

Wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego dla klasy 4

Lp	Temat	Poziom wymagań na ocenę				
		dopuszczającą	dostateczną	dobrą	bardzo dobrą	celującą
		Uczeń:				
1.	Zapoznanie z zasadami i kryteriami oceniania z wf oraz z zasadami korzystania z sali gimnastycznej i BHP	-nie opanował materiału w stopniu dostatecznym i ma poważne braki -jest często nieprzygotowany do zajęć -jego postawa społeczna budzi poważne zastrzeżenia -nie zna regulaminu sali gimnastycznej	-przejawia braki w zakresie wychowania społecznego, w postawie i w stosunku do przedmiotu -sporadycznie jest nieprzygotowany do lekcji -nie wykazuje aktywności na lekcjach -nie zna dokładnie regulaminu sali gimnastycznej -zna niektóre zasady bezpiecznego poruszania się po boisku,	-opanował umiejętności ruchowe na poziomie podstawowym -przejawia pozytywny stosunek do przedmiotu i aktywna postawa na lekcji -zna i stosuje zasady higieny osobistej -nie wykazuje rażących błędów w zakresie wychowania społecznego -słabo zna regulamin sali gimnastycznej -opisuje zasady bezpiecznego poruszania się po boisku, -wymienia osoby, do których należy zwrócić się o pomoc w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia	-opanował pełen zakres umiejętności i wiedzy określony wymaganiami edukacyjnymi programu nauczania przedmiotu w danej klasie -jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego nie budzą najmniejszych zastrzeżeń -jest zawsze przygotowany do zajęć, dba o higienę osobistą -zna regulamin sali gimnastycznej -opisuje zasady bezpiecznego poruszania się po boisku, -wymienia osoby, do których należy zwrócić się o pomoc w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą. -posiada zakres umiejętności wykraczający poza program nauczania danej klasy. -aktywnie uczestniczy w życiu sportowym na terenie szkoły, bądź też w innych formach działalności związanej z kulturą fizyczną. -bardzo dobrze zna regulamin sali gimnastycznej -opisuje zasady bezpiecznego poruszania się po boisku, -wymienia osoby, do których należy zwrócić się o pomoc w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia
2.	Gry i zabawy zespołowe.	-nie wykazuje postawy fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry,	-nie zawsze prezentuje postawę fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry,	-prezentuje postawę fair play -popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry,	-zawsze prezentuje postawę fair play -zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie.	-zawsze prezentuje postawę fair play -jest wzorem dla innych uczniów -zajmuje punktowane miejsce w zawodach

		-w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki.	-w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki.	-w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki.	-posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu. -popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do kosza, bramki.	gminnych, powiatowych lub wojewódzkich -nie popełnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
3.	Diagnoza sprawności fizycznej wg. MTSF – interpretacja wyników.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -Wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -Systematycznie doskonalą się sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
4.	Pomiar wysokości i masy ciała – interpretacja wyników.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką,	-ćwiczenie wykonuje pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie oraz właściwą techniką
5.	Diagnoza wydolności fizycznej – Próba Ruffiera.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -Wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalą się sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej

6.	Marszobieg terenowy.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką,	-ćwiczenie wykonuje pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie oraz właściwą techniką
7.	Rzut piłeczką palantową.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
8.	Nauka techniki biegu krótkiego.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
9.	Bieg na 60m – sprawdzian szybkości. Mierzenie tętna i interpretacja wyników.	-wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy	-wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-systematycznie doskonalili są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
10.	Gry i zabawy ruchowe z elementami piłki nożnej.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki.	-popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki.	-popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do bramki.	-nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa

11.	Organizujemy sportowe zawody klasowe. Olimpiada i igrzyska olimpijskie.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki. -zdawkowo wyjaśnia znaczenie zawodów sportowych	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki. -wie co to jest olimpiada,	-popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki. -wie co to jest olimpiada i paraolimpiada -podaje nazwę ostatniej olimpiady, która się niedawno odbyła	-popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do bramki. -potrafi wskazać różnice między olimpiadą, a paraolimpiadą	-nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa -potrafi wskazać różnice między olimpiadą, a paraolimpiadą -podaje przykłady olimpiad i paraolimpiad (miejsca ich organizacji)
12.	Nauka startu wysokiego.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
13.	Nauka techniki biegu krótkiego.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
14.	Bieg na 600m – sprawdzian wytrzymałościowy.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy	-wkłada umiarkowany wysiłek w wykonanie ćwiczenia	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką,	-ćwiczenie wykonuje pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie oraz właściwą techniką
15.	Nauka skoku w dal.	-ćwiczenia wykonuje	-wkłada minimalny	-wykonuje ćwiczenia	-ćwiczenia wykonuje	-spełnia wszystkie

		niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
16.	Zabawy ruchowe w terenie.	-nie wykazuje postawy fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki.	-nie zawsze prezentuje postawę fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki.	-prezentuje postawę fair play - popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki.	-zawsze prezentuje postawę fair play -zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie. -posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu. - popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do kosza, bramki.	-zawsze prezentuje postawę fair play -jest wzorem dla innych uczniów -zajmuje punktowane miejsce w zawodach gminnych, powiatowych lub wojewódzkich -nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
17.	Bieg na orientację.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy	-wkłada umiarkowany wysiłek w wykonanie ćwiczenia	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką,	-ćwiczenie wykonuje pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie oraz właściwą techniką
18.	Technika biegu krótkiego.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla

		technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
19.	Gry i zabawy ruchowe z elementami piłki nożnej.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki.	- popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki.	- popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do bramki.	-nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
20.	Technika i taktyka piłki nożnej – uderzenia i przyjęcia piłki wewnętrzną częścią stopy.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
21.	Technika i taktyka piłki nożnej – uderzenia i przyjęcia piłki wewnętrzną częścią stopy.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
22.	Technika i taktyka piłki nożnej – przyjęcia piłki różnymi częściami ciała.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili są sprawność motoryczną	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej

		-wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
23.	Technika i taktyka piłki nożnej – rozegranie piłki między trzech zawodników.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalą się sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
24.	Rzut piłką lekarską 1 kg do przodu.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalą się sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
25.	Gry i zabawy ruchowe. Ćwiczenia kształtujące prawidłową postawę i zdolności motoryczne.	-nie wykazuje postawy fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki. -ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami	-nie zawsze prezentuje postawę fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki. -wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje	-prezentuje postawę fair play -popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki. wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w	-zawsze prezentuje postawę fair play -zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie. -posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu. -popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -zawsze prezentuje postawę fair play -jest wzorem dla innych uczniów -zajmuje punktowane miejsce w zawodach gminnych, powiatowych lub wojewódzkich -nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z

		technicznymi	niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznym	słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do kosza, bramki. -ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalą sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
26.	Doskonalenie skoku w dal.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalą sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
27.	Gry i zabawy ruchowe ogólnorozwojowe. Ćwiczenia kształtujące.	-nie wykazuje postawy fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki. -ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi	-nie zawsze prezentuje postawę fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki. -wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w	-prezentuje postawę fair play -popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki. wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie	-zawsze prezentuje postawę fair play -zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie. -posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu. -popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -zawsze prezentuje postawę fair play -jest wzorem dla innych uczniów -zajmuje punktowane miejsce w zawodach gminnych, powiatowych lub wojewódzkich -nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem

			nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznym	-wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do kosza, bramki. ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonali są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	podstawowych zasad bezpieczeństwa
28.	Gry i zabawy ruchowe z elementami koszykówki.	-nie wykazuje postawy fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza,	-nie zawsze prezentuje postawę fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza,	-prezentuje postawę fair play - popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza,	-zawsze prezentuje postawę fair play -zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie. -posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu. - popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do kosza,	-zawsze prezentuje postawę fair play -jest wzorem dla innych uczniów -zajmuje punktowane miejsce w zawodach gminnych, powiatowych lub wojewódzkich -nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
29.	Gry i zabawy ruchowe ogólnorozwojowe.	-nie wykazuje postawy fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych	-nie zawsze prezentuje postawę fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych	-prezentuje postawę fair play - popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych	-zawsze prezentuje postawę fair play -zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie. -posiada duże wiadomości	-zawsze prezentuje postawę fair play -jest wzorem dla innych uczniów -zajmuje punktowane miejsce w zawodach gminnych, powiatowych

		(kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki.	(kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki.	(kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki.	z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu. -popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do kosza, bramki.	lub wojewódzkich -nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
30.	Aktywne formy spędzania wolnego czasu – dwa ognie.	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -nie wykazuje postawy fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki.	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -nie zawsze prezentuje postawę fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki.	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -prezentuje postawę fair play -popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki.	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -zawsze prezentuje postawę fair play -zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie. -posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu. -popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do kosza, bramki.	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -zawsze prezentuje postawę fair play -jest wzorem dla innych uczniów -zajmuje punktowane miejsce w zawodach gminnych, powiatowych lub wojewódzkich -nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
31.	Gry i zabawy ruchowe ogólnorozwojowe.	-nie wykazuje postawy fair play	-nie zawsze prezentuje postawę fair play	-prezentuje postawę fair play	-zawsze prezentuje postawę fair play	-zawsze prezentuje postawę fair play

		<ul style="list-style-type: none"> -popelnia wiksze błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki. 	<ul style="list-style-type: none"> -popelnia wiksze błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki. 	<ul style="list-style-type: none"> - popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki. 	<ul style="list-style-type: none"> -zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie. -posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu. - popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do kosza, bramki. 	<ul style="list-style-type: none"> -jest wzorem dla innych uczniów -zajmuje punktowane miejsce w zawodach gminnych, powiatowych lub wojewódzkich -nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
32.	Gry i zabawy ruchowe z elementami koszykówki.	<ul style="list-style-type: none"> -nie wykazuje postawy fair play -popelnia wiksze błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, 	<ul style="list-style-type: none"> -nie zawsze prezentuje postawę fair play -popelnia wiksze błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, 	<ul style="list-style-type: none"> -prezentuje postawę fair play - popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, 	<ul style="list-style-type: none"> -zawsze prezentuje postawę fair play -zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie. -posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu. - popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do kosza, 	<ul style="list-style-type: none"> -zawsze prezentuje postawę fair play -jest wzorem dla innych uczniów -zajmuje punktowane miejsce w zawodach gminnych, powiatowych lub wojewódzkich -nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa

33.	Technika i taktyka koszykówki – kożłowanie piłki ręką prawą i lewą, w marszu i w biegu.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
34.	Technika i taktyka koszykówki – rzuty do kosza z miejsca.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
35.	Technika i taktyka koszykówki – podania i chwyt piłki oburącz sprzed klatki piersiowej.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
36.	Doskonalenie poznanych elementów koszykówki w grze.	-nie wykazuje postawy fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza,	-nie zawsze prezentuje postawę fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza,	-prezentuje postawę fair play -popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne,	-zawsze prezentuje postawę fair play -zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie. -posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu.	-zawsze prezentuje postawę fair play -jest wzorem dla innych uczniów -zajmuje punktowane miejsce w zawodach gminnych, powiatowych lub wojewódzkich -nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe

					-nie trafia do kosza,	- popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do kosza,	przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
37.	Aktywne formy spędzania wolnego czasu – dwa ognie.	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -nie wykazuje postawy fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki.	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -nie zawsze prezentuje postawę fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki.	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -prezentuje postawę fair play - popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki.	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -zawsze prezentuje postawę fair play -zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie. -posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu. - popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do kosza, bramki.	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -zawsze prezentuje postawę fair play -jest wzorem dla innych uczniów -zajmuje punktowane miejsce w zawodach gminnych, powiatowych lub wojewódzkich -nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa	
38.	Ćwiczenia równoważne na ławeczce wg. inwencji ucznia.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonali są sprawność motoryczną	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej	

		-wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
39.	Gry i zabawy ruchowe ogólnorozwojowe.	-nie wykazuje postawy fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki.	-nie zawsze prezentuje postawę fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki.	-prezentuje postawę fair play -popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki.	-zawsze prezentuje postawę fair play -zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie. -posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu. -popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do kosza, bramki.	-zawsze prezentuje postawę fair play -jest wzorem dla innych uczniów -zajmuje punktowane miejsce w zawodach gminnych, powiatowych lub wojewódzkich -nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
40.	Nauka przewrotu w przód z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu -nie zaznacza akcentu rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia, -nie wykonuje przewrotu we właściwym tempie, -nie zaznacza wyprost	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi -nie zaznacza akcentu rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia, -nie wykonuje przewrotu we właściwym tempie, -nie zaznacza wyprost	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego -zaznacza akcent rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia, -przewrót wykonuje w niewłaściwym tempie, -nie zaznacza wyprost	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalą są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu -zaznacza akcent rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia, -przewrót wykonany jest we właściwym tempie, -nie zaznacza wyprost NN w trakcie przetoczenia	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej -zaznacza akcent rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia, -przewrót wykonany jest we właściwym tempie, -zaznacza wyprost NN w trakcie przetoczenia

		<p>NN w trakcie przetoczenia przez plecy, -nie przyciąga głowy do klatki piersiowej, -nie chwytą za kolana po wykonaniu przewrotu, -nie zaznacza cechy gimnastycznej – obciążnięcia palców, -wykonuje ćwiczenie z pomocą nauczyciela.</p>	<p>NN w trakcie przetoczenia przez plecy, -głowę przyciąga do klatki piersiowej, -nie chwytą za kolana po wykonaniu przewrotu, -nie zaznacza cechy gimnastycznej – obciążnięcia palców</p>	<p>NN w trakcie przetoczenia przez plecy, -głowę przyciąga do klatki piersiowej, -chwytą za kolana po wykonaniu przewrotu, -nie zaznacza cechy gimnastycznej – obciążnięcia palców.</p>	<p>przez plecy, -głowę przyciąga do klatki piersiowej, -chwytą za kolana po wykonaniu przewrotu, -zaznacza cechy gimnastyczne – obciążnięcia palców.</p>	<p>przez plecy, -głowę przyciąga do klatki piersiowej, -chwytą za kolana po wykonaniu przewrotu, -zaznacza cechy gimnastyczne – obciążnięcia palców</p>
41.	<p>Nauka przewrotu w tył z przysiadu podpartego do klęku podpartego.</p>	<p>-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu -nie zaznacza akcentu rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia, -nie wykonuje przewrotu we właściwym tempie, -nie zaznacza wyprostu NN w trakcie przetoczenia przez plecy, -nie przyciąga głowy do klatki piersiowej, -nie chwytą za kolana po wykonaniu przewrotu, -nie zaznacza cechy gimnastycznej – obciążnięcia palców, -wykonuje ćwiczenie z pomocą nauczyciela.</p>	<p>-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi -nie zaznacza akcentu rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia, -nie wykonuje przewrotu we właściwym tempie, -nie zaznacza wyprostu NN w trakcie przetoczenia przez plecy, -głowę przyciąga do klatki piersiowej, -nie chwytą za kolana po wykonaniu przewrotu, -nie zaznacza cechy gimnastycznej – obciążnięcia palców</p>	<p>-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego - zaznacza akcent rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia, - przewrót wykonuje w niewłaściwym tempie, -nie zaznacza wyprostu NN w trakcie przetoczenia przez plecy, -głowę przyciąga do klatki piersiowej, -chwytą za kolana po wykonaniu przewrotu, -nie zaznacza cechy gimnastycznej – obciążnięcia palców.</p>	<p>-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu -zaznacza akcent rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia, -przewrót wykonany jest we właściwym tempie, -nie zaznacza wyprostu NN w trakcie przetoczenia przez plecy, -głowę przyciąga do klatki piersiowej, -chwytą za kolana po wykonaniu przewrotu, -zaznacza cechy gimnastyczne – obciążnięcia palców.</p>	<p>-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej -zaznacza akcent rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia, -przewrót wykonany jest we właściwym tempie, -zaznacza wyprost NN w trakcie przetoczenia przez plecy, -głowę przyciąga do klatki piersiowej, -chwytą za kolana po wykonaniu przewrotu, -zaznacza cechy gimnastyczne – obciążnięcia palców</p>
42.	<p>Skoki zawrotne przez ławeczkę.</p>	<p>-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w</p>	<p>-wkłada minimalny wysiłek w swoje</p>	<p>-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z</p>	<p>-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką,</p>	<p>-spełnia wszystkie wymagania na ocenę</p>

		ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili się sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
43.	Gry i zabawy ruchowe z elementami koszykówki.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza	- popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza	- popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do kosza	-nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
44.	Technika i taktyka koszykówki – kozłowanie piłki ręką prawą i lewą, w marszu i w biegu.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili się sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
45.	Technika i taktyka koszykówki – rzuty do kosza z miejsca.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili się sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
46.	Technika i taktyka koszykówki – podania i chwyt piłki oburącz sprzed klatki piersiowej.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą

		-ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
47.	Doskonalenie poznanych elementów koszykówki w grze.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza.	-popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza.	-popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do kosza	-nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
48.	Aktywne formy spędzania wolnego czasu – PK.	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -nie wykazuje postawy fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza,	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -nie zawsze prezentuje postawę fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza,	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -prezentuje postawę fair play -popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza,	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -zawsze prezentuje postawę fair play -zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie. -posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu. -popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do kosza,	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -zawsze prezentuje postawę fair play -jest wzorem dla innych uczniów -zajmuje punktowane miejsce w zawodach gminnych, powiatowych lub wojewódzkich -nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa

49.	Wpływ odżywiania i aktywności fizycznej na zdrowie człowieka.	-przejawia minimalną aktywność na lekcji wychowania fizycznego -ma bardzo duże braki w zakresie wiadomości i umiejętności	-wykazuje braki w zakresie podstawowych nawyków higieniczno-zdrowotnych -wykazuje się niską aktywnością na lekcji wychowania fizycznego	-dba o swoją sprawność fizyczną i stara się ją rozwijać, -posiada nawyki higieniczno- zdrowotne	-wie jak dbać o zdrowie i prowadzi zdrowy tryb życia, -dokładnie opisuje zasady zdrowego odżywiania -potrafi dokładnie opisać piramidę żywienia i aktywności fizycznej	-prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia -wymienia korzyści wynikające z aktywności fizycznej
50.	Skoki zawrotne przez ławeczkę.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalą swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
51.	Ćwiczenia równoważne na ławeczce wg. inwencji ucznia.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalą swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
52.	Nauka układu gimnastycznego.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalą swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
53.	Aktywne formy spędzania wolnego czasu – dwa ognie.	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -nie wykazuje postawy	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -nie zawsze prezentuje	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -prezentuje postawę fair	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -zawsze prezentuje	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego,

		<p>fair play</p> <ul style="list-style-type: none"> -popelnia wiksze błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, 	<p>postawę fair play</p> <ul style="list-style-type: none"> -popelnia wiksze błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, 	<p>play</p> <ul style="list-style-type: none"> - popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, 	<p>postawę fair play</p> <ul style="list-style-type: none"> -zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie. -posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu. - popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, 	<ul style="list-style-type: none"> -zawsze prezentuje postawę fair play -jest wzorem dla innych uczniów -zajmuje punktowane miejsce w zawodach gminnych, powiatowych lub wojewódzkich -nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
54.	Gry i zabawy ruchowe.	<ul style="list-style-type: none"> -nie wykazuje postawy fair play -popelnia wiksze błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki. 	<ul style="list-style-type: none"> -nie zawsze prezentuje postawę fair play -popelnia wiksze błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki. 	<ul style="list-style-type: none"> -prezentuje postawę fair play - popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki. 	<ul style="list-style-type: none"> -zawsze prezentuje postawę fair play -zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie. -posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu. - popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do kosza, bramki. 	<ul style="list-style-type: none"> -zawsze prezentuje postawę fair play -jest wzorem dla innych uczniów -zajmuje punktowane miejsce w zawodach gminnych, powiatowych lub wojewódzkich -nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa

55.	Marsz terenowy zimą.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką,	-ćwiczenie wykonuje pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie oraz właściwą techniką
56.	Nauka przewrotu w przód z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu -nie zaznacza akcentu rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia, -nie wykonuje przewrotu we właściwym tempie, -nie zaznacza wyprost NN w trakcie przetoczenia przez plecy, -nie przyciąga głowy do klatki piersiowej, -nie chwyt za kolana po wykonaniu przewrotu, -nie zaznacza cechy gimnastycznej – obciążenia palców, -wykonuje ćwiczenie z pomocą nauczyciela.	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi -nie zaznacza akcentu rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia, -nie wykonuje przewrotu we właściwym tempie, -nie zaznacza wyprost NN w trakcie przetoczenia przez plecy, -głowę przyciąga do klatki piersiowej, -nie chwyt za kolana po wykonaniu przewrotu, -nie zaznacza cechy gimnastycznej – obciążenia palców	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego - zaznacza akcent rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia, - przewrót wykonuje w niewłaściwym tempie, -nie zaznacza wyprost NN w trakcie przetoczenia przez plecy, -głowę przyciąga do klatki piersiowej, -chwyt za kolana po wykonaniu przewrotu, -nie zaznacza cechy gimnastycznej – obciążenia palców.	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalą się sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu -zaznacza akcent rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia, -przewrót wykonany jest we właściwym tempie, -nie zaznacza wyprost NN w trakcie przetoczenia przez plecy, -głowę przyciąga do klatki piersiowej, -chwyt za kolana po wykonaniu przewrotu, -zaznacza cechy gimnastyczne – obciążenie palców.	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej -zaznacza akcent rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia, -przewrót wykonany jest we właściwym tempie, -zaznacza wyprost NN w trakcie przetoczenia przez plecy, -głowę przyciąga do klatki piersiowej, -chwyt za kolana po wykonaniu przewrotu, - zaznacza cechy gimnastyczne – obciążenie palców
57.	Nauka przewrotu w tył z przysiadu podpartego do klęku podpartego.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalą się sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej

		<p>usprawnianiu -nie zaznacza akcentu rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia, -nie wykonuje przewrotu we właściwym tempie, -nie zaznacza wyprostu NN w trakcie przetoczenia przez plecy, -nie przyciąga głowy do klatki piersiowej, -nie chwytą za kolana po wykonaniu przewrotu, -nie zaznacza cechy gimnastycznej – obciążnięcia palców, -wykonuje ćwiczenie z pomocą nauczyciela.</p>	<p>technicznymi -nie zaznacza akcentu rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia, -nie wykonuje przewrotu we właściwym tempie, -nie zaznacza wyprostu NN w trakcie przetoczenia przez plecy, -głowę przyciąga do klatki piersiowej, -nie chwytą za kolana po wykonaniu przewrotu, -nie zaznacza cechy gimnastycznej – obciążnięcia palców</p>	<p>psychofizycznego - zaznacza akcent rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia, - przewrót wykonuje w niewłaściwym tempie, -nie zaznacza wyprostu NN w trakcie przetoczenia przez plecy, -głowę przyciąga do klatki piersiowej, -chwytą za kolana po wykonaniu przewrotu, -nie zaznacza cechy gimnastycznej – obciążnięcia palców.</p>	<p>-zaznacza akcent rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia, -przewrót wykonany jest we właściwym tempie, -nie zaznacza wyprostu NN w trakcie przetoczenia przez plecy, -głowę przyciąga do klatki piersiowej, -chwytą za kolana po wykonaniu przewrotu, -zaznacza cechy gimnastyczne – obciążnięcia palców.</p>	<p>-zaznacza akcent rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia, -przewrót wykonany jest we właściwym tempie, -zaznacza wyprost NN w trakcie przetoczenia przez plecy, -głowę przyciąga do klatki piersiowej, -chwytą za kolana po wykonaniu przewrotu, - zaznacza cechy gimnastyczne – obciążnięcia palców</p>
58.	Ćwiczenia równoważne na ławeczce wg. inwencji ucznia.	<p>-nie akcentuje rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia, -nie wykonuje płynnie układu, widać liczne zachwiania, -nie zatrzymuje się i nie zaznacza pozycji równoważnych od 1 do 3 s, -niewłaściwie łączy ćwiczenia w układzie, -nie wykonuje układu na krawędzi ławeczki, -nie zaznacza cechy gimnastycznej – obciążnięcia palców</p>	<p>-nie akcentuje rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia, -nie wykonuje płynnie układu, widać liczne zachwiania, -nie zatrzymuje się i nie zaznacza pozycji równoważnych od 1 do 3 s, -niewłaściwie łączy ćwiczenia w układzie, -układ wykonuje na krawędzi ławeczki, -zaznacza cechy gimnastyczne – obciążnięcia palców</p>	<p>-akcentuje rozpoczęcie i zakończenie ćwiczenia, -układ wykonuje płynnie bez zachwiania, -nie zatrzymuje się i nie zaznacza pozycji równoważnych od 1 do 3 s, -niewłaściwie łączy ćwiczenia w układzie, -układ wykonuje wzdłuż długiej osi symetrii ławeczki, -zaznacza cechy gimnastyczne – obciążnięcia palców</p>	<p>-akcentuje rozpoczęcie i zakończenie ćwiczenia, -układ wykonuje płynnie bez zachwiania, -nie zatrzymuje się i nie zaznacza pozycji równoważnych od 1 do 3 s, -właściwie łączy ćwiczenia w układzie, -układ wykonuje wzdłuż długiej osi symetrii ławeczki, -zaznacza cechy gimnastyczne – obciążnięcia palców</p>	<p>-akcentuje rozpoczęcie i zakończenie ćwiczenia, -układ wykonuje płynnie bez zachwiania, -pozycje równoważne są zaznaczone i wytrzymane od 1 do 3 s, -właściwie łączy ćwiczenia w układzie, -układ wykonuje wzdłuż długiej osi symetrii ławeczki, -zaznacza cechy gimnastyczne – obciążnięcia palców</p>
59.	Doskonalenie układu gimnastycznego na ścieżce.	<p>-nie akcentuje rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia, -nie wykonuje płynnie układu, widać liczne zachwiania,</p>	<p>-nie akcentuje rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia, -nie wykonuje płynnie układu, widać liczne zachwiania,</p>	<p>-akcentuje rozpoczęcie i zakończenie ćwiczenia, -układ wykonuje płynnie bez zachwiania, -nie zatrzymuje się i nie</p>	<p>-akcentuje rozpoczęcie i zakończenie ćwiczenia, -układ wykonuje płynnie bez zachwiania, -nie zatrzymuje się i nie</p>	<p>-akcentuje rozpoczęcie i zakończenie ćwiczenia, -układ wykonuje płynnie bez zachwiania, -pozycje równoważne są</p>

		-nie zatrzymuje się i nie zaznacza pozycji równoważnych od 1 do 3 s, -niewłaściwie łączy ćwiczenia w układzie, -nie zaznacza cechy gimnastycznej – obciążenie palców	-nie zatrzymuje się i nie zaznacza pozycji równoważnych od 1 do 3 s, -niewłaściwie łączy ćwiczenia w układzie, -zaznacza cechy gimnastyczne – obciążenie palców	zaznacza pozycji równoważnych od 1 do 3 s, -niewłaściwie łączy ćwiczenia w układzie, -zaznacza cechy gimnastyczne – obciążenie palców	zaznacza pozycji równoważnych od 1 do 3 s, -właściwie łączy ćwiczenia w układzie, -zaznacza cechy gimnastyczne – obciążenie palców	zaznaczone i wytrzymałe od 1 do 3 s, -właściwie łączy ćwiczenia w układzie, -zaznacza cechy gimnastyczne – obciążenie palców
60.	Gry i zabawy ruchowe na śniegu.	-nie wykazuje postawy fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki.	-nie zawsze prezentuje postawę fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki.	-prezentuje postawę fair play -popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki.	-zawsze prezentuje postawę fair play -zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie. -posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu. -popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do kosza, bramki.	-zawsze prezentuje postawę fair play -jest wzorem dla innych uczniów -zajmuje punktowane miejsce w zawodach gminnych, powiatowych lub wojewódzkich -nie popełnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
61.	Skoki zawrotne przez ławeczkę.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką,	-ćwiczenie wykonuje pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie oraz właściwą techniką
62.	Ćwiczenia równoważne na ławeczce wg. inwencji ucznia. Ochrona i samoochrona.	-nie akcentuje rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia, -nie wykonuje płynnie	-nie akcentuje rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia, -nie wykonuje płynnie	-akcentuje rozpoczęcie i zakończenie ćwiczenia, -układ wykonuje płynnie	-akcentuje rozpoczęcie i zakończenie ćwiczenia, -układ wykonuje płynnie	-akcentuje rozpoczęcie i zakończenie ćwiczenia, -układ wykonuje płynnie

		układu, widać liczne zachwiania, -nie zatrzymuje się i nie zaznacza pozycji równoważnych od 1 do 3 s, -niewłaściwie łączy ćwiczenia w układzie, -nie wykonuje układu na krawędzi ławeczki, -nie zaznacza cechy gimnastycznej – obciążenie palców -nie stosuje zasady samoochrony	układu, widać liczne zachwiania, -nie zatrzymuje się i nie zaznacza pozycji równoważnych od 1 do 3 s, -niewłaściwie łączy ćwiczenia w układzie, -układ wykonuje na krawędzi ławeczki, -zaznacza cechy gimnastyczne – obciążenie palców -stosuje zasady samoochrony	bez zachwiania, -nie zatrzymuje się i nie zaznacza pozycji równoważnych od 1 do 3 s, -niewłaściwie łączy ćwiczenia w układzie, -układ wykonuje wzdłuż długiej osi symetrii ławeczki, -zaznacza cechy gimnastyczne – obciążenie palców -stosuje zasady samoochrony	bez zachwiania, -nie zatrzymuje się i nie zaznacza pozycji równoważnych od 1 do 3 s, -właściwie łączy ćwiczenia w układzie, -układ wykonuje wzdłuż długiej osi symetrii ławeczki, -zaznacza cechy gimnastyczne – obciążenie palców -stosuje zasady samoochrony	bez zachwiania, -pozycje równoważne są zaznaczone i wytrzymałe od 1 do 3 s, -właściwie łączy ćwiczenia w układzie, -układ wykonuje wzdłuż długiej osi symetrii ławeczki, -zaznacza cechy gimnastyczne – obciążenie palców -stosuje zasady samoochrony
63.	Doskonalenie układu gimnastycznego na ścieżce.	-nie akcentuje rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia, -nie wykonuje płynnie układu, widać liczne zachwiania, -nie zatrzymuje się i nie zaznacza pozycji równoważnych od 1 do 3 s, -niewłaściwie łączy ćwiczenia w układzie, -nie zaznacza cechy gimnastycznej – obciążenie palców	-nie akcentuje rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia, -nie wykonuje płynnie układu, widać liczne zachwiania, -nie zatrzymuje się i nie zaznacza pozycji równoważnych od 1 do 3 s, -niewłaściwie łączy ćwiczenia w układzie, -zaznacza cechy gimnastyczne – obciążenie palców	-akcentuje rozpoczęcie i zakończenie ćwiczenia, -układ wykonuje płynnie bez zachwiania, -nie zatrzymuje się i nie zaznacza pozycji równoważnych od 1 do 3 s, -niewłaściwie łączy ćwiczenia w układzie, -zaznacza cechy gimnastyczne – obciążenie palców	-akcentuje rozpoczęcie i zakończenie ćwiczenia, -układ wykonuje płynnie bez zachwiania, -nie zatrzymuje się i nie zaznacza pozycji równoważnych od 1 do 3 s, -właściwie łączy ćwiczenia w układzie, -zaznacza cechy gimnastyczne – obciążenie palców	-akcentuje rozpoczęcie i zakończenie ćwiczenia, -układ wykonuje płynnie bez zachwiania, -pozycje równoważne są zaznaczone i wytrzymałe od 1 do 3 s, -właściwie łączy ćwiczenia w układzie, -zaznacza cechy gimnastyczne – obciążenie palców
64.	Gry i zabawy ruchowe.	-nie wykazuje postawy fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -	-nie zawsze prezentuje postawę fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -	-prezentuje postawę fair play -popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia	-zawsze prezentuje postawę fair play -zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie. -posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w	-zawsze prezentuje postawę fair play -jest wzorem dla innych uczniów -zajmuje punktowane miejsce w zawodach gminnych, powiatowych lub wojewódzkich -nie popelnia żadnych błędów technicznych,

		nie trafia do kosza, bramki.	nie trafia do kosza, bramki.	techniczne, -nie trafia do kosza, bramki.	praktycznym działaniu. - popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do kosza, bramki.	-stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
65.	Gry i zabawy ruchowe na śniegu.	-nie wykazuje postawy fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, - nie trafia do kosza, bramki.	-nie zawsze prezentuje postawę fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, - nie trafia do kosza, bramki.	-prezentuje postawę fair play - popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki.	-zawsze prezentuje postawę fair play -zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie. -posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu. - popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do kosza, bramki.	-zawsze prezentuje postawę fair play -jest wzorem dla innych uczniów -zajmuje punktowane miejsce w zawodach gminnych, powiatowych lub wojewódzkich -nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
66.	Doskonalenie układu gimnastycznego na ścieżce.	-nie akcentuje rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia, - nie wykonuje płynnie układu, widać liczne zachwiania, -nie zatrzymuje się i nie zaznacza pozycji	-nie akcentuje rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia, - nie wykonuje płynnie układu, widać liczne zachwiania, -nie zatrzymuje się i nie zaznacza pozycji	-akcentuje rozpoczęcie i zakończenie ćwiczenia, -układ wykonuje płynnie bez zachwiania, -nie zatrzymuje się i nie zaznacza pozycji równoważnych od 1 do 3	-akcentuje rozpoczęcie i zakończenie ćwiczenia, -układ wykonuje płynnie bez zachwiania, -nie zatrzymuje się i nie zaznacza pozycji równoważnych od 1 do 3	-akcentuje rozpoczęcie i zakończenie ćwiczenia, -układ wykonuje płynnie bez zachwiania, -pozycje równoważne są zaznaczone i wytrzymałe od 1 do 3 s,

		równoważnych od 1 do 3 s, -niewłaściwie łączy ćwiczenia w układzie, -nie zaznacza cechy gimnastycznej – obciążenie palców	równoważnych od 1 do 3 s, -niewłaściwie łączy ćwiczenia w układzie, -zaznacza cechy gimnastyczne – obciążenie palców	s, -niewłaściwie łączy ćwiczenia w układzie, -zaznacza cechy gimnastyczne – obciążenie palców	s, -właściwie łączy ćwiczenia w układzie, -zaznacza cechy gimnastyczne – obciążenie palców	-właściwie łączy ćwiczenia w układzie, -zaznacza cechy gimnastyczne – obciążenie palców
67.	Gry i zabawy ruchowe z elementami piłki ręcznej.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki.	- popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki.	- popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do bramki.	-nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
68.	Marsz terenowy zimą. Zimowa rozgrzewka.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką,	-ćwiczenie wykonuje pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie oraz właściwą techniką
69.	Technika i taktyka piłki ręcznej – kozłowanie piłki po prostej ze zmianą ręki kozłującej.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
70.	Technika i taktyka piłki ręcznej – podanie piłki jednorącz i chwyt oburącz.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej

		postępy w osobistym usprawnianiu	dużymi błędami technicznymi	swojego rozwoju psychofizycznego	w osobistym usprawnianiu	sprawności fizycznej
71.	Gry i zabawy ruchowe z elementami piłki ręcznej.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki.	- popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki.	- popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do bramki.	-nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
72.	Technika i taktyka piłki ręcznej – rzut na bramkę z miejsca.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonali są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
73.	Gry i zabawy ruchowe z elementami piłki ręcznej.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki.	- popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki.	- popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do bramki.	-nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
74.	Doskonalenie poznanych elementów w grze w piłkę ręczną.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują	- popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują	- popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują	-nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem

		uchybień technicznych, -nie trafia do bramki.	uchybień technicznych, -nie trafia do bramki.	niewielkie uchybień technicznych, -nie trafia do bramki.	niewielkie uchybień technicznych, -trafia do bramki.	podstawowych zasad bezpieczeństwa
75.	Technika i taktyka piłki ręcznej – kozłowanie piłki po prostej ze zmianą ręki kozłującej.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
76.	Technika i taktyka piłki ręcznej – rzut na bramkę z miejsca.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
77.	Gry i zabawy ruchowe z elementami piłki ręcznej.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybień techniczne, -nie trafia do bramki.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybień techniczne, -nie trafia do bramki.	-popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybień techniczne, -nie trafia do bramki.	-popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybień techniczne, -trafia do bramki.	-nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
78.	Technika i taktyka piłki ręcznej – podanie piłki jednorącz i chwyt oburącz.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej

		postępy w osobistym usprawnianiu	dużymi błędami technicznymi	swojego rozwoju psychofizycznego	w osobistym usprawnianiu	sprawności fizycznej
79.	Gry i zabawy ruchowe z elementami piłki ręcznej.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki.	- popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki.	- popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do bramki.	-nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
80.	Doskonalenie poznanych elementów w grze w piłkę ręczną.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki.	- popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki.	- popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do bramki.	-nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
81.	Gry i zabawy ruchowe z elementami piłki siatkowej.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne,	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne,	- popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne,	- popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne,	-nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
82.	Gry i zabawy ruchowe z elementami piłki siatkowej.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują	- popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują	- popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują	-nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem

		uchybień techniczne,	uchybień techniczne,	niewielkie uchybień techniczne,	niewielkie uchybień techniczne,	podstawowych zasad bezpieczeństwa
83.	Technika i taktyka piłki siatkowej – odbicia górne i dolne.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonali są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
84.	Technika i taktyka piłki siatkowej – wystawienie piłki oburącz sposobem górnym.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonali są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
85.	Technika i taktyka piłki siatkowej – zagrywka sposobem górnym i dolnym.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonali są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
86.	Gry i zabawy ruchowe z elementami piłki siatkowej.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybień techniczne,	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybień techniczne,	- popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybień techniczne,	- popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybień techniczne,	-nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa

87.	Technika i taktyka piłki siatkowej – odbicia górne i dolne.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
88.	Technika i taktyka piłki siatkowej – wystawienie piłki oburącz sposobem górnym.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
89.	Technika i taktyka piłki siatkowej – zagrywka sposobem górnym i dolnym.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
90.	Gry i zabawy ruchowe z elementami piłki siatkowej.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne,	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne,	-popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne,	-popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne,	-nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
91.	Technika i taktyka piłki siatkowej – doskonalenie odbić piłki oburącz	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w	-wkłada minimalny wysiłek w swoje	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką,	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę

	sposobem górnym i dolnym.	ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
92.	Technika i taktyka piłki siatkowej – doskonalenie zagrywki dolnej i górnej.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
93.	Aktywne formy spędzania wolnego czasu – PS.	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -nie wykazuje postawy fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, .	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -nie zawsze prezentuje postawę fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne,	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -prezentuje postawę fair play - popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne,	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -zawsze prezentuje postawę fair play -zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie. -posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu. - popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne,	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -zawsze prezentuje postawę fair play -jest wzorem dla innych uczniów -zajmuje punktowane miejsce w zawodach gminnych, powiatowych lub wojewódzkich -nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa

94.	Organizujemy sportowe zawody klasowe.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki, kosza	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki, kosza	-popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki, kosza	-popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do bramki, kosza	-nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
95.	Aktywne formy spędzania wolnego czasu – dwa ognie.	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -nie wykazuje postawy fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne,	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -nie zawsze prezentuje postawę fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne,	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -prezentuje postawę fair play -popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne,	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -zawsze prezentuje postawę fair play -zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie. -posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu. -popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne,	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -zawsze prezentuje postawę fair play -jest wzorem dla innych uczniów -zajmuje punktowane miejsce w zawodach gminnych, powiatowych lub wojewódzkich -nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
96.	Gry i zabawy ruchowe z elementami piłki siatkowej.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach	-popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach	-popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach	-nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z

		ćwiczenia występują uchybienia techniczne,	ćwiczenia występują uchybienia techniczne,	ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne,	ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne,	zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
97.	Gry i zabawy ruchowe z elementami piłki ręcznej.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki.	- popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki.	- popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do bramki.	-nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
98.	Piramida żywienia.	-ma bardzo duże braki w zakresie wiadomości i umiejętności	-wykazuje braki w zakresie podstawowych wiadomości i nawyków higieniczno- zdrowotnych -popelnia błędy przy opisywaniu piramidy żywienia i aktywności fizycznej. -myli zasady zdrowego odżywiania	-posiada nawyki higieniczno- zdrowotne -opisuje zasady zdrowego odżywiania. -potrafi opisać piramidę żywienia	-wie jak dbać o zdrowie i prowadzi zdrowy tryb życia, -dokładnie opisuje zasady zdrowego odżywiania -potrafi dokładnie opisać piramidę żywienia i aktywności fizycznej	-prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia -potrafi dokładnie opisać piramidę żywienia i aktywności fizycznej. -dokładnie opisuje zasady zdrowego odżywiania
99.	Zdrowo się odżywiać – czyli jak?	-ma bardzo duże braki w zakresie wiadomości i umiejętności	-wykazuje braki w zakresie podstawowych wiadomości i nawyków higieniczno- zdrowotnych -popelnia błędy przy opisywaniu piramidy żywienia i aktywności fizycznej. -myli zasady zdrowego odżywiania	-posiada nawyki higieniczno- zdrowotne -opisuje zasady zdrowego odżywiania. -potrafi opisać piramidę żywienia	-wie jak dbać o zdrowie i prowadzi zdrowy tryb życia, -dokładnie opisuje zasady zdrowego odżywiania -potrafi dokładnie opisać piramidę żywienia i aktywności fizycznej	-prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia -potrafi dokładnie opisać piramidę żywienia i aktywności fizycznej. -dokładnie opisuje zasady zdrowego odżywiania
100.	Kształtowanie właściwej postawy ciała. Ćwiczenia ogólnorozwojowe.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką,	-ćwiczenie wykonuje pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie oraz właściwą techniką

101.	Gry i zabawy ruchowe z elementami piłki siatkowej.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne,	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne,	- popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne,	- popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne,	-nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
102.	Gry i zabawy ruchowe.	-nie wykazuje postawy fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki.	-nie zawsze prezentuje postawę fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki.	-prezentuje postawę fair play - popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki.	-zawsze prezentuje postawę fair play -zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie. -posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu. - popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do kosza, bramki.	-zawsze prezentuje postawę fair play -jest wzorem dla innych uczniów -zajmuje punktowane miejsce w zawodach gminnych, powiatowych lub wojewódzkich -nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
103.	Aktywne formy spędzania wolnego czasu - PS	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -nie wykazuje postawy fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -nie zawsze prezentuje postawę fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -prezentuje postawę fair play - popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -zawsze prezentuje postawę fair play -zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie. -posiada duże wiadomości	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -zawsze prezentuje postawę fair play -jest wzorem dla innych uczniów -zajmuje punktowane miejsce w zawodach

		(kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne,	(kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne,	(kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne,	z zakresu kultury fizycznej i umiejętności wykorzystuje je w praktycznym działaniu. - popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne,	gminnych, powiatowych lub wojewódzkich -nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
104.	Kształtowanie właściwej postawy ciała. Ćwiczenia ogólnorozwojowe i kształtujące postawę ciała.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką,	-ćwiczenie wykonuje pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie oraz właściwą techniką
105.	Bieg na orientację.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy	-wkłada umiarkowany wysiłek w wykonanie ćwiczenia	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką,	-ćwiczenie wykonuje pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie oraz właściwą techniką
106.	Rzut piłeczką palantową.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
107.	Nauka skoku w dal.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej

		postępy w osobistym usprawnianiu	dużymi błędami technicznymi	swojego rozwoju psychofizycznego	w osobistym usprawnianiu	sprawności fizycznej
108.	Gry i zabawy ruchowe z elementami piłki nożnej.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki.	- popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki.	- popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do bramki.	-nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
109.	Higiena osobista i strój sportowy.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki.	- popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki.	- popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do bramki.	-nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
110.	Doskonalenie skoku w dal.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
111.	Diagnoza sprawności fizycznej wg. MTSF – interpretacja wyników.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -Wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -Systematycznie doskonalili są sprawność motoryczną i wykazuje	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej

		postępy w osobistym usprawnianiu	dużymi błędami technicznymi	swojego rozwoju psychofizycznego	duże postępy w osobistym usprawnianiu	sprawności fizycznej
112.	Diagnoza wydolności fizycznej – Próba Ruffiera.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -Wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili się sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
113.	Marszobiegi terenowy.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy	-wkłada umiarkowany wysiłek w wykonanie ćwiczenia	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką,	-ćwiczenie wykonuje pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie oraz właściwą techniką
114.	Bieg na orientację.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy	-wkłada umiarkowany wysiłek w wykonanie ćwiczenia	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką,	-ćwiczenie wykonuje pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie oraz właściwą techniką
115.	Gry i zabawy ruchowe z elementami piłki nożnej.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki.	-popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki.	-popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -nie trafia do bramki.	-popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do bramki.	-nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
116.	Technika i taktyka piłki nożnej – uderzenia i przyjęcia piłki wewnętrzną częścią stopy.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili się sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej

		usprawnianiu	technicznymi	psychofizycznego		
117.	Technika i taktyka piłki nożnej – uderzenia i przyjęcia piłki wewnętrzną częścią stopy.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
118.	Technika i taktyka piłki nożnej – przyjęcia piłki różnymi częściami ciała.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
119.	Technika i taktyka piłki nożnej – rozegranie piłki między trzech zawodników.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
120.	Zabawy ruchowe w terenie.	-nie wykazuje postawy fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -	-nie zawsze prezentuje postawę fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -	-prezentuje postawę fair play - popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia	-zawsze prezentuje postawę fair play -zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie. -posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w	-zawsze prezentuje postawę fair play -jest wzorem dla innych uczniów -zajmuje punktowane miejsce w zawodach gminnych, powiatowych lub wojewódzkich -nie popelnia żadnych błędów technicznych,

		nie trafia do kosza, bramki.	nie trafia do kosza, bramki.	techniczne, -nie trafia do kosza, bramki.	praktycznym działaniu. - popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do kosza, bramki.	-stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
121.	Gry drużynowe – dwa ognie.	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -nie wykazuje postawy fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki.	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -nie zawsze prezentuje postawę fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki.	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -prezentuje postawę fair play - popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki.	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -zawsze prezentuje postawę fair play -zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie. -posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu. - popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do kosza, bramki.	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -zawsze prezentuje postawę fair play -jest wzorem dla innych uczniów -zajmuje punktowane miejsce w zawodach gminnych, powiatowych lub wojewódzkich -nie popelnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
122.	Nauka techniki biegu krótkiego.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonali	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla

		technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
123.	Bieg na 60m – sprawdzian szybkości.	-wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy	-wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-systematycznie doskonalili są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
124.	Higiena osobista i strój sportowy.	-wykazuje duże zaniedbania w zakresie podstawowych nawyków higieniczno- zdrowotnych	-wykazuje braki w zakresie podstawowych nawyków higieniczno- zdrowotnych	-posiada nawyki higieniczno- zdrowotne	-wie jak dbać o zdrowie i prowadzi zdrowy tryb życia	-prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia
125.	Bieg na 600m – sprawdzian wytrzymałościowy.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy	-wkłada umiarkowany wysiłek w wykonanie ćwiczenia	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką,	-ćwiczenie wykonuje pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie oraz właściwą techniką
126.	Rzut piłką lekarską 1 kg do przodu.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku -ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi -wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy -ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi	-wykonuje ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie -wkłada umiarkowany wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie -systematycznie doskonalili są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu	-spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą -osiąga wyniki powyżej normy obowiązującej dla danej kategorii wiekowej przy ocenie konkretnej sprawności fizycznej
127.	Bieg na orientację.	-ćwiczenia wykonuje niechętnie, nie wkłada w ich wykonanie wysiłku	-wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy	-wkłada umiarkowany wysiłek w wykonanie ćwiczenia	-ćwiczenia wykonuje właściwą techniką,	-ćwiczenie wykonuje pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie oraz właściwą techniką
128.	Gry drużynowe – dwa ognie.	-nie wykazuje postawy fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych	-nie zawsze prezentuje postawę fair play -popelnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych	-prezentuje postawę fair play - popelnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych	-zawsze prezentuje postawę fair play -zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie. -posiada duże wiadomości	-zawsze prezentuje postawę fair play -jest wzorem dla innych uczniów -zajmuje punktowane miejsce w zawodach gminnych, powiatowych

		(kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki.	(kolejnych) próbach ćwiczenia występują uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki.	(kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -nie trafia do kosza, bramki.	z zakresu kultury fizycznej i umiętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu. - spełnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne, -trafia do kosza, bramki.	lub wojewódzkich -nie popełnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe przepisy i zasady gry, -trafia do bramki. -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
129.	Aktywne formy spędzania wolnego czasu – taniec współczesny.	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -popełnia większe błędy techniczne, -nie stosuje zasad układu choreograficznego,	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -popełnia większe błędy techniczne, -stosuje szczegółowe zasady układu choreograficznego,	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, - spełnia drobne błędy techniczne, -stosuje szczegółowe zasady układu choreograficznego,	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -zna kroki układu choreograficznego -posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu. - spełnia drobne błędy techniczne, -w powtarzanych (kolejnych) próbach ćwiczenia występują niewielkie uchybienia techniczne,	-wymienia aktywne formy spędzania czasu wolnego, -jest wzorem dla innych uczniów -zajmuje punktowane miejsce w zawodach gminnych, powiatowych lub wojewódzkich -nie popełnia żadnych błędów technicznych, -stosuje szczegółowe zasady układu choreograficznego, -wykonuje ćwiczenie z zachowaniem podstawowych zasad bezpieczeństwa
130.	Wpływ odżywiania i aktywności fizycznej na zdrowie człowieka.	-przejawia minimalną aktywność na lekcji wychowania fizycznego -ma bardzo duże braki w zakresie wiadomości i umiejętności	-wykazuje braki w zakresie podstawowych nawyków higieniczno-zdrowotnych -wykazuje się niską aktywnością na lekcji wychowania fizycznego	-dba o swoją sprawność fizyczną i stara się ją rozwijać, -posiada nawyki higieniczno- zdrowotne	-wie jak dbać o zdrowie i prowadzi zdrowy tryb życia, -dokładnie opisuje zasady zdrowego odżywiania -potrafi dokładnie opisać piramidę żywienia i	-prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia -wymienia korzyści wynikające z aktywności fizycznej

					aktywności fizycznej	
--	--	--	--	--	----------------------	--