WYMAGANIA EDUKACYJNE
Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO
Szkoła Podstawowa (Rok Szkolny 2018/19)

Głównym celem oceniania z wychowania fizycznego jest indywidualizacja osiągnięć każdego ucznia umożliwiająca zdobycie oceny bardzo dobrej zarówno uczniowi bardzo sprawnemu fizycznie jak i mniej sprawnemu wykazującemu się dużym zaangażowaniem, wyzwalająca motywację do samodoskonalenia się obejmującą całą osobowość ucznia

Ocenianiu podlegają:

- sumienność i staranność w wywiązywaniu się z obowiązków wynikających z przedmiotu,
- zaangażowanie w przebieg lekcji i przygotowanie się do zajęć,
- stosunek do partnera i przeciwnika,
- stosunek do własnego ciała,
- aktywność fizyczna,
- postęp w opanowaniu wiadomości i umiejętności w poszczególnych klasach przewidzianych podstawa programową, zgodnie z indywidualnymi możliwościami i predyspozycjami,
- osiągnięte wyniki w sportach wymiernych, dokładność wykonania zadania i poziom zdobytej wiedzy.

Kryteria ocen

1) Przygotowanie do zajęć i zaangażowanie
3) Postęp sprawności fizycznej
4) Wiadomości i umiejętności

Ocena - przygotowanie do zajęć i zaangażowanie

Ocena „przygotowanie do zajęć i zaangażowanie" jest jedna oceną, w skład której wchodzą obydwie kategorie wzajemnie się uzupełniając.

Uczeń oceniany jest w kategorii przygotowanie do zajęć raz w miesiącu, otrzymuje następujące stopnie :

- 6 - Uczeń uczestniczył we wszystkich zajęciach.
- 5 - Uczeń uczestniczył w zajęciach z jednym nie przygotowaniem.
- 4 - Uczeń uczestniczył w zajęciach z 2 nie przygotowaniami.
- 3 - Uczeń uczestniczył w zajęciach z 3 nie przygotowaniami.
- 2 - Uczeń uczestniczył w zajęciach z 4 nie przygotowaniami.
- 1 - Uczeń niesystematycznie uczestniczy w zajęciach, ucieczki z zajęć.

Uwagi:

- Obowiązujący strój gimnastyczny: krótkie spodenki lub spodnie dresowe, bluzka, skarpetki, obuwie sportowe (na salę gimnastyczną obowiązuje obuwie z jasną podeszwą),
- Za nie przygotowanie do zajęć uważa się brak stroju na zajęciach.
- Za nie przygotowanie do zajęć uważa się ćwiczenie ucznia w stroju, w którym przyszedł do szkoły i nie zmienił na inny przed lekcją wychowania fizycznego, mimo ze spełnia on powyższe warunki, ponieważ jest to niezgodne z zasadami higieny osobistej.
- Przy punktacji nie bierze się pod uwagę zwolnienia lekarskiego.

Ocena zaangażowania w zajęciach

Zaangażowanie ucznia oceniane jest raz w miesiącu.
Zaangażowanie ucznia zaznaczane jest przy pomocy znaków (+) i (-) i wpływa na ocenę w kryterium „przygotowanie do zajęć i zaangażowanie".

- Nie zmienia oceny, gdy uczeń ma same plusy bez żadnego minusa.
- Obniża ocenę o jeden stopień każdorazowo za każde dwa minusy otrzymane w ciągu miesiąca.

Uwagi:

Uczniowie uzyskują „plusy" w trakcie trwania zajęć za:

- Zaangażowanie, sumienność w wykonywaniu ćwiczeń i poleceń, inwencję twórczą.
- Dążenie do podnoszenia sprawności, zdobywania umiejętności i wiadomości w sposób zbliżony do maksimum swoich możliwości fizycznych, kondycyjnych i koordynacyjnych.
- Koleżeński stosunek do współćwiczących, stosowanie zasady „fair play", pomoc w trakcie ćwiczeń, współdziałanie w zespole.
- Przestrzeganie zasad bezpieczeństwa, regulaminów i przepisów oraz obowiązków uczniowskich.
- Estetykę stroju i przestrzeganie zasad higieny osobistej.

Uczniowie uzyskują minusy w trakcie trwania semestru za:

- Brak zaangażowania i sumienności w wykonywaniu ćwiczeń.
- Niechętny stosunek do podnoszenia swojej sprawności - ćwiczenia wykonuje poniżej swoich możliwości.
- Niekoleżeński stosunek do współćwiczących, łamanie zasady „fair play", brak współpracy w zespole.
- Nie przestrzeganie zasad bezpieczeństwa, regulaminów i przepisów oraz obowiązków uczniowskich.
- Brak estetyki stroju, nie przestrzeganie zasad higieny osobistej.
- Spóźnienia na lekcję powyżej trzech.

Ocena za postęp sprawności fizycznej.

- 6 - uczeń uzyskuje, gdy poprawi wyniki we wszystkich próbach sprawności.
- 5 - uczeń uzyskuje, gdy poprawi wyniki w 6 próbach.
- 4 - uczeń uzyskuje, gdy poprawi wyniki w 5 próbach.
- 3 - uczeń uzyskuje, gdy poprawi wyniki w 4 próbach.
- 2 - uczeń uzyskuje, gdy poprawi wyniki w 3 próbach.
- 1 - uczeń uzyskuje, gdy poprawi wyniki w 2 próbach

Uwagi:
Pomiarowi podlegają następujące sprawności: wytrzymałość, gibkość, siła mięśni ramion, siła mięśni brzucha, szybkość, skoczność, zwinność.

- Pomiaru postępu sprawności motorycznej dokonuje się trzy razy w roku na początku – wrzesień (jako diagnoza), w połowie roku - grudzień i pod koniec roku szkolnego.
- Podczas badań grudniowych nie przeprowadza się próby wytrzymałości co za sobą pociąga zmianę skali ocen – ilość poprawionych sprawności decyduje o ocenie,
- Za poprawę uważa się poprawę własnego wcześniej uzyskanego wyniku.
- Za pogorszenie wyniku uważa się obniżenie wartości własnego wyniku uzyskanego wcześniej.
- Uczeń, który z powodów zdrowotnych lub z innego powodu nie uczestniczył w próbie ma obowiązek wykonać próby po wcześniejszym uzgodnieniu terminu z nauczycielem. Nie spełnienie tego warunku wiąże się z obniżeniem punktacji w tej kategorii o 1pkt.
- **Aby otrzymać ocenę pozytywną w tej kategorii uczeń musi wykonać test do oceny wytrzymałości, gibkości i siły mm brzucha.**

Uczeń może nie wykonać próby tylko w przypadku przeciwwskazań zdrowotnych potwierdzonych przez lekarza.

Ocena umiejętności i wiadomości

Ocenę w kategorii umiejętności i wiadomości przyznaje się za opanowanie przez ucznia wiadomości i umiejętności określone programem na danym etapie nauczania w stopniu wymaganym na tymże etapie określonych standardami wymagań dla poszczególnych klas.

- 6 - Uczeń opanował wszystkie wiadomości i umiejętności standardów wymagań
- 5 - Uczeń opanował wiadomości i umiejętności w 88% - 99% na poziomie rozszerzonym standardów wymagań
- 4 - Uczeń opanował wiadomości umiejętności w 75% - 87% na poziomie rozszerzonym standardów wymagań
- 3 - Uczeń opanował wiadomości i umiejętności w 51% - 74% na poziomie rozszerzonym standardów wymagań
- 2 - Uczeń opanował wiadomości i umiejętności na poziomie podstawowym standardów wymagań
- 1 - Uczeń nie opanował wiadomości i umiejętności na poziomie podstawowym standardów wymagań

Uwagi:

- Uczeń ma obowiązek przystąpienia do zaliczenia wszystkich wymaganych przez nauczyciela umiejętności przewidzianych w danej klasie.

- Uczeń, który nie przystąpił do zaliczenia ma obowiązek zaliczenia w terminie wcześniej uzgodnionym z nauczycielem.

Biorąc pod uwagę powyższe kryteria

Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który jest zawsze przegotowany do zajęć, wykazuje się szczególnym zaangażowaniem w pracy, twórczą postawą, w pełni opanował umiejętności i wiadomości przewidziane podstawą programową w danej klasie. Prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia, chętnie uczestniczy w zajęciach sportowo-rekreacyjnych, bierze udział w konkursach, zawodach i olimpiadach.

Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który jest zawsze przygotowany do zajęć, opanował umiejętności i wiadomości przewidziane podstawąprogramową w danej klasie Jego staranność i sumienność w wykonywaniu zadań i zaangażowanie w przebieg lekcji oraz stopień przygotowania się do zajęć są bardzo wysokie. Prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia, systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i osiąga duże postępy w osobistym usprawnieniu.

Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który bez zarzutów wywiązuje się z obowiązków, osiąga postęp w poszczególnych klasach w opanowaniu umiejętności i wiadomości. Jego staranność i sumienność w wykonywaniu zadań i zaangażowanie w przebieg lekcji oraz przygotowanie się do zajęć są wysokie. Prowadzi higieniczny tryb życia,

Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń adekwatnie do włożonego wysiłku w wywiązywanie się z obowiązków, stopnia postępu w opanowaniu umiejętności i wiadomości w poszczególnych klasach, poziomu staranności i sumienności w wykonywaniu zadań, zaangażowania w przebieg lekcji oraz stopnia przygotowania się do zajęć.

Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń adekwatnie do włożonego wysiłku w wywiązywanie się z obowiązków, stopnia postępu w opanowaniu umiejętności i wiadomości w poszczególnych klasach, poziomu staranności i sumienności w wykonywaniu zadań, zaangażowania w przebieg lekcji oraz stopnia przygotowania się do zajęć.

Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który wykazuje szczególnie lekceważący stosunek do obowiązków wynikających ze specyfiki przedmiotu, nie bierze czynnego udziału w lekcji, swoim zachowaniem dezorganizuje pracę, stwarzając niebezpieczeństwo dla siebie i innych, jest notorycznie nieprzygotowany do zajęć. Prowadzi niehigieniczny i niesportowy tryb życia.

Uwagi :

Uczeń może poprawić swoją ocenę na wyższą (półroczną i roczną) poprawiając swoje umiejętności lub wykazując się dodatkowymi informacjami na temat sportu (po uzgodnieniu z nauczycielem w terminie zgodnym z WSO szkoły) zdobywając w ten sposób dodatkowe punkty w kryterium wiadomości lub umiejętności. Możliwość poprawy ma uczeń, który spełnia kryteria przewidziane WSO szkoły.