

Wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego dla klasy VII

- I. Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego w szczególności jest brany pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć. Wyniki uzyskiwane z testów i prób odnoszone są do postępu, który robi uczeń – są środkiem informującym o stopniu realizacji zadań kształcenia i wychowania.
- II. **Obszary aktywności ucznia podlegające ocenianiu:**
 - 1) **Zachowanie i postawa.**
 - Podstawą oceny jest wysiłek włożony przez ucznia w wywiązywaniu się z obowiązków wynikających ze specyfiki przedmiotu.
 - Aktywność na zajęciach lekcyjnych i pozalekcyjnych (zaangażowanie, wysiłek wkładany w rozwój sprawności, udział w życiu sportowym klasy i szkoły, uczestnictwo w zajęciach pozalekcyjnych o charakterze sportowym).
 - Stosunek do przedmiotu i systematyczność na zajęciach wychowania fizycznego (jak często uczeń nie ćwiczy bez uzasadnionego powodu, częste zwolnienia z lekcji od rodziców)
 - Przygotowanie do zajęć.
 - Dbłość o zdrowie (higiena osobista, estetyka stroju).
 - Przestrzeganie regulaminów, przepisów i obowiązków ucznia.
 - Życzliwy stosunek do innych (postawa „fair play”).
 - 2) **Umiejętności ruchowe i organizacyjne.**
 - Umiejętności ruchowe: stopień opanowania umiejętności sportowo-rekreacyjnych, zdrowotnych (co potrafię, jak wykonuję) zgodnie z planem pracy.
 - Umiejętności organizacyjne, stopień opanowania umiejętności współorganizowania zajęć rekreacyjnych i sportowych oraz zabaw w grupach rówieśniczych.
 - Postępy w kształtowaniu umiejętności ruchowych, elementów technicznych i usprawnianiu sprawności. Oceniany jest indywidualny postęp w wynikach, bez względu na ich wartość
 - 3) **Wiadomości z zakresu kultury fizycznej i sportu.**
 - Znajomość tematyki: rozwój fizyczny, rozwój sprawności fizycznej, zdrowy styl życia, higiena, hartowanie organizmu
 - Znajomość i przestrzeganie zasad bezpieczeństwa na obiektach sportowych.
 - Znajomość regulaminów, przepisów i zasad poznanych dyscyplin sportowych.
 - Stosowanie zasady „czystej gry” i sportowego kibicowania.

III. Zwolnienia z lekcji wychowania fizycznego

Uczeń i rodzice zobowiązani są do zgłaszania nauczycielowi wszelkich przeciwwskazań do wykonywania ćwiczeń (przebyte choroby, urazy). Każda niedyspozycja ucznia musi być potwierdzona przez rodzica na piśmie (za wyjątkiem nagłych wypadków). W innym przypadku będzie uznawana za brak stroju. Dopuszcza się zgłoszenie niedyspozycji przez ucznia jeśli zaistniała w szkole.

W uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego na czas określony. Decyzję o zwolnieniu ucznia z zajęć podejmuje dyrektor szkoły na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach uczestniczenia w tych zajęciach, wydanej przez lekarza.

Na podstawie opinii lekarza uczeń może być zwolniony z wykonywania niektórych ćwiczeń podczas lekcji.

IV. SKALA OCEN

Uczniowie klas IV-VIII oceniani są wg skali sześciostopniowej 1-6.

1. Ocena końcowa (śródroczna i roczna) powstaje z ocen bieżących. Ocena ta nie jest średnią arytmetyczną.
2. Ocena klasyfikacyjna (śródroczna i roczna) jest pochodną:
 - a) oceny z aktywności (wysiłek, wkład pracy ucznia na lekcji)
 - b) oceny z umiejętności
 - c) oceny z wiedzy
3. Uczeń ma prawo dwa razy w ciągu semestru zgłosić nieprzygotowanie (brak stroju) do lekcji bez ponoszenia konsekwencji. Każdy następny brak stroju będzie mieć wpływ na ocenę śródroczną oraz roczną.
4. Ocena ucznia może być wyrażona stopniem, słowem (pochwałą lub naganą).
5. Uczeń, który opuści 50% zajęć z wychowania fizycznego może być nieklasyfikowany.
6. Uczeń i rodzice są zobowiązani do zgłaszania nauczycielowi wszelkich przeciwwskazań do wykonywania ćwiczeń (przebyte choroby, urazy).
7. W uzasadnionych przypadkach nauczyciel może zwolnić ucznia z czynnego uczestnictwa w lekcji, natomiast uczeń zobowiązany jest zgłosić każdą niedyspozycję, która nastąpi przed, w czasie lub po zakończeniu lekcji.
8. Duża aktywność ucznia w czasie zajęć lekcyjnych lub poza nimi może zostać nagrodzona oceną bardzo dobrą lub znakiem „+”. Trzykrotne uzyskanie „plusa” powoduje wpisanie bieżącej oceny bardzo dobrej.

Uczeń może otrzymać „+” , „-” za:

PLUSY

- czynny udział w lekcji , współpraca z nauczycielem
- zdyscyplinowanie
- przestrzeganie zasad fair play
- prowadzenie rozgrzewki , propozycje ćwiczeń uspokajających
- sędziowanie gier sportowych

MINUSY

- brak dyscypliny,
- nie poszanowanie sprzętu
- stwarzanie zagrożenia dla bezpieczeństwa i zdrowia swojego i innych
- unikanie ćwiczeń podczas lekcji, niewykonywanie poleceń nauczyciela

9. Udział w zawodach sportowych, reprezentowanie szkoły, organizację imprez sportowo-rekreacyjnych - nauczyciel nagradza bieżącą oceną bardzo dobrą lub celującą.

10. Uczeń ma prawo poprawić ocenę bieżącą w formie i terminie uzgodnionym z nauczycielem.

11. Uczeń jest zobowiązany nosić na zajęcia zmienny strój sportowy: koszulka, spodenki sportowe, obuwie sportowe. Włosy związane, biżuteria, zegarki, okulary ściągnięte.

V. SZCZEGÓŁOWE KRYTERIA OCENY

1.Ocenę celującą (6) otrzymuje uczeń, który:

- Jest zawsze przygotowany do lekcji i bierze udział we wszystkich zajęciach z wychowania fizycznego.
- Jest aktywny podczas lekcji, bardzo chętnie i z zaangażowaniem wykonuje polecenia nauczyciela, a także samodzielnie doskonali swoje umiejętności i sprawność ruchową.
- Doskonale opanował elementy dyscyplin sportowych objętych programem nauczania.
- Posiada dużą znajomość zasad i przepisów gier zespołowych oraz konkurencji LA, gimnastycznych i umiejętność pomocy przy ich organizacji.

- Aktywnie bierze udział w pozalekcyjnych i pozaszkolnych zajęciach sportowo-rekreacyjnych.
- Osiąga sukcesy w zawodach szczebla gminnego, powiatowego, regionalnego, wojewódzkiego i krajowego, godnie reprezentując szkołę.
- Swoją postawą społeczną i stosunkiem do przedmiotu nie budzi zastrzeżeń. Jest zdyscyplinowany i koleżeński.
- Podczas zajęć przestrzega zasad BHP i innych regulaminów, zasad "fair play" , dba o bezpieczeństwo swoje i innych.
- Posiada prawidłowe nawyki higieniczno - zdrowotne, zawsze posiada właściwy ubiór na lekcji w-f.
- Szanuje i dba o sprzęt sportowy, potrafi go wykorzystać zgodnie z przeznaczeniem.
- Systematycznie podnosi poziom swojej sprawności fizycznej i motorycznej.

2. Ocenę bardzo dobrą (5) otrzymuje uczeń, który:

- Prezentuje wysoki poziom umiejętności i rozwoju sprawności w pełnym zakresie przewidzianym programem nauczania.
- Jest przygotowany do zajęć i nie opuszcza zajęć lekcyjnych (nieobecności są zazwyczaj usprawiedliwione).
- Jest aktywny podczas lekcji, bardzo chętnie i z zaangażowaniem wykonuje polecenia nauczyciela, w miarę swoich możliwości samodzielnie doskonali swoje umiejętności i sprawność.
- W pełni opanował elementy dyscyplin sportowych objętych programem nauczania.
- Wykazuje się bardzo dobrą znajomością zasad i przepisów gier zespołowych oraz konkurencji LA, gimnastycznych i innych.
- Czynnie uczestniczy w pozalekcyjnych i pozaszkolnych zajęciach sportowo-rekreacyjnych.
- Osiąga sukcesy w zawodach szczebla gminnego, powiatowego, regionalnego, godnie reprezentując szkołę.
- Swoją postawą społeczną i stosunkiem do przedmiotu nie budzi zastrzeżeń. Jest zdyscyplinowany i koleżeński.
- Podczas zajęć przestrzega zasad BHP i innych regulaminów, zasad "fair play" , dba o bezpieczeństwo własne i innych.
- Prowadzi sportowy tryb życia, posiada prawidłowe nawyki higieniczno - zdrowotne, posiada właściwy strój na zajęcia w-f.

- Szanuje i dba o sprzęt sportowy oraz potrafi go wykorzystać zgodnie z przeznaczeniem.
- Systematycznie podnosi poziom swojej sprawności fizycznej i motorycznej.

3. Ocenę dobrą (4) otrzymuje uczeń, który:

- Prezentuje dobry poziom umiejętności i rozwoju sprawności w zakresie przewidzianym w programie nauczania.
- Na ogół nie opuszcza zajęć wychowania fizycznego, lecz zdarzają mu się przypadki nie systematyczności pod względem przygotowania do lekcji.
- Jest aktywny podczas zajęć, chętnie i z zaangażowaniem wykonuje polecenia nauczyciela, w miarę swoich możliwości samodzielnie doskonali swoje umiejętności i sprawność.
- Opanował w stopniu dobrym elementy dyscyplin sportowych objętych programem nauczania.
- Wykazuje się dobrą znajomością zasad i przepisów gier zespołowych, konkurencji LA, gimnastycznych i innych.
- Sporadycznie bierze udział w pozalekcyjnych i pozaszkolnych zajęciach sportowo-rekreacyjnych.
- Swoją postawą społeczną i stosunkiem do przedmiotu nie budzi większych zastrzeżeń. Jest w miarę zdyscyplinowany i koleżeński.
- Na ogół przestrzega zasad BHP, zasad "fair play", stara się dbać o bezpieczeństwo swoje i innych.
- Posiada prawidłowe nawyki higieniczno - zdrowotne, stara się być przygotowanym do zajęć w-f pod względem stroju sportowego.
- Stara się szanować i dbać o sprzęt sportowy, lecz nie zawsze potrafi go wykorzystać zgodnie z przeznaczeniem.
- Sprawność fizyczną i motoryczną utrzymuje na poziomie zbliżonym do wyników z poprzedniego semestru.

4. Ocenę dostateczną (3) otrzymuje uczeń, który:

- Na ogół nie opuszcza zajęć wychowania fizycznego, lecz zdarzają mu się przypadki nie systematyczności.
- Prezentuje przeciętny poziom umiejętności i rozwoju sprawności w zakresie poniżej wymagań przewidzianych programem nauczania.
- Niesystematycznie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego, często jest nieprzygotowany do lekcji.

- Nie wykazuje się aktywnością podczas lekcji, niechętnie wykonuje polecenia nauczyciela, nie wykazuje starań w kierunku samodzielnego doskonalenia swoich umiejętności.
- Opanował w stopniu dostatecznym elementy dyscyplin sportowych objętych programem nauczania.
- Wykazuje braki (słaba znajomość) w znajomości zasad i przepisów gier zespołowych, konkurencji LA, gimnastycznych i innych.
- Nie uczestniczy w pozalekcyjnych i pozaszkolnych zajęciach sportowo-rekreacyjnych.
- Jego postawa społeczna i stosunek do przedmiotu budzą pewne zastrzeżenia. Jest mało zdyscyplinowany i koleżeński.
- Nie zawsze przestrzega zasad BHP, zasad "fair play", nie zawsze pamięta o tym, jak ważne jest bezpieczeństwo własne i innych.
- Jego nawyki higieniczno - zdrowotne budzą pewne zastrzeżenia (braki), zdarza mu się częste nieprzygotowanie do zajęć.
- Stara się szanować i dbać o sprzęt sportowy, lecz nie zawsze potrafi go wykorzystać zgodnie z przeznaczeniem.
- Poziom sprawności fizycznej i motorycznej obniża się w porównaniu do wyników z poprzedniego semestru lub roku szkolnego.

5. Ocenę dopuszczającą (2) otrzymuje uczeń, który:

- Prezentuje przeciętny poziom umiejętności i rozwoju sprawności w zakresie poniżej wymagań przewidzianych programem nauczania.
- Niesystematycznie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego, często jest nieprzygotowany do lekcji.
- Prezentuje słaby poziom umiejętności i rozwoju sprawności w dużo niższym zakresie niż przewiduje to program nauczania.
- Często opuszcza zajęcia wychowania fizycznego, jak również często jest nieprzygotowany do lekcji.
- Nie wykazuje się aktywnością podczas lekcji, z dużym oporem wykonuje polecenia nauczyciela, nie widzi potrzeby w kierunku samodzielnego doskonalenia swoich umiejętności.
- Nie opanował w stopniu dopuszczającym elementów dyscyplin sportowych objętych programem nauczania.
- Nie zna podstawowych zasad i przepisów gier sportowych, konkurencji LA, gimnastycznych i innych (znaczące braki).

- Nie uczestniczy w żadnych pozalekcyjnych i pozaszkolnych zajęciach sportowo-rekreacyjnych.
- Jego postawa społeczna i stosunek do przedmiotu budzi wiele zastrzeżeń. Jest niezdyscyplinowany i niekoleżeński.
- Często narusza zasady BHP, regulaminy, nie dostosowuje się do zasad "fair play" podczas gry.
- Jego nawyki higieniczno - zdrowotne, budzą wiele zastrzeżeń. Prowadzi raczej niehigieniczny i niesportowy tryb życia.
- Nie szanuje i nie dba o sprzęt sportowy, nie potrafi wykorzystać go zgodnie z przeznaczeniem.
- Nie pracuje nad podniesieniem swojej sprawności fizycznej i motorycznej. We wszystkich próbach poziom sprawności jest znacznie niższy od poprzednich wyników.

6. Ocenę niedostateczną (1) otrzymuje uczeń który:

- Prezentuje bardzo słaby poziom umiejętności i rozwoju sprawności w zakresie uniemożliwiającym realizację programu nauczania.
- Regularnie nieprzygotowany do zajęć pod względem stroju sportowego.
- Nagminnie opuszcza zajęcia wychowania fizycznego, bardzo często jest nieprzygotowany do zajęć.
- Nie przejawia żadnej aktywności podczas lekcji, nie wykonuje poleceń nauczyciela, nie widzi żadnej potrzeby w kierunku samodzielnego doskonalenia swoich umiejętności.
- Nie opanował podstawowych umiejętności w zakresie dyscyplin sportowych objętych programem nauczania.
- Nie zna żadnych podstawowych zasad i przepisów gier sportowych, konkurencji LA, gimnastycznych i innych.
- Nie uczestniczy w żadnych pozalekcyjnych i pozaszkolnych zajęciach sportowo-rekreacyjnych.
- Jego postawa społeczna i stosunek do przedmiotu budzą wiele kontrowersji i zastrzeżeń. Jest niezdyscyplinowany i niekoleżeński.
- Rażąco i bardzo często narusza zasady BHP, stwarzając niebezpieczeństwo i zagrożenie dla siebie i innych, nie potrafi dostosować się do zasad "fair play" podczas gry, wchodząc często w konflikty z kolegami.
- Prowadzi bardzo niehigieniczny i niesportowy tryb życia (nałogi: alkohol, papierosy). Niszczy szkolny sprzęt sportowy, nie potrafi wykorzystać go zgodnie z przeznaczeniem.
- Nie pracuje w ogóle nad podniesieniem swojej sprawności fizycznej i motorycznej.

