

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% |
| 4. Strój–przygotowanie do zajęć | 100% |
| 5. Zaangażowanie pozalekcyjne (SKS)-ocena wystawiana raz w semestrze | 50 % |
| 6. Zawody sportowe: | |
| • I, II, III miejsce w zawodach miejskich, powiatowych ocena bardzo dobra | 100% |
| • udział w zawodach wojewódzkich ocena celująca | 100% |
| 7. Aktywność pozaszkolna (kluby sportowe) ocena wystawiana raz w ciągu roku szkolnego | 50% |

Ocena celująca:

1. Uczeń opanował materiał programu nauczania w stopniu celującym.
2. Prezentował wybitną sprawność fizyczną.
3. Był zawsze przygotowany do lekcji i brał aktywny udział we wszystkich zajęciach wychowania fizycznego.
4. Wykazywał dużą samodzielność i pomysłowość podczas lekcji.
5. Systematycznie poprawiał swoją sprawność motoryczną lub utrzymywał ją na stałym, wysokim poziomie.
6. Ćwiczenia wykonywał z wyborną techniką, w odpowiednim tempie.
7. Swoją postawą społeczną i stosunkiem do przedmiotu inspirował innych uczniów (koleżeński, ambitny, zdyscyplinowany), osiadał nawyki higieniczno-zdrowotne (schludny wygląd, dbał o higienę osobistą).
8. Posiadał wyjątkowo dużą wiedzę w zakresie wychowania fizycznego (w tym z przepisów dyscyplin sportowych) i swobodnie wykorzystywał ją w praktycznym działaniu.
9. Przynajmniej raz w semestrze brał udział w zawodach sportowych oraz osiągał w nich sukcesy.

Ocena bardzo dobra:

1. Uczeń opanował materiał programu nauczania w stopniu bardzo dobrym.
2. Prezentował wysoką sprawność fizyczną.
3. Był przygotowany do lekcji i brał aktywny udział w zajęciach wychowania fizycznego.
4. Potrafił utrzymywać wysoką sprawność motoryczną na określonym poziomie.
5. Ćwiczenia wykonywał z właściwą techniką, w odpowiednim tempie.
6. Swoją postawą społeczną i stosunkiem do przedmiotu nie budził zastrzeżeń, posiadał nawyki higieniczno-zdrowotne (schludny wygląd, dbał o higienę osobistą).

7. Posiadał dużą wiedzę w zakresie wychowania fizycznego (w tym z przepisów dyscyplin sportowych) i wykorzystywał ją w praktycznym działaniu.
8. Nie uchylał się od czynnego udziału w zawodach sportowych.

Ocena dobra:

1. Uczeń opanował materiał programu nauczania w stopniu dobrym.
2. Osiągnął dobrą sprawność fizyczną.
3. Zazwyczaj był dobrze przygotowany do lekcji i brał aktywny udział w zajęciach wychowania fizycznego.
4. Starał utrzymywać własną sprawność motoryczną na określonym poziomie.
5. Ćwiczenia wykonywał prawidłowo, lecz nie dość dokładnie z małymi błędami technicznymi.
6. Swoją postawą społeczną i stosunkiem do przedmiotu nie budził większych zastrzeżeń.
7. Posiadał podstawową wiedzę w zakresie wychowania fizycznego (w tym z przepisów dyscyplin sportowych), ale nie zawsze potrafił ją wykorzystać w praktycznym działaniu.
8. Nieregularnie brał udział w zawodach sportowych

Ocena dostateczna:

1. Uczeń opanował materiał programowy na przeciętnym poziomie z licznymi lukami (dysponował przeciętną sprawnością fizyczną).
2. Był nie systematyczny w zakresie ćwiczeń na lekcjach wychowania fizycznego, nie wykazywał się aktywnością.
3. Wykazywał małe postępy w usprawnieniu motorycznym.
4. Ćwiczenia wykonywał niepewnie w nieodpowiednim tempie i z większymi błędami technicznymi.
5. Przejawiał pewne braki w zakresie wychowania społecznego i stosunku do przedmiotu
6. Wykazywał braki w podstawowej wiedzy w zakresie wychowania fizycznego (w tym z przepisów dyscyplin sportowych) i miał problemy by ją wykorzystać w praktycznym działaniu.
7. Raczej nie brał udziału w zawodach sportowych

Ocena dopuszczająca:

1. Uczeń opanował materiał programowy na dopuszczającym poziomie ze znacznymi lukami.
2. Dysponował niską sprawnością fizyczną.
3. Rzadko ćwiczył na lekcjach wychowania fizycznego, nie był aktywny podczas zajęć.
4. Wykazywał bardzo małe postępy w usprawnieniu motorycznym.
5. Ćwiczenia wykonywał niechętnie i z dużymi błędami technicznymi.
6. Przejawiał wyraźne braki w zakresie wychowania społecznego i stosunku do przedmiotu.
7. Wykazywał wyraźne braki w podstawowej wiedzy w zakresie wychowania fizycznego (w tym z przepisów dyscyplin sportowych).
8. Nie brał udziału w zawodach sportowych.

Ocena niedostateczna:

1. Uczeń był daleki od spełnienia podstawowych wymagań stawianych w programie nauczania
2. Posiadał bardzo niską sprawność fizyczną

3. Nagminnie opuszczał lekcje wychowania fizycznego bez usprawiedliwienia, bardzo często był nieprzygotowany (brak stroju).
4. Nie wykazywał żadnych postępów w usprawnieniu motorycznym. Nie wykonywał ćwiczeń podczas zajęć.
5. Przejawiał ogromne braki w zakresie wychowania społecznego i stosunku do przedmiotu.
6. Wykazywał znaczące braki w podstawowej wiedzy w zakresie wychowania fizycznego (w tym z przepisów dyscyplin sportowych).
7. Nie brał udziału w zawodach sportowych.

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 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 1 tygodnia. 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)

Jeżeli u ucznia zostaną odnotowane 3 braki stroju, kolejne nieprzygotowanie do lekcji wiązać się będzie z oceną niedostateczną lub wpisaniem uwagi negatywnej do dziennika.