

Zadania kontrolno sprawdzające ustalone przez zespół nauczycieli wychowania fizycznego w szczególnych przypadkach mogą zostać zmienione czy też dostosowane do poszczególnych klas lub uczniów w zależności od poziomu sprawności fizycznej i możliwości klasy / ucznia.

Nauczyciel indywidualnie wybiera sprawdziany, nie ma obowiązku wykonać wszystkich zadań kontrolno – sprawdzających przewidzianych w danej klasie, ma możliwość indywidualnego ustalenia sprawdzianu.

Klasa 4

Piłka siatkowa

1 Przyjmowanie postaw siatkarskich – niska i wysoka

Bardzo dobry- uczeń wykonuje ćwiczenie prawidłowo, bez żadnych błędów, w odpowiednim tempie

Dobry- uczeń poprawnie wykonuje ćwiczenie, jednak popełnia minimalne błędy

Dostateczny- pojawiają się znaczące błędy, wolne tempo wykonywania ćwiczenia

Dopuszczający- uczeń przystąpił do zaliczenia, jednak nie wykonał zadania

Niedostateczny- uczeń jest na zajęciach i nie przystępuje do zaliczenia

2 Odbicia piłki oburącz sposobem górnym w postawie wysokiej(3 próby)

Bardzo dobry- prawidłowo technicznie odbija piłkę sposobem oburącz górnym(10 i więcej razy) w postawie wysokiej

Dobry- prawidłowo technicznie odbija piłkę sposobem oburącz górnym(mniej niż 10 razy) w postawie wysokiej

Dostateczny- uczeń próbuje kilkakrotnie odbić piłkę sposobem oburącz górnym jednak w trakcie ćwiczenia nie zachowuje prawidłowego ułożenia rąk i nóg

Dopuszczający- uczeń zna pozycję jaką należy przyjąć do odbicia piłki sposobem oburącz górnym(ułożenie rąk i nóg) jednak ma duże problemy z odbijaniem piłki

Niedostateczny- uczeń jest na zajęciach i nie przystępuje do zaliczenia

Koszykówka

1 Kozłowanie piłki PR i LR slalomem zakończone dowolnym rzutem do kosza

Bardzo dobry- uczeń prawidłowo technicznie kozłuje piłkę slalomem, wykonuje poprawnie technicznie i celnie rzuca do kosza

Dobry- uczeń poprawnie kozłuje piłkę slalomem i wykonuje rzut do kosza

Dostateczny- w trakcie wykonywania zadania ruchowego pojawiają się błędy techniczne w trakcie kozłowania i rzutu do kosza

Dopuszczający- uczeń przystępuje do zaliczenia, jednak nie panuje nad piłką w czasie kozłowania, rzut do kosza jest niepoprawny technicznie

Niedostateczny- uczeń jest na zajęciach i nie przystępuje do zaliczenia

2 Rzut do kosza oburącz z miejsca

Bardzo dobry- prawidłowo technicznie i wykonuje celnie rzut do kosza

Dobry- uczeń wykonuje zadanie ruchowe z małymi błędami, rzuty są celne
Dostateczny- w trakcie wykonywania ćwiczenia pojawiają się błędy techniczne, rzuty niecelne
Dopuszczający- uczeń wykonuje zadanie ruchowe z rażącymi błędami, rzuty niecelne
Niedostateczny- uczeń jest na zajęciach i nie przystępuje do zaliczenia

Gimnastyka

1 Łączone przewroty w przód z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego

Bardzo dobry- uczeń wszystkie przewroty wykonuje prawidłowo oraz pamięta o zachowaniu prawidłowych pozycji gimnastycznych

Dobry- uczeń prawidłowo wykonał 1 z przewrotów, a w 2 przewrocie popełnił błąd

Dostateczny- uczeń prawidłowo wykonał 1 przewrót, a w 2 przewrocie popełnił znaczące błędy

Dopuszczający- uczeń przystąpił do zaliczenia, jednak w przewrotach popełnił błędy, zapomniał o poprawnych pozycjach gimnastycznych

Niedostateczny- uczeń jest na zajęciach i nie przystępuje do zaliczenia

2 Podpór łukiem leżąc tyłem

Bardzo dobry- uczeń zadanie ruchowe wykonuje prawidłowo

Dobry- uczeń podczas wykonywania ćwiczenia popełnił niewielki błąd

Dostateczny- w czasie wykonywania zadania pojawiają się rażące błędy (ugięte ręce, nogi)

Dopuszczający- uczeń przystąpił do zaliczenia, jednak nie wykonał zadania

Niedostateczny- uczeń jest na zajęciach i nie przystępuje do zaliczenia

PIŁKA RĘCZNA

1 Kozłowanie piłki w ruchu

Bardzo dobry- uczeń zadanie ruchowe wykonuje prawidłowo

Dobry- uczeń podczas wykonywania ćwiczenia popełnił niewielki błąd (technika kozłowania, tempo ćwiczenia)

Dostateczny- w czasie wykonywania zadania pojawiają się rażące błędy

Dopuszczający- uczeń przystąpił do zaliczenia, jednak nie wykonał zadania

Niedostateczny- uczeń jest na zajęciach i nie przystępuje do zaliczenia

2 Rzut piłki do bramki z miejsca

Bardzo dobry- uczeń zadanie ruchowe wykonuje prawidłowo

Dobry- uczeń podczas wykonywania ćwiczenia popełnił niewielki błąd (ustawienie, odprowadzenie ręki)

Dostateczny- w czasie wykonywania zadania pojawiają się rażące błędy

Dopuszczający- uczeń przystąpił do zaliczenia, jednak nie wykonał zadania

Niedostateczny- uczeń jest na zajęciach i nie przystępuje do zaliczenia

Lekka atletyka

1 Bieg krótki do 60m

Bardzo dobry- uczeń zadanie ruchowe wykonuje prawidłowo

Dobry- uczeń podczas wykonywania zadania popełnia niewielkie błędy techniczne

Dostateczny- w czasie wykonywania zadania pojawiają się rażące błędy techniczne

Dopuszczający- uczeń przystąpił do zaliczenia, jednak nie wykonał zadania

Niedostateczny- uczeń jest na zajęciach i nie przystępuje do zaliczenia

2 Wytrzymałościowy bieg terenowy

Bardzo dobry – uczeń brał udział w biegu terenowym, wykazał się ambicją w trakcie rywalizacji

Dobry – brał udział w biegu terenowym, lekkie błędy podczas techniki biegu

Dostateczny - brał udział w biegu terenowym, nie wykazał się ambicją w trakcie rywalizacji, udział w biegu potraktował jako konieczność

Dopuszczający - brał udział w biegu terenowym, nie wykazał się ambicją w trakcie rywalizacji, bieg potraktował jako konieczność, negował potrzebę startu

Niedostateczny – uczeń jest na zajęciach i nie przystępuje do zaliczenia

3 Rzut piłką lekarską w przód nad głowę

Bardzo dobry- uczeń zadanie ruchowe wykonuje prawidłowo

Dobry- uczeń podczas wykonywania zadania popełnia niewielkie błędy techniczne

Dostateczny- w czasie wykonywania zadania pojawiają się rażące błędy techniczne

Dopuszczający- uczeń przystąpił do zaliczenia, jednak nie wykonał zadania

Niedostateczny- uczeń jest na zajęciach i nie przystępuje do zaliczenia

4 Skok w dal z miejsca

Bardzo dobry- uczeń zadanie ruchowe wykonuje prawidłowo

Dobry- uczeń podczas wykonywania zadania popełnia niewielkie błędy techniczne

Dostateczny- w czasie wykonywania zadania pojawiają się rażące błędy techniczne

Dopuszczający- uczeń przystąpił do zaliczenia, jednak nie wykonał zadania

Niedostateczny- uczeń jest na zajęciach i nie przystępuje do zaliczenia