

WYMGANIA PROGRAMOWE NA POSZCZEGÓLNE STOPNIE SZKOLNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który:

1. Systematycznie uczestniczy w obowiązkowych zajęciach z wychowania fizycznego oraz jest zawsze przygotowany do lekcji (posiada wymagany strój sportowy, tj. biała koszulka, sportowe spodenki oraz zmienne, sportowe obuwie z nierysującą podeszwą).
2. Aktywnie uczestniczy w zajęciach.
3. Wykazuje zdyscyplinowanie w czasie trwania zajęć wychowania fizycznego oraz przed i po ich zakończeniu (dotyczy pobytu w szatni).
4. Dokładnie wykonuje ćwiczenia i zalecenia przekazywane przez nauczyciela. Dbą o bezpieczeństwo swoje i kolegów.
5. Ma postawę godną naśladowania. Jest koleżeński, pomaga słabszym i mniej sprawnym.
6. Wykonuje elementy nauczane zgodnie z programem nauczania na ocenę bardzo dobrą i celującą.

Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który:

1. Systematycznie uczestniczy w obowiązkowych zajęciach z wychowania fizycznego oraz jest zawsze przygotowany do lekcji (posiada wymagany strój sportowy, tj. biała koszulka, sportowe spodenki oraz zmienne, sportowe obuwie z nierysującą podeszwą).
2. Aktywnie uczestniczy w zajęciach.
3. Wykazuje zdyscyplinowanie w czasie trwania zajęć wychowania fizycznego oraz przed i po ich zakończeniu (dotyczy pobytu w szatni).
4. Dokładnie wykonuje ćwiczenia i zalecenia przekazywane przez nauczyciela. Dbą o bezpieczeństwo swoje i kolegów.
5. Ma postawę godną naśladowania. Jest koleżeński, pomaga słabszym i mniej sprawnym.
6. Wykonuje elementy nauczane zgodnie z programem nauczania na ocenę dobrą i bardzo dobrą.
7. Uczeń robi systematyczne postępy.

Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który:

1. Systematycznie uczestniczy w obowiązkowych zajęciach z wychowania fizycznego oraz jest zawsze przygotowany do lekcji (posiada wymagany strój sportowy, tj. biała koszulka, sportowe spodenki oraz zmienne, sportowe obuwie z nierysującą podeszwą).
2. Aktywnie uczestniczy w zajęciach.
3. Wykazuje zdyscyplinowanie w czasie trwania zajęć wychowania fizycznego oraz przed i po ich zakończeniu (dotyczy pobytu w szatni).
4. Dbą o bezpieczeństwo swoje i kolegów.
5. Ma postawę godną naśladowania. Jest koleżeński, pomaga słabszym i mniej sprawnym.
6. Wykonuje elementy nauczane zgodnie z programem nauczania na ocenę dostateczną i dobrą.
7. Uczeń robi systematyczne postępy.
8. Mało angażuje się w życie sportowe szkoły i klasy.

Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który:

1. Niesystematycznie uczestniczy w obowiązkowych zajęciach z wychowania fizycznego oraz nie zawsze jest przygotowany do lekcji (często nie posiada wymaganego stroju sportowego).
2. Jest mało aktywny na lekcji i ma kłopoty z dyscypliną.
3. Poprawnie wykonuje elementy nauczane na ocenę dobrą i dostateczną.

Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który:

1. Często z własnej winy opuszcza obowiązkowe zajęcia z wychowania fizycznego oraz często jest nieprzygotowany do lekcji (nie posiada wymaganego stroju sportowego).
2. Jest mało aktywny, niezdyscyplinowany, ma nieusprawiedliwione nieobecności oraz lekceważący stosunek do zajęć.
3. Słabo wykonuje nauczane elementy na ocenę dopuszczającą i dostateczną.
4. Narusza zasady dyscypliny w czasie trwania zajęć oraz przed i po ich zakończeniu. Nie dba o bezpieczeństwo swoje i kolegów.
5. Nie wykonuje ćwiczeń i zaleceń przekazywanych przez nauczyciela.

Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który:

1. Bez usprawiedliwienia opuszcza zajęcia z wychowania fizycznego oraz nie jest przygotowany do lekcji.
2. Ma lekceważący stosunek do przedmiotu, wykazuje brak aktywności na lekcji.
3. Rażąco narusza zasady dyscypliny w czasie trwania zajęć oraz przed i po ich zakończeniu. Nie dba o bezpieczeństwo własne i kolegów.
4. Nie wykonuje ćwiczeń i zaleceń przekazywanych przez nauczyciela.

CZĘSTOTLIWOŚĆ OCENIANIA

1. Minimalna ilość ocen w semestrze - zgodnie z WZO.
2. Aktywność na każdej lekcji
3. Frekwencja sprawdzana na każdej lekcji.
4. Postęp sprawności fizycznej (2 razy w roku szkolnym).
5. Umiejętności, po każdym zakończonym dziale.
6. Wiadomości, na bieżąco.

KRYTERIA OCENIANIA

POSTAWA, uczeń oceniany jest za:

1. Przygotowanie do lekcji. Uczeń na każdym zajęciach powinien być przebrany w strój sportowy, tj. biała koszulka, sportowe spodenki, zmienne obuwie z niebrudzącą podeszwą. Ma prawo do czterech nieprzygotowań w semestrze.
2. Uczestnictwo w lekcji. Uczeń jest zaangażowany na lekcji, ćwiczy w sposób zbliżony do swoich maksymalnych możliwości, wykazuje się inwencją twórczą, współzawodniczy w myśl zasady fairplay.

UMIEJĘTNOŚCI

Oceniając sprawność motoryczną, oceniany jest postęp i zaangażowanie, jakie wykazuje uczeń w trakcie swojej edukacji.

Opracowanie i przeprowadzenie ćwiczeń kształtujących poszczególne partie mięśni (ramion, nóg, tułowia, brzucha, grzbietu).

WIADOMOŚCI

Uczniowie powinni wykazać się wiadomościami z zakresu kultury fizycznej, olimpiad, przepisów dyscyplin sportowych, aktualności sportowych, tematyki dotyczącej zdrowego stylu życia.

Formy aktywności	Waga
systematyczność	4
aktywność na lekcjach wychowania fizycznego,	3
testy sprawności i umiejętności	1
Pozostałe formy wymienione w §47 pkt.4	Ustala nauczyciel przedmiotu