

WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO. SZKOŁA PODSTAWOWA W RYCHTALU – KL. VIII

WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO:

- Sprawdziany wiedzy, umiejętności ruchowych, cech motorycznych są obowiązkowe, poza sytuacją gdzie uczeń posiada przeciwwskazania zdrowotne do wykonywania określonych ćwiczeń,
- Jeżeli uczeń opuścił sprawdzian z przyczyn losowych, to powinien go zaliczyć w ciągu miesiąca, od dnia w którym sprawdzian został przeprowadzony w jego grupie.
- Uczeń może poprawić ocenę ze sprawdzianu, w ciągu miesiąca, od dnia w którym sprawdzian został przeprowadzony w jego grupie.
- W przypadku dłuższej – trwającej, co najmniej 14 dni - usprawiedliwionej nieobecności na zajęciach wychowania fizycznego termin przystąpienia do sprawdzianu (ewentualnej poprawy) jest ustalany z nauczycielem.
- Uczeń może być zwolniony z określonych ćwiczeń, sprawdzianów wykonywanych na zajęciach wychowania fizycznego na podstawie zwolnienia lekarskiego. Uczeń i rodzice zobowiązani są do zgłoszenia nauczycielowi wszelkich przeciwwskazań do wykonywania ćwiczeń.
- Uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego na okres jednego semestru albo na cały rok szkolny na podstawie zwolnienia lekarskiego.
- Uczeń jest obowiązany nosić na zajęcia zmienny strój sportowy.

Zakres oceniania:

- Ocena za indywidualne umiejętności ruchowe w zależności od zadań kontrolno-oceniających -2-6 ocen w semestrze
- Ocena za uczestnictwo i przygotowanie lekcji /m.in. rozgrzewki/- 1-2 ocena w semestrze
- Aktywność i postawa wobec przedmiotu i kultury fizycznej - 1-2 oceny w semestrze
- Ocena za udział w zawodach sportowych i aktywność pozalekcyjna - 1 ocena za każdorazowy udział

OBSZAR 1. Postawa ucznia, zaangażowanie, zachowanie, kompetencje społeczne.

Skala ocen	Szczegółowe kryteria oceny.
Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który :	<ul style="list-style-type: none"> – wykazuje bardzo dużą aktywność i zaangażowanie na lekcjach – jest zawsze przygotowany do zajęć (posiada zawsze strój) – wkłada bardzo duży wysiłek w wykonywanie zadania – powierzone mu zadania wykonuje sumiennie i starannie – systematycznie uczęszcza na zajęcia – przestrzega zasad fair play na boisku i w życiu – chętnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych – jest zaangażowany w działalność sportową szkoły – chętnie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego – chętnie reprezentuje szkołę w rozrywkach sportowych – zawsze przestrzega ustalonych reguł i zasad postępowania – prezentuje postawę godną do naśladowania: jest koleżeński, życzliwy, odznacza się wysoką kulturą osobistą – doskonale potrafi współpracować na boisku i poza nim, stosuje zasadę „czystej gry” – jest odpowiedzialny za zdrowie własne i innych – nie stosuje żadnych używek oraz stosuje zasady bezpieczeństwa – właściwie pełni rolę zawodnika, sędziego i kibica – doskonale współpracuje grupie, szanuje poglądy i wysiłki innych ,wykazuje asertywność i

	<p>emпатиę</p> <p>-motywuje innych do aktywności fizycznej , ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i osób o specjalnych potrzebach edukacyjnych</p>
<p>Ocenę bardzo dobrą</p> <p>otrzymuje uczeń który:</p>	<ul style="list-style-type: none"> - na zajęciach jest aktywny i zaangażowana - jest przygotowany do zajęć(dopuszcza się trzykrotny brak stroju sportowego w semestrze) - staranie i sumiennie wykonuje powierzone mu zadania - systematycznie uczęszcza na zajęcia - przestrzega zasad fair play na boisku - dość regularnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych - jest koleżeński i kulturalny wobec innych - stara się stosować zasadę „czystej gry” - jest odpowiedzialny za zdrowie własne i- nie stosuje żadnych używek oraz stosuje zasady bezpieczeństwa - stara się być dobrym zawodnikiem, sędzią i kibicem - współpracuje grupie, szanuje poglądy i wysiłki innych ,wykazuje asertywność i empatię - stara się motywować innych do aktywności fizycznej , ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i osób o specjalnych potrzebach edukacyjnych
<p>Ocenę dobrą</p> <p>otrzymuje uczeń ,który:</p>	<ul style="list-style-type: none"> - nie zawsze jest aktywny i zaangażowany na zajęciach - z reguły jest przygotowany do zajęć(dopuszcza się pięciokrotny brak stroju sportowego w semestrze) - dość często jest nieobecny na zajęciach - potrzebuje motywacji podczas wykonywania zadań ruchowych - w zajęciach pozalekcyjnych uczestniczy nieregularnie - nie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego -zdarzają mu się przypadki nie stosowania zasad „ czystej gry” - stara się być dobrym zawodnikiem, sędzią i kibicem - stara się współpracować w grupie, szanować poglądy i wysiłki innych ,wykazywać asertywność i empatię - stara się motywować innych do aktywności fizycznej , ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i osób o specjalnych potrzebach edukacyjnych
<p>Ocenę dostateczną</p> <p>otrzymuje uczeń który:</p>	<ul style="list-style-type: none"> - nie wykazuje szczególnej aktywności na zajęciach - bywa bardzo często nieprzygotowany do zajęć - często jest nieobecny na zajęciach - powierzone mu zadania wykonuje niestarannie i niedbale - nie szanuje powierzonego mu sprzętu sportowego - nie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych - nie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego -zdarzają mu się częste przypadki nie stosowania zasad „ czystej gry” - nie stara się być dobrym zawodnikiem, sędzią i kibicem - nie stara się współpracować w grupie, szanować poglądy i wysiłki innych ,wykazywać asertywność i empatię - nie się motywować innych do aktywności fizycznej , ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i osób o specjalnych potrzebach edukacyjnych
<p>Ocenę dopuszczającą</p> <p>otrzymuje uczeń który:</p>	<ul style="list-style-type: none"> - na zajęciach nie wykazuje żadnej aktywności - regularnie nie jest przygotowany do zajęć - bardzo często opuszcza zajęcia - powierzone mu zadanie wykonuje bardzo niestarannie, okazując lekceważący stosunek do tego ,co robi - bardzo często zdarzają mu się przypadki nie stosowania zasad „ czystej gry” - zachowuje się niewłaściwie jako zawodnik, sędzia i kibic. - nie współpracuje w grupie, szanować poglądy i wysiłki innych ,wykazywać asertywność i empatię - nie zależy mu na innych , także z różnymi potrzebami
<p>Ocenę niedostateczną</p>	<ul style="list-style-type: none"> - na zajęciach nie wykonuje i nie chce wykonywać żadnych powierzonych mu zadań - wykazuje skrajnie lekceważący stosunek do przedmiotu

otrzymuje uczeń który:	<ul style="list-style-type: none"> – do zajęć nigdy nie jest przygotowany -samowolnie i nagminnie opuszcza zajęcia – nagminnie łamie zasady współzycia społecznego – jest bardzo agresywny i wrogo nastawiony do innych – używa bardzo wulgarnego języka -z premedytacją dezorganizuje pracę na zajęciach
------------------------	---

OBSZAR 2. Umiejętności ruchowych i sprawności fizycznej ucznia

Skala ocen	Szczegółowe kryteria oceny.
Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który :	<ul style="list-style-type: none"> – wkłada duży wysiłek w opanowanie nowych umiejętności ruchowych: sportowych, rekreacyjnych i użytecznych – potrafi prawidłowo opisać własną postawę ciała – stosuje prawidłowo technikę w grze: kozłowanie piłki prawą i lewą ręką w biegu, prowadzenie piłki w biegu ze zmianą kierunku ruchu, podania piłki jednorącz i oburącz, rzutu piłki do kosza, rzutu i strzału do bramki, odbicia piłki sposobem górnym i dolnym – w większości osiąga wysokie wyniki z testów sprawnościowych : bieg na 30m i 60m, skok w dal sposobem naturalnym, rzut piłeczką palantową, rzut piłką lekarską 2 kg z ustawienia tyłem – stosuje prawidłową technikę podczas gry w : tenisa stołowego, unihokeja, badmintona i inne gry rekreacyjne. – wykonuje bezbłędnie przewrót w przód z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego, przerzut bokiem, stanie na rękach – inicjuje i organizuje dowolną zabawę lub grę ruchową -uczestniczy w wybranej formie aktywności fizycznej pochodzącej spoza Europy -potrafi zaplanować i wykonać dowolny układ gimnastyczny – planuje i przeprowadza rozgrzewkę w zależności od rodzaju aktywności fizycznej,
Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń który:	<ul style="list-style-type: none"> – stara się opanować jak najwięcej nowych umiejętności ruchowych: sportowych, rekreacyjnych i użytecznych – opisuje ogólnie własną postawę ciała – stosuje w grze w miarę poprawnie: kozłowanie piłki prawą i lewą w biegu, prowadzenie piłki w biegu ze zmianą kierunku ruchu, podania piłki jednorącz i oburącz, rzutu piłki do kosza, rzutu i strzału do bramki, odbicia piłki sposobem górnym – w większości osiąga bardzo dobre wyniki z testów sprawnościowych: bieg na 30m i 60m, skok w dal sposobem naturalnym, rzut piłeczką palantową, rzut piłką lekarską 2 kg z ustawienia tyłem – stosuje w miarę prawidłową technikę podczas gry w : tenisa stołowego, unihokeja, badmintona i inne gry rekreacyjne. – potrafi zorganizować dowolną zabawę lub grę ruchową – z drobnymi błędami wykonuje przewrót w przód z przysiadu podpartego, przerzut bokiem, stanie na rękach -uczestniczy w wybranej formie aktywności fizycznej pochodzącej spoza Europy -potrafi zaplanować i wykonać dowolny układ gimnastyczny ,nawet jeśli popełnia małe błędy – planuje i przeprowadza rozgrzewkę w zależności od rodzaju aktywności fizycznej,
Ocenę dobrą otrzymuje uczeń który:	<ul style="list-style-type: none"> – nie wykazuje specjalnego zaangażowania w opanowanie nowych umiejętności ruchowych – z pomocą nauczyciela omawia własną postawę ciała – stosuje w grze tylko niektóre elementy techniczne z gier sportowych – w większości osiąga dobre wyniki z testów sprawnościowych: bieg na 30m i 60m, skok w dal sposobem naturalnym, rzut piłeczką palantową, rzut piłką lekarską 3 kg z ustawienia tyłem – w miarę swoich możliwości uczestniczy w niektórych grach rekreacyjnych – potrafi zorganizować dowolną zabawę lub grę ruchową – przewrotu w przód, przerzut bokiem, stanie na rękach wykonuje z błędami -stara się zaplanować i wykonać dowolny układ gimnastyczny ,nawet jeśli popełnia małe błędy – przeprowadza prostą rozgrzewkę w zależności od rodzaju aktywności fizycznej,

Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń który:	<ul style="list-style-type: none"> – nie wykazuje chęci do opanowania nowych umiejętności ruchowych – nie potrafi opisać własnej postawy ciała – nie potrafi lub nie chce zastosować prawidłowej techniki gry w grach sportowych lub rekreacyjnych – w większości osiąga pozytywne wyniki z testów sprawnościowych: bieg na 30m i 60m, skok w dal sposobem naturalnym, rzut piłeczką palantową, rzut piłką lekarską 2 kg z ustawienia tyłem – nie potrafi zorganizować dowolnej zabawy ruchowej – podejmuje próby wykonania przewrotu w przód, przerzutu bokiem, stania na rękach -nie planuje i nie wykonuje dowolnego układu gimnastycznego -nie potrafi przeprowadzić prostej rozgrzewki w zależności od rodzaju aktywności fizycznej
Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń który:	<ul style="list-style-type: none"> – nie podejmuje żadnych prób opanowania nowych umiejętności sportowych i rekreacyjnych – w czasie gry umyślnie stosuje błędną technikę – osiąga pozytywne wyniki z testów sprawnościowych: bieg na 30m i 60m, skok w dal sposobem naturalnym, rzut piłeczką palantową, rzut piłką lekarską 2 kg z ustawienia tyłem – niezależny mu na opanowaniu żadnych nowych umiejętności
Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń który:	<ul style="list-style-type: none"> – nie wykonuje żadnych powierzonych mu zadań na zajęciach – nie podchodzi do ćwiczeń i pokazuje swoim zachowaniem , że nie zależy mu na opanowaniu żadnych umiejętności ruchowych – nie przystępuje do testów sprawnościowych – lekceważy wszystkie próby zachęcenia go do podjęcia jakiegokolwiek aktywności na zajęciach.

OBSZAR 3. Bezpieczeństwo. Wiadomości z zakresu edukacji zdrowotnej i fizycznej

Skala ocen	Szczegółowe kryteria oceny.
Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który:	<ul style="list-style-type: none"> -wymienia zasady czystej gry w sporcie oraz wyjaśnia dlaczego należy przestrzegać ustalonych reguł w trakcie rywalizacji sportowej -bardzo dobrze zna i omawia zasady postępowania w sytuacjach zagrożenia zdrowia lub życia – potrafi dokładnie opisać piramidę żywienia i aktywności fizycznej -zna zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych, dyskotek -zna i stosuje przepisy gier i zabaw sportowych -zna nazwiska wybitnych polskich sportowców -omawia prawidłowe zachowanie się zawodnika i kibica sportowego – doskonale zna ,omawia i umie zastosować zasady postępowania w sytuacjach zagrożenia zdrowia lub życia – doskonale zna ,omawia i stosuje zasady aktywnego wypoczynku – doskonale zna i zawsze stosuje zasady higieny osobistej – doskonale zna, omawia i stosuje zasady poruszania się po drogach ,jako pieszy, rowerzysta, itd. -zna regulaminy sali gimnastycznej i boisk -wymienia osoby do których należy zwrócić się pomoc w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia – wyjaśnia co symbolizuje flaga i znicz olimpijski
Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który:	<ul style="list-style-type: none"> -wymienia zasady bezpieczeństwa na zajęciach ruchowych, dyskotek – potrafi opisać piramidę żywienia i aktywności fizycznej -zna i stosuje podstawowe przepisy gier i zabaw sportowych -podaje niektóre nazwiska wybitnych polskich sportowców – zna prawidłowe zachowanie się zawodnika i kibica sportowego -bardzo dobrze zna i omawia zasady postępowania w sytuacjach zagrożenia zdrowia lub życia – bardzo dobrze zna i omawia zasady aktywnego wypoczynku – bardzo dobrze zna i stosuje zasady higieny osobistej – bardzo dobrze zna i stosuje zasady poruszania się po drogach ,jako pieszy, rowerzysta, itd.

	<ul style="list-style-type: none"> -zna regulaminy sali gimnastycznej i boisk -wymienia osoby do których należy zwrócić się o pomoc w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia - wyjaśnia ogólnie co symbolizuje flaga i znicz olimpijski
<p>Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który:</p>	<ul style="list-style-type: none"> - wymienia niektóre zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych - potrafi krótko opisać piramidę żywienia i aktywności fizycznej -zna i umie zastosować, niektóre przepisy gier i zabaw sportowych -zna ogólne zasady zachowania się w roli zawodnika i kibica sportowego - zna zasady postępowania w sytuacjach zagrożenia zdrowia lub życia - zna zasady aktywnego wypoczynku - zna , stosuje zasady higieny osobistej, ale zdarza mu się o nich zapomnieć - częściowo zna i stosuje zasady poruszania się po drogach , jako pieszy, rowerzysta, -zna pobieżnie regulaminy sali gimnastycznej i boisk -wymienia osoby do których należy zwrócić się o pomoc w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia - nie potrafi do końca wyjaśnić co symbolizuje flaga i znicz olimpijski
<p>Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który:</p>	<ul style="list-style-type: none"> - potrafi z pomocą nauczyciela wymienić zasad bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych - słabo zna podstawowe przepisy gier rekreacyjnych i sportowych, ale stara się je stosować, -potrafi wymienić zasad zachowania się w roli zawodnika - częściowo zna zasady aktywnego wypoczynku - zna , ale nie zawsze stosuje zasady higieny osobistej - częściowo zna zasady poruszania się po drogach jako pieszy, rowerzysta, itd. - popełnia błędy przy opisywaniu piramidy żywienia i aktywności fizycznej - słabo zna regulaminy sali gimnastycznej i boisk -wymienia osoby do których należy zwrócić się o pomoc w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia - nie potrafi wyjaśnić co symbolizuje flaga i znicz olimpijski
<p>Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który:</p>	<ul style="list-style-type: none"> - potrafi z pomocą nauczyciela wymienić, niektóre podstawowe zasad bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych - bardzo słabo zna podstawowe przepisy gier rekreacyjnych i sportowych i nie potrafi ich zastosować - z pomocą nauczyciela potrafi wymienić zasady aktywnego wypoczynku - słabo zna i rzadko stosuje zasady higieny osobistej - z pomocą nauczyciela potrafi wymienić zasady poruszania się po drogach jako pieszy i częściowo rowerzysta. -niezależny mu na przyswajaniu nowych wiadomości -nie zna żadnych regulaminów
<p>Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który:</p>	<ul style="list-style-type: none"> -z uporem i premedytacją nie udziela odpowiedzi na żadne z zadawanych mu pytań -nie chce przyswoić żadnych wiadomości dotyczących wychowania fizycznego -lekceważy wszelkie próby nawiązania z nim rozmowy na omawiany temat -bardzo słabo zna zasady higieny osobistej i ich nie stosuje. - z dużą pomocą nauczyciela potrafi wymienić zasady poruszania się po drogach jako pieszy