

Wymagania Edukacyjne z Wychowania Fizycznego klas IV –VIII
w Zespole Oświatowym im. Jana Pawła II w Stoku Lackim
na podstawie Programu nauczania „Magia Ruchu”
Urszuli Bialek, Joanny Wolfart- Piech (Wrocław 2017)

Kryteria oceniania

Ocena celująca:

- uczeń osiągnął wysoki poziom umiejętności i wiedzy, postęp w usprawnianiu z zakresu wychowania fizycznego,
- aktywnie uczestniczył we wszystkich lekcjach wychowania fizycznego
- zna przepisy i zasady gier sportowych, potrafi współorganizować i sędziować imprezę rekreacyjno - sportową,
- rozumie sens uprawiania ćwiczeń ruchowych i ich wpływ na rozwój organizmu,
- posiadał nawyki dbałości o higienę stroju, osobistą i estetykę miejsca ćwiczeń,
- uczęszcza na zajęcia pozalekcyjne o charakterze sportowym i godnie reprezentuje szkołę na zawodach sportowych,
- jest kulturalny na imprezie sportowej i obiektywny w samoocenie i ocenianiu innych,
- uczestniczy w konkursach, imprezach z promocji zdrowia.
- pomaga nauczycielom w organizacji imprez sportowo-rekreacyjnych.

Ocena bardzo dobra:

- uczeń opanował zakres wymaganych wiadomości i umiejętności,
- aktywnie uczestniczył w lekcjach wychowania fizycznego,
- może mieć maksymalnie 2 braki stroju (w półroczu),
- rozumie i stosuje zasady higieniczno-zdrowotne podczas nauki i wypoczynku,
- uczęszcza na zajęcia pozalekcyjne o charakterze sportowym, reprezentuje szkołę na

zawodach sportowych,

- uczestniczy i współorganizuje zawody sportowe oraz przestrzega zasady „fair-play”,
- jest koleżeński i kulturalny w szkole i w życiu codziennym.

Ocena dobra:

- uczeń prezentuje dobrą sprawność fizyczną,
- nie opuszcza zajęć wychowania fizycznego oraz wykazuje się dużą aktywnością i zaangażowaniem na lekcjach,
- może mieć maksymalnie 3 braki stroju,
- troszczy się o higienę osobistą,
- opanował wiadomości i umiejętności obejmujące podstawowe elementy wiedzy o zajęciach ruchowych,
- potrafi dokonywać obiektywnej samooceny sprawności swojej i kolegów,
- jest opanowany, koleżeński, kulturalny w szkole, na imprezie sportowej.

Ocena dostateczna:

- uczeń systematycznie pracuje na zajęciach wychowania fizycznego,
- opanował podstawowe wymagania z wiadomości, umiejętności i motoryczności w zakresie umożliwiającym postęp w dalszym kontynuowaniu zajęć wychowania fizycznego,
- może mieć maksymalnie 4 braki stroju,
- posiada nawyki higieniczno - zdrowotne,
- jest koleżeński i uczynny.

Ocena dopuszczająca:

- uczeń w minimalnym stopniu spełnia podstawowe wymagania programowe lub jest bliski ich spełnienia,

- wykazuje niską aktywność na zajęciach wychowania fizycznego lub często je opuszcza,
- w ograniczonym stopniu opanował nawyki higieniczno-zdrowotne,
- nie uczestniczy w organizacji imprez rekreacyjnych przez zespół klasowy.

Ocena niedostateczna:

- często opuszcza lekcje wychowania fizycznego,
- absolutny brak zaangażowania podczas lekcji (nie przystępujący do testów sprawnościowych, nie podejmujący jakichkolwiek prób poprawy),
- nie dba o fizyczny rozwój swego organizmu i nie czyni żadnych postępów w sprawności fizycznej,
- wykazuje znaczące braki w integracji zespołowej i wychowaniu społecznym oraz zdrowotnym (niekoleżeński, niegrzeczny w stosunku do kolegów, nauczycieli, arogancki, działający destrukcyjnie na grupę),

Na ocenę semestralną lub roczną dodatni wpływ mogą mieć:

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

Na ocenę semestralną lub roczną ujemny wpływ mogą mieć:

- niepożądane zachowania w obrębie kultury fizycznej i zdrowia (np. stosowanie różnego rodzaju używek), niewłaściwe zachowanie na imprezach rekreacyjno – sportowych w szkole lub poza szkołą,
- nieusprawiedliwione nieobecności na zajęciach (wagary),
- nadużywanie zwolnień z czynnego uczestnictwa w lekcji

Przedmiotem oceny jest wysiłek włożony przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć, a także systematyczność udziału ucznia w zajęciach oraz jego aktywność w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej:

Oceniane będą:

- wywiązywanie się z obowiązków wynikających z realizacji treści nauczania;
- systematyczny i aktywny udział w zajęciach;
- zaangażowanie w przebieg lekcji i przygotowanie się do zajęć;
- postęp w opanowaniu umiejętności i wiadomości przewidzianych dla poszczególnych klas zgodnie z indywidualnymi możliwościami i predyspozycjami;
- osiągnięte wyniki w sportach wymiernych, dokładność wykonywania zadania oraz poziom zdobytej wiedzy;
- reprezentowanie szkoły.

Ocenie podlegają wybrane elementy techniki, wiadomości i umiejętności z zakresu programu nauczania „Magia ruchu - program nauczania wychowania fizycznego”, Urszula Białek i Joanna Wolfart-Piech

Wymagania edukacyjne dla poszczególnych klas – zadania sprawdzające

OCENA sprawdziany (umiejętności, wiadomości)	6 celujący	5 bardzo dobry	4 dobry	3 dostateczny	2 dopuszczający	1 niedostateczny
Rozgrzewka	Uczeń samodzielnie proponuje: 12 (4 kl.) 14 (5 kl.) 16 (6 kl.), 18 (kl. 7,8) ćwiczeń, wykonuje je zgodnie z techniką, zachowuje właściwą kolejność, ma własny pomysł na rozgrzewkę.	Uczeń samodzielnie proponuje 10 (4 kl.) 12 (5 kl.) 14 (6 kl.), 16 (kl. 7,8) ćwiczeń, wykonuje je zgodnie z techniką.	Uczeń proponuje 8 - 7 (4 kl.) 10 - 8 (5 kl.) 12 - 9 (6 kl.) 13 - 10 (kl. 7,8) ćwiczeń.	Uczeń proponuje 6 - 4 (4 kl.) 7 - 5 (5 kl.) 8 - 5 (6 kl.) 9 - 7 (7,8 kl.) ćwiczeń, korzysta z pomocy n-la.	Uczeń proponuje 3 - 2 (4 kl.) 4 - 2 (5 kl.) 4 - 2 (6 kl.) 5 - 6 (kl. 7,8) ćwiczeń, nie chce korzystać z pomocy n-la.	Uczeń nie podejmuje próby wykonania sprawdzianu.
Lekkoatletyka 1. technika rzutu p. palantową 2. technika skoku w dal 3. technika startu niskiego i biegu sprinterskiego 4. biegi średnie i długie 5. test Coopera 6. Beep Test	Uczeń samodzielnie wykonuje zadanie zgodnie z techniką, osiąga wysoki wynik w swojej gr. Wiekowej. Ad.4.5.6 pokonuje dystans z maksymalnym zaangażowaniem, osiąga wysokie wyniki w swojej grupie wiekowej.	Uczeń wykonuje zadanie zgodnie z techniką, na miarę swoich możliwości. Ad.4.5.6 pokonuje dystans z maksymalnym zaangażowaniem	Uczeń wykonuje zadanie z błędami, nie wszystkie zadania wykonuje z maksymalnym zaangażowaniem. Ad.4.5.6 pokonuje dystans częściowo marszem, wymaga motywowania.	Uczeń wykonuje zadanie z dużymi błędami, korzysta z pomocy n-la wymaga motywowania. Ad.4.5.6 pokonuje połowę dystansu marszem, wymaga ciągłego motywowania	Wykonane zadanie odbiega znacznie od techniki, nie chce skorzystać z pomocy n-la, wymaga motywowania. Ad.4.5.6 przystępuje do sprawdzianu, częściowo wykonuje zadanie, ignoruje wskaz.	Uczeń nie podejmuje próby wykonania sprawdzianu.

OCENA sprawdziany (umiejętności, wiadomości)	6 celujący	5 bardzo dobry	4 dobry	3 dostateczny	2 dopuszczający	1 niedostateczny
Gimnastyka 1. technika: przewrotu w przód i w tył, mostek, (kl IV-VI) 2. technika skoku rozkrocznego przez kozła (kl VI-VIII) 3. technika skoku kucznego przez skrzynię (kl VII-VIII) 4. Leżenie przewrotne (kl IV-VI) 5. Stanie na rękach (kl VI-VIII)	Uczeń samodzielnie i pewnie wykonuje zadanie zgodnie z techniką, wszystkie elementy ewolucji są spójne.	Uczeń samodzielnie wykonuje zadanie z małymi błędami w technice, błędy w jednym z elementów ewolucji.	Uczeń wykonuje zadanie z błędami w bardzo wolnym tempie, wymaga motywowania n-la.	Uczeń nie wykonuje samodzielnie zadania, wyk. z dużymi błędami, korzysta z pomocy n-la, wymaga motywowania, brak spójności między poszczególnymi elementami.	Uczeń przystępuje do sprawdzianu, częściowo wykonuje zadanie, nie korzysta z pomocy n-la.	Uczeń nie podejmuje próby wykonania sprawdzianu.

OCENA sprawdziany (umiejętności, wiadomości)	6 celujący	5 bardzo dobry	4 dobry	3 dostateczny	2 dopuszczający	1 niedostateczny
GRY SPORTOWE Siatkówka 1. postawa gotowości do gry 2. poruszanie się po boisku 3. technika odbicia sposobem górnym palcami „koszyczek” 4. odbicie sposobem oburącz dolnym (7,8 kl.) 5. technika wykonania skutecznej zagrywki 6. znajomość podstawowych zasad mini gier.	Uczeń samodzielnie wykonuje zadanie zgodnie z techniką, wykorzystuje skutecznie w grze. Pewnie kieruje piłkę w założonym kierunku Skuteczność zagrywki na 7 prób	Uczeń wykonuje zadanie z maksymalnym zaangażowaniem, poznane umiejętności wykorzystuje w grze.	Nie wszystkie ćwiczenia uczeń wykonuje z maksymalnym zaangażowaniem .	Uczeń wykonuje wszystkie zadania, ale z małym zaangażowaniem	Uczeń przystępuje do sprawdzianu , częściowo wykonuje zadanie, nie korzysta z pomocy n-la.	Uczeń nie podejmuje wykonania zadań.
Koszykówka 1. technika kozłowania piłki 2. technika zatrzymania na jedno tempo 3. technika podani sprzed klatki piersiowej i kozłem oraz chwytów w marszu (4kl) w biegu (5,6,7, 8 kl) 4. poruszanie się po boisku 5. znajomość podstawowych zasad mini gier	Uczeń samodzielnie wykonuje zadanie zgodnie z techniką, osiąga dużą skuteczność w grze Ad.3 spójne wykonanie wszystkich elementów i zastosowanie w grze.	Uczeń prawidłowo i z maksymalnym zaangażowaniem wykonuje zadanie, stosuje w grze. Ad.3 spójne wykonanie wszystkich elementów.	Ad. 1, 4 Nie wszystkie ćwiczenia uczeń wykonuje z maksymalnym zaangażowaniem Ad.3 błąd kroków w piwocie lub zatrzymaniu na jedno tempo.	Ad. 1,4 Uczeń wykonuje wszystkie zadania, ale z małym zaangażowaniem Ad.3 błąd kroków w piwocie i zatrzymaniu na jedno tempo.	Uczeń przystępuje do sprawdzianu , częściowo wykonuje zadanie, nie korzysta z pomocy n-la.	Uczeń nie podejmuje wykonania Sprawdzianu .

OCENA sprawdziany (umiejętności, wiadomości)	6 celujący	5 bardzo dobry	4 dobry	3 dostateczny	2 dopuszczający	1 niedostateczny
Unihokej 1. prowadzenie piłki: - forhandem w marszu kl. 4, - forhandem i backhandem w marszu kl. 5, - forhandem i backhandem w biegu kl. 6, - forhandem i backhandem w biegu ze zmianą kierunku kl. 7.8 2. strzał do bramki - z miejsca forhandem kl. 4 - z miejsca backhandem kl. 5 - z truchtu forhandem lub backhandem kl. 5 - z biegu forhandem i backhandem kl. 6-8 3. podania i przyjęcia piłki: - forhandem z miejsca kl. 4 - forhandem i backhandem z miejsca kl. 5 - forhandem i backhandem w truchcie kl. 6 - forhandem i backhandem w biegu kl. 7,8	Uczeń samodzielnie wykonuje zadanie zgodnie z techniką, osiąga dużą skuteczność w grze.	Uczeń prawidłowo i z maksymalnym zaangażowaniem wykonuje zadanie, stosuje w grze.	Nie wszystkie ćwiczenia uczeń wykonuje z maksymalnym zaangażowaniem	Uczeń wykonuje zadanie z dużymi błędami, nie stosuje w grze. korzysta z pomocy n-la.	Uczeń przystępuje do sprawdzianu , częściowo wykonuje zadanie, nie korzysta z pomocy n-la.	Uczeń nie podejmuje wykonania sprawdzianu.

