**RZEDMIOT:** WYCHOWANIE FIZYCZNE

**KLASA:** IV, V, VI SZKOŁA PODSTAWOWA

I, II, III GIMNAZJUM

**NAUCZYCIELE:** Z. Jaruszewski, R. Dziatkiewicz, K. Czajczyńska

**WYMAGANIA EDUKACYJNE NIEZBĘDNE DO UZYSKANIA POSZCZEGÓLNYCH ŚRÓDROCZNYCH I ROCZNYCH OCEN KLASYFIKACYJNYCH**

PRZY USTALANIU POSZCZEGÓLNYCH OCEN BIERZE SIĘ POD UWAGĘ WYSIŁEK WŁOŻONY PRZEZ UCZNIA W WYWIĄZYWANIE SIĘ Z OBOWIĄZKÓW ( AKTYWNOŚĆ, FREKWENCJA). BRAK STROJU SPORTOWEGO JEST JEDNOZNACZNY Z NIEUCZESTNICZENIEM W ZAJĘCIACH I POWODUJE OBNIŻENIE OCENY.

Przy wystawianiu ocen semestralnych i końcowo rocznych bierze się pod uwagę zajęcia w systemie klasowo – lekcyjnym i fakultatywnym. Ocenę wystawia nauczyciel uczący w systemie klasowo – lekcyjnym. Jeżeli uczeń uczęszcza na zajęcia fakultatywne do innego nauczyciela, ocena podlega konsultacji. Uczeń w czasie zajęć może otrzymać ocenę niedostateczną, jeżeli nie wykonuje ćwiczeń bądź wykonuje je celowo niewłaściwie, narażając siebie i innych na utratę zdrowia.

**Ocena celująca: 6**

1. Uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę co najmniej bdb.
2. Aktywnie, systematycznie uczestniczy w życiu sportowym na terenie szkoły bądź też w innych formach działalności związanych z kulturą fizyczną.
3. Zajmuje punktowane miejsca w zawodach powiatowych, rejonowych, wojewódzkich.
4. Uczestniczy we wszystkich zajęciach i prawidłowo przygotowuje się do nich (0-1).

**Ocena bardzo dobra: 5**

1. Uczeń całkowicie opanował materiał programowy.
2. Jest bardzo sprawny fizycznie.
3. Ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, pewnie, w odpowiednim tempie i dokładnie, zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie.
4. Posiada duże wiadomości w zakresie kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu.
5. Systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnieniu.
6. Jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego nie budzą najmniejszych zastrzeżeń.
7. Bierze aktywny udział w zajęciach SKS i zawodach sportowych, nie jest to jednak działalność systematyczna.
8. Uczestniczy w zajęciach (opuszczone 2-3 lekcje).

**Ocena dobra: 4**

1. Uczeń w zasadzie opanował materiał programowy.
2. Dysponuje dobrą sprawnością motoryczną.
3. Ćwiczenia wykonuje prawidłowo, lecz nie dość dokładnie i z małymi błędami technicznymi.
4. Posiadane wiadomości potrafi wykorzystać w praktyce przy pomocy nauczyciela.
5. Nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnianiem, osiąga stałe, dość dobre postępy w tym zakresie.
6. Jego postawa społeczna i stosunek do kultury fizycznej nie budzą większych zastrzeżeń.
7. Sporadycznie bierze udział w zajęciach pozalekcyjnych.
8. Uczestniczy w zajęciach (opuszczone 4-6 lekcji)

**Ocena dostateczna: 3**

1. Uczeń opanował materiał programowy na przeciętnym poziomie ze znacznymi lukami.
2. Dysponuje przeciętną sprawnością motoryczną.
3. Ćwiczenia wykonuje w nieodpowiednim tempie i z błędami technicznymi.
4. Wykazuje małe postępy w usprawnieniu motorycznym.
5. W jego wiadomościach z zakresu kultury fizycznej są znaczne luki, a wiadomości, które ma, nie potrafi wykorzystać w praktyce.
6. Wykazuje małe postępy w usprawnieniu.
7. Przejawia pewne braki w zakresie wychowania społecznego, w postawie i stosunku do kultury fizycznej.
8. Uczestniczy w zajęciach (opuszczonych 7-9 lekcji)

**Ocena dopuszczająca: 2**

1. Uczeń nie opanował materiału programowego w stopniu dostatecznym i ma poważne luki.
2. Jest mało sprawny fizycznie.
3. Ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi.
4. Posiada małe wiadomości z zakresu kultury fizycznej, nie potrafi wykonywać prostych zadań związanych z samooceną.
5. Nie jest pilny i wykazuje bardzo małe postępy w usprawnieniu.
6. Na zajęciach wf przejawia poważne braki w zakresie wychowania społecznego, ma niechętny stosunek do ćwiczeń.
7. Uczestniczy w zajęciach (opuszczonych 10-15 lekcji)

**Ocena niedostateczna: 1**

1. Uczeń jest daleki od spełnienia wymagań stawianych przez program.
2. Posiada bardzo niską sprawność motoryczną.
3. Wykonuje jedynie najprostsze ćwiczenia i w dodatku z rażącymi błędami.
4. Charakteryzuje się niewiedzą w zakresie kultury fizycznej.
5. Ma lekceważący stosunek do zajęć i nie wykonuje żadnych postępów w usprawnieniu.
6. Na zajęciach wf wykazuje duże i rażące braki w zakresie wychowania społecznego.
7. Uczestniczy w zajęciach (opuszczonych powyżej 16 lekcji).

**Sposoby sprawdzenia osiągnięć edukacyjnych uczniów:**

- próby sprawności i umiejętności;

- test z wiadomości;

- obserwacja i kontrola.

**SPOSOBY EWALUACJI:**

- sprawdzian umiejętności ruchowych;

- kontrola, obserwacja ucznia;

- test wiadomości.

**PO ZAKOŃCZENIU III ETAPU EDUKACYJNEGO UCZEŃ POWINIEN**:

- posiadać i umieć wykorzystać wiedzę dotyczącą zasadności podejmowania aktywności ruchowej w czasie wolnym od zajęć szkolnych;

- znać przepisy wybranych gier rekreacyjnych i sportowych, posiadać umiejętności, umożliwiające udział w nich oraz umieć je zorganizować i przeprowadzić;

- dokonywać samokontroli i samooceny sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego;

- wiedzieć, w jaki sposób zrelaksować się po męczącej pracy umysłowej;

- znać zasady zachowania się w sytuacjach zagrażających zdrowiu i życiu oraz umieć udzielać pierwszej pomocy.

KLASA III Gimnazjum

1.Piłka koszykowa – rzut do kosza po zatrzymaniu. Uczeń wykonuje 3 próby, najlepsza jest oceniana.

 -celujący – uczeń wykonał 3 próby bezbłędnie;

 -bdb – uczeń wykonał próbę z jednym błędem;

 -db – uczeń wykonał próbę z dwoma błędami;

 -dst – uczeń wykonał próbę z licznymi błędami:

\* nieprawidłowe kozłowanie lub zatrzymanie po kozłowaniu;

\* brak kontaktu piłki z obręczą lub tablicą;

\* nieprawidłowa technika rzutu;

\* nieprawidłowe zatrzymanie po kozłowaniu;

 -dps – uczeń przystąpił do sprawdzianu;

 -ndst – uczeń nie przystąpił do sprawdzianu;

2.Piłka siatkowa – zagrywka tenisowa zza linii końcowej boiska

 -celujący – uczeń wykonał 5 prób bezbłędnie;

 -bdb – uczeń wykonał 4 próby bezbłędnie;

 -db – uczeń wykonał 3 próby bezbłędnie;

 -dst – uczeń wykonał 2 próby bezbłędnie;

 -dps – uczeń przystąpił do sprawdzianu;

 -ndst – uczeń nie przystąpił do sprawdzianu;

3.Piłka ręczna – kozłowanie zakończone rzutem do bramki w wyskoku.

 -celujący – uczeń wykonał wszystkie próby bezbłędnie;

 -bdb – uczeń wykonał próbę z jednym błędem;

 -db – uczeń wykonał próbę z dwoma błędami;

 -dst – uczeń wykonał próbę z licznymi błędami:

\* brak wyczucia odległości podczas wykonywania chwytu piłki;

\* nieprawidłowe kozłowanie;

\* nieprawidłowy ruch;

\* nie zachowana sekwencja kroków;

\* wybicie z niewłaściwej nogi;

 -dps – uczeń przystąpił do sprawdzianu;

 -ndst – uczeń nie przystąpił do sprawdzianu;

4.Piłka nożna – żonglerka piłki

 - celujący – uczeń odbija piłkę głową, uderza stopą, przynajmniej 15 razy bez upadku piłki na podłogę

 -bdb – uczeń odbija 10 razy piłkę dowolną częścią ciała bez upadku na podłogę

 -db – uczeń odbija 5 razy piłkę dowolną częścią ciała bez upadku piłki na podłogę

 -dst – uczeń wykonuje 3 odbicia piłki bez upadku na podłogę

 -dps – uczeń podejmuje próbę odbicia piłki

 -ndst – uczeń nie wykonuje próby

5.Przewrót w tył do rozkroku z postawy stojącej

 - celujący – uczeń wykonał próbę bezbłędnie;

 - bdb – uczeń wykonał próbę z jednym błędem;

 - db – uczeń wykonał próbę z dwoma błędami;

 - dst – uczeń wykonał próbę z licznymi błędami:

 \* ugięcie nóg podczas padu w tył;

 \* brak wypchnięcia rąk przy przewrocie;

 \* brak wyprostu nóg przy lądowaniu;

 \* brak płynności;

 \* brak postawy gimnastycznej;

 - dps – uczeń przystąpił do sprawdzianu;

 - ndst – uczeń nie przystąpił do sprawdzianu;

6.Polonez

 - celujący – uczeń wykonuje bezbłędnie krok poloneza na odcinku 10m;

 - bdb – uczeń wykonuje krok poloneza z jednym błędem;

 - db – uczeń wykonuje krok z maksymalnie dwoma błędami;

 - dst – uczeń wykonuje próbę z licznymi błędami:

 \* gubienie rytmu;

 \* nieprawidłowy krok;

 \* brak zgodności kroków z muzyką;

 \* brak postawy;

 - dps – uczeń przystąpił do sprawdzianu;

 - ndst – uczeń nie przystąpił do sprawdzianu;

7.Planowanie i wykonywanie prostych układów gimnastycznych

 - celujący – uczeń wykonuje 5 – elementowy układ ćwiczeń bezbłędnie;

 - bdb – uczeń wykonał próbę z jednym błędem;

 - db – uczeń wykonał próbę z dwoma błędami;

 - dst – uczeń wykonał próbę z licznymi błędami:

 \* brak płynności przy wykonaniu ćwiczenia;

 \* brak koordynacji:

 \* błędne wykonanie poszczególnych elementów;

 \* brak postawy gimnastycznej;

 - dps – uczeń przystąpił do sprawdzianu;

 - ndst – uczeń nie przystąpił do sprawdzianu;

8.Biegi na krótkich dystansach

9.Skok w dal sposobem naturalnym

10.Pchnięcie kulą

Opis wyżej wymienionych prób, tabele norm i ocen sprawności fizycznej znajdują się w poradniku doktora Barankiewicza.