

Kryteria i wymagania edukacyjne z zajęć sportowych o profilu hokej na lodzie na rok szkolny 2025/2026

1. Wytyczne do oceniania ucznia z zajęć sportowych o profilu hokej na lodzie
 - Systematyczny udział w zajęciach sportowych
 - Znajomość przepisów gry w hokeju na lodzie
 - Ocena poziomu i postępów w zakresie sprawności motorycznej
 - Ocena poziomu i postępów w zakresie umiejętności indywidualnych
 - Współpraca w zespole
 - Sukcesy w zawodach sportowych
2. Systematyczność i aktywność na zajęciach sportowych
 - Oceniane są aktywne i systematyczne przejawy zaangażowania na zajęciach (np. prowadzenie rozgrzewki)
 - Udział w zajęciach pozalekcyjnych
 - Udział w zawodach sportowych
 - Współpraca w zespole
 - Znajomość z zakresu przepisów gry w hokeju na lodzie
3. Sprawność motoryczna
 - Ocena sprawności i poziomu postępów cech motorycznych
 - Testy motoryczne przeprowadzone po cyklu przygotowań składać się będą z: sprint 10m, bieg 10x5m, skok w dal z miejsca
4. Sprawność specjalistyczna
 - Ocena sprawności i poziomu postępów cech indywidualnych na lodzie
 - Testy przeprowadzone po cyklu przygotowań składać się będą z: slalom z krążkiem, przejścia z jazdy przodem do jazdy tyłem z krążkiem
5. Znajomość przepisów gry w hokeju na lodzie
 - Ocena poziomu wiedzy z przepisów gry w hokeju na lodzie

Wymagania i umiejętności ucznia na określoną ocenę

1. Ocena celująca (cel)
 - Uczeń spełnia kryteria na ocenę bardzo dobrą
 - Poziom umiejętności technicznych znacznie przewyższa wymagania
 - Potrafi się wykazać dużym zaangażowaniem
 - Aktywnie uczestniczy w życiu sportowym szkoły i w zajęciach pozalekcyjnych
2. Ocena bardzo dobra (bdb)
 - Uczeń jest aktywny i zaangażowany
 - Wykazuje duże postępy w rozwijaniu swoich umiejętności
 - Współpracuje w zespole
 - Prowadzi sportowy styl życia
3. Ocena dobra (db)
 - Uczeń utrzymuje sprawność motoryczną na stałym poziomie
 - Ćwiczenia wykonuje prawidłowo
 - W większej części opanował materiał programowy
 - Odnosi się z szacunkiem do rówieśników
4. Ocena dostateczna (dst)
 - Uczeń dysponuje przeciętną sprawnością motoryczną
 - Nie wykazuje szczególnej aktywności na zajęciach
 - Ma braki w wymaganych umiejętnościach
 - Opanował materiał na przeciętnym poziomie
5. Ocena dopuszczająca (dop)
 - Uczeń ma bardzo niską sprawność motoryczną
 - Wykazuje podstawowe braki w zakresie wymaganych umiejętności
 - Nie potrafi współpracować w zespole
 - Nie opanował materiału programowego
6. Niedostateczna (ndst)
 - Uczeń nie zaliczył co najmniej 50% sprawdzianów wynikających z realizacji programu
 - Nie przejawia chęci do pracy nad sobą
 - Najprostsze ćwiczenia wykonuje z błędami
 - Ma bardzo niski poziom kultury osobistej

Wymagania edukacyjne niezbędne do uzyskania
ocen śródrocznych i rocznych z zajęć sportowych
o profilu hokej na lodzie
w SP nr 1 w Nowym Targu dla klasy 5

1. Sprawność motoryczna

- Sprint 10m (szybkość)

Ocena	Czas (s)
Celujący (6)	<2,01
Bardzo dobry (5)	2,02-2,21
Dobry (4)	2,22-2,37
Dostateczny (3)	2,38-2,66
Dopuszczający (2)	>2,66

- Bieg 10x5m (wytrzymałość szybkościowa)

Ocena	Czas (s)
Celujący (6)	<19,30
Bardzo dobry (5)	19,31-20,09
Dobry (4)	20,10-21,52
Dostateczny (3)	21,53-23,95
Dopuszczający (2)	>23,95

- Skok w dal z miejsca

Ocena	Odległość (cm)
Celujący (6)	>160
Bardzo dobry (5)	150-159
Dobry (4)	140-149
Dostateczny (3)	130-139
Dopuszczający (2)	<130

2. Technika indywidualna

- Slalom z krążkiem (przodem)

Ocena	Czas (s)
Celujący (6)	<14,9
Bardzo dobry (5)	15,0-16,9
Dobry (4)	17,0-19,4
Dostateczny (3)	19,5-22,4
Dopuszczający (2)	>22,5

- Przejścia z jazdy przodem do jazdy tyłem z krążkiem

Ocena	Czas (s)
Celujący (6)	<13,9
Bardzo dobry (5)	14,0-15,4
Dobry (4)	15,5-17,4
Dostateczny (3)	17,5-19,4
Dopuszczający (2)	>19,5

3. Test z przepisów dyscypliny sportowej hokej na lodzie