

**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.
- Edukacji zdrowotnej.
- Przestrzeganie zasad BHP.

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, zaangażowanie - postawa na lekcji, aktywne uczestniczenie, podejmowanie prób wysiłkowych, kreatywność, inicjatywa.

- 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, udział w szkolnych i międzyszkolnych zawodach sportowych.
- niestaranne wykonywanie ćwiczeń, odmowa wykonania ćwiczenia, kłótnie z sędzią, postawa niezgodna z zachowaniem 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.

2. Przygotowanie do lekcji - odpowiedni strój i obuwie na zmianę.

- maksymalnie 2 razy w półroczu dopuszczony jest brak stroju bez usprawiedliwienia, kolejne nieprzygotowania do lekcji mogą wpływać na obniżenie oceny śródrocznej i rocznej.

3. Próby umiejętności - wyuczone na lekcjach umiejętności techniczne

- ocena za wyuczone umiejętności ruchowe

Sposoby sprawdzania osiągnięć uczniów:

- testy sprawności fizycznej,
- sprawdziany umiejętności ruchowych,
- odpowiedzi ustne

Formy podwyższenia przewidywanej oceny klasyfikacyjnej:

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

- zaliczy wymagane próby sprawności,
- przeprowadzi wzorcową rozgrzewkę uwzględniając zasady, które powinny być przestrzegane podczas rozgrzewki: - zasada wszechstronności, zasada zmienności pracy mięśni, zmienności pozycji wyjściowych, ciekawości i atrakcyjności czy też poprawności wykonywania ćwiczeń;
- zorganizuje dla grupy zabawę ruchową uwzględniając podział zabaw ruchowych na:
 - szybkościowe, orientacyjno-porządkowe, siłowe, bieżne, doskonalące poznane elementy techniczne.
- zaliczy na odpowiednim poziomie próby umiejętności,
- 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.

Ocena półroczna lub roczna nie jest średnią arytmetyczną ocen cząstkowych.

Ocena celująca

Uczeń otrzymuje ocenę celującą na pierwsze półrocze lub koniec roku szkolnego, jeśli w zakresie:

A) POSTAWY DO PRZEDMIOTU WYCHOWANIE FIZYCZNE I POSTAWY DO AKTYWNOŚCI I SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ:

- jest zawsze przygotowany do zajęć wychowania fizycznego (m.in. posiada odpowiedni strój sportowy),
- nie ćwiczy na lekcjach tylko z bardzo ważnych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych,
- charakteryzuje się wysokim poziomem kultury osobistej,
- używa właściwych sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami oraz w stosunku do nauczyciela i innych pracowników szkoły,
- podejmuje indywidualny program treningowy w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej,
- bardzo chętnie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej.

B) WIADOMOŚCI I UMIEJĘTNOŚCI:

- bardzo dobrze wykonuje wszystkie ćwiczenia w czasie lekcji,
- pokazuje i demonstrowa większość umiejętności ruchowych,
- prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące bardzo poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
- potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć,
- umie samodzielnie przygotować miejsce ćwiczeń,
- bezwzględnie stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego,
- poczuwa się do współodpowiedzialności za stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły,
- zalicza wszystkie testy i próby sprawnościowe,
- samodzielnie zabiega o poprawę lub uzupełnienie próby sprawnościowej, w której nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych,
- uzyskuje bardzo znaczny postęp w kolejnych próbach sprawnościowych,
- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych bez jakichkolwiek błędów technicznych lub taktycznych,
- ćwiczenia wykonuje zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
- wykonanie zadania ruchowego przez ucznia może być zawsze przykładem i wzorem do naśladowania dla innych ćwiczących,
- potrafi wykonać ćwiczenie o znacznym stopniu trudności,
- wykonuje zadania ruchowe nie tylko efektownie, ale i efektywnie (np. trafia do bramki, rzuca celnie do kosza),
- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia znacząco wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli,
- zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę bardzo dobrą lub celującą,
- stosuje wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego,
- posiada rozległą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego.

C) KOMPETENCJE SPOŁECZNYCH:

- reprezentuje szkołę w zawodach sportowych
- systematycznie bierze udział w zajęciach sportowo-rekreacyjnych,
- stosuje opanowane umiejętności ruchowe w czasie zawodów i rozgrywek sportowych,
- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia w znaczącym stopniu wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli,
- wykazuje się dużym zakresem wiedzy na temat bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą,
- wzorowo pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,
- uprawia dyscypliny lub konkurencje sportowe w innych klubach lub sekcjach sportowych,
- podejmuje dowolne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym.

D) SYSTEMATYCZNEGO UDZIAŁU W LEKCJACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO:

- uzyskuje ocenę celującą za systematyczny i aktywny udział w obowiązkowych lekcjach wychowania fizycznego.

Ocena bardzo dobra

Uczeń otrzymuje ocenę bardzo dobrą na pierwsze półrocze lub koniec roku szkolnego, jeśli w zakresie:

A) POSTAWY DO PRZEDMIOTU WYCHOWANIE FIZYCZNE I POSTAWY DO AKTYWNOŚCI I SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ:

- jest prawie zawsze przygotowany do zajęć wychowania fizycznego (sporadyczne braki stroju sportowego),
- nie ćwiczy na lekcjach tylko z ważnych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych,
- charakteryzuje się wysokim poziomem kultury osobistej,
- używa właściwych sformułowań w kontaktach z rówieśnikami oraz z nauczycielem i innymi pracownikami szkoły,
- podejmuje indywidualne działania na rzecz poprawy własnej sprawności fizycznej,
- chętnie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej kultury fizycznej.

B) WIADOMOŚCI I UMIEJĘTNOŚCI:

- bardzo dobrze wykonuje wszystkie ćwiczenia w czasie lekcji,
- pokazuje większość poznanych umiejętności ruchowych,
- potrafi przeprowadzić rozgrzewkę lub zestaw ćwiczeń kształtujących,
- potrafi samodzielnie przygotować się do zajęć ruchowych,
- przestrzega zasad bezpieczeństwa podczas zajęć,
- troszczy się o stan techniczny przyborów i urządzeń sportowych,
- zalicza wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania,
- uzyskuje postęp w wynikach sprawności fizycznej,
- zalicza sprawdziany umiejętności ruchowych z niewielkimi błędami technicznymi,
- wykonuje ćwiczenia zgodnie z przepisami obowiązującymi w danej dyscyplinie sportu,
- potrafi wykonywać zadania ruchowe w sposób efektywny,
- wykazuje wysoki poziom zaangażowania w rozwój własnych umiejętności sportowych,
- zalicza sprawdziany pisemne na ocenę co najmniej bardzo dobrą,
- zna i stosuje przepisy sportów indywidualnych oraz zespołowych.

C) KOMPETENCJE SPOŁECZNYCH:

- systematycznie uczestniczy w zajęciach sportowo-rekreacyjnych,
- stosuje nabyte umiejętności w czasie gier i zabaw zespołowych,
- często pełni rolę lidera grupy ćwiczebnej,
- uprawia rekreacyjnie aktywność fizyczną poza szkołą,
- interesuje się wydarzeniami sportowymi w kraju i na świecie.

D) SYSTEMATYCZNEGO UDZIAŁU W LEKCJACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO:

- uzyskuje ocenę bardzo dobrą za systematyczny i aktywny udział w obowiązkowych zajęciach wychowania fizycznego

Ocena dobra

Uczeń otrzymuje ocenę dobrą na pierwsze półrocze lub koniec roku szkolnego, jeśli w zakresie:

A) POSTAWY DO PRZEDMIOTU WYCHOWANIE FIZYCZNE I POSTAWY DO AKTYWNOŚCI I SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ:

- jest zazwyczaj przygotowany do zajęć (brak stroju sportowego sporadyczne, ale powtarzające się),
- uczestniczy w zajęciach, choć zdarzają się pojedyncze nieusprawiedliwione niećwiczenia,
- wykazuje pozytywną postawę wobec nauczycieli i rówieśników,
- w większości przypadków stosuje się do poleceń nauczyciela,
- podejmuje próby poprawy swojej sprawności fizycznej,
- sporadycznie angażuje się w działania na rzecz kultury fizycznej szkoły.

B) WIADOMOŚCI I UMIEJĘTNOŚCI:

- dobrze wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,
- zna i potrafi wykonać podstawowe elementy techniczne w wybranych dyscyplinach sportu,
- popełnia drobne błędy techniczne w wykonywaniu zadań ruchowych,
- zna i przestrzega podstawowe zasady bezpieczeństwa podczas zajęć,
- potrafi przygotować się do zajęć ruchowych z niewielką pomocą,
- wykazuje postęp w wynikach sprawności fizycznej, choć nie zawsze jest on wyraźny,
- zalicza większość testów sprawnościowych i sprawdzianów umiejętności,
- uzyskuje oceny dobre i bardzo dobre z prac pisemnych,
- zna ogólne przepisy wybranych dyscyplin sportowych i potrafi je zastosować w praktyce.

C) KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:

- bierze udział w zajęciach dodatkowych sporadycznie,
- uczestniczy w zawodach szkolnych lub klasowych,
- współpracuje z zespołem, choć nie zawsze pełni aktywną rolę,
- wykazuje poprawne postawy wobec sportowej rywalizacji,
- potrafi pracować w grupie.

D) SYSTEMATYCZNEGO UDZIAŁU W LEKCJACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO:

- uzyskuje dobrą ocenę za systematyczny udział w obowiązkowych zajęciach wychowania fizycznego.

Ocena dostateczna

Uczeń otrzymuje ocenę dostateczną na pierwsze półrocze lub koniec roku szkolnego, jeśli w zakresie:

A) POSTAWY DO PRZEDMIOTU WYCHOWANIE FIZYCZNE I POSTAWY DO AKTYWNOŚCI I SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ:

- często nie ma stroju sportowego, co wpływa na jego udział w zajęciach,
- uczestniczy w zajęciach nieregularnie – zdarzają się liczne nieusprawiedliwione niećwiczenia,
- wykazuje niewielkie zainteresowanie poprawą swojej sprawności fizycznej,
- czasami nie stosuje się do poleceń nauczyciela,
- nie zawsze przejawia pozytywną postawę wobec rówieśników i nauczyciela,
- nie angażuje się w działania na rzecz kultury fizycznej szkoły.

B) WIADOMOŚCI I UMIEJĘTNOŚCI:

- wykonuje tylko najprostsze ćwiczenia fizyczne,
- ma trudności z opanowaniem podstawowych elementów technicznych wybranych dyscyplin sportowych,
- popełnia liczne błędy techniczne,
- zna podstawowe zasady bezpieczeństwa, lecz nie zawsze ich przestrzega,
- potrzebuje pomocy przy przygotowaniu się do zajęć ruchowych,
- osiąga słabe wyniki w testach sprawnościowych i sprawdzianach umiejętności,
- nie wykazuje wyraźnego postępu w sprawności fizycznej,
- uzyskuje oceny dostateczne z prac pisemnych,
- zna wybrane przepisy gier i potrafi je częściowo zastosować w praktyce.

C) KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:

- rzadko uczestniczy w zajęciach dodatkowych,
- nie bierze udziału w zawodach sportowych,
- współpraca w grupie sprawia mu trudność,
- nie zawsze przestrzega zasad fair play i właściwego zachowania w czasie rywalizacji sportowej.

D) SYSTEMATYCZNEGO UDZIAŁU W LEKCJACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO:

- uzyskuje dostateczne oceny za systematyczny udział w zajęciach,
- opuszcza zajęcia lub unika aktywnego uczestnictwa.

Ocena dopuszczająca

Uczeń otrzymuje ocenę dopuszczającą na pierwsze półrocze lub koniec roku szkolnego, jeśli w zakresie:

A) POSTAWY DO PRZEDMIOTU WYCHOWANIE FIZYCZNE I POSTAWY DO AKTYWNOŚCI I SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ:

- często nie przynosi stroju sportowego,
- unika udziału w zajęciach, często nie ćwiczy bez usprawiedliwienia,
- nie wykazuje chęci poprawy swojej sprawności fizycznej,
- lekceważy polecenia nauczyciela,
- nie okazuje szacunku wobec rówieśników i nauczyciela,
- nie interesuje się kulturą fizyczną szkoły ani nie podejmuje żadnych działań w tym zakresie.

B) WIADOMOŚCI I UMIEJĘTNOŚCI:

- wykonuje ćwiczenia fizyczne bardzo niedokładnie lub nie potrafi ich wykonać,
- nie zna lub nie rozumie podstawowych zasad techniki w wybranych dyscyplinach sportowych,
- nie zna lub nie stosuje zasad bezpieczeństwa,
- nie potrafi samodzielnie przygotować się do lekcji wychowania fizycznego,
- osiąga bardzo niskie wyniki w testach sprawnościowych i sprawdzianach umiejętności,
- nie wykazuje żadnych postępów w sprawności fizycznej,
- nie uzyskuje pozytywnych ocen z prac pisemnych,
- nie zna przepisów gier i nie potrafi ich zastosować w praktyce.

C) KOMPETENCJE SPOŁECZNYCH:

- nie bierze udziału w żadnych wydarzeniach sportowych szkoły,
- nie potrafi współpracować w grupie,
- nie przestrzega zasad fairplay i często zakłóca przebieg rywalizacji sportowej.

D) SYSTEMATYCZNEGO UDZIAŁU W LEKCJACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO:

- nie uczestniczy regularnie w zajęciach wychowania fizycznego,
- często opuszcza lekcje lub pozostaje bierny,
- nie uzyskuje pozytywnej oceny za systematyczny udział w zajęciach przez większą część półrocza.

Ocena niedostateczna

Uczeń otrzymuje ocenę niedostateczną na pierwsze półrocze lub koniec roku szkolnego, jeśli w zakresie:

A) POSTAWY DO PRZEDMIOTU WYCHOWANIE FIZYCZNE I POSTAWY DO AKTYWNOŚCI I SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ:

- permanentnie nie przynosi stroju sportowego,
- regularnie odmawia udziału w zajęciach bez podania przyczyny lub mimo braku przeciwwskazań zdrowotnych,
- całkowicie lekceważy obowiązki wynikające z udziału w lekcjach wychowania fizycznego,
- wykazuje postawę roszczeniową lub agresywną wobec nauczyciela i/lub kolegów,
- swoim zachowaniem zagraża bezpieczeństwu własnemu lub innych uczniów,
- nie przejawia żadnego zainteresowania aktywnością fizyczną ani kulturą fizyczną.

B) WIADOMOŚCI I UMIEJĘTNOŚCI:

- nie potrafi wykonać podstawowych ćwiczeń fizycznych nawet przy wielokrotnym wsparciu nauczyciela,

- nie zna żadnych zasad techniki ani przepisów obowiązujących w grach i zabawach ruchowych,
- nie potrafi bezpiecznie korzystać ze sprzętu sportowego,
- nie zna podstawowych zasad higieny, zdrowego stylu życia ani bezpieczeństwa,
- nie wykazuje żadnych postępów w zakresie sprawności fizycznej i umiejętności ruchowych,
- nie zalicza żadnego sprawdzianu umiejętności ani wiadomości,
- nie przejawia jakiegokolwiek chęci poprawy.

C) KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:

- nie współpracuje z zespołem,
- swoim zachowaniem dezorganizuje zajęcia i utrudnia ich prowadzenie,
- nie przestrzega zasad fair play ani norm społecznych,
- często dochodzi do konfliktów z rówieśnikami lub nauczycielem.

D) SYSTEMATYCZNEGO UDZIAŁU W LEKCJACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO:

- notorycznie opuszcza zajęcia lub odmawia udziału bez ważnych powodów,
- nie dostarcza usprawiedliwień nieobecności,
- nie spełnia żadnych podstawowych wymagań w zakresie obecności i aktywnego uczestnictwa w lekcjach,
- nie podejmuje żadnych prób nadrobienia zaległości.

Zespół nauczycieli wychowania fizycznego:

Paweł Otwinowski, Dariusz Stokowski