

Kryteria wymagań na oceny klasa VI.

Piłka koszykowa

1. Kozłowanie ze zmianą ręki, tempa i kierunku oraz podania i chwytu.

- Ocena celująca (6):

*Poprawna technika wykonywania kozłowania prawą i lewą ręką ze zmianą tempa i kierunku w ruchu oraz

prawidłowa technika podań i chwytów piłki w ruchu. Podania sytuacyjne.

- Ocena bardzo dobra (5):

*Poprawna technika wykonywania kozłowania dowolną ręką ze zmianą tempa i kierunku w ruchu oraz

stosowanie prawidłowej techniki podań i chwytów piłki w ruchu.

- Ocena dobra (4):

*Podejmuje próbę wykonywania kozłowania prawą i lewą ręką ze zmianą tempa i kierunku ruchu oraz podejmuje próbę prawidłowej techniki podań i chwytów piłki w ruchu.

- Ocena dostateczna (3):

*Podejmuje próbę wykonywania kozłowania dowolną ręką ze zmianą tempa i kierunku oraz podejmuje

próbę podawania i chwytania piłki w ruchu.

- Ocena dopuszczająca (2):

*Uczeń stara się wykonać kozłowanie dowolną ręką oraz stara się prawidłowo podać i chwycić piłkę.

- Ocena niedostateczna (1):

*Uczeń odmawia udziału przystąpienia do sprawdzianu.

2. Rzut piłki do kosza z różnych pozycji:

- Ocena celująca (6):

*Prawidłowa technika rzutu piłki do kosza z biegu i po kozłowaniu slalomem.

- Ocena bardzo dobra (5):

*Prawidłowa technika rzutu piłki do kosza z biegu i po kozłowaniu.

- Ocena dobra (4):

*Stosuje prawidłową technikę rzutu piłki do kosza, z miejsca, z biegu i po kozłowaniu

- Ocena dostateczna (3):

*Stosuje prawidłową technikę rzutu piłki do kosza z miejsca i z biegu.

- Ocena dopuszczająca (2):

*Stosuje prawidłową technikę rzutu piłki do kosza z miejsca

- Ocena niedostateczna (1):

*Uczeń odmawia udziału przystąpienia do sprawdzianu.

3. Dwutakt z prawej strony:

- Ocena celująca (6):

*Prawidłowa i dynamiczna technika rzutu piłki do kosza po dwutakcie z prawej strony.

- Ocena bardzo dobra (5):

*Prawidłowa technika rzutu piłki do kosza po dwutakcie z prawej strony.

- Ocena dobra (4):

*Prawidłowa technika rzutu piłki do kosza po dwutakcie z podania.

- Ocena dostateczna (3):

*Prawidłowa technika rzutu piłki do kosza po dwutakcie z marszu.

Ocena dopuszczająca (2):

*Prawidłowa technika rzutu piłki do kosza po dwutakcie z miejsca.

- Ocena niedostateczna (1):

*Uczeń odmawia udziału przystąpienia do sprawdzianu.

Piłka ręczna

1. Zebranie piłki z podłoża, kozłowanie slalomem, podanie, chwyt, rzut z wyskoku.

- Błędy:

a. nieprawidłowe zebranie piłki z podłoża

b. niedokładne podanie

c. złe ustawienie rąk i nóg przy podaniu

- d. brak amortyzacji przy chwycie
- e. kozłowanie przed sobą
- f. kozłowanie zbyt niskie zbyt wysokie
- g. nieumiejętność wykonania rzutu z wysokości
- h. złe ustawienie rąk i nóg przy rzucie
- i. brak płynności w wykonywaniu ćwiczenia

Ocena:

- * ocena celująca (6) - Zadanie zostało wykonane bezbłędnie
- * ocena bardzo dobra (5) - 2 błędy
- * ocena dobra (4) - 3 dowolne błędy
- * ocena dostateczna (3) - 5 dowolnych błędów
- * ocena dopuszczająca (2) - 7 dowolnych błędów
- * ocena niedostateczna (1) - Uczeń odmawia przystąpienia do sprawdzianu.

Pilka siatkowa

1. Łączenie odbić piłki oburącz sposobem górnym i dolnym.

- Łączenie odbić piłki sposobem górnym i dolnym przez siatkę z uwzględnieniem ilości:

- * ocena celująca (6)- 10 odbić
- * ocena bardzo dobra (5)- 8 odbić
- * ocena dobra (4)- 6 odbić
- * ocena dostateczna (3)- 4 odbicia
- * ocena dopuszczająca (2)- 2 obicia
- * ocena niedostateczna (1)- uczeń odmawia przystąpienia do sprawdzianu.

Gimnastyka

1. Przewrót w przód z marszu z odbicia obunóż, wykonany przez przeszkodę.

- Błędy

- a.) Brak rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia
- b.) Złe ułożenie rąk
- c.) Przewrót na głowie
- d.) Uderzenie głową o przeszkodę
- e.) Brak wyprost w kolanach
- f.) Brak złączenia nóg
- g.) Podparcie przy zakończeniu ćwiczenia
- h.) Brak płynności

Ocena:

- * ocena celująca (6)- Zadanie zostało wykonane bezbłędnie
- * ocena bardzo dobra (5)- e, h
- * ocena dobra (4)- e, h, g, f
- * ocena dostateczna (3)- e, h, g, f, d, c
- * ocena dopuszczająca (2)- e, h, g, f, d, c, b
- * ocena niedostateczna (1)- Uczeń odmawia przystąpienia do sprawdzianu.

2. Skok kuczny przez skrzynię 3-4 części.

- Błędy:

- a.) Brak rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia
- b.) Złe odbicie od odskoczni
- c.) Złe ustawienie rąk na skrzyni
- d.) Brak amortyzacji przy lądowaniu
- e.) Złe przeniesienie nóg nad skrzynią
- f.) Brak płynności w wykonaniu ćwiczenia

Ocena:

- * ocena celująca (6)- Zadanie zostało wykonane bezbłędnie
- * ocena bardzo dobra (5)- d
- * ocena dobra (4)- d, e, b
- * ocena dostateczna (3)- d, e, b, c
- * ocena dopuszczająca (2)- d, e, b, c, f
- * ocena niedostateczna (1)- Uczeń odmawia przystąpienia do sprawdzianu.

3. Stanie na rękach z pozycji niskiej

Błędy

- a.) Brak rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia
- b.) Brak zamachu
- c.) Złe ustawienie rąk na materacu
- d.) Ugięte kolana, z brakiem cechy gimnastycznej
- e.) Brak płynności w wykonywaniu ćwiczenia

Ocena:

* ocena celująca (6)- Zadanie zostało wykonane bezbłędnie

* ocena bardzo dobra (5)- e

* ocena dobra (4)- e, a

* ocena dostateczna (3)- e, a, b

* ocena dopuszczająca (2)- e, b, c, d

* ocena niedostateczna (1)- Uczeń nie przystąpił do sprawdzianu

Lekka atletyka

1. Poprawna technika startu niskiego na komendy startera.

Bieg na dystansie 60m z pomiarem czasu

Dziewczeta

Ocena celująca minimum (sek)	Ocena bardzo dobra minimum (sek)	Ocena dobra minimum (sek)	Ocena dostateczna minimum (sek)	Ocena dopuszczająca minimum (sek)
10,0	10,2	10,6	10,9	poniżej 10,9

Chłopcy

Ocena celująca minimum (sek)	Ocena bardzo dobra minimum (sek)	Ocena dobra minimum (sek)	Ocena dostateczna minimum (sek)	Ocena dopuszczająca minimum (sek)
9,4	9,8	10,2	10,8	poniżej 10,8

2. Bieg na dystansie 600 metrów z pomiarem czasu

Dziewczeta

Ocena celująca minimum (sek)	Ocena bardzo dobra minimum (sek)	Ocena dobra minimum (sek)	Ocena dostateczna minimum (sek)	Ocena dopuszczająca minimum (sek)
2,40	2,45	2,50	2,55	poniżej 2,55

Chłopcy

Ocena celująca minimum (sek)	Ocena bardzo dobra minimum (sek)	Ocena dobra minimum (sek)	Ocena dostateczna minimum (sek)	Ocena dopuszczająca minimum (sek)
2,25	2,30	2,35	2,40	poniżej 2,40

3. Rzut piłką lekarską 2 kg. w tył za głowę

Dziewczeta

Ocena	Ocena	Ocena	Ocena	Ocena
-------	-------	-------	-------	-------

celująca minimum (sek)	bardzo dobra minimum (sek)	dobra minimum (sek)	dostateczna minimum (sek)	dopuszczająca minimum (sek)
7,00	6,40	5,50	4,50	poniżej 4,50

Chłopcy

Ocena celująca minimum (sek)	Ocena bardzo dobra minimum (sek)	Ocena dobra minimum (sek)	Ocena dostateczna minimum (sek)	Ocena dopuszczająca minimum (sek)
8,50	7,50	6,50	5,50	poniżej 5,50

4.Rzut piłeczką palantową na odległość

Dziewczęta

Ocena celująca minimum (sek)	Ocena bardzo dobra minimum (sek)	Ocena dobra minimum (sek)	Ocena dostateczna minimum (sek)	Ocena dopuszczająca minimum (sek)
35	30	25	20	poniżej 20

Chłopcy

Ocena celująca minimum (sek)	Ocena bardzo dobra minimum (sek)	Ocena dobra minimum (sek)	Ocena dostateczna minimum (sek)	Ocena dopuszczająca minimum (sek)
42	37	32	27	poniżej 27