

Wymagania edukacyjne ucznia z wychowania fizycznego

Ocena z wychowania fizycznego na koniec semestru i na koniec roku szkolnego jest wypadkową takich składników jak:

1. Aktywność

- Zaangażowanie w wykonywanie ćwiczeń i zadań na miarę swoich możliwości
- Wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z zadań lekcyjnych
- Aktywny udział w zajęciach i współuczestnictwo w ich organizacji
- Reprezentowanie szkoły w zawodach
- Udział w zajęciach pozalekcyjnych (SKS, kluby sportowe) i innych formach aktywności na rzecz kultury fizycznej podejmowanych przez szkołę i stowarzyszenia kultury fizycznej działające w środowisku lokalnym
- Uprawianie sportu wyczynowo (uzyskanie znaczących osiągnięć w klubach).

2. Stopień opanowania wymagań programowych:

- Właściwe wykorzystanie zdolności koordynacyjno-kondycyjnych
- Poziom umiejętności ruchowych, inwencja własna
- Poziom wiedzy
- Postęp w usprawnianiu

3. Postawa ucznia

- Dyscyplina podczas zajęć
- Przestrzeganie zasad bezpieczeństwa podczas lekcji
- Przestrzeganie regulaminu korzystania z obiektów sportowych
- Postawa „fair play” podczas lekcji
- Higiena ciała i stroju
- Współpraca z grupą

UWAGI DO WYMAGAŃ EDUKACYJNYCH

1. jakości wystawionej oceny decyduje poziom jaki reprezentuje uczeń w zakresie poszczególnych kryteriów. Priorytetowo należy zwrócić uwagę na wysiłek jaki uczeń wkłada w czynione postępy oraz aktywną jego postawę.
2. Uczeń ma prawo zgłosić, że jest nieprzygotowany do zajęć (brak stroju sportowego) 3 razy w danym semestrze. Każdy kolejny brak stroju odnotowany jest w dzienniku uwag.
3. Uczniowie zgłaszają swoje nieprzygotowanie do zajęć przed lekcją.
4. Dziewczeta w czasie niedyspozycji zwolnione są z wykonywania intensywnego wysiłku fizycznego, natomiast obowiązuje je aktywne uczestnictwo w zajęciach.
5. Uczeń, który jest nieobecny na sprawdzianie umiejętności wymaganych w planie wynikowym dla danej klasy, powinien przystąpić do niego w terminie wyznaczonym przez nauczyciela.

Ocenę celującą (6) otrzymuje uczeń, który:

1. Spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą (5).
2. Osiąga wysoką sprawność fizyczną .
3. Posiadał na wszystkich lekcjach wychowania fizycznego strój sportowy.

4. Aktywnie i systematycznie uczestniczy w pozalekcyjnych, pozaszkolnych zajęciach sportowo-rekreacyjnych oraz innych działaniach podejmowanych przez szkołę i środowisko na rzecz kultury fizycznej.
5. Osiąga sukcesy w zawodach sportowych na terenie powiatu, rejonu, województwa albo kraju.
6. Godnie reprezentuje szkołę we w/w imprezach sportowych hołdując zasadzie „fair play”

Ocenę bardzo dobrą (5) otrzymuje uczeń, który:

1. Osiągnął sprawność fizyczną określoną programem poprzez swą systematyczność, duże zaangażowanie i wkładany wysiłek.
2. Jest sprawny fizycznie na miarę swych możliwości.
3. Ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, pewnie w odpowiednim tempie i dokładnie, zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych uprawianych w szkole.
4. Posiada wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu.
5. Systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje postępy w osobistym usprawnianiu.
6. Swą postawą społeczną, zaangażowaniem i stosunkiem do wychowania fizycznego nie budzi najmniejszych zastrzeżeń (koleżeński, aktywny na lekcji, zdyscyplinowany) i wykazuje inicjatywę.
7. Posiada odpowiednie nawyki higieniczno -zdrowotne (schludny wygląd, dba o higienę osobistą, itp.) zmienia strój na wychowanie fizyczne.
8. Nie posiadał najwyżej 3 razy w semestrze stroju gimnastycznego.
9. Ma w ciągu semestru najwyżej 3 godziny usprawiedliwionych zwolnień z ćwiczeń na zajęciach wychowania fizycznego.
10. Bierze udział w pozalekcyjnych, pozaszkolnych zajęciach sportowo-rekreacyjnych oraz innych działaniach podejmowanych przez szkołę i środowisko na rzecz kultury fizycznej.

Ocenę dobrą (4) otrzymuje uczeń, który:

1. Nie osiągnął w pełni sprawności fizycznej określonej programem nauczania z powodu wrodzonych (na słabszym poziomie cech motorycznych), a nie braku zaangażowania, chęci czy starań ze strony ucznia.
2. Nie opuszcza celowo zajęć wychowania fizycznego.
3. Dysponuje dobrą sprawnością motoryczną.
4. Ćwiczenia wykonuje prawidłowo lecz nie dość lekko i dokładnie z małymi błędami technicznymi, zna dość dobrze przepisy dyscyplin sportowych uprawianych w szkole.
5. Posiadane wiadomości potrafi wykorzystać w praktyce.
6. Wykazuje stałe i dość dobre postępy nad osobistym usprawnieniem.
7. Swą postawą społeczną i stosunkiem do wychowania fizycznego nie budzi większych zastrzeżeń.
8. Posiada odpowiednie nawyki higieniczno-zdrowotne.
9. Nie posiadał najwyżej 4 razy w semestrze stroju gimnastycznego.
10. Ma w ciągu semestru najwyżej 4 godziny usprawiedliwionych zwolnień z ćwiczeń na zajęciach wychowania fizycznego.
11. Bierze udział (choćby sporadyczny) w pozalekcyjnych zajęciach sportowych oraz innych działaniach podejmowanych przez szkołę i środowisko na rzecz kultury fizycznej

Ocenę dostateczną (3) otrzymuje uczeń, który:

1. Opanował materiał programowy na przeciętnym poziomie ze znacznymi lukami.
2. Osiąga wyniki na poziomie minimum programowego z małymi odstępstwami wynikającymi z niższej sprawności fizycznej.
3. Dysponuje przeciętną sprawnością motoryczną.
4. Ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie i z większymi błędami technicznymi, wykazuje braki w znajomości przepisów dyscyplin sportowych uprawianych w szkole.
5. Posiadane wiadomości nie potrafi wykorzystać w praktyce.
6. Wykazuje małe postępy w usprawnieniu motorycznym wynikające z jego małego zaangażowania.
7. Przejawia pewne braki w zakresie wychowania społecznego i w stosunku do wychowania fizycznego.
8. W ciągu semestru przekroczył 5 razy brak stroju.
9. Ma w ciągu semestru najwyżej 6 godzin usprawiedliwionych zwolnień z ćwiczeń na zajęciach wychowania fizycznego.
10. Nie bierze udziału w pozalekcyjnych, pozaszkolnych zajęciach sportowo-rekreacyjnych i innych formach aktywności.

Ocenę dopuszczającą (2) otrzymuje uczeń, który:

1. Opanował materiał w stopniu dostatecznym i ma pewne luki.
2. Jest mało sprawny fizycznie.
3. Ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi, wykazuje duże braki w znajomości przepisów w zakresie dyscyplin sportowych uprawianych w szkole.
4. Posiada małe wiadomości z zakresu kultury fizycznej, nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną.
5. Nie jest pilny w czasie zajęć i wykazuje małe postępy w usprawnianiu.
6. Na zajęciach wychowania fizycznego przejawia poważne braki w zakresie wychowania społecznego, ma niechętny stosunek do ćwiczeń.
7. W ciągu semestru przekroczył 6 razy brak stroju.
8. Nie bierze udziału w pozalekcyjnych, pozaszkolnych zajęciach sportowo-rekreacyjnych.

Ocenę niedostateczną (1) otrzymuje uczeń, który:

1. Jest daleki od spełnienia wymagań stawianych przez program.
2. Wykonuje jedynie najprostsze ćwiczenia i w dodatku z rażącymi błędami, wykazuje braki w znajomości przepisów sportowych w zakresie dyscyplin uprawianych w szkole.
3. Charakteryzuje się praktycznie niewiedzą w zakresie kultury fizycznej.
4. Ma lekceważący stosunek do zajęć i nie wykazuje żadnych postępów ani chęci w usprawnianiu.
5. Opuszcza zajęcia z wychowania fizycznego i ma więcej niż 4 godziny nieusprawiedliwionej nieobecności w semestrze.
6. Przekroczył w semestrze 8 razy brak stroju.
7. Nie bierze udziału w pozalekcyjnych, pozaszkolnych zajęciach sportowo-rekreacyjnych.
8. Wykazuje rażące braki w zakresie wychowania społecznego (jest arogancki, ordynarny, jego higiena osobista budzi zastrzeżenia itp.).

Na ocenę końcową ucznia z wychowania fizycznego składają się oceny cząstkowe uzyskane w działach:

1. Umiejętności

Uczniowie otrzymują ocenę za technikę wykonywanego ćwiczenia objętego sprawdzianem z gimnastyki, lekkiej atletyki i zespołowych gier sportowych (oceniaamy także współpracę ze współwiczającym w trakcie gry).

Z zespołowych gier sportowych oceniane będą następujące elementy:

Piłka siatkowa:

- KL. I. Technika odbić w parach sposobem dolnym i górnym oraz zagrywka sposobem dolnym. (6 prawidłowych zagrywek w boisko – cel, 5 – ocena bdb itd.)
- KL. II. Odbicia w parach przez siatkę sposobem dolnym i górnym oraz zagrywka sposobem dolnym lub górnym (ocena zagrywek jw.).
- KL. III. Ilość odbić w wyznaczonym obszarze sposobem dolnym i górnym oraz zagrywka sposobem górnym (ocena zagrywek jw.).

Piłka ręczna:

- KL. I. Technika kozłowania piłki i rzut na bramkę z wyskoku lub biegu.
- KL. II. Podania piłki w parach i rzut na bramkę w wyskoku.
- KL. III. Kozłowanie piłki między pacholkami i rzut na bramkę z wyskoku (powtarzamy 2 razy).

Piłka nożna:

- KL. I. Technika przyjęcia i podania piłki prostym podbiciem.
- KL. II. Prowadzenie piłki między pacholkami i strzał na bramkę.
- KL. III. Prowadzenia piłki w parach zakończone strzałem na bramkę.

Piłka koszykowa:

- KL. I. Technika rzutu na kosz jednoręcz z miejsca.
- KL. II. Kozłowanie i rzut na kosz z dwutaktu.
- KL. III. Po podaniu rzut na kosz z dwutaktu.

Z gimnastyki uczniowie będą oceniani za wykonanie następujących elementów:

- KL. I. Przewrót w przód i w tył z miejsca, skok rozkroczny przez kozła.
- KL. II. Przewrót w przód i w tył z określonej pozycji wyjściowej, skok przez kozła oraz skok przez cztery części skrzyni.
- KL. III. Przewroty łączone w przód i w tył do różnych pozycji, skok przez cztery i pięć części skrzyni.

Realizacja wszystkich zaliczeń jest uzależniona od warunków lokalowych oraz pogody.

2. Motoryka

Postęp w :

- Biegu na 60 m
- Biegu na 600 m (dziewcząt), 1000 m (chłopców)
- Skok w dal
- Rzut piłeczką palantową
- Rzut piłką lekarską (3 kg) w tył

Uczniowie oceniani są wg miejsc zajętych w danym sprawdzianie (dotyczy danej klasy), jeżeli uczeń lekceważy podejście do sprawdzianu ocena zostaje obniżona.

np.

I miejsce	- cel
II - VII miejsce	-bdb
VIII-miejsce	- db
Dwa ostatnie	- dst

Uczniowie oceniani są za postęp jaki osiągnęli w danym roku szkolnym poprawiając swój wynik.

Ocena celująca – poprawa wyniku + najlepszy wynik w klasie

Ocena bardzo dobra – poprawa wyniku

Ocena dobra – wynik ten sam

Ocena dostateczna – wynik gorszy

Nie przystąpienie do próby zaliczenia lub poprawienia wyniku jest jednoznaczne z oceną niedostateczną.