WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

KLASY IV–VIII
Szkoła Podstawowa w Koleczkowie

1. Obszary podlegające ocenianiu

Uczeń podczas zajęć wychowania fizycznego jest oceniany w szczególności za:

- aktywność i zaangażowanie w zajęciach;
- przygotowanie do zajęć;
- umiejętności ruchowe;
- postęp w sprawności fizycznej;
- wiadomości z zakresu kultury fizycznej i zdrowego stylu życia;
- przestrzeganie zasad bezpieczeństwa;
- współpracę, kulturę osobistą i postawę fair play.

2. Szkolna skala procentowa

Wyniki testów, aktywności oraz prac grupowych są odnoszone do następującej szkolnej skali procentowej:

Wynik testu / aktywność / praca grupowa	Poziom osiągnięcia
96–100%	doskonałe
86–95%	bardzo dobre
70–85%	dobre
50–69%	poprawne
32–49%	popraw jeszcze
poniżej 32%	popraw się

3. Aktywność i zaangażowanie

Ocena za aktywność i zaangażowanie jest wystawiana raz w miesiącu, na podstawie pracy ucznia podczas wszystkich zajęć wychowania fizycznego w danym miesiącu (zwykle około 16 zajęć).

Przy ustalaniu miesięcznej oceny za aktywność uwzględnia się w szczególności:

- aktywny udział w zajęciach;
- zaangażowanie w wykonywanie powierzonych zadań;
- wykonywanie ćwiczeń na miarę swoich możliwości;
- systematyczność pracy;
- podejmowanie prób wykonania ćwiczeń i zadań;
- współpracę z innymi uczniami;
- przestrzeganie zasad fair play;
- przestrzeganie zasad bezpieczeństwa;
- właściwe zachowanie podczas zajęć i w szatni;
- przygotowanie do zajęć.

Zasada dotycząca braku stroju

Każdy brak wymaganego stroju sportowego skutkuje obniżeniem miesięcznej oceny procentowej za aktywność o 15 punktów procentowych.

Przykład: jeżeli uczeń uzyskał 90% za aktywność, jeden brak stroju obniża wynik do 75%. Przy dwóch brakach stroju wynik zostaje obniżony o 30 punktów procentowych.

4. Przygotowanie do zajęć

Uczeń ma obowiązek posiadać na zajęciach czysty i schludny strój sportowy oraz obuwie sportowe.

Wymagany strój obejmuje:

- koszulkę sportową;
- spodnie sportowe – długie lub krótkie;
- obuwie sportowe przeznaczone do aktywności fizycznej.

Każdy brak stroju jest uwzględniany zgodnie z zasadą określoną w punkcie 3.

Uczeń uczestniczy w zajęciach bez biżuterii, w szczególności bez łańcuszków, pierścionków i dłuższych kolczyków.

5. Uczestnictwo w zajęciach i postawa ucznia

Uczeń powinien:

- uczestniczyć w zajęciach zgodnie ze swoimi możliwościami psychofizycznymi;
- stosować się do poleceń nauczyciela;
- przestrzegać zasad bezpieczeństwa;
- dbać o bezpieczeństwo własne i innych;
- współpracować z nauczycielem i zespołem;
- przestrzegać zasad fair play;
- dbać o sprzęt sportowy i porządek w miejscu prowadzenia zajęć oraz w szatni;
- prezentować kulturę osobistą i właściwą postawę wobec innych uczestników zajęć.

Uczeń, który z przyczyn zdrowotnych nie wykonuje ćwiczeń, pozostaje obecny na lekcji i – w miarę możliwości – uczestniczy w jej organizacji, np. poprzez pomoc nauczycielowi.

6. Umiejętności ruchowe

Ocenie podlegają umiejętności z zakresu realizowanych form aktywności ruchowej, odpowiednie do wieku ucznia i realizowanego programu.

W szczególności oceniane mogą być:

- technika i poprawność wykonywania ćwiczeń;
- zastosowanie poznanych umiejętności w grze, zabawie lub innej aktywności;
- znajomość i stosowanie zasad oraz przepisów poszczególnych dyscyplin;
- wykonywanie elementów gimnastycznych;
- elementy lekkoatletyki;
- umiejętności z zakresu gier zespołowych;
- aktywności rekreacyjne;
- prowadzenie lub przygotowanie rozgrzewki;
- opracowanie i przeprowadzenie ćwiczeń kształtujących poszczególne partie mięśni.

Sprawdziany umiejętności odnoszą się do aktualnie realizowanego materiału. W przypadku nieobecności ucznia w dniu sprawdzianu termin jego zaliczenia ustala się z nauczycielem.

7. Sprawność fizyczna i indywidualny postęp

Oceniając sprawność fizyczną, nauczyciel uwzględnia przede wszystkim postęp ucznia w toku edukacji, jego zaangażowanie i systematyczność pracy.

- poziom wyjściowy ucznia;
- indywidualny postęp;
- systematyczność podejmowania aktywności;
- zaangażowanie podczas prób sprawnościowych;
- poprawę własnych wyników;

- prawidłowość wykonywania prób.

Wynik próby sprawnościowej nie jest jedynym kryterium oceny.

8. Wiadomości

Uczeń powinien wykazywać się wiadomościami z zakresu:

- zasad bezpieczeństwa podczas aktywności fizycznej;
- zdrowego stylu życia;
- znaczenia aktywności fizycznej dla zdrowia;
- zasad prawidłowej regeneracji i wypoczynku;
- podstawowych zasad i przepisów gier oraz dyscyplin sportowych;
- kultury fizycznej;
- sportu i najważniejszych wydarzeń sportowych.

9. Kryteria poziomu osiągnięć

	Procent	Charakterystyka
ałe	96–100%	Uczeń bardzo aktywnie i systematycznie uczestniczy w zajęciach, wykonuje za na miarę swoich możliwości, wykazuje inicjatywę, bardzo dobrze opanował wy umiejętności i wiadomości oraz prezentuje właściwą postawę.
dobre	86–95%	Uczeń jest aktywny i zaangażowany, prawidłowo wykonuje większość zadań, przestrzega zasad bezpieczeństwa i fair play, wykazuje postępy oraz posiada b dobry poziom wiadomości i umiejętności.
	70–85%	Uczeń zazwyczaj aktywnie uczestniczy w zajęciach, poprawnie wykonuje pods zadania, przestrzega zasad i osiąga postępy adekwatne do swoich możliwości
ne	50–69%	Uczeń uczestniczy w zajęciach, jednak jego aktywność i zaangażowanie są nie Opanował podstawowe wiadomości i umiejętności, ale wymaga dalszej pracy.
jeszcze	32–49%	Uczeń często wykazuje niewielkie zaangażowanie, ma trudności z wykonywan ćwiczeń i opanowaniem wiadomości, wymaga systematycznej pracy i wsparcia nauczyciela.
się	poniżej 32%	Uczeń wykazuje bardzo małe zaangażowanie, nie opanował podstawowych wiadomości i umiejętności, nie podejmuje wymaganej pracy lub nie przestrzega ustalonych zasad. Wymaga zdecydowanej poprawy i większej systematyczno

10. Częstotliwość oceniania

- Aktywność i zaangażowanie – ocena wystawiana raz w miesiącu.
- Umiejętności ruchowe – ocenianie po zakończeniu realizacji danego zakresu materiału lub działu.
- Sprawność fizyczna i postęp – ocenianie w ramach zaplanowanych prób sprawnościowych.
- Wiadomości – ocenianie na bieżąco, zgodnie z realizowanym materiałem.
- Przygotowanie do zajęć – odnotowywane na bieżąco; każdy brak stroju wpływa na miesięczną ocenę aktywności zgodnie z zasadą −15 punktów procentowych.
- Prace grupowe i inne formy aktywności – oceniane zgodnie ze szkolną skalą procentową.

11. Zasady dotyczące nieobecności i zwolnień

- Zwolnienie z wykonywania ćwiczeń nie jest równoznaczne ze zwolnieniem z obecności na lekcji.
- W przypadku nieobecności na sprawdzianie uczeń ustala z nauczycielem termin jego zaliczenia.
- Uczeń zobowiązany jest do przestrzegania zasad obowiązujących podczas zajęć wychowania fizycznego również w przypadku czasowego zwolnienia z ćwiczeń.
- Spóźnienie oraz nieobecności są odnotowywane zgodnie z zasadami obowiązującymi w szkole.

12. Postanowienia końcowe

Ocenianie odbywa się z uwzględnieniem wieku ucznia, jego indywidualnych możliwości psychofizycznych, stanu przygotowania do podejmowania aktywności oraz indywidualnego postępu.

Celem oceniania z wychowania fizycznego jest motywowanie ucznia do systematycznej aktywności, rozwijania sprawności fizycznej, zdobywania umiejętności i wiadomości oraz kształtowania odpowiedzialnej i bezpiecznej postawy wobec aktywności fizycznej.

W niniejszych wymaganiach nie stosuje się wag ocen.