

Wymagania edukacyjne z przedmiotu wychowanie fizyczne .

1. Ocena celująca.

- a) Postawa i kompetencje społeczne :
 - jest zawsze przygotowany do zajęć **(95%-100%)**
 - nie ćwiczy tylko z ważnych powodów zdrowotnych , rodzinnych , osobistych
 - wysoki poziom kultury osobistej
 - używa właściwych sformułowań w kontaktach z rówieśnikami ,nauczycielami,
 - systematycznie podejmuje dowolne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym (warunek niekonieczny)
- b) Aktywność w trakcie zajęć :
 - wykonuje wszystkie ćwiczenia ponad bardzo dobry
 - pokazuje i demonstrowuje umiejętności ruchowe
 - prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące bardzo poprawnie pod względem merytorycznym (nie dotyczy kl. IV)
 - potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć (nie dotyczy kl. IV)
 - w sposób bezwzględny stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć
 - poczuwa się do współodpowiedzialności za stan techniczny urządzeń , przyborów i obiektów sportowych .
- c) Sprawność fizyczna i rozwój fizyczny :
 - zalicza wszystkie testy i próby sprawnościowe
 - samodzielnie zabiega o uzupełnienie próby sprawnościowej , w której nie uczestniczył z ważnych powodów zdrowotnych czy osobistych
 - podejmuje indywidualny program treningowy w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej .
- d) Aktywność fizyczna :
 - zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych bez błędów technicznych .
- e) Wiadomości :
 - zna i stosuje wszystkie przepisy oraz zasady sportów indywidualnych i zespołowych , które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego.

2. Ocena bardzo dobra.

- a) Postawy i kompetencje społeczne
 - jest przygotowany , ale sporadycznie nie bierze udziału w lekcji z różnych powodów **(90% - 95%)** ,
 - nie ćwiczy na lekcjach tylko z ważnych powodów zdrowotnych , osobistych ,
 - właściwy poziom kultury osobistej ,
 - używa właściwych sformułowań w kontaktach z rówieśnikami ,nauczycielem, pracownikami szkoły ,
 - niesystematycznie podejmuje indywidualne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym (warunek niekonieczny) .
- b) Aktywność w trakcie zajęć :
 - większość ćwiczeń w czasie lekcji wykonuje bardzo dobrze ,
 - pokazuje i demonstrowuje niektóre umiejętności ruchowe ,

- prowadzi rozgrzewkę i ćwiczenia kształtujące poprawnie (nie dotyczy kl. IV),
 - potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć
 - stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć
 - stara się dbać o stan techniczny urządzeń , przyborów i obiektów sportowych
- c) Sprawność fizyczna i rozwój fizyczny :
- zalicza prawie wszystkie testy i próby sprawnościowe
 - uzupełnia próby sprawnościowe w których nie uczestniczył
 - czasami podejmuje indywidualny program treningowy w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawnościowej
- d) Aktywność fizyczna :
- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z niewielkimi błędami technicznymi
- e) Wiadomości :
- zna i stosuje prawie wszystkie przepisy oraz zasady sportów zespołowych i Indywidualnych , które były nauczane w trakcie zajęć.

3. Ocena dobra.

- a) Postawy i kompetencje społeczne :
- jest przygotowany do zajęć ale zdarza mu się nie brać udziału w lekcjach z różnych powodów (**85% - 89%**) ,
 - nie ćwiczy na lekcjach tylko z ważnych powodów : zdrowotnych , osobistych ,
 - właściwy poziom kultury osobistej ,
 - nie zawsze używa odpowiednich sformułowań w kontaktach z uczniami i nauczycielem ,
 - raczej nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym (warunek niekonieczny) .
- b) Aktywność w trakcie zajęć :
- w sposób dobry wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji ,
 - poprawnie prowadzi rozgrzewkę i ćwiczenia kształtujące pod względem merytorycznym (nie dotyczy kl. IV) ,
 - nie w pełni potrafi samodzielnie przygotować się pod względem psychomotorycznym do wybranego fragmentu zajęć (nie dotyczy kl. IV),
 - nie zawsze stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć
 - dba o stan techniczny sprzętu sportowego i obiektów sportowych przy interwencji nauczyciela .
- c) Sprawność fizyczna i rozwój fizyczny :
- zalicza większość prób sprawnościowych ,
 - uzupełnia próby sprawnościowe , w których nie uczestniczył ,
 - raczej nie podejmuje indywidualnego programu treningowego w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawnościowej .
- d) Aktywność fizyczna :
- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z niewielkimi błędami technicznymi .
- e) Wiadomości :
- zna i stosuje przepisy oraz zasady obowiązujące w sportach zespołowych i indywidualnych , które były nauczane w trakcie zajęć.

4. Ocena dostateczna .

- a) Postawa i kompetencje społeczne :
- jest przygotowany , ale często nie bierze udziału w lekcji z błahych powodów **(80 - 84%)** ,
 - przeciętny poziom kultury osobistej ,
 - często używa nieodpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych,
 - nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym (nie dotyczy kl. IV) .
- b) Aktywność w trakcie zajęć :
- w sposób dostateczny wykonuje większość ćwiczeń ,
 - nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki i ćwiczeń kształtujących(nie dotyczy kl. IV),
 - nie potrafi samodzielnie przygotować do wybranego fragmentu lekcji (nie dotyczy kl. IV) ,
 - często nie stosuje zasad bezpiecznej organizacji zajęć ,
 - dbałość o sprzęt sportowy jest przy interwencji nauczyciela .
- c) Sprawność fizyczna i rozwój fizyczny :
- zalicza tylko niektóre próby sprawnościowe ,
 - nie uzupełnia prób, w których nie uczestniczył ,
 - nigdy nie podejmuje indywidualnego programu treningowego w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawnościowej .
- d) Aktywność fizyczna :
- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z dużymi błędami technicznymi .
- e) Wiadomości :
- zna ale nie stosuje przepisów i zasad sportów , które były nauczane w trakcie zajęć.

5. Ocena dopuszczająca .

- a) Postawa i kompetencje społeczne :
- bardzo często jest nieprzygotowany do lekcji **(70% - 79%)** ,
 - nie ćwiczy z błahych powodów ,
 - niski poziom kultury osobistej ,
 - bardzo często używa nieodpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych .
- b) Aktywność w trakcie zajęć :
- w sposób nieudolny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji ,
 - nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki i ćwiczeń kształtujących (nie dotyczy kl. IV) ,
 - nie potrafi samodzielnie przygotować się pod względem psychomotorycznym do wybranego fragmentu lekcji (nie dotyczy kl. IV) ,
 - bardzo często łamie zasady bezpiecznej organizacji lekcji a zachowanie ucznia zagraża zdrowiu współwiczających .

- nie dba o stan techniczny sprzętu sportowego i obiektów sportowych.
- c) Sprawność fizyczna i rozwój fizyczny :
 - zalicza tylko pojedyncze próby sprawnościowe ,
 - nie uzupełnia prób sprawnościowych , w których nie uczestniczył
 - nigdy nie podejmuje indywidualnego programu treningowego w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawnościowej.
- d) Aktywność fizyczna :
 - zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z rażącymi błędami technicznymi ,
 - wykonuje ćwiczenia prawie zawsze niezgodnie z przepisami i zasadami sportów zespołowych oraz indywidualnych .
- e) Wiadomości :
 - zna tylko niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych , które były nauczane na lekcji i ich nie stosuje .

6. Ocena niedostateczna.

- a) Postawa i kompetencje społeczne :
 - prawie zawsze jest nieprzygotowany do zajęć (poniżej 70%) ,
 - bardzo często nie ćwiczy z błahych powodów ,
 - zachowuje się wulgarnie ,
 - nie podejmuje aktywności fizycznej w czasie wolnym (warunek niekonieczny),
- b) Aktywność fizyczna w trakcie zajęć :
 - w sposób bardzo nieudolny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji ,
 - nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki i ćwiczeń kształtujących (nie dotyczy kl. IV) ,
 - nie potrafi samodzielnie przygotować się pod względem psychomotorycznym wybranego fragmentu lekcji (nie dotyczy kl. IV) ,
 - nigdy nie stosuje zasad bezpiecznej organizacji zajęć , a zachowanie ucznia na lekcji zawsze zagraża zdrowiu współwiczących ,
 - nie dba o stan techniczny sprzętu sportowego i obiektów sportowych , często go niszczy i dewastuje .
- c) Sprawność fizyczna i rozwój fizyczny :
 - nie zalicza większości prób sprawnościowych ,
 - nie uzupełnia prób sprawnościowych , w których nie uczestniczył ,
 - nigdy nie podejmuje wysiłku poprawy wyniku w danej próbie sprawnościowej.
- d) Aktywność fizyczna :
 - zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z bardzo rażącymi błędami ,
 - wykonuje ćwiczenia zawsze niezgodnie z przepisami i zasadami sportów zespołowych oraz indywidualnych.
- e) Wiadomości :
 - zna tylko niektóre przepisy i zasady sportów zespołowych oraz indywidualnych , które były nauczane w trakcie lekcji i ich nie stosuje .

Postanowienia końcowe :

1. Ocena półroczna jest to średnia ważona z ocen cząstkowych wg. WSO

Ocena celująca	5,75-6,0
Ocena bardzo dobra	4,75-5,74
Ocena dobra	3,75-4,74
Ocena dostateczna	2,75-3,74
Ocena dopuszczająca	1,75-2,74
Ocena niedostateczna	0-1,50

2. Ocena roczna jest to średnia ważona z oceny drugiego półrocza i oceny z pierwszego półrocza.

3. Waga ocen :

Oceny z wagą **7** : za postawę , kompetencje społeczne , aktywność w trakcie lekcji .

Oceny z wagą **3** : za aktywność fizyczną (sprawdziany z umiejętności ruchowych) .

4. Dodatkowe oceny w formie „+” .

- za wykonanie wszystkich prób sprawnościowych w teście sprawności fizycznej ,

- za wyjątkowo sportowe i koleżeńskie zachowanie w czasie lekcji ,

- za wyjątkowe postępy w opanowaniu umiejętności ruchowych .

Za zdobycie 3 „+” uczeń otrzymuje ocenę „6” .

5. Dodatkowe oceny w formie „-” .

- za nie przygotowanie się do lekcji (brak odpowiedniego stroju do ćwiczeń) ,

- za odmowę aktywnego udziału w lekcji ,

- za niesportowe i niekoleżeńskie zachowanie w czasie lekcji .

Za otrzymanie 3 „-” uczeń otrzymuje ocenę „1” .

6. Poprawa ocen ze sprawdzianów umiejętności ruchowych wg. WSO.

