

WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

DLA KLASY VI

Ocenie podlega:

1. Aktywność, zaangażowanie i wkład pracy w stosunku do własnych możliwości.
 2. Przygotowanie do zajęć (odpowiedni strój sportowy, przestrzeganie zasad higieny).
 3. Postawa, kultura osobista, przestrzeganie zasad fair play oraz współpraca w grupie.
 4. Prawidłowość wykonywania podstawowych elementów technicznych z gimnastyki, lekkiej atletyki, gier zespołowych oraz innych form ruchu.
 5. Sprawność fizyczna - Między Narodowy Test Sprawności Fizycznej
 6. Samodzielne przeprowadzenie rozgrzewki
 7. Znajomość zasad bezpiecznego uczestnictwa w aktywności fizycznej, higieny osobistej oraz podstawowej wiedzy o zdrowiu.
 8. Systematyczność oraz udział w corocznych testach sprawności fizycznej (diagnozie).
- Przy ustalaniu oceny nauczyciel bierze pod uwagę w szczególności wysiłek, systematyczność, aktywność, zaangażowanie. Wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki wychowania fizycznego, oraz aktywność ucznia w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej.
 - Sprawność fizyczna ucznia jest rozpoznawana i monitorowana w celu planowania jego rozwoju. Sam wynik testu sprawnościowego nie stanowi podstawy do wystawienia oceny klasyfikacyjnej.
 - Nieobecność usprawiedliwiona, ograniczenia zdrowotne oraz czasowe przeciwwskazania do wysiłku nie mogą być automatycznie traktowane jako brak zaangażowania.
 - Poprawa oceny w terminie do 2 tygodni od jej otrzymania, na warunkach uzgodnionych z nauczycielem przedmiotu.
 - Ocena poprawiona jest oceną ostateczną.
 - Uczeń ma prawo wykonania danego ćwiczenia stosownie do swoich możliwości.
 - Przy ocenianiu nauczyciel uwzględnia indywidualne możliwości psychofizyczne ucznia, jego stan zdrowia, zalecenia zawarte w opinii lub orzeczeniu poradni psychologiczno-pedagogicznej oraz indywidualne potrzeby rozwojowe i edukacyjne

SZCZEGÓŁOWE WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY

Ocena celująca – 6

- aktywnie, systematycznie i z dużym zaangażowaniem uczestniczy w zajęciach wykazuje bardzo dobrą postawę wobec aktywności fizycznej i dba o własny rozwój;
- samodzielnie i prawidłowo wykonuje poznane ćwiczenia oraz elementy techniczne;
- bardzo dobrze opanował umiejętności z zakresu gier zespołowych, lekkoatletyki, gimnastyki i innych realizowanych form aktywności;

- potrafi zastosować poznane elementy techniczne i taktyczne podczas gry;
- zna i przestrzega zasad bezpieczeństwa oraz zasad fair play;
- potrafi samodzielnie przeprowadzić rozgrzewkę odpowiednią do rodzaju wysiłku;
- zna znaczenie aktywności fizycznej dla zdrowia oraz zasady zdrowego stylu życia;
- potrafi określić swoje mocne i słabe strony w zakresie sprawności fizycznej;
- podejmuje działania na rzecz poprawy własnej sprawności;
- aktywnie współpracuje z zespołem, pomaga innym i respektuje zasady współpracy;
- jest odpowiedzialna, samodzielna i kulturalna;
- wykazuje inicjatywę podczas zajęć i podejmuje dodatkowe aktywności sportowe;
- może reprezentować szkołę w zawodach sportowych lub aktywnie uczestniczyć w życiu sportowym szkoły.

Ocena bardzo dobra – 5

- systematycznie i aktywnie uczestniczy w zajęciach;
- jest przygotowany do lekcji i posiada odpowiedni strój sportowy;
- prawidłowo wykonuje większość poznanych ćwiczeń;
- dobrze opanował podstawowe elementy techniczne i taktyczne realizowanych dyscyplin;
- stosuje poznane zasady podczas gier i zabaw;
- prawidłowo wykonuje ćwiczenia kształtujące siłę, szybkość, wytrzymałość, gibkość i koordynację;
- potrafi przeprowadzić prostą rozgrzewkę;
- zna zasady bezpieczeństwa i przestrzega ich podczas zajęć;
- przestrzega zasad fair play;
- zna podstawowe zasady zdrowego odżywiania i znaczenie aktywności fizycznej;
- wykazuje chęć poprawy własnej sprawności;
- współpracuje z innymi i właściwie reaguje na polecenia nauczyciela;
- jest zaangażowana i sumiennie wykonuje powierzone zadania.

Ocena dobra – 4

- zazwyczaj systematycznie uczestniczy w zajęciach;
- wykonuje większość podstawowych ćwiczeń poprawnie, choć zdarzają mu się błędy;
- opanował podstawowe umiejętności przewidziane programem;
- zna podstawowe elementy techniczne wybranych gier zespołowych;
- potrafi zastosować niektóre poznane elementy podczas gry;
- wykonuje ćwiczenia rozwijające podstawowe zdolności motoryczne;
- zna podstawowe zasady bezpieczeństwa i zazwyczaj ich przestrzega;
- zna znaczenie aktywności fizycznej dla zdrowia;
- stosuje podstawowe zasady higieny i zdrowego stylu życia;
- na ogół współpracuje z zespołem;
- wymaga czasami dodatkowej motywacji do aktywnego udziału w zajęciach;
- podejmuje próby poprawy własnych umiejętności i sprawności.

Ocena dostateczna – 3

- uczestniczy w zajęciach, ale jego aktywność i systematyczność są nierówne;
- wykonuje podstawowe ćwiczenia z pomocą lub wskazówkami nauczyciela;

- opanował podstawowe wiadomości i umiejętności na poziomie umożliwiającym dalszą naukę;
- ma trudności z prawidłowym wykonaniem niektórych elementów technicznych;
- zna podstawowe zasady wybranych gier i zabaw, ale nie zawsze potrafi zastosować je w praktyce;
- wykonuje proste ćwiczenia kształtujące sprawność fizyczną;
- zna podstawowe zasady bezpieczeństwa, lecz wymaga przypominania o ich przestrzeganiu;
- zna podstawowe zasady zdrowego stylu życia;
- nie zawsze angażuje się w wykonywanie zadań;
- wymaga zachęty i motywowania do aktywności;
- współpracuje z zespołem po odpowiednim ukierunkowaniu przez nauczyciela.

Ocena dopuszczająca – 2

- uczestniczy w zajęciach w ograniczonym zakresie;
- wykazuje niewielkie zaangażowanie w wykonywanie ćwiczeń;
- z pomocą nauczyciela wykonuje najprostsze zadania ruchowe;
- opanowała jedynie podstawowe wiadomości i umiejętności;
- ma znaczne trudności z wykonaniem ćwiczeń i elementów technicznych;
- często wymaga indywidualnego instruktażu i dodatkowej motywacji;
- zna niektóre zasady bezpieczeństwa, ale wymaga stałego przypominania;
- zna podstawowe znaczenie aktywności fizycznej dla zdrowia;
- podejmuje współpracę z grupą po zachęcie nauczyciela;
- przy odpowiednim wsparciu podejmuje próby poprawy swoich umiejętności;
- jego postępy są niewielkie, ale widoczna jest możliwość dalszej pracy.

Ocena niedostateczna – 1

- nie uczestniczy w zajęciach lub uczestniczy w nich sporadycznie bez uzasadnionej przyczyny;
- nie podejmuje prób wykonywania powierzonych zadań;
- nie wykazuje zainteresowania poprawą swoich umiejętności;
- nie opanowała podstawowych wiadomości i umiejętności przewidzianych programem;
- odmawia wykonywania ćwiczeń mimo pomocy i zachęty nauczyciela;
- nie przestrzega podstawowych zasad bezpieczeństwa;
- nie stosuje zasad właściwego zachowania podczas zajęć;
- nie podejmuje współpracy z zespołem;
- lekceważy obowiązki ucznia na lekcji WF;
- nie wykazuje żadnych działań zmierzających do poprawy swoich osiągnięć.