

Wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego

Ocena z wychowania fizycznego jest składową wszystkich ocen uzyskanych w danym okresie (I semestr – ocena semestralna, cały rok szkolny – ocena końcowa). Ocenianie na lekcji wychowania fizycznego ma charakter motywujący, zachęcający do aktywności i podejmowania różnego rodzaju zadań ruchowych.

Nadrzędnym celem jaki uczeń ma zrealizować na lekcji wychowania fizycznego jest przygotowanie go do podejmowania aktywności fizycznej po zakończeniu edukacji. Celami instrumentalnymi są natomiast rozwijanie poszczególnych umiejętności oraz uczenie się przepisów i taktyk gier sportowych czy dyscyplin indywidualnych.

Ocenianiu podlegać będą zatem głównie: aktywność podczas zajęć, frekwencja, posiadanie stroju sportowego, nastawienie ucznia do wysiłku fizycznego (który jednocześnie nie przekracza jego możliwości) oraz inwencja ucznia przy podejmowaniu różnych zadań ruchowych.

Frekwencja:

Uczeń, nie może otrzymać oceny celującej, jeżeli posiada jakąkolwiek nieobecność nieusprawiedliwioną na zajęciach wychowania fizycznego.

Przygotowanie do zajęć:

Na lekcjach wychowania fizycznego obowiązuje odpowiedni strój sportowy:

- + spodenki poniżej linii pośladków
- + skarpety
- + obuwie sportowe
- + krótkie paznokcie (niedopuszczalne tipsy itp.)
- + Włosy spięte (gumka do włosów)
- + brak biżuterii oraz jakichkolwiek ozdób na przedramionach (długie kolczyki, łańcuszki, korale, opaski, bransoletki, obroże, pierścionki, paski itp.)
- + zakaz spożywania gum do żucia

Obowiązuje strój sportowy (koszulka, spodenki, skarpety i obuwie) **ZMIENNY**

Uczeń ubiegający się o stopień celujący i bardzo dobry zawsze jest przygotowany do zajęć.

Uczeń będzie oceniany:

- Na koniec każdego miesiąca za aktywność w danym okresie
- Znajomość ćwiczeń kształtujących i przeprowadzenie rozgrzewki
- Chęć w podejmowaniu zadań ruchowych z dyscyplin i gier sportowych
- Posiadanie stroju sportowego
- Postęp jaki będzie w stanie osiągać w poszczególnych zadaniach ruchowych, dyscyplinach czy grach sportowych
- Nastawienie do przedmiotu
- Przestrzeganie zasad fair play i zdrowej rywalizacji
- Ocenę mogą podnieść: udział w zawodach międzyszkolnych, uczestnictwo w zajęciach w ramach SKS, inne udokumentowane formy pozaszkolnej dbałości o swoją aktywność fizyczną

Aktywność:

1. Uczeń raz w miesiącu będzie oceniany z aktywności oraz przygotowania do zajęć (posiadanie stroju gimnastycznego, aktywność na lekcji, udział w zawodach)
2. Plusy zdobywają uczniowie przez cały semestr za wszelkie przejawy zaangażowania (np. inwencję twórczą, duży zasób wiadomości i umiejętności, zdyscyplinowanie, udział w rozgrywkach sportowych)
3. Minusy uczniowie otrzymują za niechętny bądź negatywny stosunek do zajęć, brak dyscypliny, niewykonywanie poleceń nauczyciela
4. Za 5 plusów uczeń otrzymuje ocenę bardzo dobrą a za 5 minusów ocenę niedostateczną

Ocena celująca:

1. Uczeń na każdym zajęciach wykazuje się dużą aktywnością
2. Uczeń posiada szeroki zasób ćwiczeń kształtujących, potrafi je pokazać i przeprowadzić całość rozgrzewki
3. Uczeń zawsze chętnie podejmuje wszelkie zadania ruchowe
4. Uczeń zawsze posiada strój sportowy i jest przygotowany do zajęć
5. Uczeń godnie reprezentuje szkołę w zawodach międzyszkolnych
6. Uczeń spełnia kryteria na ocenę bardzo dobrą

Ocena bardzo dobra:

1. Uczeń osiągnął sprawność fizyczną określoną programem nauczania.
2. Uczeń zalicza wszystkie próby motoryczne i sprawdziany wybranych umiejętności ruchowych (z uwzględnieniem możliwości psychoruchowych ucznia)
3. Uczeń jest zawsze wzorowo przygotowany do lekcji
4. Uczeń aktywnie uczestniczy w zajęciach sportowych na terenie szkoły oraz na lekcjach
5. Bierze udział w pozalekcyjnych, pozaszkolnych zajęciach sportowo- rekreacyjnych i nie uchyla się od czynnego udziału w imprezach i zawodach, gdy chodzi o reprezentowanie szkoły.
6. Swą postawą społeczną i stosunkiem do przedmiotu nie budzi zastrzeżeń i posiada nawyki higieniczno- zdrowotne
7. Uczeń umie przeprowadzić prawidłową rozgrzewkę
8. Uczeń wykazuje się inwencją w doborze ćwiczeń kształtujących
9. Zna podstawowe przepisy gier i zabaw

Ocena dobra:

1. Uczeń zalicza większą część prób motorycznych i sprawdzianów wybranych umiejętności ruchowych (z uwzględnieniem jego możliwości psychoruchowych)
2. Uczeń aktywnie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego
3. Uczeń zna dobrze zasady przeprowadzenia rozgrzewki
4. Zna w stopniu dobrym podstawowe przepisy gier i zabaw

Ocena dostateczna:

1. Uczeń zalicza połowę prób motorycznych wybranych umiejętności ruchowych (z uwzględnieniem jego możliwości psychoruchowych)
2. Potrafi prawidłowo dobrać ćwiczenia rozciągające oraz kształtujące i prawidłowo je nazwać
3. Nie jest pilny w czasie zajęć
4. Wykazuje braki w zakresie wychowania społecznego (brak koleżeńskiej, zdyscyplinowanie, ambicji oraz w zakresie dbałości o zdrowie)
5. Wykazuje braki w zakresie przepisów sportowych

Ocena dopuszczająca:

1. Uczeń zalicza mniejszą część prób motorycznych i sprawdzianów wybranych umiejętności ruchowych (z uwzględnieniem jego możliwości psychoruchowych)
2. Uczeń niechętnie wykonuje polecenia
3. Nie jest pilny w czasie zajęć
4. Wykazuje duże braki w zakresie wychowania społecznego i zdrowotnego
5. Wykazuje duże braki w znajomości przepisów sportowych w zakresie dyscyplin sportowych uprawianych w szkole.

Ocena niedostateczna:

1. Uczeń posiada znaczne braki z zaliczeń prób motorycznych i sprawdzianów umiejętności ruchowych
2. Często jest bez wymaganego stroju
3. Uczeń nie posiada wiadomości zdobytych na lekcjach wychowania fizycznego
4. Posiada braki znajomości przeprowadzenia ćwiczeń kształtujących
5. ma lekceważący stosunek do zajęć i nie wykazuje żadnych chęci.

UWAGI KOŃCOWE

1. Uczeń reprezentujący szkołę w zawodach sportowych może mieć podwyższoną ocenę o jeden stopień.
2. Uczeń osiągający pozaszkolne sukcesy sportowe w ramach samodoskonalenia się może mieć podwyższoną ocenę o jeden stopień
3. W przypadku nie zaliczenia przez ucznia określonego zadania ruchowego z powodu niedyspozycji, choroby lub nieobecności jest on zobowiązany do zaliczenia tego zadania. Uczniowie mogą uzyskać zaliczenie po uprzednich konsultacjach z nauczycielem prowadzącym w terminie wyznaczonym przez tego nauczyciela lub jeśli to możliwe w toku zajęć lekcyjnych. Nie zgłoszenie się ucznia oraz nie zaliczenia zadania świadczy o lekceważącym stosunku do przedmiotu i równoznaczne jest z oceną niedostateczną.

