**Wymagania edukacyjne na poszczególne oceny**

Prezentowane wymagania edukacyjne są zintegrowane z podstawą programową w klasie VII.

Wymagania dostosowano do sześciostopniowej skali ocen.

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Skala ocen** |  | **Szczegółowe kryteria oceny** |
|  |  |  |
| **Ocenę celującą** | 1. | Wykazuje bardzo dużą aktywność i zaangażowanie |
| **otrzymuje** |  | na lekcjach. |
| **uczeń, który:** | 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 uczęszcza na zajęcia (usprawiedliwia |
|  |  | nieobecności). |
|  | 6. | Przestrzega zasady fair play na boisku i w życiu. |
|  | 7. | Chętnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych. |
|  | 8. | Jest zaangażowany w działalność sportową szkoły. |
|  | 9. | Chętnie pracuje na rzecz szkolnego wychowania |
|  |  | fizycznego. |
|  | 10. | Chętnie reprezentuje szkołę w rozgrywkach sportowych. |
|  |  |  |
| **Ocenę** | 1. | Na zajęciach jest aktywny i zaangażowany. |
| **bardzo dobrą** | 2. | Jest przygotowany do zajęć (dopuszcza się trzykrotny |
| **otrzymuje** |  | brak stroju sportowego w semestrze). |
| **uczeń, który:** | 3. | Starannie i sumiennie wykonuje powierzone zadania. |
|  | 4. | Systematycznie uczęszcza na zajęcia – zdarzają się |
|  |  | nieobecności nieusprawiedliwione. |
|  | 5. | Przestrzega zasady fair play na boisku. |
|  | 6. | Dość regularnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych. |
|  | 7. | Pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego. |
|  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Ocenę dobrą** | 1. | Nie zawsze jest aktywny i zaangażowany na zajęciach. |
| **otrzymuje** | 2. | Z reguły jest przygotowany do zajęć (dopuszcza się |
| **uczeń, który:** |  | pięciokrotny brak stroju sportowego w półroczu). |
|  | 3. | Dość często jest nieobecny na zajęciach. |
|  | 4. | Potrzebuje motywacji podczas wykonywania zadań |
|  |  | ruchowych. |
|  | 5. | Na zajęcia pozalekcyjne uczęszcza nieregularnie. |
|  | 6. | Nie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego. |
|  |  |  |
| **Ocenę** | 1. | Nie wykazuje szczególnej aktywności na zajęciach. |
| **dostateczną** | 2. Bywa bardzo często nieprzygotowany do zajęć. | |
| **otrzymuje** | 3. | Często jest nieobecny na zajęciach. |
| **uczeń, który:** | 4. Powierzone zadania wykonuje niestarannie i niedbale. | |
|  | 5. | Nie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych |
|  |  | i pozaszkolnych. |
|  | 6. | Nie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego |
|  |  | i nie szanuje sprzętu sportowego. |
|  |  |  |
| **Ocenę** | 1. | Na zajęciach nie wykazuje żadnej aktywności. |
| **dopuszczającą** | 2. Regularnie jest nieprzygotowany do zajęć. | |
| **otrzymuje** | 3. | Bardzo często opuszcza zajęcia. |
| **uczeń, który:** | 4. Powierzone zadania wykonuje bardzo niestarannie, | |
|  |  | okazując lekceważący stosunek do tego, co robi. |
|  |  |  |
| **Ocenę** | 1. | Na zajęciach nie wykonuje i nie chce wykonywać żadnych |
| **niedostateczną** |  | powierzonych mu zadań. |
| **otrzymuje** | 2. | Wykazuje skrajnie lekceważący stosunek do przedmiotu. |
| **uczeń, który:** | 3. Nigdy nie jest przygotowany do zajęć. | |
|  | 4. | Samowolnie i nagminnie opuszcza zajęcia. |
|  |  |  |

**Obszar 2. Umiejętności ruchowe**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Skala ocen** |  | **Szczegółowe kryteria oceny** |
|  |  |  |
| **Ocenę celującą** | 1. | Bezbłędnie wykonuje, stosuje w grze techniczne |
| **otrzymuje** |  | i taktyczne elementy: w koszykówce, piłce ręcznej i piłce |
| **uczeń, który:** |  | nożnej – zwody, obronę „każdy swego”, w siatkówce |
|  |  | – wystawienie, zbicie i odbiór piłki; ustawia się |
|  |  | prawidłowo na boisku w ataku i obronie. |
|  | 2. | Jest przykładem wzorowego uczestnika gier szkolnych |
|  |  | i uproszczonych jako zawodnik i jako sędzia. |
|  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 3. | Potrafi z największą starannością zaplanować szkolne |
|  |  | rozgrywki sportowe według systemu pucharowego |
|  |  | i „każdy z każdym”. |
|  | 4. | Uczestniczy w wybranej formie aktywności fizycznej |
|  |  | pochodzącej spoza Europy. |
|  | 5. | Bezbłędnie wykonuje wybrane ćwiczenie zwinnościowo- |
|  |  | -akrobatyczne (np. stanie na rękach lub na głowie |
|  |  | z asekuracją, przerzut bokiem, piramidę dwójkową |
|  |  | lub trójkową). |
|  | 6. | Potrafi zaplanować i wykonać dowolny układ |
|  |  | gimnastyczny. |
|  | 7. | Opracowuje i wykonuje indywidualnie, w parze |
|  |  | lub w zespole dowolny układ tańca z wykorzystaniem |
|  |  | elementów nowoczesnych form aktywności fizycznej. |
|  | 8. | Wybiera i pokonuje trasę biegu terenowego z elementami |
|  |  | orientacji w terenie. |
|  | 9. | Prawidłowo technicznie wykonuje przekazanie pałeczki |
|  |  | w biegu sztafetowym. |
|  | 10. | Prawidłowo wykonuje skok w dal po rozbiegu z odbicia |
|  |  | ze strefy lub belki oraz skoki przez przeszkody techniką |
|  |  | naturalną. |
|  | 11. | Potrafi wykorzystać nowoczesną technologię, |
|  |  | np. urządzenia monitorujące, aplikacje internetowe, |
|  |  | do zdiagnozowania własnej dziennej aktywności fizycznej. |
|  | 12. | Planuje i przeprowadza rozgrzewkę w zależności |
|  |  | od rodzaju aktywności fizycznej. |
|  |  |  |
| **Ocenę** | 1. | Z niewielkimi błędami wykonuje i stosuje w grze |
| **bardzo dobrą** |  | techniczne i taktyczne elementy: w koszykówce, piłce |
| **otrzymuje** |  | ręcznej i piłce nożnej – zwody, obronę „każdy swego”, |
| **uczeń, który:** |  | w siatkówce – wystawienie, zbicie i odbiór piłki; ustawia |
|  |  | się prawidłowo na boisku w ataku i obronie. |
|  | 2. | Dobrze odgrywa rolę uczestnika gier szkolnych |
|  |  | i uproszczonych jako zawodnik i jako sędzia. |
|  | 3. | Potrafi zaplanować szkolne rozgrywki sportowe według |
|  |  | systemu pucharowego i „każdy z każdym”. |
|  | 4. | Uczestniczy w wybranej formie aktywności fizycznej |
|  |  | pochodzącej spoza Europy. |
|  | 5. | Z pewnymi błędami wykonuje wybrane ćwiczenie |
|  |  | zwinnościowo-akrobatyczne (np. stanie na rękach |
|  |  | lub na głowie z asekuracją, przerzut bokiem, piramidę |
|  |  | dwójkową lub trójkową). |
|  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 6. | Potrafi zaplanować i wykonać dowolny układ |
|  |  | gimnastyczny, nawet jeśli popełnia małe błędy. |
|  | 7. | Opracowuje i wykonuje (na miarę swoich możliwości) |
|  |  | indywidualnie, w parze lub w zespole dowolny układ |
|  |  | tańca z wykorzystaniem elementów nowoczesnych form |
|  |  | aktywności fizycznej. |
|  | 8. | Potrafi wybrać i pokonać trasę biegu terenowego |
|  |  | z elementami sportów na orientację. |
|  | 9. | Potrafi przekazać pałeczkę w biegu sztafetowym. |
|  | 10. | W miarę prawidłowo wykonuje skok w dal po rozbiegu |
|  |  | z odbicia ze strefy lub belki oraz skoki przez przeszkody |
|  |  | techniką naturalną. |
|  | 11. | W miarę swoich możliwości umie wykorzystać |
|  |  | nowoczesną technologię (np. urządzenia monitorujące, |
|  |  | aplikacje internetowe) do zdiagnozowania własnej |
|  |  | dziennej aktywności fizycznej. |
|  | 12. | Planuje i przeprowadza rozgrzewkę w zależności |
|  |  | od rodzaju aktywności fizycznej. |
|  |  |  |
| **Ocenę dobrą** | 1. | Na miarę swoich możliwości wykonuje i stosuje w grze |
| **otrzymuje** |  | techniczne i taktyczne elementy: w koszykówce, piłce |
| **uczeń, który:** |  | ręcznej i piłce nożnej – zwody, obronę „każdy swego”, |
|  |  | w siatkówce – wystawienie, zbicie i odbiór piłki; ustawia |
|  |  | się prawidłowo na boisku w ataku i obronie. |
|  | 2. | Stara się dobrze pełnić funkcję uczestnika gier szkolnych |
|  |  | i uproszczonych jako zawodnik i jako sędzia. |
|  | 3. | Na miarę swoich możliwości planuje szkolne rozgrywki |
|  |  | sportowe według systemu pucharowego i „każdy |
|  |  | z każdym”. |
|  | 4. | Podchodzi do wykonywania wybranych ćwiczeń |
|  |  | zwinnościowo-akrobatycznych (np. stania na rękach |
|  |  | lub na głowie z asekuracją, przerzutu bokiem, piramid |
|  |  | dwójkowych lub trójkowych). |
|  | 5. | Stara się zaplanować i wykonać dowolny układ |
|  |  | gimnastyczny, nawet jeśli popełnia małe błędy. |
|  | 6. | Na miarę swoich możliwości wykonuje indywidualnie, |
|  |  | w parze lub w zespole dowolny układ tańca |
|  |  | z wykorzystaniem elementów nowoczesnych form |
|  |  | aktywności fizycznej. |
|  | 7. | Przekazuje pałeczkę w biegu sztafetowym. |
|  | 8. | Stara się prawidłowo wykonać skok w dal po rozbiegu |
|  |  | z odbicia ze strefy lub belki oraz skoki przez przeszkody |
|  |  | techniką naturalną. |
|  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 9. | Stara się, w miarę swoich możliwości, wykorzystać |
|  |  | nowoczesną technologię, np. urządzenia monitorujące, |
|  |  | aplikacje internetowe, do zdiagnozowania własnej |
|  |  | dziennej aktywności fizycznej. |
|  | 10. | Przeprowadza prostą rozgrzewkę w zależności |
|  |  | od rodzaju aktywności fizycznej. |
|  |  |  |
| **Ocenę** | 1. | Nie stara się wykonać i zastosować w grze technicznych |
| **dostateczną** |  | i taktycznych elementów: w koszykówce, piłce ręcznej |
| **otrzymuje** |  | i piłce nożnej – zwodów, obrony „każdy swego”, |
| **uczeń, który:** |  | w siatkówce – wystawienia, zbicia i odbioru piłki; ustawia |
|  |  | się prawidłowo na boisku w ataku i obronie. |
|  | 2. | Nie zależy mu na właściwym pełnieniu funkcji uczestnika |
|  |  | gier szkolnych i uproszczonych jako zawodnik i jako |
|  |  | sędzia. |
|  | 3. | Nie potrafi zaplanować szkolnych rozgrywek sportowych |
|  |  | według systemu pucharowego i „każdy z każdym”. |
|  | 4. | Nie podchodzi do wykonywania wybranych ćwiczeń |
|  |  | zwinnościowo-akrobatycznych (np. stania na rękach |
|  |  | lub na głowie z asekuracją, przerzutu bokiem, piramid |
|  |  | dwójkowych lub trójkowych). |
|  | 5. | Nie planuje i nie wykonuje dowolnego układu |
|  |  | gimnastycznego. |
|  | 6. | Nie podchodzi do wykonania indywidualnie, w parze |
|  |  | lub w zespole dowolnego układu tańca z wykorzystaniem |
|  |  | elementów nowoczesnych form aktywności fizycznej. |
|  | 7. | Nie zależy mu na prawidłowym przekazaniu pałeczki |
|  |  | w biegu sztafetowym. |
|  | 8. | Skok w dal po rozbiegu z odbicia ze strefy lub belki oraz |
|  |  | skoki przez przeszkody techniką naturalną wykonuje |
|  |  | opieszale i niestarannie. |
|  | 9. | Nie potrafi wykorzystać nowoczesnej technologii, np. |
|  |  | urządzenia monitorującego, aplikacji internetowych, |
|  |  | do zdiagnozowania własnej dziennej aktywności fizycznej. |
|  | 10. | Nie potrafi przeprowadzić prostej rozgrzewki |
|  |  | w zależności od rodzaju aktywności fizycznej. |
|  |  |  |
| **Ocenę** | 1. | Nie podejmuje żadnych prób opanowania nowych |
| **dopuszczającą** |  | umiejętności ruchowych. |
| **otrzymuje** | 2. | W czasie gry umyślnie stosuje błędną technikę. |
| **uczeń, który:** | 3. | Nie zależy mu na opanowaniu żadnych nowych |
|  |  | umiejętności. |
|  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Ocenę** | 1. | Nie wykonuje powierzonych mu na zajęciach zadań. |
| **niedostateczną** | 2. Nie podchodzi do ćwiczeń i pokazuje swoim | |
| **otrzymuje** |  | zachowaniem, że nie zależy mu na opanowaniu żadnych |
| **uczeń, który:** |  | umiejętności ruchowych. |
|  | 3. | Lekceważy wszelkie próby zachęcenia go do podjęcia |
|  |  | jakiejkolwiek aktywności na zajęciach. |
|  |  |  |

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Skala ocen** |  | **Szczegółowe kryteria oceny** |
|  |  |  |
| **Ocenę celującą** | 1. | Wyjaśnia zmiany, jakie zachodzą w budowie ciała |
| **otrzymuje** |  | i sprawności fizycznej w okresie dojrzewania płciowego. |
| **uczeń, który:** | 2. | Wymienia testy i narzędzia do pomiaru sprawności |
|  |  | fizycznej. |
|  | 3. | Wskazuje zastosowanie siatek centylowych w ocenie |
|  |  | własnego rozwoju fizycznego. |
|  | 4. | Omawia zmiany zachodzące w organizmie w okresie |
|  |  | dojrzewania. |
|  | 5. | Wymienia korzyści wynikające z aktywności fizycznej |
|  |  | w terenie. |
|  | 6. | Potrafi scharakteryzować nowoczesne formy aktywności |
|  |  | fizycznej. |
|  | 7. | Wyjaśnia ideę olimpijską, paraolimpijską i olimpiad |
|  |  | specjalnych. |
|  | 8. | Wymienia najczęstsze przyczyny wypadków i urazów |
|  |  | w czasie zajęć ruchowych, omawia sposoby zapobiegania |
|  |  | im. |
|  | 9. | Wskazuje zagrożenia wynikające z uprawiania niektórych |
|  |  | dyscyplin sportowych. |
|  | 10. | Wymienia czynniki, które wpływają pozytywnie |
|  |  | i negatywnie na zdrowie i samopoczucie. |
|  | 11. | Omawia sposoby redukowania nadmiernego stresu |
|  |  | i radzenia sobie z nim w sposób konstruktywny. |
|  | 12. | Omawia konsekwencje zdrowotne stosowania używek |
|  |  | i substancji psychoaktywnych. |
|  | 13. | Wymienia przyczyny i skutki otyłości oraz |
|  |  | nieuzasadnionego odchudzania się i używania sterydów |
|  |  | w celu zwiększenia masy mięśniowej. |
|  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 14. | Wyjaśnia wymogi higieny wynikające ze zmian |
|  |  | zachodzących w organizmie w okresie dojrzewania. |
|  | 15. | Wyjaśnia, dlaczego należy ergonomicznie podnosić |
|  |  | i przenosić przedmioty o różnej wielkości i różnym |
|  |  | ciężarze. |
|  |  |  |
| **Ocenę** | 1. | Wyjaśnia niektóre zmiany, jakie zachodzą w budowie |
| **bardzo dobrą** |  | ciała i sprawności fizycznej w okresie dojrzewania |
| **otrzymuje** |  | płciowego. |
| **uczeń, który:** | 2. | Wymienia testy do pomiaru sprawności fizycznej. |
|  | 3. | Omawia podstawowe zmiany zachodzące w organizmie |
|  |  | w okresie dojrzewania. |
|  | 4. | Wymienia korzyści wynikające z aktywności fizycznej |
|  |  | w terenie. |
|  | 5. | Potrafi scharakteryzować jedną nowoczesną formę |
|  |  | aktywności fizycznej. |
|  | 6. | Wyjaśnia ideę olimpijską, paraolimpijską i olimpiad |
|  |  | specjalnych. |
|  | 7. | Wymienia najczęstsze przyczyny wypadków i urazów |
|  |  | w czasie zajęć ruchowych, omawia sposoby zapobiega- |
|  |  | nia im. |
|  | 8. | Wskazuje zagrożenia wynikające z uprawiania niektórych |
|  |  | dyscyplin sportowych. |
|  | 9. | Wymienia czynniki, które wpływają pozytywnie |
|  |  | i negatywnie na zdrowie i samopoczucie. |
|  | 10. | Omawia sposoby redukowania nadmiernego stresu. |
|  | 11. | Omawia ogólnie konsekwencje zdrowotne stosowania |
|  |  | używek i substancji psychoaktywnych. |
|  | 12. | Wymienia podstawowe przyczyny i skutki otyłości oraz |
|  |  | nieuzasadnionego odchudzania się i używania sterydów |
|  |  | w celu zwiększenia masy mięśniowej. |
|  | 13. | Wyjaśnia wymogi higieny wynikające ze zmian |
|  |  | zachodzących w organizmie w okresie dojrzewania. |
|  | 14. | Wyjaśnia ogólnie, dlaczego należy stosować zasady |
|  |  | ergonomii do podnoszenia i przenoszenia przedmiotów |
|  |  | o różnej wielkości i ciężarze. |
|  |  |  |
| **Ocenę dobrą** | 1. | Nie potrafi wymienić zmian, jakie zachodzą w budowie |
| **otrzymuje** |  | ciała i sprawności fizycznej w okresie dojrzewania |
| **uczeń, który:** |  | płciowego. |
|  | 2. | Nie potrafi wymienić testów do pomiaru sprawności |
|  |  | fizycznej. |
|  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 3. | Omawia pojedyncze zmiany zachodzące w organizmie |
|  |  | w okresie dojrzewania. |
|  | 4. | Wymienia pojedyncze korzyści wynikające z aktywności |
|  |  | fizycznej w terenie. |
|  | 5. | Wymienia ogólnie przyczyny wypadków i urazów |
|  |  | w czasie zajęć ruchowych. |
|  | 6. | Wskazuje zagrożenia wynikające z uprawiania niektórych |
|  |  | dyscyplin sportowych. |
|  | 7. | Wymienia czynniki, które wpływają pozytywnie |
|  |  | i negatywnie na zdrowie i samopoczucie. |
|  | 8. | Omawia ogólnie konsekwencje zdrowotne stosowania |
|  |  | używek i substancji psychoaktywnych. |
|  | 9. | Wymienia jedną przyczynę otyłości. |
|  |  |  |
| **Ocenę** | 1. | Nie potrafi wymienić zmian, jakie zachodzą w budowie |
| **dostateczną** |  | ciała i sprawności fizycznej w okresie dojrzewania |
| **otrzymuje** |  | płciowego. |
| **uczeń, który:** | 2. | Nie potrafi wymienić testów do pomiaru sprawności |
|  |  | fizycznej. |
|  | 3. | Omawia pojedyncze zmiany zachodzące w organizmie |
|  |  | w okresie dojrzewania. |
|  | 4. | Ma poważne trudności z podaniem konkretnej korzyści |
|  |  | wynikającej z aktywności fizycznej w terenie. |
|  | 5. | Wymienia pojedyncze przyczyny wypadków i urazów |
|  |  | w czasie zajęć ruchowych. |
|  | 6. | Wskazuje pojedyncze zagrożenia wynikające |
|  |  | z uprawiania niektórych dyscyplin sportowych. |
|  | 7. | Nie potrafi wymienić czynników, które wpływają |
|  |  | pozytywnie i negatywnie na zdrowie i samopoczucie. |
|  | 8. | Ma problemy z wymienieniem konsekwencji |
|  |  | zdrowotnych stosowania używek i substancji |
|  |  | psychoaktywnych. |
|  | 9. | Wymienia jedną przyczynę otyłości. |
|  |  |  |
| **Ocenę** | 1. | Nie chce udzielić odpowiedzi na pytania dotyczące |
| **dopuszczającą** |  | sprawności fizycznej czy okresu dojrzewania. |
| **otrzymuje** | 2. | Nie widzi zagrożeń wynikających z uprawiania |
| **uczeń, który:** |  | jakiegokolwiek sportu. |
|  | 3. | Nie udziela odpowiedzi na zadawane pytania. |
|  | 4. | Nie zależy mu na przyswojeniu nowych wiadomości. |
|  | 5. | Nie wymienia zasad bezpieczeństwa. |
|  | 6. | Nie chce udzielić odpowiedzi na pytania dotyczące |
|  |  | zdrowia. |
|  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Ocenę** | 1. | Z uporem i premedytacją nie udziela odpowiedzi |
| **niedostateczną** |  | na żadne z zadawanych mu pytań. |
| **otrzymuje** | 2. | Nie chce przyswoić żadnych wiadomości. |
| **uczeń, który:** | 3. | Lekceważy wszelkie próby nawiązania z nim rozmowy |
|  |  | na omawiany temat. |
|  |  |  |

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

*(pogrubioną czcionką zaznaczono kompetencje społeczne)*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Skala ocen** |  | **Szczegółowe kryteria oceny** |
|  |  |  |
| **Ocenę celującą** | 1. | Prezentuje postawę godną do naśladowania: jest |
| **otrzymuje** |  | koleżeński, życzliwy, odznacza się wysoką kulturą |
| **uczeń, który:** |  | osobistą. |
|  | 2. | Nigdy nie stosuje przemocy i nie używa wulgaryzmów. |
|  | 3. | Zawsze przestrzega ustalonych zasad i regulaminów. |
|  | 4. | Troszczy się o bezpieczeństwo swoje i innych. |
|  | 5. | **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.** |
|  | 6. | **Jest kulturalnym kibicem, zawodnikiem i sędzią.** |
|  | 7. | **Właściwie zachowuje się w relacjach z innymi ludźmi,** |
|  |  | **w tym z rodzicami oraz rówieśnikami tej samej** |
|  |  | **i odmiennej płci.** |
|  | 8. | **Doskonale współpracuje w grupie, szanując poglądy** |
|  |  | **i wysiłki innych, wykazując asertywność i empatię.** |
|  | 9. | Szanuje własne zdrowie: nie pali papierosów, nie pije |
|  |  | alkoholu, nie używa dopalaczy, narkotyków i innych |
|  |  | środków psychoaktywnych. |
|  | 10. | **Identyfikuje swoje mocne strony, budując poczucie** |
|  |  | **własnej wartości, planuje sposoby rozwoju oraz** |
|  |  | **ma świadomość słabych stron, nad którymi należy** |
|  |  | **pracować.** |
|  | 11. | **Dokonuje samooceny możliwości psychoruchowych.** |
|  | 12. | **Potrafi w sposób kreatywny rozwiązywać problemy.** |
|  | 13. | **Motywuje innych do aktywności fizycznej,** |
|  |  | **ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej** |
|  |  | **sprawności fizycznej i osób** |
|  |  | **o specjalnych potrzebach edukacyjnych.** |
|  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Ocenę** | 1. | Jest koleżeński i kulturalny wobec innych. |
| **bardzo dobrą** | 2. | Zdarzają mu się pojedyncze przypadki użycia |
| **otrzymuje** |  | wulgaryzmów oraz użycia siły wobec innych. |
| **uczeń, który:** | 3. | Stara się przestrzegać ustalonych zasad i regulaminów. |
|  | 4. | Troszczy się o bezpieczeństwo swoje i innych. |
|  | 5. | **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.** |
|  | 6. | **Stara się być dobrym kibicem, zawodnikiem i sędzią.** |
|  | 7. | **Raczej właściwie zachowuje się w relacjach z innymi** |
|  |  | **ludźmi, w tym z rodzicami oraz rówieśnikami tej samej** |
|  |  | **i odmiennej płci.** |
|  | 8. | **Współpracuje w grupie, szanując poglądy i wysiłki** |
|  |  | **innych, wykazując asertywność i empatię.** |
|  | 9. | Szanuje własne zdrowie: nie pali papierosów, nie pije |
|  |  | alkoholu, nie używa dopalaczy, narkotyków i innych |
|  |  | środków psychoaktywnych. |
|  | 10. | **Identyfikuje swoje mocne strony, budując poczucie** |
|  |  | **własnej wartości, planuje sposoby rozwoju oraz** |
|  |  | **ma świadomość słabych stron, nad którymi należy** |
|  |  | **pracować.** |
|  | 11. | **Dokonuje ogólnej samooceny możliwości** |
|  |  | **psychoruchowych.** |
|  | 12. | **Potrafi w sposób kreatywny rozwiązywać problemy.** |
|  | 13. | **Stara się motywować innych do aktywności fizycznej,** |
|  |  | **ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej** |
|  |  | **sprawności fizycznej i osób o specjalnych potrzebach** |
|  |  | **edukacyjnych.** |
|  |  |  |
| **Ocenę dobrą** | 1. | Swoim zachowaniem nie budzi większych zastrzeżeń. |
| **otrzymuje** | 2. | Zdarzają mu się pojedyncze przypadki użycia |
| **uczeń, który:** |  | wulgaryzmów oraz użycia siły wobec innych. |
|  | 3. | Czasami nie przestrzega ustalonych zasad i regulaminów. |
|  | 4. | Nie zawsze troszczy się o bezpieczeństwo swoje i innych. |
|  | 5. | **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.** |
|  | 6. | **Stara się być dobrym kibicem, zawodnikiem i sędzią.** |
|  | 7. | **Stara się właściwie zachowywać w relacjach z innymi** |
|  |  |  |

**ludźmi, w tym z rodzicami oraz rówieśnikami tej samej i odmiennej płci.**

1. **Stara się współpracować w grupie, szanować poglądy i wysiłki innych, wykazywać asertywność i empatię.**
2. Stara się szanować własne zdrowie: nie palić papierosów, nie pić alkoholu.
3. Nie używa dopalaczy, narkotyków i innych środków psychoaktywnych.
4. **Stara się identyfikować swoje mocne strony, budując poczucie własnej wartości, planując sposoby rozwoju oraz ma świadomość słabych stron, nad którymi należy pracować.**
5. **Dokonuje ogólnej samooceny możliwości psychoruchowych.**
6. **Stara się w sposób kreatywny rozwiązywać problemy.**
7. **Stara się motywować innych do aktywności fizycznej, ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i osób o specjalnych potrzebach edukacyjnych.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Ocenę** | 1. | Wykazuje braki w zakresie wychowania społecznego, |
| **dostateczną** |  | często bywa nieżyczliwy i niekoleżeński. |
| **otrzymuje** | 2. | Często używa wulgaryzmów i brzydkich wyrażeń. |
| **uczeń, który:** | 3. Często stosuje przemoc wobec innych. | |
|  | 4. | **Zdarzają mu się częste 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.** |
|  | 5. | **Nie stara się być dobrym kibicem, zawodnikiem** |
|  |  | **i sędzią.** |
|  | 6. | **Nie zależy mu na właściwej współpracy w grupie,** |
|  |  | **nie szanuje poglądów i wysiłków innych,** |
|  |  | **nie wykazuje asertywności i empatii.** |
|  | 7. | **Nie identyfikuje swoich mocnych stron, nie buduje** |
|  |  | **poczucia własnej wartości, nie planuje sposobów** |
|  |  | **rozwoju oraz nie ma świadomości słabych stron, nad** |
|  |  | **którymi należy pracować.** |
|  | 8. | **Nie dokonuje ogólnej samooceny możliwości** |
|  |  | **psychoruchowych.** |
|  | 9. | **Nie potrafi w sposób kreatywny rozwiązywać** |
|  |  | **problemów.** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 10. | **Nie motywuje innych do aktywności fizycznej,** |
|  |  | **ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej** |
|  |  | **sprawności fizycznej i osób o specjalnych potrzebach** |
|  |  | **edukacyjnych.** |
|  |  |  |
| **Ocenę** | 1. | Wykazuje bardzo duże braki w zakresie wychowania |
| **dopuszczającą** |  | społecznego: jest niekulturalny i agresywny wobec |
| **otrzymuje** |  | innych. |
| **uczeń, który:** | 2. | Bardzo często używa wulgaryzmów i brzydkich wyrażeń. |
|  | 3. | **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.** |
|  | 4. | **Zachowuje się niewłaściwie jako kibic, zawodnik** |
|  |  | **i sędzia.** |
|  | 5. | **Nie współpracuje w grupie, nie szanuje poglądów** |
|  |  | **i wysiłków innych, nie wykazuje asertywności** |
|  |  | **i empatii.** |
|  | 6. | **Nie chce dokonać ogólnej samooceny możliwości** |
|  |  | **psychoruchowych.** |
|  | 7. | **Nie rozwiązuje problemów, a nagminnie je stwarza.** |
|  | 8. | **Nie zależy mu na innych.** |
|  |  |  |
| **Ocenę** | 1. | Nagminnie łamie zasady współżycia społecznego. |
| **niedostateczną** | 2. Jest bardzo agresywny i wrogo nastawiony do innych. | |
| **otrzymuje** | 3. | Używa bardzo wulgarnego języka. |
| **uczeń, który:** | 4. | Stanowi zagrożenie dla innych. |
|  | 5. | Z premedytacją dezorganizuje pracę na zajęciach. |
|  |  |  |