

WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO KLAS IV

opracowane na podstawie :

PROGRAMU NAUCZANIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO DLA OŚMIOLETNIEJ SZKOŁY PODSTAWOWEJ

Wydawnictwo: FOSZE

Krzysztof Warchol

Przedmiotowy system oceniania ucznia z wychowania fizycznego polega na rozpoznaniu przez nauczyciela poziomu i postępów w opanowaniu przez ucznia umiejętności i wiadomości w stosunku do wymagań edukacyjnych, wynikających z podstawy programowej ze szczególnym uwzględnieniem zaangażowania ucznia na lekcji wychowania fizycznego.

OGÓLNE ZASADY OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

1. Nauczyciel przedstawia uczniom wymagania edukacyjne i kryteria oceniania.
2. Uczeń jest oceniany systematycznie, w różnych formach i warunkach zapewniających obiektywność oceny.
3. Umiejętności ruchowe ucznia oceniane będą na podstawie zadań kontrolno-oceniających, pozwalających na ustalenie poziomu ich opanowania. Sprawność motoryczna ucznia oceniana będzie na podstawie testów sprawności fizycznej.
4. Ocenianie z wychowania fizycznego jest czynnikiem motywującym uczniów do aktywności fizycznej w wymiarze teraźniejszym i przyszłościowym. Ocena ze sprawności fizycznej będzie przede wszystkim wynikać z postępów ucznia, a nie z poziomu, jaki aktualnie reprezentuje. Wszyscy uczniowie mają możliwość zdobycia ocen bardzo dobrych i dobrych (nawet Ci u których motoryka jest słabiej rozwinięta), ponieważ na lekcjach wychowania fizycznego najbardziej liczą się:

- chęci- czyli stosunek ucznia do własnych możliwości,
- postęp- czyli opis poziomu osiągniętych zmian w stosunku do diagnozy wstępnej,
- postawa- czyli stosunek do partnera, przeciwnika, sędziego, nauczyciela,
- diagnoza- czyli wynik osiągnięty,
- dokładność wykonywania ćwiczeń, a nie osiągnięcie konkretnych wyników sportowych.

ZADANIA KONTROLNO-OCENIAJĄCE UMIEJĘTNOŚCI UCZNIÓW

WYMAGANIA SZCZEGÓŁOWE DLA UCZNIÓW KLASY IV

Kontrolujemy i oceniamy następujące obszary aktywności fizycznej ucznia:

- 1) Postawę ucznia i jego kompetencje społeczne,
- 2) Systematyczny udział i aktywność w trakcie zajęć,
- 3) Sprawność fizyczną (kontrola):
 - Siła mięśni brzucha – siady z leżenia tyłem wykonywane w czasie 30s (wg MTSF),
 - Gibkość – skłony tułowia (wg MTSF),
 - Pomiar tętna przed wysiłkiem i po jego zakończeniu (próba Ruffiera).
 - Lekkoatletyka: Biegi krótki i nieco wydłużone ze startu wysokiego; skoki i przeskoki; podejmujemy próbę oceny rzutu piłeczką palantową,
 - Bieg 10x5m,
 - Beep-test,
 - Podpór leżąc przodem na przedramionach ("deska"),
 - Skok w dal z miejsca.
- 4) Umiejętności ruchowe:
 - **Gimnastyka:** Skok zawrotny przez ławeczkę z odbicia obunóż; przewrót w przód z przysiadu do przysiadu podpartego, postawa zasadnicza, układ gimnastyczny wg własnej inwencji.
 - **Mini piłka siatkowa:** Przyjmowanie postaw siatkarskich (niska i wysoka); odbicia piłki sposobem oburącz po własnym podrzucie.
 - **Mini koszykówka:** Rzut do kosza oburącz z miejsca; kozłowanie piłki w marszu lub biegu po prostej ze zmianą kierunku i ręki.
 - **Mini piłka ręczna:** Kozłowanie piłki ze zmianą ręki; podanie półgórne piłki jednorącz w marszu i chwyt piłki oburącz, rzut na bramkę jednorącz z kilku kroków marszu.
 - **Mini piłka nożna:** Prowadzenie piłki slalomem, wewnętrzną częścią stopy prawą lub lewą nogą, strzał piłką do bramki.
- 5) Wiadomości:
 - Uczeń zna podstawowe przepisy mini gier zespołowych (odpowiedzi ustne, rebusy, praktyka)
 - Uczeń potrafi wyjaśnić pojęcie sprawność fizyczna i rozwój fizyczny
 - Uczeń zna wszystkie próby(Ruffiera, MTSF, ISF K. Zuchory) potrafi je samodzielnie przeprowadzić oraz indywidualnie interpretować własny wynik.

SZCZEGÓLWE KRYTERIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który w zakresie:

a) Postawy i kompetencji społecznych (spełnia co najmniej 5 kryteriów):

- Jest zawsze przygotowany do zajęć wychowania fizycznego;
- Jest aktywny na lekcji. Rozwija własne uzdolnienia sportowe;
- 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 sportowych.
- Uprawia dyscypliny lub konkurencje sportowe w innych klubach lub sekcjach sportowych. Podejmuje dowolne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym.

b) Systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 5 kryteriów):

- W trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 95-100%;
- Wzorowo pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny;
- Pokazuje i demonstrowa większość umiejętności ruchowych;
- Prowadzi rozgrzewkę bardzo poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym;
- Potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć;
- Umie samodzielnie przygotować miejsce ćwiczeń;
- W sposób bezwzględny stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć;
- Poczyna się do współodpowiedzialności za stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły.

c) Sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego (spełnia co najmniej 5 kryteriów):

- Zalicza wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania;
- Samodzielnie zabiega o poprawę lub uzupełnienie próby sprawnościowej, w której nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, zdrowotnych lub rodzinnych;
- Uzyskuje bardzo znaczny postęp w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego;
- Dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego;
- Oblicza wskaźnik BMI;
- Podejmuje indywidualny trening w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej.

d) Aktywności fizycznej (spełnia co najmniej 5 kryteriów)

- Zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych bez jakichkolwiek błędów technicznych lub taktycznych;
- Ćwiczenia wykonuje zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych;
- Wykonanie zadania ruchowego przez ucznia może być zawsze przykładem i wzorem do naśladowania dla innych współćwiczących;
- Potrafi wykonać ćwiczenie o znacznym stopniu trudności;

- Wykonuje zadania ruchowe efektywnie (trafia do celu /bramki, kosza/, celnie podaje piłkę.)
- Stosuje opanowane umiejętności ruchowe w czasie zawodów i rozgrywek klasowych;
- Stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia w sposób znaczący wpływa na wyniki drużyn szkolnych klasowych/szkolnych w zawodach i rozgrywkach sportowych;

e) **Wiadomości (spełnia co najmniej 3 kryteria):**

- Zalicza sprawdziany i testy/rebusy/krzyżówki na ocenę bardzo dobrą lub celującą;
- Stosuje wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego;
- Posiada rozległą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego;
- Wykazuje się dużym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i zagranicą.

Ocenę **bardzo dobrą** otrzymuje uczeń, który w zakresie:

a) **Postawy i kompetencji społecznych (spełnia co najmniej 4 kryteria):**

- Jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. ma odpowiedni strój sportowy, ale sporadycznie nie bierze udziału w lekcjach z różnych powodów;
- Nie ćwiczy na lekcjach tylko z bardzo ważnych powodów zdrowotnych, osobistych lub rodzinnych;
- Charakteryzuje się właściwym poziomem kultury osobistej;
- Używa odpowiednich 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 gminnym lub powiatowym;
- Niesystematycznie bierze udział w zajęciach sportowych.
- Niekiedy podejmuje indywidualne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym.

b) **Systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 4 kryteria):**

- W trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 90-94%;
- W sposób bardzo dobry wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji;
- Często pełni rolę lidera grupy lub kapitana drużyny;
- Pokazuje i demonstruje niektóre umiejętności ruchowe;
- Prowadzi rozgrzewkę poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym;
- Potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć;
- Umie z pomocą nauczyciela lub współwiczącego przygotować miejsce ćwiczeń;
- Stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć;
- Stara się dbać o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły.

c) **Sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego (spełnia co najmniej 4 kryteria):**

- Zalicza wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania;
- Poprawia lub uzupełnia próby sprawnościowe, w której nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, zdrowotnych lub rodzinnych za namową nauczyciela;
- Uzyskuje znaczny postęp w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego;
- Dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego;

- Oblicza wskaźnik BMI;
- Często podejmuje indywidualny trening w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej.

d) Aktywności fizycznej (spełnia co najmniej 4 kryteria)

- Zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z niewielkimi błędami technicznymi lub taktycznymi;
- Ćwiczenia wykonuje zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych;
- Potrafi wykonać ćwiczenie o znacznym stopniu trudności;
- Wykonuje zadania ruchowe nie zawsze efektywnie (sporadycznie trafia do celu /bramki, kosza/, niezbyt celnie podaje piłkę,)
- Stosuje opanowane umiejętności ruchowe w czasie gry właściwej w trakcie zajęć;
- Stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia wpływa na wyniki drużyn klasowych/szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli.

e) Wiadomości (spełnia co najmniej 2 kryteria):

- Zalicza sprawdziany i testy/rebusy na ocenę bardzo dobrą lub dobrą;
- Stosuje prawie wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego;
- Posiada bardzo dobrą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego;
- Wykazuje się bardzo dobrym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i zagranicą.

Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który w zakresie:

a) Postawy i kompetencji społecznych (spełnia co najmniej 3 kryteria):

- Jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. ma odpowiedni strój sportowy, ale zdarza mu się nie brać udziału w lekcjach z różnych powodów;
- Nie ćwiczy na lekcjach tylko z bardzo ważnych powodów zdrowotnych, osobistych lub rodzinnych;
- 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 na poziomie gminnym lub powiatowym;
- Nie bierze udziału w pozalekcyjnych zajęciach sportowych;
- Raczej nie podejmuje indywidualnie żadnej formy aktywności fizycznej w czasie wolnym.

b) Systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 3 kryteria):

- W trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 85-89%;
- Dobrze wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji;
- Poprawnie pełni rolę lidera grupy lub kapitana drużyny;
- Nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych;
- Prowadzi rozgrzewkę w miarę poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym;

- Potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć, ale często wymaga dodatkowych uwag i zaleceń;
- Umie z pomocą nauczyciela lub współwiczącego przygotować miejsce ćwiczeń;
- Nie zawsze stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć;
- Dbą o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły, ale aktywność ta wymaga dodatkowej interwencji prowadzącego zajęcia.

c) *Sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego (spełnia co najmniej 3 kryteria):*

- Zalicza większość testów i prób sprawnościowych ujętych w programie nauczania;
- Wykonuje określone próby sprawnościowe na ocenę dobrą;
- Poprawia lub uzupełnienia próby sprawnościowe, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, zdrowotnych lub rodzinnych za wyraźną namową nauczyciela;
- Uzyskuje niewielki postęp w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego;
- Dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego;
- Oblicza wskaźnik BMI;
- Raczej nie podejmuje indywidualnego treningu w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej.

d) *Aktywności fizycznej (spełnia co najmniej 4 kryteria)*

- Zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z niewielkimi błędami technicznymi lub taktycznymi;
- Ćwiczenia wykonuje nie zawsze zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych;
- Potrafi wykonać ćwiczenie o przeciętnym stopniu trudności;
- Wykonuje zadania ruchowe nie zawsze efektywnie (sporadycznie trafia do celu /bramki, kosza/, niezbyt celnie podaje piłkę,)
- Stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia wpływa na wyniki drużyn klasowych/szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli.

e) *Wiadomości (spełnia co najmniej 2 kryteria):*

- Zalicza sprawdziany i testy/rebusy na ocenę dobrą;
- Stosuje przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego;
- Posiada dobrą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego;
- Wykazuje się dobrym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i zagranicą.

Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który w zakresie:

a) *Postawy i kompetencji społecznych (spełnia co najmniej 2 kryteria):*

- Jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. ma odpowiedni strój sportowy, ale często mu się zdarza nie brać udziału w lekcjach z różnych powodów;
- Nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów zdrowotnych, osobistych lub rodzinnych;
- 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 bierze udziału w zajęciach sportowych.
- Nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym.

b) Systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 2 kryteria):

- W trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 80 - 84%;
- W sposób dostateczny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji;
- nie pełni roli lidera grupy lub kapitana drużyny;
- Nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych;
- Nie potrafi poprawnie prowadzić rozgrzewki;
- Nie potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć, często wymaga dodatkowych uwag i zaleceń;
- Umie z pomocą nauczyciela lub współwiczającego przygotować miejsce ćwiczeń;
- Często nie stosuje zasad bezpiecznej organizacji zajęć;
- Dbą o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły, ale aktywność ta wymaga dodatkowej interwencji prowadzącego zajęcia.

c) Sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego (spełnia co najmniej 3 kryteria):

- Zalicza tylko niektóre testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania;
- Wykonuje określone próby sprawnościowe na ocenę dostateczną;
- Nie poprawia i nie uzupełnienia prób sprawnościowych, w których nie uczestniczył;
- Nie dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego;
- Nie oblicza wskaźnika BMI;
- Nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych;
- Nigdy nie podejmuje indywidualnego treningu w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej.

d) Aktywności fizycznej (spełnia co najmniej 2 kryteria)

- Zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z dużymi błędami technicznymi lub taktycznymi;
- Ćwiczenia wykonuje prawie zawsze niezgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych;
- Potrafi wykonać ćwiczenie o niskim stopniu trudności;
- Wykonuje zadania ruchowe mało efektywnie (nie trafia do celu /bramki, kosza/, często podaje piłkę w nie określonym kierunku,)
- Stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyn klasowych/szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli.

e) Wiadomości (spełnia co najmniej 2 kryteria):

- Zalicza sprawdziany i testy/rebusy na ocenę dostateczną;
- Stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego;
- Posiada dostateczną wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego;
- Wykazuje się przeciętnym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i zagranicą.

Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który w zakresie:

a) Postawy i kompetencji społecznych (spełnia co najmniej 1 kryterium):

- Bardzo często jest nieprzygotowany do zajęć wychowania fizycznego;
- Często nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów zdrowotnych, osobistych lub rodzinnych;
- 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** bierze udział w zajęciach sportowych.
- Nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym.

b) Systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 2 kryteria):

- W trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 70 -79%;
- W sposób nieudolny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji;
- Nie pełni roli lidera grupy lub kapitana drużyny;
- Nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych;
- Nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki;
- Nie potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć, często wymaga dodatkowych uwag i zaleceń;
- Umie z pomocą nauczyciela lub współwiczającego przygotować miejsce ćwiczeń;
- Bardzo często nie stosuje zasad bezpiecznej organizacji zajęć;
- Nie dba o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły.

c) Sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego (spełnia co najmniej 3 kryteria):

- Zalicza tylko pojedyncze testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania;
- Nie poprawia i nie uzupełnienia prób sprawnościowych, w których nie uczestniczył;
- Nie oblicza wskaźnika BMI;
- Nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych;
- Nigdy nie podejmuje indywidualnego treningu w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej.

d) Aktywności fizycznej (spełnia co najmniej 2 kryteria)

- Zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z rażącymi błędami technicznymi lub taktycznymi;
- Ćwiczenia wykonuje zawsze niezgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych;
- Potrafi wykonać ćwiczenie o bardzo niskim stopniu trudności;
- Wykonuje zadania ruchowe mało efektywnie (nie trafia do celu /bramki, kosza/, często podaje piłkę w nie określonym kierunku,)
- Stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia wpływa niekorzystnie na wyniki drużyn klasowych/szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli.

e) Wiadomości (spełnia co najmniej 2 kryteria):

- Zalicza sprawdziany i testy/rebusy na ocenę dopuszczającą;
- Stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego;
- Posiada niewielką wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego;
- Wykazuje się przeciętnym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i zagranicą.

Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który w zakresie:

a) Postawy i kompetencji społecznych:

- Prawie zawsze jest nieprzygotowany do zajęć wychowania fizycznego;
- Bardzo często nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów zdrowotnych, osobistych lub rodzinnych;
- Charakteryzuje się bardzo niskim poziomem kultury osobistej;
- Zachowuje się wulgarnie w kontaktach interpersonalnych 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 bierze udziału w zajęciach sportowych.
- Nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym.

b) Systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 2 kryteria):

- W trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy poniżej 70%;
- W sposób bardzo nieudolny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji;
- Nie pełni funkcji lidera grupy lub kapitana drużyny;
- Nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych;
- Nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki;
- Nie potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć, często wymaga dodatkowych uwag i zaleceń;
- Nigdy nie przygotowuje miejsca ćwiczeń;
- Bardzo często nie stosuje zasad bezpiecznej organizacji zajęć;
- Nie dba o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły, a nawet często je niszczy.

c) Sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego:

- Nie zalicza większości testów i prób sprawnościowych ujętych w programie nauczania;
- Nie poprawia i nie uzupełnienia prób sprawnościowych, w których nie uczestniczył;
- Nie oblicza wskaźnika BMI;
- Nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych;
- Nigdy nie podejmuje indywidualnego treningu w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej.

d) Aktywności fizycznej (spełnia co najmniej 2 kryteria)

- Zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowe z bardzo rażącymi błędami technicznymi lub taktycznymi;
- Ćwiczenia wykonuje zawsze niezgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych;

- Nie potrafi wykonać ćwiczenia nawet o bardzo niskim stopniu trudności;
- Wykonuje zadania ruchowe mało efektywnie (nie trafia do celu /bramki, kosza/, często podaje piłkę w nie określonym kierunku,)
- Stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia wpływa niekorzystnie na wyniki drużyn klasowych/szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli.

e) **Wiadomości (spełnia co najmniej 2 kryteria):**

- Zalicza sprawdziany i testy/rebusy na ocenę niedostateczną;
- Stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego;
- Posiada niewielką wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego;
- Wykazuje się przeciętnym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i zagranicą.

Postanowienia końcowe

1. Zwolnienia lekarskie nie powodują obniżenia oceny,
2. Wszystkie oceny cząstkowe podlegają poprawie w terminie uzgodnionym z nauczycielem.
3. Ocena poprawiona jest oceną ostateczną.
4. Uczeń ma prawo wykonania danego ćwiczenia stosownie do swoich możliwości, np. obniżona wysokość przyrządu.
5. Po dłuższej absencji chorobowej lub innej związanej, np. z sytuacją rodzinną, uczeń nie ma obowiązku zaliczenia programu, który był realizowany w tym okresie.
6. Uczeń ma prawo do dwóch nieprzygotowań w każdym półroczu, każde kolejne skutkuje oceną niedostateczną.

Sytuacja wymieniona w punkcie 5 nie powoduje obniżenia oceny