

Wychowanie fizyczne

Wymagania edukacyjne na poszczególne oceny dla klasy VII

Zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej dot. Warunków i sposobu oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów, „przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego (...) należy w szczególności brać pod uwagę **wysiłek** wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć”.

1. Na ocenę z wychowania fizycznego wpływ mają:
 - ✓ postawa wobec przedmiotu (wysiłek):
 - właściwe przygotowanie do zajęć (biała koszulka, spodenki, obuwie z białą podeszwą, dres)
 - aktywny udział w zajęciach, zaangażowanie (progi procentowe dla poszczególnych ocen)
 - ✓ stopień opanowania materiału programowego:
 - umiejętności ruchowe
 - wiadomości o wychowaniu fizycznym i zdrowiu
 - postępy w usprawnianiu
 - ✓ dodatkowa działalność na rzecz sportu – przynależność do klubu, udział w pozalekcyjnych zajęciach sportowych, itp....
2. Uczniowie, którzy zawsze ćwiczą na lekcjach wychowania fizycznego i wykazali się dużym zaangażowaniem i wkładem pracy, oceniani są na koniec okresu bądź całego roku oceną przynajmniej dobrą, bez względu na poziom sprawności.
3. Zwolnienia z lekcji wychowania fizycznego.
 - ✓ Dyrektor szkoły zwalnia ucznia z wykonywania określonych ćwiczeń fizycznych na zajęciach wychowania fizycznego, na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach wykonywania przez ucznia tych ćwiczeń wydanej przez lekarza, na czas określony w tej opinii (pow. 30 dni). Dyrektor szkoły zwalnia ucznia z realizacji zajęć wychowania fizycznego, na podstawie opinii o braku możliwości uczestniczenia ucznia w tych zajęciach wydanej przez lekarza, na czas określony w tej opinii (pow.30 dni).
 - ✓ Rodzic zwalnia ucznia z uczestnictwa w zajęciach informując o tym nauczyciela przed lekcją (pisemnie lub poprzez moBidziennik).
 - ✓ Zwolnienia rodzica oraz zgłaszane niedyspozycje, brane będą do określenia aktywności ucznia na lekcjach wf, w ciągu całego okresu, i określenia progów procentowych dla poszczególnych ocen
4. Wymagania niezbędne do uzyskania poszczególnych śródrocznych i rocznych ocen klasyfikacyjnych z wychowania fizycznego:

Celujący - 6

1. Uczestniczy aktywnie w życiu sportowym szkoły, zawodach międzyszkolnych oraz w pozalekcyjnych zajęciach sportowych.
2. Zajmuje punktowane miejsca w zawodach ogólnopolskich, wojewódzkich lub rejonowych.
3. Spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą (średnia ważona min 5.0)
4. Wykazuje się sprawnością, umiejętnościami i wiedzą ponad stawiane wymagania zgodnie z treściami programowymi.
5. W trakcie całego okresu aktywnie ćwiczy w co najmniej 95 – 100 % zajęć
6. Zna podstawowe przepisy gier zespołowych, oblicza wskaźniki BMI, wymienia pozytywne mierniki zdrowia.
7. Rozumie sens uprawiania ćwiczeń ruchowych i ich wpływ na rozwój organizmu.
8. Rozumie i wykonuje porównawcze próby testu motorycznego informujące o rozwoju sprawności kondycyjno-koordynacyjnej.
9. Posiadał nawyki dbałości o higienę stroju, osobistą i estetykę miejsca ćwiczeń.
10. Zachowuje się kulturalnie na lekcjach i imprezach sportowych, stosuje zasadę fair play, jest obiektywny w samoocenie i ocenianiu innych.

Bardzo dobry - 5

1. Uczeń jest zawsze przygotowany do zajęć, ma odpowiedni strój i obuwie sportowe uzgodnione z nauczycielem wf (dopuszcza się dwukrotny brak stroju w okresie).
2. W trakcie całego okresu aktywnie ćwiczy w co najmniej 90 – 94 % zajęć
3. Jego postawa społeczna i stosunek do wychowania fizycznego nie budzą najmniejszych zastrzeżeń, chętnie współdziała w zespole, jest twórczy i zaangażowany.
4. Opanował zakres wymaganych wiadomości i umiejętności, rozumie i potrafi stosować ćwiczenia kształtujące i korekcyjne.
5. Systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnieniu.
6. Ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, zna założenia taktyczne i przepisy poznanych dyscyplin sportowych.
7. Posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu.
8. Rozumie i stosuje zasady higieniczno-zdrowotne podczas aktywnego wypoczynku.
9. Bierze udział w życiu sportowym szkoły, współorganizuje zawody sportowe.
10. Przestrzega zasad „fair-play” i kulturalnego kibicowania.
11. Przestrzega regulaminu sali gimnastycznej.

Dobry - 4

1. W trakcie całego okresu aktywnie ćwiczy w co najmniej 85 – 89 % zajęć
2. Jego postawa społeczna i stosunek do kultury fizycznej nie budzą zastrzeżeń.
3. Opanował wiadomości i umiejętności umożliwiające udział w różnych formach aktywności ruchowej.
4. Uczeń nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnieniem, wykazuje stałe i dość dobre postępy w tym zakresie.
5. Ćwiczenia wykonuje prawidłowo, lecz nie dość dokładnie oraz z małymi błędami technicznymi.
6. Posiadane wiadomości potrafi wykorzystać w praktyce przy pomocy nauczyciela.
7. Maksymalnie 3 razy w okresie zgłosił nieprzygotowanie do zajęć.
8. Troszczy się o higienę osobistą.
9. Potrafi dokonywać obiektywnej samooceny sprawności swojej i kolegów,
10. Sporadycznie uczestniczy w życiu sportowym szkoły.

Dostateczny - 3

1. W trakcie całego okresu aktywnie ćwiczy w co najmniej 80 – 84 % zajęć.
2. Opanował podstawowe wiadomości i umiejętności w zakresie umożliwiającym udział w prostych formach aktywności ruchowej.
3. Wykazuje niewielkie postępy w usprawnieniu motorycznym.
4. Ćwiczenia wykonuje niepewnie, z większymi błędami technicznymi.
5. W jego wiadomościach z zakresu kultury fizycznej są znaczne luki, a wiedzę którą ma, nie potrafi wykorzystać w praktyce.
6. Przejawia pewne braki w zakresie wychowania społecznego, w postawie i stosunku do kultury fizycznej.
7. Maksymalnie 4 razy w okresie zgłosił nieprzygotowanie do zajęć.
8. Posiada nawyki higieniczno - zdrowotne.
9. Przestrzega zasad bezpieczeństwa na lekcjach.

Dopuszczający - 2

1. Uczeń biernie uczestniczy w lekcjach wf lub często je opuszcza, ćwiczy w co najmniej 70 – 79 % zajęć.

2. Nie spełnia podstawowych wymagań edukacyjnych na danym poziomie.
3. Wykazuje małe postępy w usprawnieniu.
4. Ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi.
5. Posiada małe wiadomości z zakresu kultury fizycznej, nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną.
6. Na zajęciach z wf. przejawia poważne braki w zakresie wychowania społecznego, ma niechętny stosunek do ćwiczeń.
7. Maksymalnie 5 razy w okresie zgłosił nieprzygotowanie do zajęć.
8. W ograniczonym stopniu opanował nawyki higieniczno-zdrowotne.
9. Nie uczestniczy w życiu sportowym szkoły.

Niedostateczny - 1

1. Uczeń ma lekceważący stosunek do zajęć i często je opuszcza, ćwiczy poniżej 70% zajęć.
2. Nie dba o fizyczny rozwój swojego organizmu i nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu.
3. Wykonuje jedynie najprostsze ćwiczenia i w dodatku z rażącymi błędami.
4. Charakteryzuje się praktycznie niewiedzą w zakresie kultury fizycznej.
5. Na zajęciach wf wykazuje duże, rażące braki w zakresie wychowania społecznego i prozdrowotnego.
6. Bardzo często jest nieprzygotowany do lekcji, pow. 6 razy w okresie zgłosił nieprzygotowanie do zajęć