

**WYMAGANIA EDUKACYJNE Z PRZEDMIOTU WYCHOWANIE FIZYCZNE  
DLA KLAS 4-8  
NIEZBĘDNE DO UZYSKANIA ŚRÓDROCZNYCH I ROCZNYCH OCEN  
KLASYFIKACYJNYCH**

**(sformułowane w oparciu o realizowany przez zespół nauczycieli wychowania fizycznego program nauczania):**

W klasach IV-VIII kontrolujemy i oceniamy następujące obszary aktywności ucznia:

- Aktywność.
- Postawę *fair play*.
- Przygotowanie do lekcji.
- Sprawność fizyczną.
- Umiejętności ruchowe.
- Wiadomości z zakresu przepisów gier zespołowych.
- Edukacji zdrowotnej-odpowiedź ustna lub pisemny test.
- Przestrzeganie zasad BHP.

**OCENA CELUJĄCA - 6**

1. Uczeń systematycznie i aktywnie uczestniczy w lekcjach wychowania fizycznego.
2. Wykazuje duże zainteresowanie w doskonaleniu swojej sprawności.
3. Ćwiczenia i zadania ruchowe wykonuje wzorowo, na bardzo wysokim poziomie, prezentuje wysoką sprawność fizyczną i duże poczucie estetyki.
4. Przekazywane na lekcji wiadomości wykorzystuje w praktycznym działaniu oraz wykazuje dużą dojrzałość społeczną.
5. Godnie reprezentuje szkołę w zawodach sportowych.

**OCENA BARDZO DOBRA – 5**

1. Uczeń systematycznie i aktywnie uczestniczy w lekcjach wychowania fizycznego.
2. Wykazuje duże zainteresowanie w doskonaleniu swojej sprawności.
3. Ćwiczenia i zadania ruchowe wykonuje dokładnie z dużym poczuciem estetyki.
4. Z zaangażowaniem wykorzystuje wiadomości przekazywane na lekcji w praktycznym działaniu, wykazuje dużą dojrzałość społeczną.

**OCENA DOBRA – 4**

1. Uczeń na miarę możliwości aktywnie uczestniczy w lekcjach wychowania fizycznego.
2. Dbą i dąży do podnoszenia własnej sprawności.
3. Ćwiczenia i zadania ruchowe wykonuje prawidłowo z małymi błędami.
4. Przy pomocy nauczyciela potrafi wykorzystać przekazane na lekcjach wiadomości w praktycznym działaniu.

**OCENA DOSTATECZNA – 3**

1. Uczeń nie zawsze aktywnie uczestniczy w lekcjach wychowania fizycznego.
2. Wykazuje niewielkie zainteresowanie podnoszeniem własnej sprawności.
3. Ćwiczenia i zadania ruchowe wykonuje niepewnie, z większymi błędami technicznymi.
4. Nie zawsze (sporadycznie) potrafi wykorzystać przekazane na lekcjach wiadomości w praktycznym działaniu.

**OCENA DOPUSZCZAJĄCA – 2**

1. Uczeń bez względu na prezentowany (posiadany) poziom sprawności fizycznej niesystematycznie uczestniczy w lekcjach wychowania fizycznego.
2. Nie wykazuje zainteresowania podnoszeniem własnej sprawności fizycznej.
3. Jest w stanie wykonać ćwiczenia i zadania ruchowe o niskim stopniu trudności.

4. Nie umie lub nie chce wykorzystać przekazanych w czasie lekcji wiadomości w praktycznym działaniu.

- Ocena półroczna lub roczna może być, ale nie musi średnią arytmetyczną ocen częściowych.
- Przy ustalaniu oceny półrocznej lub rocznej bierze się pod uwagę przede wszystkim wysiłek ucznia, wynikający z realizacji programu nauczania oraz systematyczny i aktywny udział w lekcjach wychowania fizycznego
- Obniżenie oceny z wychowania fizycznego na koniec półrocza lub roku szkolnego następuje wskutek negatywnej postawy ucznia do przedmiotu, np. częste braki stroju, niesystematyczne ćwiczenie, sporadyczne uczestniczenie w aktywnościach proponowanych przez nauczyciela, brak właściwego zaangażowania w czasie poszczególnych lekcji, niski poziom kultury osobistej na zajęciach.

### **Ocena z wychowania fizycznego uwzględnia obszary:**

#### **1. Aktywność- postawa na lekcji, aktywne uczestniczenie, podejmowanie prób wysiłkowych, kreatywność, inicjatywa.**

Przewidziane są oceny za system plusów i minusów.

- plusy: bardzo staranne wykonywanie ćwiczeń i zadań wskazanych przez nauczyciela bądź inną osobę prowadzącą (np. innego ucznia podczas rozgrzewki), udział w zawodach, rywalizacji wewnątrzklasowej, wykonywanie prób sprawnościowych, podejmowanie inicjatyw organizacyjnych oraz kreatywność (np. zbiórki, rozgrzewki, propozycje nowych gier i zabaw, gazetek szkolnych, sędziowanie itd.), odpowiedzi ustne lub pisemne na zadawane pytania na lekcjach np. przepisy gier zespołowych.
  - minusy: niestaranne wykonywanie ćwiczeń, odmowa wykonania ćwiczenia, kłótnie z sędzią, postawa niezgodna z zachowaniami fair-play, niewykonywanie poleceń nauczyciela, lekceważący stosunek do przedmiotu, brak odpowiedzi na zadawane pytania związane z wyuczoną tematyką lekcji np. podstawowe zasady i przepisy gier zespołowych.
- 5 plusów = częściowa ocena celująca,
  - 3 plusy = częściowa ocena bardzo dobra,
  - 3 minusy = częściowa ocena niedostateczna

#### **2. Przygotowanie do lekcji - odpowiedni strój.**

- maksymalnie 2 razy w półroczu dopuszczony jest brak stroju bez usprawiedliwienia - wtedy uczeń otrzymuje ocenę częściową - celującą na koniec półrocza/roku za strój.
- 3 razy brak stroju w półroczu - częściowa ocena bardzo dobra na koniec półrocza/roku.
- 4 razy brak stroju w półroczu - częściowa ocena dobra na koniec półrocza/roku.
- 5 razy brak stroju w półroczu - częściowa ocena dostateczna na koniec półrocza/roku.
- 6 razy brak stroju w półroczu - częściowa ocena dopuszczająca na koniec półrocza/roku.
- 7 razy brak stroju w półroczu - częściowa ocena niedostateczna na koniec półrocza/roku.

#### **3. Umiejętności - wyuczone na lekcjach umiejętności techniczne - sprawdziany.**

### **Formy podwyższenia przewidywanej oceny klasyfikacyjnej:**

Uczeń ma możliwość podwyższenia przewidywanej oceny klasyfikacyjnej z wychowania fizycznego jeżeli spełni warunki zapisane w Statucie Szkoły oraz:

- zaliczy sprawdziany umiejętności technicznych zdobytych na lekcjach wychowania fizycznego
- przeprowadzi wzorcową rozgrzewkę uwzględniając zasady, które powinny być przestrzegane podczas rozgrzewki:

- zasada wszechstronności, zasada krzywej natężenia wysiłku, zasada stopniowania trudności, zasada zmienności pracy mięśni, zmienności pozycji wyjściowych, ciekawości i atrakcyjności, korekcji postawy i poprawności wykonywania ćwiczeń;
- zorganizuje dla grupy ciekawą zabawę ruchową uwzględniając podział zabaw ruchowych na:
  - szybkościowe, orientacyjno-porządkowe, siłowe, bieżne, doskonalące poznane elementy techniczne.
- dodatkowym atutem jest również wykazanie się inicjatywą w postaci np. przygotowania gazetki szkolnej w obszarze związanych ze sportem np. charakterystyka wybranego sportowca, zagadnienia związane ze zdrowym stylem życia, sportowe wydarzenia bieżące np. sukcesy polskich sportowców, opis nadchodzących wydarzeń sportowych np. Igrzyska Olimpijskie itd.

Podwyższeniu oceny nie podlega obszar przygotowanie do lekcji i systematyczność.

### **Sposoby sprawdzania osiągnięć uczniów:**

Zarówno w pierwszym jak i drugim półroczu zostaną przeprowadzone testy sprawności fizycznej (siła, szybkość/zwinność, skoczność, wytrzymałość, gibkość). Próby te mają za zadanie porównać sprawność fizyczną i postęp w ciągu roku. Na przestrzeni roku szkolnego zostaną również przeprowadzone sprawdziany wyuczonych umiejętności ruchowych np. gimnastycznych czy z gier zespołowych.

Zespół nauczycieli wychowania fizycznego: *Sylwia Kwiatkowska, Paweł Otwinowski, Dariusz Stokowski*