

## WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

### DLA KLASY V

#### 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. Prawdliwość 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 NA POSZCZEGÓLNE OCENY

##### Stopień celujący (6)

- Uczeń kształtuje swoją sprawność fizyczną na poziomie wykraczającym poza program danej klasy, wykazując się dużą samodzielnością i inicjatywą.
- Wykazuje wzorową postawę na zajęciach, cechuje się nienaganną dyscypliną, wybitnym zaangażowaniem oraz aktywnym promowaniem postawy fair play.
- Wykonuje wszystkie zadania ruchowe, elementy techniczne i taktyczne bezbłędnie, płynnie i z dużą swobodą.

- Aktywnie wspiera nauczyciela w organizacji lekcji, sędziowaniu, pomocy rówieśnikom oraz dbałości o bezpieczny przebieg zajęć.
- Posiada rozszerzoną wiedzę dotyczącą wpływu aktywności fizycznej na zdrowie, potrafi samodzielnie przeprowadzić rozgrzewkę dla grupy.
- Reprezentuje szkołę w zawodach sportowych.
- Systematycznie bierze udział w lekcjach i zawsze posiada odpowiedni strój sportowy.

#### **Stopień bardzo dobry (5)**

- Uczeń w pełni opanował umiejętności i wiedzę objętą podstawą programową dla klasy 5.
- Wykazuje dużą aktywność, bardzo wysokie zaangażowanie i staranność podczas wszystkich ćwiczeń.
- Prawidłowo i płynnie wykonuje zadania ruchowe, poprawia własne rekordy życiowe i w pełni wykorzystuje swoje możliwości fizyczne.
- Zawsze przestrzega zasad bezpieczeństwa, regulaminu zajęć oraz zasad fair play w grach i rywalizacji.
- Jest zawsze przygotowany do zajęć (posiada odpowiedni strój sportowy) i bierze czynny udział w pracy zespołu.
- Zna zasady higieny, rozumie potrzebę aktywności fizycznej dla zdrowia i umie prawidłowo wykonać ćwiczenia rozgrzewkowe.
- Aktywnie uczestniczy we wszystkich sprawdzianach i corocznych testach sprawności fizycznej.

#### **Stopień dobry (4)**

- Uczeń w znacznym stopniu opanował wymagania programowe dla klasy 5.
- Ćwiczenia wykonuje poprawnie pod względem technicznym, choć mogą pojawiać się drobne błędy niewpływające na ogólną strukturę ruchu.
- Wykazuje dobrą postawę na lekcjach, ćwiczy chętnie i ze starannością odpowiednią do własnych możliwości.
- Przestrzega zasad bezpieczeństwa i regulaminu form ruchowych, z reguły stosuje zasady fair play.
- Sporadycznie zdarzają mu się braki stroju sportowego (nie więcej niż dopuszcza wewnątrzszkolny system oceniania).
- Zna podstawowe zasady higieny osobistej oraz potrafi wykonać podstawowy zestaw ćwiczeń rozgrzewkowych.
- Przystępuje do sprawdzianów i testów sprawnościowych, starając się uzyskać jak najlepszy wynik na miarę swoich możliwości.

#### **Stopień dostateczny (3)**

- Uczeń panował podstawowe umiejętności ruchowe z programu klasy 5 na poziomie minimalnym, umożliwiającym bezpieczne uczestnictwo w zajęciach.
- Ćwiczenia wykonuje niepewnie, z widocznymi błędami technicznymi, ale wykazuje chęć ich poprawy i wykonania zadań.
- Prezentuje przeciętne zaangażowanie w zajęcia, czasem wymaga dodatkowej motywacji ze strony nauczyciela.
- Często opuszcza lekcje lub posiada nieprzygotowania (brak stroju sportowego) w granicach tolerowanych przez zasady szkolne.

- Przestrzega podstawowych zasad bezpieczeństwa, choć nie zawsze wykazuje pełną uwagę i dyscyplinę podczas zajęć.
- Posiada wybiórczą wiedzę z zakresu edukacji zdrowotnej i przepisów gier sportowych.
- Biorąc udział w testach sprawnościowych, wkłada minimalny wysiłek w poprawę swoich rezultatów.

### **Stopień dopuszczający (2)**

- Uczeń nie opanował większości umiejętności przewidzianych w programie klasy 5, ale jego braki nie uniemożliwiają dalszej edukacji ruchowej.
- Zadania i ćwiczenia wykonuje nieporadnie, z dużymi błędami technicznymi, często unika trudniejszych zadań.
- Wykazuje niskie zaangażowanie w przebieg lekcji, wykazuje brak chęci do pracy nad własną sprawnością fizyczną.
- Często nie jest przygotowany do zajęć (brak stroju sportowego) lub niećwiczący bez uzasadnionego powodu.
- Sporadycznie narusza zasady bezpieczeństwa, regulaminy lub zasady współzycia w grupie (fair play), jednak reaguje na uwagi nauczyciela.
- Wykazuje znikome wiadomości z zakresu kultury fizycznej i higieny.
- Do testów diagnostycznych i sprawdzianów przystępuje niechętnie i bez staranności.

### **Stopień niedostateczny (1)**

- Uczeń nie opanował podstawowych umiejętności ruchowych określonych w podstawie programowej, co stwarza zagrożenie dla niego lub innych uczestników zajęć.
- Wykazuje lekceważący stosunek do przedmiotu, całkowity brak chęci do ćwiczeń oraz do poprawy własnej sprawności.
- Notorycznie nie posiada stroju sportowego i unika aktywnego udziału w lekcjach (częste nieusprawiedliwione braki ćwiczeń).
- Celowo łamie zasady bezpieczeństwa, regulamin sali/boiska oraz zasady fair play, stwarzając zagrożenie zdrowia własnego i innych.
- Odmawia wykonywania poleceń nauczyciela, przystępowania do sprawdzianów oraz uczestnictwa w obowiązkowych testach sprawnościowych.
- Nie posiada podstawowej wiedzy z zakresu wychowania fizycznego i higieny osobistej.