

# Wymagania edukacyjne z Wychowania fizycznego w klasach IV-VIII w Szkole Podstawowej nr 53 w Warszawie



## 1. Ogólne wymagania edukacyjne na poszczególne oceny z wychowania fizycznego:

<b>Ocena celująca:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą;</li><li>▪ aktywnie uczestniczy w życiu sportowym bądź też w innych formach działalności związanych z wychowaniem fizycznym na terenie szkoły;</li><li>▪ reprezentuje szkołę podczas rozgrywek międzyszkolnych;</li><li>▪ służy pomocą nauczycielowi na lekcjach w-f;</li><li>▪ swoją wzorową postawą, zachowaniem wyróżnia się na lekcjach;</li><li>▪ zawsze jest przygotowany do lekcji, nie spóźnia się, nie opuszcza zajęć, przestrzega zasad higieny osobistej;</li><li>▪ przestrzega zasad bezpieczeństwa, jest odpowiedzialny za zdrowie swoje i innych;</li><li>▪ zawsze przestrzega zasad fair play, potrafi właściwie zachować się w sytuacji zwycięstwa i porażki;</li><li>▪ motywuje innych do udziału w aktywności fizycznej, wykazuje chęć pomocy słabszym;</li><li>▪ zawsze wykazuje gotowość do podejmowania zadań indywidualnych lub zespołowych;</li><li>▪ doskonalili swoją sprawność fizyczną, która znacznie wykracza poza treści zawarte w podstawie programowej z w-f, oraz poprawnie ją diagnozuje.</li></ul>
<b>Ocena bardzo dobra:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ uczeń wykonuje ćwiczenia według wskazań nauczyciela na miarę swoich możliwości;</li><li>▪ stara się przestrzegać zasad bezpieczeństwa;</li><li>▪ często wykazuje gotowość do podejmowania zadań indywidualnych lub zespołowych;</li><li>▪ przestrzega zasad fair play;</li><li>▪ posiada ogólne wiadomości na temat poszczególnych dyscyplin i umie je wykorzystać np. przy pomocy w sędziowaniu, organizacji turniejów wewnątrzklasowych;</li><li>▪ systematycznie doskonalili swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu;</li><li>▪ jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego nie budzi zastrzeżeń - wykazuje bardzo wysoką frekwencję na lekcjach wf, sporadycznie opuszcza lekcje i są to nieobecności usprawiedliwione;</li><li>▪ jest zdyscyplinowany i obowiązkowy, zawsze przygotowany do lekcji;</li><li>▪ uczestniczy w rozgrywkach między klasowych.</li></ul>

<p><b>Ocena dobra:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ uczeń wykonuje ćwiczenia prawidłowo z pomocą nauczyciela;</li> <li>▪ posiada wiadomości i potrafi je wykorzystać w praktyce z pomocą nauczyciela;</li> <li>▪ jego postawa społeczna i stosunek do wychowania fizycznego nie budzi większych zastrzeżeń, zdarzają mu się nieprzygotowania, jednak nie otrzymuje oceny niedostatecznej;</li> <li>▪ nie bierze udziału w zajęciach pozalekcyjnych;</li> <li>▪ wykazuje się dobrą frekwencją;</li> <li>▪ posiada wiadomości na temat dyscyplin sportowych realizowanych w programie nauczania, oraz umiejętności z nich na miarę swoich możliwości fizycznych;</li> <li>▪ zabiega o uzupełnienie sprawdzianów - pomiarów sprawności fizycznej i umiejętności z poszczególnych dyscyplin sportowych;</li> <li>▪ czasami wykazuje gotowość do podejmowania zadań indywidualnych lub zespołowych;</li> <li>▪ stara się przestrzegać zasad fair play.</li> </ul>
<p><b>Ocena dostateczna:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ uczeń wykonuje ćwiczenia z pewnymi niedociągnięciami technicznymi;</li> <li>▪ w jego wiadomościach z zakresu wf są znaczne luki, a tych, które posiada, nie potrafi wykorzystać w praktyce, wykazuje małe postępy w usprawnieniu, nie wykazuje zainteresowania lekcją;</li> <li>▪ przejawia pewne braki w zakresie wychowania społecznego w postawie i stosunku do wychowania fizycznego, często popada w konflikty z kolegami, nie respektuje zasad;</li> <li>▪ nie bierze udziału w zajęciach pozalekcyjnych, wykazuje brak zainteresowania nimi;</li> <li>▪ wykazuje się słabą frekwencją, zdarza mu się unikać lekcji (brak usprawiedliwionych nieobecności);</li> <li>▪ posiada wiadomości, oraz umiejętności na miarę swoich możliwości fizycznych, ale nie przejawia zaangażowania by podnieść swoją sprawność i wiadomości z poszczególnych dyscyplin;</li> <li>▪ sporadycznie wykazuje gotowość do podejmowania działań indywidualnych lub zespołowych;</li> <li>▪ czasami swoim zachowaniem zdarza mu się stwarzać sytuacje zagrażające bezpieczeństwu.</li> </ul>

<p><b>Ocena dopuszczająca:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ uczeń wykonuje ćwiczenia niedokładnie, niestarannie, bez chęci i zaangażowania;</li> <li>▪ często swoim zachowaniem zdarza mu się stwarzać sytuacje zagrażające bezpieczeństwu;</li> <li>▪ nigdy nie wykazuje gotowości do podejmowania działań indywidualnych lub zespołowych;</li> <li>▪ nie przestrzega zasad fair play, nie potrafi zachować się w sytuacji porażki;</li> <li>▪ posiada małe wiadomości z zakresu wf, przejawia poważne braki w zakresie wychowania społecznego, ma niechętny stosunek do ćwiczeń;</li> <li>▪ wykazuje się słabą frekwencją, unika lekcji wf (nieobecności usprawiedliwione i nieusprawiedliwione tylko na lekcjach wychowania fizycznego);</li> <li>▪ posiada wiadomości, oraz umiejętności poniżej wymagań zawartych w podstawie programowej i nie wykazuje żadnych chęci samodoskonalenia się.</li> </ul>
<p><b>Ocena niedostateczna:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ uczeń nie spełnia minimum wymagań stawianych przez program i podstawę programową oraz przez nauczyciela;</li> <li>▪ ma lekceważący i niechętny stosunek do zajęć i nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu, bardzo często jest nieprzygotowany;</li> <li>▪ wykazuje duże i rażące braki w zakresie wychowania społecznego, jego stosunek do przedmiotu jest niechętny;</li> <li>▪ wykazuje się niską frekwencją, unika lekcji wf (nieobecności nieusprawiedliwione tylko na lekcjach wf);</li> <li>▪ bardzo często swoim zachowaniem stwarza sytuacje zagrażające bezpieczeństwu;</li> <li>▪ nigdy nie wykazuje gotowości do podejmowania działań indywidualnych lub zespołowych.</li> <li>▪ <b>Jeżeli uczeń nie osiągnie 50% obecności na lekcjach wf może być nieklasyfikowany.</b></li> </ul>

## 2. Przedmiotowe zasady oceniania z wychowania fizycznego:

### **Drogi Uczniu!**

#### **Proszę zapoznać się z zasadami, które będą obowiązywały Cię podczas lekcji wychowania fizycznego.**

- I. Pamiętaj o właściwym stroju sportowym - biała koszulka, granatowe lub czarne spodenki, dres i obuwie sportowe. Systematycznie przebieraj się w odpowiedni strój adekwatny do miejsca zajęć i warunków atmosferycznych. W przypadku braku odpowiedniego stroju (np. obuwia) możesz zostać niedopuszczony do udziału w zajęciach wf.
- II. Przestrzegaj regulaminów korzystania z obiektów, przyrządów i przyborów sportowych.
- III. Wykonuj polecenia nauczyciela.
- IV. Przestrzegaj zasad bezpieczeństwa podczas aktywności fizycznej.

#### **Kryteria oceniania – Twojej ocenie podlegają:**

<b>Umiejętności</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ umiejętności z zakresu programu nauczania- technika wykonywania</li><li>▪ ćwiczeń, płynność i estetyka ruchu;</li><li>▪ poziom cech motorycznych – oceny ze sprawdzianów z siły, szybkości,</li><li>▪ wytrzymałości, skoczności, gibkości, zręczności, koordynacji (masz obowiązek zaliczyć sprawdziany, które przeprowadzono podczas Twojej nieobecności);</li><li>▪ wiedza z zakresu programu nauczania -przepisy gier zespołowych,</li><li>▪ prawidłowa terminologia, znajomość zasad fair play i historii sportu;</li><li>▪ postęp w opanowaniu czynności ruchowych zaobserwowanych podczas gier i ćwiczeń.</li></ul>
<b>Postawa</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ wysiłek wkładany w wywiązywaniu się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć;</li><li>▪ zaangażowanie w procesie rozwijania własnej sprawności w czasie lekcji;</li><li>▪ przestrzeganie na lekcji zasad fair play, szacunek dla rywala, podporządkowanie się decyzji sędziego, życzliwy stosunek do kolegów,</li><li>▪ koleżanek, umiejętność współpracy w zespole, podziękowanie za wspólną grę;</li><li>▪ dyscyplina i kulturalne zachowanie w czasie zajęć.</li></ul>
<b>Aktywność</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ systematyczny udział w zajęciach;</li><li>▪ przygotowanie do lekcji – właściwy strój, umiejętność dopasowania stroju do miejsca i warunków pogodowych, punktualność;</li><li>▪ udział w sportowych zajęciach pozalekcyjnych – SKS;</li><li>▪ reprezentowanie szkoły w zawodach, uczestnictwo w sportowych rozgrywkach klasowych;</li><li>▪ pomoc w prowadzeniu lekcji (np. poprowadzenie rozgrzewki, zabawy, gry ruchowej, pełnienie funkcji sędziego itp.).</li></ul>

<p><b>Pozostale</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ możesz trzy razy w półroczu zgłosić nieprzygotowanie z powodu braku stroju- za każde kolejne otrzymujesz ocenę niedostateczną;</li><li>▪ za aktywny udział w lekcji nauczyciel może nagrodzić Cię plusami i odwrotnie minusami. Trzy plusy ocena bardzo dobra (szczególna postawa i zaangażowanie na zajęciach itp.) Trzy minusy ocena niedostateczna (negatywny stosunek do ćwiczeń, nieprzestrzeganie zasad fair play, niekulturalne zachowanie, brak poszanowania sprzętu);</li><li>▪ możesz poprawić ocenę ze sprawdzianów i testów sprawnościowych – nauczyciel wyznaczy termin i sposób poprawy oceny;</li><li>▪ w przypadku nieobecności na sprawdzianie (teście sprawnościowym) masz obowiązek zaliczyć go w terminie wyznaczonym przez nauczyciela (masz 2 tygodnie na zaliczenie lub zgłoszenie chęci zaliczenia) - brak zaliczenia skutkuje oceną niedostateczną;</li><li>▪ uprawianie sportu wyczynowo (uzyskiwanie znaczących osiągnięć, co najmniej na poziomie wojewódzkim) może Ci pomóc w uzyskaniu lepszej oceny, jeżeli spełniasz wszystkie kryteria oceniania;</li><li>▪ w przypadku gdy uczeń zgłosi dolegliwości zdrowotne wykluczające go z udziału w zajęciach (posiada strój i jest przygotowany do ćwiczeń) ,otrzymuje wpis „nc” (<b>nie ćwiczący</b>). Otrzymanie minimum 5 wpisów „nc” może wpłynąć na końcową ocenę z przedmiotu;</li><li>▪ osoby nie ćwiczące mogą otrzymać dodatkowe zadanie teoretyczne do wykonania na lekcji, bądź zostać poproszone o asystowanie nauczycielowi (sędziowanie, pomoc przy sprzęcie sportowym).</li></ul>
-------------------------	--

**Mam nadzieję, że nasza współpraca zaowocuje licznymi sukcesami.**

**Życzę powodzenia!! 😊**

