

WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Klasy IV–VIII szkoły podstawowej

1. Zasady obowiązujące na lekcjach WF

Uczeń powinien:

- aktywnie i systematycznie uczestniczyć w zajęciach,
- podejmować wysiłek na miarę swoich możliwości,
- wykonywać polecenia nauczyciela,
- przestrzegać zasad bezpieczeństwa,
- posiadać odpowiedni strój i obuwie sportowe,
- dbać o sprzęt i miejsce prowadzenia zajęć,
- przestrzegać zasad fair play,
- szanować nauczyciela oraz innych uczniów,
- współpracować z grupą,
- znać podstawowe zasady zdrowego stylu życia i bezpieczeństwa.

2. Przygotowanie do zajęć

Uczeń ma prawo do **2 nieprzygotowań w każdym półroczu**. Nieprzygotowanie należy zgłosić nauczycielowi przed rozpoczęciem lekcji.

Po wykorzystaniu limitu każde kolejne nieprzygotowanie jest traktowane zgodnie z zasadami oceniania obowiązującymi w szkole.

3. ZA CO OTRZYMUJĘ OCENĘ?

Przy ustalaniu oceny z WF szczególne znaczenie mają:

- **wysiłek i zaangażowanie** podczas zajęć,
- **systematyczny udział** w lekcjach,
- **aktywność** podczas zajęć i w działaniach szkoły związanych z kulturą fizyczną,
- przestrzeganie zasad bezpieczeństwa,
- właściwa postawa i zachowanie,
- współpraca i zasady fair play,
- wiedza dotycząca zdrowia, aktywności fizycznej, bezpieczeństwa oraz zasad poznawanych dyscyplin,
- wykonywanie i stosowanie poznawanych umiejętności ruchowych.

Wynik testu sprawności fizycznej nie jest podstawą do wystawienia oceny z WF.

Testy służą przede wszystkim diagnozie sprawności i poznaniu własnych możliwości.

4. WYMAGANIA NA POSZCZEGÓLNE OCENY

OCENA CELUJĄCA – 6

Uczeń:

- jest bardzo aktywny i systematyczny,
- zawsze podejmuje wysiłek na miarę swoich możliwości,
- wyróżnia się właściwą postawą i kulturą osobistą,
- przestrzega zasad bezpieczeństwa i fair play,
- bardzo dobrze wykorzystuje poznane umiejętności i wiadomości,
- aktywnie uczestniczy w działaniach sportowych szkoły,
- jest samodzielny i odpowiedzialny podczas zajęć.

OCENA BARDZO DOBRA – 5

Uczeń:

- systematycznie i aktywnie uczestniczy w zajęciach,
- jest zaangażowany w wykonywanie ćwiczeń,
- przestrzega zasad bezpieczeństwa i fair play,
- właściwie współpracuje z innymi,
- posiada wymagane wiadomości i umiejętności,
- prawidłowo wykonuje większość poznawanych zadań.

OCENA DOBRA – 4

Uczeń:

- zazwyczaj aktywnie uczestniczy w zajęciach,
- podejmuje wysiłek podczas ćwiczeń,
- przestrzega podstawowych zasad bezpieczeństwa,
- poprawnie współpracuje z innymi,
- zna podstawowe wiadomości i zasady poznawanych dyscyplin,
- wykonuje większość wymaganych zadań.

OCENA DOSTATECZNA – 3

Uczeń:

- uczestniczy w zajęciach, ale jego aktywność i zaangażowanie są nierówne,
- podejmuje podstawowy wysiłek,
- zna podstawowe zasady bezpieczeństwa,
- wykonuje najprostsze zadania ruchowe,

- z pomocą nauczyciela potrafi wykorzystać poznane wiadomości i umiejętności,
- nie zawsze przestrzega zasad systematycznej pracy.

OCENA DOPUSZCZAJĄCA – 2

Uczeń:

- uczestniczy w zajęciach w ograniczonym stopniu,
- podejmuje wysiłek po dodatkowej motywacji,
- zna podstawowe zasady bezpieczeństwa,
- wykonuje najprostsze zadania przy pomocy nauczyciela,
- ma trudności z systematycznym i aktywnym uczestnictwem,
- wymaga częstego przypominania obowiązujących zasad.

OCENA NIEDOSTATECZNA – 1

Uczeń:

- nie wywiązuje się z podstawowych obowiązków związanych z udziałem w WF,
- mimo podejmowanych działań nie podejmuje wymaganego wysiłku,
- rażąco narusza zasady bezpieczeństwa,
- nie przestrzega podstawowych zasad zachowania i fair play,
- uporczywie odmawia udziału w zajęciach lub wykonywania podstawowych zadań,
- nie wykazuje podstawowego zaangażowania w realizację obowiązków ucznia.

5. WAŻNE

Nie otrzymujesz oceny za sam wynik testu sprawnościowego.

Liczy się przede wszystkim Twój wysiłek, systematyczność, aktywność, zaangażowanie, postawa oraz wywiązywanie się z obowiązków ucznia.

PAMIĘTAJ:

MASZ BYĆ AKTYWNY, SYSTEMATYCZNY I ZAANGAŻOWANY.

Procent uzyskanych punktów	Ocena
mniej niż 19%	1
20%-29%	1+
30%-35%	2-
36%- 44%	2
45%-49%	2+
50%-53%	3-
54%-64%	3
65%-70%	3+
71%-73%	4-
74%-84%	4
85%-88%	4+
89%-90%	5-
91%-93%	5
94%-96%	5+
97%-98%	6-
99%-100%	6