

## WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

### WAGA OCEN

1. Aktywność na lekcji:
  - uczeń wykonuje ćwiczenia zgodnie z poleceniem nauczyciela oraz wyznaczonej osoby podczas:
    - ❖ rozgrzewki,
    - ❖ części głównej lekcji, 100%
    - ❖ części końcowej lekcji,
2. Rozgrzewka 50 %
3. Sprawdzian umiejętności technicznych 100%
5. Zaangażowanie pozalekcyjne (SKS) - ocena wystawiana raz w semestrze 50 %
6. Zawody sportowe:
  - udział w zawodach miejskich – uwaga pozytywna,
  - I, II, III, IV miejsce w zawodach powiatowych - ocena celująca + uwaga pozytywna 100%
  - zajęcie V i niższego miejsca w zawodach powiatowych – uwaga pozytywna
  - udział w zawodach wojewódzkich - ocena celująca + uwaga pozytywna 100%
7. Aktywność poza szkolna (kluby sportowe) ocena wystawiana raz w ciągu roku szkolnego 50%

### Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który:

1. Systematycznie i czynnie bierze udział w zajęciach.
2. Wykonuje elementy nauczania zgodnie z programem nauczania na ocenę co najmniej bardzo dobrą.
3. Systematycznie uczestniczy w obowiązkowych zajęciach z wychowania fizycznego.
4. Aktywnie i systematycznie uczestniczy w działaniach szkoły na rzecz kultury fizycznej.
5. Reprezentuje szkołę w finale wojewódzkim lub zajmuje punktowane miejsca I, II, III w zawodach rejonowych, powiatowych.
6. Jest aktywny na lekcji, rozwija własne uzdolnienia sportowe i rozumie sens uprawiania ćwiczeń ruchowych i ich wpływ na rozwój organizmu.
7. Dokładnie wykonuje ćwiczenia i zalecenia przekazywane przez nauczyciela, dba o bezpieczeństwo własne i kolegów.

### Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który:

1. Systematycznie i czynnie bierze udział w zajęciach.
2. Wykonuje elementy nauczania zgodnie z programem nauczania na ocenę co najmniej dobrą.
3. Systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i jest zawsze przygotowany do lekcji.
4. Aktywnie i bardzo często uczestniczy w działaniach szkoły na rzecz kultury fizycznej.
5. Jest aktywny na lekcji.
6. Dokładnie wykonuje ćwiczenia i zalecenia przekazywane przez nauczyciela, dba o bezpieczeństwo własne i kolegów.
7. Robi systematyczne postępy.
8. Bierze aktywny udział w zajęciach UKS i zawodach sportowych (nie jest to działalność systematyczna).

### Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który:

1. Systematycznie uczestniczy w obowiązkowych zajęciach z wychowania fizycznego.
2. Jest aktywny na lekcji.
3. Chętnie i często uczestniczy w działaniach szkoły na rzecz kultury fizycznej.
4. Wykonuje elementy nauczania na ocenę co najmniej dostateczną.
5. Robi systematyczne postępy na miarę swoich możliwości.
6. Mało angażuje się w życie sportowe szkoły i klasy.

### Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który:

1. Niesystematycznie uczestniczy w obowiązkowych zajęciach z wychowania fizycznego.
2. Jest mało aktywny na lekcji i ma kłopoty z dyscypliną.

3. Chętnie, ale rzadko uczestniczy w działaniach szkoły na rzecz kultury fizycznej.
4. Poprawnie wykonuje elementy nauczania na ocenę co najmniej dostateczną.

**Ocenę dopuszczającą** otrzymuje uczeń, który:

1. Często, z własnej winy opuszcza obowiązkowe zajęcia z wychowania fizycznego.
2. Jest mało aktywny, niezdyscyplinowany oraz ma lekceważący stosunek do zajęć.
3. Sporadycznie uczestniczy w działaniach szkoły na rzecz kultury fizycznej.
4. Nauczane elementy wykonuje niechętnie i z dużymi błędami na ocenę co najmniej dopuszczającą.
5. Narusza zasady dyscypliny w czasie trwania zajęć nie dba o bezpieczeństwo własne i kolegów, nie wykonuje ćwiczeń i zaleceń przekazywanych przez nauczyciela.

**Ocenę niedostateczną** otrzymuje uczeń, który:

1. Ma lekceważący stosunek do przedmiotu, nie wykazuje aktywności na lekcji.
2. Nie uczestniczy w działaniach szkoły na rzecz kultury fizycznej.
3. Rażąco narusza zasady dyscypliny w czasie trwania zajęć, nie dba o bezpieczeństwo własne i kolegów, nie wykonuje ćwiczeń i zaleceń przekazywanych przez nauczyciela.

**Na ocenę semestralną lub roczną dodatni wpływ mogą mieć:**

- wzorowa postawa na wszystkich zajęciach lekcyjnych, pozalekcyjnych (w tym zawodach sportowych),
- propagowanie zdrowego stylu życia w szkole i poza szkołą,
- pomoc w organizacji pozaszkolnych imprez rekreacyjno–sportowych,
- prace na rzecz szkoły (plakaty, gazetki, kronika, plansze).

**Na ocenę semestralną lub roczną ujemny wpływ mogą mieć:**

- niepożądane zachowania w obrębie kultury fizycznej i zdrowia, np.: niewłaściwe zachowanie (m.in. kibicowanie) na imprezach rekreacyjno–sportowych w szkole lub poza szkołą,
- nieusprawiedliwione nieobecności na zajęciach,
- nadużywanie zwolnień z czynnego uczestnictwa w lekcji.

**Ogólne zasady zwolnień z zajęć z wychowania fizycznego**

Rodzice/ opiekunowie prawni mogą zwolnić (usprawiedliwić) ucznia z czynnego udziału w lekcji z powodu niedyspozycji zdrowotnej na okres 2 tygodni. Powyżej tego okresu uczeń powinien przedłożyć zwolnienie lekarskie od lekarza specjalisty. Zwolnienia od lekarza nie wlicza się do ilości opuszczonych godzin.

**Nieprzygotowanie do lekcji (brak stroju)**

Uczeń ma prawo do trzykrotnego w ciągu semestru zgłoszenia nieprzygotowania się do lekcji (brak stroju). Każde kolejne nieprzygotowanie skutkuje otrzymaniem uwagi negatywnej.