WYMAGANIA EDUKACYJNE NIEZBĘDNE DO OTRZYMANIA POSZCZEGÓLNYCH ŚRÓDROCZNYCH I ROCZNYCH OCEN KLASYFIKACYJNYCH Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO w klasie IIag Rok szkolny 2024/25   
Nauczyciel wychowania fizycznego – Iwona Najdyhor  
  
  
  
`1)Na lekcjach wychowania fizycznego ocenie podlegają:   
a. Wiadomości   
b. Umiejętności   
c. Postawy: Systematyczny udział w zajęciach   
 Wkładany wysiłek   
 Aktywność ucznia w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej  
 Aktywność sportowa ucznia w zajęciach sportowych pozaszkolnych

2)Sposoby sprawdzania osiągnięć edukacyjnych uczniów na wychowaniu fizycznym

* Oceniane z ustną informacją zwrotną
* testy diagnozujące – sportowe talenty- test ogólnopolski
* udział w zajęciach
* wkładany wysiłek w zajęcia

3)Obniżenie wymagań edukacyjnych ze względu na orzeczenie lekarskie lub opinie poradni psychologiczno – pedagogicznej -wychowanie fizyczne. Zastosowanie się do wytycznych poradni w kwestii sposobu oceniania ucznia i podejścia do ucznia ze szczególnymi potrzebami edukacyjnymi

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Klasa I –V Dział** | **Tematyka** | **Aktywność** | **Umiejętności** | **Wiedza** | **Postawy** |
| Edukacja zdrowotna –  Realizacja tylko klasy I | - nauczyciel podaje zagadnienia zdrowotne na początku roku szkolnego | ----------------- | -------------- | - referat  - prezentacja  - pogadanka - projekt | ------------- |
| Lekkoatletyka | Skok w dal | + | + | Objaśnienie /pokaz/techniki Skoku, informacje o rodzajach skoków i zawodach z LA | + |
|  | Atletyka terenowa | + | ------------------ | ----------------- | + |
|  | Biegi | + | + | Objaśnienie/pokaz/informacje o rodzajach biegów i lekkoateycznych imprezach sportowych | + |
|  | Rozgrzewka lekkoatletyczna | + | + | - nauczyciel przekazuje informację o różnych rodzajach rozgrzewki lekkoatletycznej - przepisy wybranych konkurencji lekkoatletycznych | + |
| Siłownia lub salka do ćwiczeń | - Wzmacnianie mięśni z obciążeniem lub bez - rozciąganie  - różne formy treningu siłowego - obwód stacyjny | -------------    +  -------------   + | +     sprawdzian    - zaliczenie | - dobór zestawu ćwiczeń dla określonej grupy mięśniowej - streaching po ćwiczeniach siłowych - objaśnienie/ pokaz - uczeń wykazuje się wiedza zdobytą podczas zajęć z tematyki działu - bezpieczeństwo podczas ćwiczeń | +  - |
| Gimnastyka | - Różne formy systemu gimnastycznego: pilates, aerobic, streaching, tabata,joga step przewroty  - równowaga - relaksacja | +        +  + | ---------------        + + | +  - ćwiczenia relaksacyjne  - sposoby relaksacji | + - bezpieczeń-  stwo podczas wykonywania ćwiczeń  - asekuracja siebie i współćwiczącego  +  + |
| Gimnastyka | Kształtowanie zdolności motorycznych i gibkościowych | + | + | Nauczyciel przekazuje informacje na temat motoryki ciała człowieka  - | + |
| Taniec | Tańce narodowe, nowoczesne, integracyjne ,  towarzyskie | + | + | Nauczyciel przekazuje informacje na temat historii NW oaz techniki tańców | bezpieczeń-  stwo podczas wykonywania ćwiczeń |
| Nordic Walking  Nauka i doskonalenie | -technika marszu  - kształtowanie zdolności koordyacyjno-kondycyjnych  - ćwiczenia kształtujące z kijkami | + | + | Nauczyciel przekazuje informacje na temat historii NW oaz techniki maszu z kijami |  |
| Koszykówka -doskonalenie | - kozłowanie | + | -ćwiczenia doskonalące technikę elementów gry  - gra w streetball  - małe gry -- gra właściwa | Nauczyciel demonstruje ćwiczenia i objaśnia technikę  -przepisy gry | Uczeń aktywnie ćwiczy podczas wykonywania ćwiczeń  + - bezpieczeń-  stwo podczas wykonywania ćwiczeń |
| - chwyty i podania | + |
| - rodzaje rzutów do kosza | + |
|  | - sposoby poruszania się w obronie i w ataku | |+ | - ćwiczenia doskonalące technikę elementów gry - małe gry - gra właściwa | Objaśnienie / ćwiczenia i pokaz |
| Siatkówka - doskonalenie | - odbicia piłki sposobem dolnym,  górnym | + | - ćwiczenia doskonalące technikę elementów gry - małe gry  - gra właściwa | - objaśnienie pokaz,  - przepisy gry         - | +  - bezpieczeń-  stwo podczas wykonywa-nia ćwiczeń |
| - wystawianie  - plasowanie i atakowanie - odbicia sytuacyjne  - rozgrywanie akcji na 3 - blokowanie - zagrywka | + |
| Piłka ręczna - doskonalenie | - podania i chwyty - zwody - poruszanie się o boisku  - rzuty na bramkę | + | +  - ćwiczenia doskonalące technikę elementów gry - małe gry - gra właściwa  - | - nauczyciel objaśnia i pokazuje ,  - przepisy gry | - bezpieczeń-  stwo podczas wykonywania ćwiczeń |
| Piłka nożna- doskonalenie | - podania piłki  - prowadzenie piłki |  | - ćwiczenia doskonalące technikę elementów gry - małe gry - gra właściwa | - pokaz i objaśnienie,  Przepisy gry | - bezpieczeń-  stwo podczas wykonywania ćwiczeń  + |
| - współpraca w obronie i w ataku | + | ------------- | Nauczyciel przekazuje informacje dotyczące rodzaji obrony i ataku |
| Gry rekreacyjne | - badminton - uni- hokej - tenis stołowy  - inne | + | Rozgrywki indywidualne i zespołowe | - pokaz i objaśnienie,  Przepisy gry - test wiedzy o wybranych dyscyplinie | - bezpieczeń-  stwo podczas wykonywania ćwiczeń  + |
| **Ocenianie** | **Dopuszczający** | **Dostateczny** | **Dobry** | **Bardzo Dobry** | **Celujący** |
| Lekkoatletyka | nazywa technikę wykonywanych ćwiczeń | Umie opisać technikę wykonania ćwiczenia | naśladuje wykonanie z niewielkimi błędami technicznymi | wykonuje ćwiczenie prawidłowo pod względem technicznym | wykonuje ćwiczenie dynamicznie, płynnie i w odpowiednim tempie |
| Gry zespołowe | nazywa technikę wykonywanego ćwiczenia - wymienia przepisy gry | opisuje technikę wykonywanego ćwiczenia - opisuje przepisy gry | -naśladuje wykonanie ćwiczenia | - wykonuje ćwiczenie technicznie w odpowiednim tempie | stosuje ćwiczenie z odpowiednią techniką w czasie gry |
| Gry rekreacyjne | wymienia znane gry rekreacyjne | opisuje przepisy i zasady wybranej gry rekreacyjnej | -wykonuje elementy techniczne wybranej gry rekreacyjnej | - wykonuje wybrane techniczne i taktyczne elementy w czasie gry | organizuje wybraną grę rekreacyjną |
| Nordic Walking | nazywa technikę wykonywanych ćwiczeń | Uczeń potrafi opisać technikę marszu Nordic Walking, | naśladuje wykonanie z niewielkimi błędami technicznymi | wykonuje ćwiczenie prawidłowo pod względem technicznym |  |
| Gimastyka | - nazywa technikę wykonywanego ćwiczenia | opisuje technikę wykonywanego ćwiczenia | naśladuje wykonanie ćwiczenia | -wykonuje ćwiczenie prawidłowo pod względem technicznym, | potrafi połączyć różne elementy w układ ćwiczeń |
|  |  |  |  |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| Wymagania edukacyjne niezbędne do uzyskania rocznej oceny rocznej **celujący** | 1. Uczeń systematycznie bierze udział w zajęciach wychowania fizycznego 95-100 % 2. Uczeń nie ma nieusprawiedliwionych godzin 3. Uczeń czynnie uczestniczy w lekcji wychowania fizycznego 4. Uczeń uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych 5. Uczeń reprezentuje szkołę w zawodach sportowych i zdobywa punkty dla szkoły w rywalizacji sportowej 6. Uczeń aktywnie uczestniczy w życiu sportowym szkoły i poza nią- eventy, projekty, wydarzenia rekreacyjne 7. Uczeń ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie 8. Uczeń posiada klasę sportową potwierdzoną przez odpowiednie organy 9. Uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą |
| Wymagania edukacyjne niezbędne do uzyskania rocznej oceny rocznej **bardzo dobry** | 1. Uczeń całkowicie opanował materiał programowy 2. Uczeń systematycznie bierze udział w zajęciach wychowania fizycznego 85-94 % 3. Postawa ucznia, zaangażowanie i stosunek do wychowani fizycznego nie budzą najmniejszych zastrzeżeń, bierze aktywny udział w zajęciach i zawodach sportowych 4. Uczeń posiada duże wiadomości w zakresie kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu 5. Uczeń systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnieniu 6. Uczeń ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie |
| Wymagania edukacyjne niezbędne do uzyskania rocznej oceny rocznej **dobry** | 1. Uczeń ma opanowany materiał programowy 2. Postawa ucznia społeczna i stosunek do kultury fizycznej nie budzą większych zastrzeżeń 3. Uczeń systematycznie bierze udział w zajęciach wychowania fizycznego 70-84 % 4. Uczeń posiada duże wiadomości w zakresie kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu 5. Uczeń systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnieniu 6. Uczeń ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie |
| Wymagania edukacyjne niezbędne do uzyskania rocznej oceny rocznej dostateczny | 1. Uczeń ma opanowany materiał programowy na przeciętnym poziomie ze znacznymi lukami 2. Uczeń przejawia pewne braki w zakresie wychowania społecznego, w postawie i stosunku do kultury fizycznej 3. Uczeń systematycznie bierze udział w zajęciach wychowania fizycznego 50-69 % 4. Uczeń wykazuje w zakresie wiadomości z kultury fizycznej znaczne luki, wiedzy, którą ma, nie potrafi wykorzystać w praktyce 5. Uczeń wykazuje małe postępy w usprawnieniu 6. Uczeń ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie i z większymi błędami technicznymi |
| Wymagania edukacyjne niezbędne do uzyskania rocznej oceny rocznej dopuszczający | 1. Uczeń systematycznie bierze udział w zajęciach wychowania fizycznego 40-49 % 2. Uczeń nie ma opanowanego materiału programowego w stopniu dostatecznym i ma pewne luki 3. Uczeń na zajęciach przejawia poważne braki w zakresie wychowania społecznego, ma niechętny stosunek do ćwiczeń 4. Uczeń ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi 5. Uczeń nie jest pilny i wykazuje bardzo małe postępy w usprawnieniu |

**Uwagi końcowe do kryteriów ocen z wychowania fizycznego**

* **aktywne uczestnictwo** ucznia na zajęciach wychowania fizycznego, uczeń ćwiczy na lekcji,
* uczeń, który dodatkowo uprawia sport (np. w klubie sportowym) może mieć podwyższoną ocenę o jeden stopień,
* uczeń ma prawo dwa razy w półroczu zgłosić nieprzygotowanie do zajęć – każde kolejne nieprzygotowanie uczeń obowiązkowo uzupełnia realizując temat teoretycznie w formie wybranej przez nauczyciela (nieprzygotowanie - brak stroju, niedyspozycja w indywidualnych przypadkach na podstawie zaświadczenia lekarskiego lub pisemnego oświadczenia rodziców/ucznia pełnoletniego o braku możliwości wykonywania ćwiczeń w tym czasie).
* uczeń, który w danym dniu nie będzie obecny na zajęciach wf-u, a będą to zajęcia odbywające się w środku lekcji (tzw. ucieczka) lub jeśli będzie to pierwsza bądź ostatnia godzina lekcyjna i będzie ona nieusprawiedliwiona również może otrzymać ocenę niedostateczną z **postawy**,
* uczeń reprezentujący szkołę w zawodach sportowych, może mieć podwyższoną ocenę końcową o jeden stopień,
* uczniowie, którzy ze względu na stan zdrowia nie mogą uczestniczyć w zajęciach wychowania fizycznego są zobowiązani do przedstawienia odpowiedniego zaświadczenia lekarskiego i przedłożenia go wraz z podaniem do Dyrektora szkoły
* w przypadku ciągłej usprawiedliwionej nieobecności w szkole możliwe jest odstępstwo od w/w regulaminu.