które wpływają pozytywnie i negatywnie na zdrowie i samopoczucie, oraz wskazuje te, na które może mieć wpływ; potrafi zachować się w sytuacji wypadków i urazów w czasie zajęć ruchowych; omawia sposoby redukowania nadmiernego stresu i radzenia sobie z nim w sposób konstruktywny; 19. omawia konsekwencje zdrowotne stosowania używek i substancji psychoaktywnych w odniesieniu do podejmowania aktywności fizycznej; wymienia przyczyny i skutki otyłości oraz nieuzasadnionego odchudzania się i używania sterydów w celu zwiększenia masy mięśni; wyjaśnia wymogi higieny wynikające ze zmian zachodzących w organizmie w okresie dojrzewania.
dostateczna	1. dokonuje pomiarów wysokości i masy ciała oraz samodzielnie interpretuje wyniki;

	2.demonstruje zestaw ćwiczeń kształtujących prawidłową postawę ciała. 3.uczestniczy w grach szkolnych i uproszczonych jako zawodnik i jako sędzia; 4.wykonuje skok w dal po rozbiegu z odbicia ze strefy lub belki oraz skoki przez przeszkody techniką naturalną; 5.wymienia czynniki, które wpływają pozytywnie i negatywnie na zdrowie i samopoczucie, oraz wskazuje te, na które może mieć wpływ; 6.wymienia przyczyny i skutki otyłości oraz nieuzasadnionego odchudzania się i używania sterydów w celu zwiększenia masy mięśni; 7.wyjaśnia wymogi higieny wynikające ze zmian zachodzących w organizmie w okresie dojrzewania; 8.dobiera rodzaj ćwiczeń relaksacyjnych do własnych potrzeb; demonstruje ergonomiczne podnoszenie i przenoszenie przedmiotów o różnej wielkości i różnym ciężarze.
dopuszczająca	1.dokonuje pomiarów wysokości i masy ciała oraz samodzielnie interpretuje wyniki; 2.demonstruje zestaw ćwiczeń kształtujących prawidłową postawę ciała. 3.uczestniczy w grach szkolnych i uproszczonych jako zawodnik i jako sędzia; 4.wykonuje skok w dal po rozbiegu z odbicia ze strefy lub belki oraz skoki przez przeszkody techniką naturalną; 5.wymienia czynniki, które wpływają pozytywnie i negatywnie na zdrowie i samopoczucie, oraz wskazuje te, na które może mieć wpływ; 6.wyjaśnia wymogi higieny wynikające ze zmian zachodzących w organizmie w okresie dojrzewania; 7.demonstruje ergonomiczne podnoszenie i przenoszenie przedmiotów o różnej wielkości i różnym ciężarze.

Ocenianiu podlegają:

Umiejętności i wiadomości:4 sprawdziany praktyczne, 1 rozgrzewka, postawa obejmująca przygotowanie do zajęć oraz zaangażowanie ucznia. Uczeń w ciągu 1 półrocza może być nieprzygotowany 3 razy. Nieprzygotowanie wynikające z braku stroju sportowego.

2. Poprawa ocen: uczeń ma możliwość poprawy każdej oceny. Poprawy dokonuje w ciągu dwóch tygodni od terminu sprawdzianu praktycznego. W dzienniku lekcyjnym nauczyciel wpisuje ocenę z poprawy

3. Ocena roczna jest wystawiana na podstawie wszystkich ocen, jakie uczeń uzyskał w podanych obszarach.

Łukasz Krzyśka

Iwona Malchrzycka