

Wymagania edukacyjne śródroczne i roczne z wychowania fizycznego dla klas 4-8
oparte na programie „Magia ruchu” – program wychowania fizycznego autorstwa Urszuli Bialek i Joanny Wolfart- Piech

Postawa i kompetencje społeczne

ocena dopuszczająca	ocena dostateczna	ocena dobra	ocena bardzo dobra	ocena celująca
<p>(spełnia co najmniej 1 kryterium):</p> <ul style="list-style-type: none"> - bardzo często jest nieprzygotowany do lekcji, zapomina strój - często nie ćwiczy na lekcjach z białych powodów zdrowotnych, rodzimych lub osobistych, - charakteryzuje się niskim poziomem kultury osobistej, - bardzo często używa nieodpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły, - nie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej, - nie bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach sportowych, - nie uczęszcza na zajęcia sportowo-rekreacyjne, - nigdy nie podejmuje indywidualnych formy aktywności fizycznej w czasie wolnym. 	<p>(spełnia co najmniej 2 kryteria):</p> <ul style="list-style-type: none"> - jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy, ale często mu się zdarza nie brać udziału w lekcjach z różnych powodów, - nie ćwiczy na lekcjach z białych powodów zdrowotnych, rodzimych lub osobistych, - charakteryzuje się przeciętnym poziomem kultury osobistej, - często używa nieodpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły, - nie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej, - nie bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach sportowych, - nie uczęszcza na zajęcia sportowo-rekreacyjne, - nigdy nie podejmuje indywidualnych formy aktywności fizycznej w czasie wolnym. 	<p>(spełnia co najmniej 3 kryteria):</p> <ul style="list-style-type: none"> - jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy, ale zdarz mu się nie brać udziału w lekcjach z różnych powodów, - nie ćwiczy na lekcjach tylko z ważnych powodów zdrowotnych, rodzimych lub osobistych, - charakteryzuje się właściwym poziomem kultury osobistej, - nie zawsze używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły, - sporadycznie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej, - bierze udział w klasowych i szkolnych zawodach sportowych, - nie uczęszcza na zajęcia sportowo-rekreacyjne, - raczej nie podejmuje indywidualne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym. 	<p>(spełnia co najmniej 4 kryteria):</p> <ul style="list-style-type: none"> - jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy, ale sporadycznie nie bierze udziału w lekcjach z różnych powodów, - nie ćwiczy na lekcjach tylko z bardzo ważnych powodów zdrowotnych, rodzimych lub osobistych, - charakteryzuje się właściwym poziomem kultury osobistej, - używa właściwych sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły - chętnie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej, - reprezentuje szkołę w zawodach sportowych na poziomie miejskim lub gminnym, - niesystematycznie bierze udział w zajęciach sportowo-rekreacyjnych, - niekiedy podejmuje indywidualne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym. 	<p>(spełnia co najmniej 5 kryteriów):</p> <ul style="list-style-type: none"> - jest zawsze przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy, - nie ćwiczy na lekcjach tylko z bardzo ważnych powodów zdrowotnych, rodzimych lub osobistych, - charakteryzuje się wysokim poziomem kultury osobistej, - używa właściwych sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły, - bardzo chętnie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej, - reprezentuje szkołę w zawodach sportowych na poziomie powiatu, rejonu, województwa lub w zawodach ogólnopolskich, - systematycznie bierze udział w zajęciach sportowo-rekreacyjnych; - uprawia dyscypliny lub konkurencje sportowe w innych klubach lub sekcjach sportowych, podejmuje dowolne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym.

ocena dopuszczająca		ocena dostateczna		ocena dobra		ocena bardzo dobra		ocena celująca			
Sprawność fizyczna i rozwój fizyczny											
<p>(num):</p> <p>(spełnia co najmniej 1 kryte-</p> <p>ocena dopuszczająca</p>		<p>(num):</p> <p>(spełnia co najmniej 2 kryte-</p> <p>ocena dostateczna</p>		<p>(num):</p> <p>(spełnia co najmniej 3 kryte-</p> <p>ocena dobra</p>		<p>(num):</p> <p>(spełnia co najmniej 4 kryte-</p> <p>ocena bardzo dobra</p>		<p>(num):</p> <p>(spełnia co najmniej 5 kryte-</p> <p>ocena celująca</p>			
<p>- zalicza tylko pojedyncze testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania, - wykonuje określone próby w programie nauczania, - wykonuje określone próby sprawności fizycznej na ocenę dostateczną,</p> <p>- nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych, - nie użykuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,</p> <p>- nie oblicza wskaźnika BMI, - nigdy nie podejmuje indywidualnego programu treningowego albo programu treningowego w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej.</p>		<p>- zalicza tylko niektóre testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania, - wykonuje określone próby w programie nauczania, - wykonuje określone próby sprawności fizycznej na ocenę dostateczną,</p> <p>- nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych, - nie użykuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,</p> <p>- nie oblicza wskaźnika BMI, - nigdy nie podejmuje indywidualnego programu treningowego albo programu treningowego w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej.</p>		<p>- zalicza większość testów i próby sprawnościowych ujętych w programie nauczania, - wykonuje określone próby w programie nauczania, - wykonuje określone próby sprawności fizycznej na ocenę dobrą,</p> <p>- poprawia lub uzupełnia próby sprawnościowe, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych za wyznaczone namo- wną nauczyciela, - uzyskuje niewielki postęp w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,</p> <p>- dokonuje oceny własnego szkolenia,</p> <p>- nie użykuje znacznego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,</p> <p>- oblicza wskaźnik BMI, - dokonuje oceny własnego szkolenia,</p> <p>- poprawia lub uzupełnia indywidualny program treningowy w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej.</p>		<p>- zalicza wszystkie sprawdziany umiędności ruchowych z różnymi błędami technicznymi lub błędami taktycznymi, - wykonuje ćwiczenia zawsze niezgodnie z przepisami i nie- zgodnie z przepisami i zawsze niezgodnie z przepisami i nie- zgodnie z przepisami i</p>		<p>- zalicza wszystkie sprawdziany umiędności ruchowych z różnymi błędami technicznymi lub błędami taktycznymi, - wykonuje ćwiczenia zawsze niezgodnie z przepisami i nie- zgodnie z przepisami i</p>		<p>- zalicza wszystkie sprawdziany umiędności ruchowych z różnymi błędami technicznymi lub błędami taktycznymi, - wykonuje ćwiczenia zawsze niezgodnie z przepisami i nie- zgodnie z przepisami i</p>	
Aktywność fizyczna											
<p>(num):</p> <p>(spełnia co najmniej 1 kryte-</p> <p>ocena dopuszczająca</p>		<p>(num):</p> <p>(spełnia co najmniej 2 kryte-</p> <p>ocena dostateczna</p>		<p>(num):</p> <p>(spełnia co najmniej 3 kryte-</p> <p>ocena dobra</p>		<p>(num):</p> <p>(spełnia co najmniej 4 kryte-</p> <p>ocena bardzo dobra</p>		<p>(num):</p> <p>(spełnia co najmniej 5 kryte-</p> <p>ocena celująca</p>			
<p>- zalicza wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania, - wykonuje określone próby w programie nauczania, - wykonuje określone próby sprawności fizycznej na ocenę dostateczną,</p> <p>- nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych, - nie użykuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,</p> <p>- nie oblicza wskaźnika BMI, - nigdy nie podejmuje indywidualnego programu treningowego albo programu treningowego w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej.</p>		<p>- zalicza tylko niektóre testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania, - wykonuje określone próby w programie nauczania, - wykonuje określone próby sprawności fizycznej na ocenę dostateczną,</p> <p>- nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych, - nie użykuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,</p> <p>- nie oblicza wskaźnika BMI, - nigdy nie podejmuje indywidualnego programu treningowego albo programu treningowego w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej.</p>		<p>- zalicza większość testów i próby sprawnościowych ujętych w programie nauczania, - wykonuje określone próby w programie nauczania, - wykonuje określone próby sprawności fizycznej na ocenę dobrą,</p> <p>- poprawia lub uzupełnia próby sprawnościowe, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych za wyznaczone namo- wną nauczyciela, - uzyskuje niewielki postęp w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,</p> <p>- dokonuje oceny własnego szkolenia,</p> <p>- nie użykuje znacznego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,</p> <p>- oblicza wskaźnik BMI, - dokonuje oceny własnego szkolenia,</p> <p>- poprawia lub uzupełnia indywidualny program treningowy w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej.</p>		<p>- zalicza wszystkie sprawdziany umiędności ruchowych z różnymi błędami technicznymi lub błędami taktycznymi, - wykonuje ćwiczenia zawsze niezgodnie z przepisami i nie- zgodnie z przepisami i</p>		<p>- zalicza wszystkie sprawdziany umiędności ruchowych z różnymi błędami technicznymi lub błędami taktycznymi, - wykonuje ćwiczenia zawsze niezgodnie z przepisami i nie- zgodnie z przepisami i</p>		<p>- zalicza wszystkie sprawdziany umiędności ruchowych z różnymi błędami technicznymi lub błędami taktycznymi, - wykonuje ćwiczenia zawsze niezgodnie z przepisami i nie- zgodnie z przepisami i</p>	

