

KRYTERIA OCENY UMIEJETNOŚCI Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO DLA UCZNIÓW KL II GIMNAZJUM W ZDUNACH

A. Lekkoatletyka

1. Bieg na 100 m ze startu niskiego

- 6 – uczeń potrafi wykonać poprawnie start niski i uzyskał w biegu czas do 14 s dla chłopców i do 15 s dla dziewcząt
- 5 – j.w. z wynikiem w przedziale 14,1 – 15,1 s dla chłopców i 15,1 – 16,1 s dla dziewcząt
- 4 – j.w. z prawidłowym startem i biegiem wg własnych możliwości bez względu na wynik
- 2-3 – za błędy w starcie niskim i bieg niezgodny z własnymi możliwościami
- 1 – za nie przystąpienie do sprawdzianu bez usprawiedliwienia

2. Bieg na 50 m ze startu niskiego

- 6 – uczeń potrafi wykonać poprawnie start niski i uzyskał w biegu czas do 6,80 s dla chłopców i do 7,80 s dla dziewcząt
- 5 – j.w. z wynikiem w przedziale 6,81 – 7,80 s dla chłopców i 7,81 – 8,50 dla dziewcząt
- 4 – j.w. z prawidłowym startem i biegiem wg własnych możliwości bez względu na wynik
- 2-3 – za błędy w starcie niskim i bieg niezgodny z własnymi możliwościami
- 1 – za nie przystąpienie do sprawdzianu bez usprawiedliwienia

3. Bieg na 800 m dz /1000 m chl ze startu wysokiego

- 6 – uczeń potrafi wykonać poprawnie start wysoki z wynikiem nie większym niż 3:05 min dla dziewcząt i 3:25 min dla chłopców
- 5 – j.w. z wynikiem od 3:06 – 3:35 min dla dziewcząt i od 3:26 – 3:45 dla chłopców
- 4 – j.w. z prawidłowym biegiem na dystansie wg własnych możliwości bez względu na wynik
- 2-3 – za błędy w starcie wysokim i za bieg niezgodny z własnymi możliwościami ucznia
- 1 – za nie przystąpienie do sprawdzianu bez usprawiedliwienia

4. Skok wzwyż technika nożycową / skok w dal technika naturalną

- 6 – uczeń umie wykonać poprawny rozbieg, odbicie i lądowanie z wynikiem co najmniej 120 cm/4,20m dla dziewcząt i 130 cm /4,60m dla chłopców
- 5 – j.w. z wynikiem co najmniej 110/4,00 m dla dziewcząt i 120/4,30 m dla chłopców
- 4 – j.w. wg własnych możliwości bez względu na wynik
- 2-3 – za skok niezgodny z własnymi możliwościami
- 1 – za nie przystąpienie do sprawdzianu bez usprawiedliwienia

5. Pchnięcie kulą

- 6 – uczeń potrafi wykonać poprawny rzut z wynikiem ponad 7 m dla dziewcząt i ponad 8 m dla chłopców
- 5 – j.w. z wynikiem ponad 6 m dla dziewcząt i ponad 7 m dla chłopców
- 4 – j.w. wg własnych możliwości bez względu na wynik
- 2-3 – za pchnięcie kulą niezgodne z własnymi możliwościami
- 1 – za nie przystąpienie do sprawdzianu bez usprawiedliwienia

B. Gimnastyka

1. Skok zawrotny przez skrzynię – chłopcy i dziewczęta

- 6 – uczeń potrafi bezbłędnie wykonać oba skoki
- 5 – za wykonanie obu skoków z jednym błędem
- 4 – za wykonanie obu skoków z więcej niż jednym błędem
- 2-3 – za wykonanie jednego lub obu skoków niezgodnie z własnymi możliwościami
- 1 - za nie przystąpienie do sprawdzianu bez usprawiedliwienia

2. Układ taneczno – gimnastyczny przy muzyce wg. inwencji uczniów - dziewczyny

- 6 – uczeń potrafi bezbłędnie cały układ
- 5 – za wykonanie układu z jednym błędem
- 4 – za wykonanie układu z więcej niż jednym błędem ale w miarę poprawnie
- 2-3 – za niestaranne wykonanie układu niezgodnie z własnymi możliwościami
- 1 - za nie przystąpienie do sprawdzianu bez usprawiedliwienia

C. Piłka siatkowa

1. Zagrywka tenisowa z za linii końcowej boiska

- 6 – uczeń potrafi bezbłędnie wykonać ćwiczenie (6 powtórzeń przynajmniej 5 poprawnie)
- 5 – uczeń potrafi bezbłędnie wykonać ćwiczenie (6 powtórzeń : 4 poprawnie)
- 4 – za wykonanie ćwiczenia poprawnie na miarę własnych możliwości
- 2-3 – za niestaranne wykonanie ćwiczenia niezgodnie z własnymi możliwościami
- 1 – za nie przystąpienie do sprawdzianu bez usprawiedliwienia

D. Piłka ręczna (podania i chwyt w dwójkach zakończone rzutem na bramkę z wyskoku)

- 6 – uczeń wykonuje ćwiczenie bezbłędnie
- 5 – uczeń wykona ćwiczenie z małymi błędami
- 4 – uczeń wykona ćwiczenie z błędami, ale na miarę swoich możliwości
- 2-3 – uczeń wykonuje ćwiczenie niezgodnie ze swoimi możliwościami
- 1 - za nie przystąpienie do sprawdzianu bez usprawiedliwienia

E. Koszykówka (rzuty do kosza z dystansu z pięciu miejsc rzutowych)

- 6 – uczeń potrafi wykonać zadanie poprawnie technicznie bez kroków i podwójnych w czasie do 50 s dla chłopców / 1 min dla dziewcząt
- 5 – uczeń potrafi wykonać zadanie poprawnie technicznie bez kroków i podwójnych w czasie do 1:10 dla chłopców / 1:30 min dla dziewcząt
- 4 – uczeń wykona zadanie na miarę swoich możliwości
- 2-3 – uczeń wykonuje zadanie niezgodnie ze swoimi możliwościami
- 1 - za nie przystąpienie do sprawdzianu bez usprawiedliwienia

F. Sprawdziany (z wiadomości z zakresu edukacji zdrowotnej i drugi z przepisów gier).