

Wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego

w Szkole Podstawowej w Koleczkowie

PODSTAWA – uczeń jest oceniany za:

1. Przygotowanie do lekcji – systematyczne noszenie stroju (uczeń trzy razy w semestrze może zgłosić nieprzygotowanie, za każdym następnym razem otrzymuje ocenę niedostateczną).
2. Uczestnictwo w lekcji – ocena wybranego ucznia za zaangażowanie i aktywność na lekcji uczniowie otrzymują:
 - plusy za przejaw zaangażowania, wykonywanie ćwiczeń w sposób zbliżony do swoich maksymalnych możliwości, inwencje twórczą, aktywny udział w zajęciach i współzawodnictwo w ich realizacji; sześć plusów ocena celująca,
 - minusy za niechętny lub negatywny stosunek do uczestnictwa w zajęciach, brak dyscypliny, w przypadku ewidentnego lekceważenia swoich obowiązków uczeń może otrzymać ocenę niedostateczną; sześć minusów ocena niedostateczna.
3. Oceniając sprawność motoryczną oceniamy postęp, jaki wykazuje uczeń w trakcie swojej edukacji

UMIEJĘTNOŚCI – poziom umiejętności ucznia z zakresu realizowanych form aktywności ruchowej z uwzględnieniem postępu (oceny o wadze 1); w semestrze obowiązują ucznia:

1. Sprawdziany z umiejętność, które dotyczą aktualnie realizowanego materiału;
2. Opracowanie i przeprowadzenie w klasie: rozgrzewki lub ćwiczeń kształtujących poszczególne partie mięśni (ramion, nóg, tułowia, brzucha, grzbietu)

WIADOMOŚCI – uczniowie powinni wykazać się wiadomościami z zakresu kultury fizycznej, olimpiad, przepisów dyscyplin sportowych, aktualności sportowych, tematyki dotyczącej zdrowego stylu życia.

Zasady Ogólne

1. Uczeń ma obowiązek znać zasady bhp na lekcji wychowania fizycznego i przestrzegać je.
2. Uczeń ma obowiązek posiadać na lekcji wychowania fizycznego strój sportowy i obuwie sportowe.
3. Uczeń uczestniczy w zajęciach bez biżuterii (szczególnie łańcuszków, pierścionków, dłuższych kolczyków). Przedmioty te pozostają w plecaku w szatni odpowiedzialność ucznia.
4. Wstęp na zajęcia wychowania fizycznego tylko w obuwiu sportowym.
5. Trzy razy w semestrze uczeń może zgłosić brak stroju (nieprzygotowanie). Każdy następny brak stroju to ocena niedostateczna o wadze 3)
6. Rodzice mogą zwolnić ucznia z powodu dolegliwości, które uniemożliwiają udział w zajęciach (forma pisemna w dzienniku elektronicznym). Te zwolnienia muszą być przedstawione na lekcji w dniu, którego dotyczą.
7. Zwolnienie z ćwiczeń na lekcji Wychowania fizycznego nie zwalnia ucznia z obecności na tej lekcji.
8. Uczeń, który ma zwolnienie lekarskie może być zwolniony z lekcji, jeżeli jest to jego ostatnia lekcja, po uprzednim przedstawieniu nauczycielowi oświadczenia rodziców (forma pisemna w

dzienniku elektronicznym), że w tym czasie biorą za niego odpowiedzialność. Dotyczy to również zwolnień z lekcji WF w danym dniu.

9. Za rzeczy wartościowe pozostawione przez ćwiczących w szatni dyrekcja szkoły oraz prowadząc zajęcia nie odpowiadają.
10. Uczeń ma zakaz wnoszenia na lekcje wychowania fizycznego: telefonów komórkowych oraz innych urządzeń elektronicznych (oraz korzystania z nich) a także artykułów spożywczych i ich spożywania.
11. Uczeń ma obowiązek zaliczania sprawdzianów obejmujących program nauczania. W przypadku nieobecności ucznia w dniu sprawdzianu, uczeń na jego zaliczenie umawia się z nauczycielem w wyznaczonym przez niego terminie (dotyczy to również poprawy ocen)
12. Za odmowę przystąpienia do sprawdzianu uczeń otrzymuje ocenę niedostateczną
13. Uczeń ma możliwość poprawy ocen poza tą, za nieprzygotowanie do zajęć i aktywność
14. Uczeń, u którego frekwencja wychowania fizycznego jest mniejsza niż 50% jest nieklasyfikowany
15. Uczniowie niećwiczący, mają obowiązek pomagać w organizacji lekcji nauczycielowi.
16. Spóźnienie na lekcje wychowania fizycznego ucznia powyżej 10minut traktowane jest jako nieobecność
17. Wychodzenie ucznia z lekcji możliwe jest jedynie za zgodą nauczyciela.
18. Uczniowie mają obowiązek dbać o sprzęt sportowy, jak i o ład i porządek w szatniach.
19. Przygotowanie do zajęć z wychowania fizycznego.
 - Strój gimnastyczny wymagany na zajęciach wychowania fizycznego:
 - koszulka sportowa
 - spodnie sportowe długie lub krótkie,
 - obuwie do wyboru: typu „, adidas”, trampki, tenisówki.
 - wymagany jest czysty i schludny strój sportowy
 - każdorazowo należy zmienić strój po zajęciach.
 - dopuszczalna jest nie większa liczba nieprzygotowań jak 3 razy w semestrze
 - niedyspozycje zgłaszane przez dziennik Librus,
 - zwolnienia od rodziców zgłaszane poprzez dziennik Librus,

kategoria	waga
Aktywność na wf	5
Brak stroju	3
Sprawdzian	1

20. Każdy nauczyciel może na początku roku szkolnego wprowadzić dodatkowe ustalenia zgodne z regulaminem szkoły.

21. Oceny

Ocena celująca

- jest zawsze przygotowany do zajęć (strój sportowy)
- nie ćwiczy tylko z poważnych powodów zdrowotnych
- charakteryzuje się wysokim poziomem kultury osobistej bardzo chętnie współpracuje z nauczycielem wychowania fizycznego
- reprezentuje szkołę w zawodach sportowych na szczeblu miejskim, powiatowym lub zawodach ogólnopolskich
- samodzielnie prowadzi rozgrzewkę
- zalicza wszystkie testy i sprawdziany
- ćwiczenia wykonuje zgodnie z przepisami i zasadami gry
- ocena z aktywność (6 plusów=ocena 6)

Ocena bardzo dobra

- jest przygotowany do zajęć (strój sportowy)
- sporadycznie nie ćwiczy z powodów zdrowotnych, osobistych
- charakteryzuje się wysokim poziomem kultury osobistej
- chętnie współpracuje z nauczycielem wychowania fizycznego
- reprezentuje szkołę w zawodach sportowych na szczeblu gminnym i miejskim
- ocena za zaangażowanie do zajęć
- w sposób bardzo dobry wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji
- pokazuje i demonstruje niektóre umiejętności ruchowe
- prawidłowo prowadzi rozgrzewkę
- zalicza wszystkie testy i sprawdziany sprawnościowe z niewielkimi błędami
- poprawia lub uzupełnia próby sprawnościowe
- ćwiczenia wykonuje zgodnie z przepisami i zasadami gry
- stosuje opanowanie umiejętności ruchowe w czasie gry

Ocena dobra

- jest przygotowany do zajęć (strój sportowy) zdarza mu się nie brać udziału z różnych powodów
- charakteryzuje się właściwym poziomem kultury osobistej
- sporadycznie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego
- bierze udział w klasowych i szkolnych zawodach sportowych
- jest aktywny na lekcji
- w sposób dobry wykonuje ćwiczenia fizyczne
- zalicza większość sprawdzianów i testów z niewielkimi błędami technicznymi lub taktycznymi
- poprawia i uzupełnia sprawdziany i testy
- wykonuje ćwiczenia nie zawsze zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych
- potrafi wykonywać ćwiczenia o przeciętnym stopniu trudności

- nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowych w czasie gry

Ocena dostateczna

- jest przygotowany do zajęć ale często nie ćwiczy na lekcji tylko z różnych powodów zdrowotnych, osobistych lub rodzinnych
- nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów zdrowotnych, rodzinnych i osobistych
- charakteryzuje się przeciętnym poziomem kultury osobistej
- nie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego
- nie bierze udziału w szkolnych zawodach sportowych
- w sposób dostateczny wykonuje ćwiczenia
- nie potrafi i nie demonstruje ćwiczeń fizycznych
- nie potrafi wykonać samodzielnie poprowadzić rozgrzewki
- zalicza tylko niektóre sprawdziany
- nie poprawia i nie uzupełnia sprawdzianów i testów
- zalicza sprawdziany z dużymi błędami technicznymi i taktycznymi
- wykonuje ćwiczenia prawie zawsze nie zgodnie z przepisami lub zasadami gry
- potrafi wykonać ćwiczenia o niskim stopniu trudności

Ocena dopuszczająca

- bardzo często jest nieprzygotowany do zajęć
- często nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów zdrowotnych, rodzinnych i osobistych
- charakteryzuje się przeciętnym poziomem kultury osobistej
- nie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego
- nie bierze udziału w szkolnych zawodach sportowych
- w sposób nieudolny wykonuje ćwiczenia fizyczne
- nie potrafi pokazać i zademonstrować ćwiczeń
- nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki
- zalicza tylko pojedyncze testy i sprawdziany
- nie poprawia i nie uzupełnia sprawdzianów i testów
- wykonuje ćwiczenia zawsze niezgodnie z przepisami lub zasadami gry
- potrafi wykonywać ćwiczenia o bardzo niskim stopniu trudności
- nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowych w czasie gry

Ocena niedostateczna

- prawie zawsze jest nieprzygotowany do zajęć, zapomina stroju
- bardzo często nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów zdrowotnych, rodzinnych i osobistych
- charakteryzuje się bardzo niskim poziomem kultury osobistej
- zachowuje się wulgarnie w stosunku do nauczyciela
- nie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego
- nie bierze udziału w szkolnych zawodach sportowych
- w sposób nieudolny wykonuje większość ćwiczeń fizycznych
- nie potrafi pokazać i zademonstrować ćwiczeń
- nie potrafi samodzielnie przeprowadzić rozgrzewki
- nie zalicza większości testów i sprawdzianów
- nie poprawia i nie uzupełnia sprawdzianów i testów

- wykonuje ćwiczenia zawsze niezgodnie z przepisami lub zasadami gry
- nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowych w czasie gry