**SZKOŁA PODSTAWOWA NR 1**

**im. JANA PAWŁA II W PRZEWORSKU**

**WYMAGANIA EDUKACYJNE NIEZBĘDNE DO OTRZYMANIA PRZEZ UCZNIA POSZCZEGÓLNYCH ŚRÓDROCZNYCH I ROCZNYCH OCEN KLASYFIKACYJNYCH Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**

**Wymagania edukacyjne dla klas IV – VIII zgodne są z nową podstawową programową i statutem szkoły, opracowane na podstawie autorskiego programu nauczania z wychowania fizycznego dla ośmioletniej szkoły podstawowej – I i II etapu edukacyjnego autorstwa Krzysztofa Warchoła**

1.1. Założenia ogólne

1. Ocena śródroczna lub roczna klasyfikacyjna ustalana jest na podstawie ocen cząstkowych za określony poziom wiadomości, umiejętności i kompetencji społecznych w procesie szkolnego wychowania fizycznego.
2. Ocena śródroczna lub roczna nie jest średnią arytmetyczną ocen cząstkowych.
3. Ocena ma charakter wspierający, a nie represyjny. **Przy ustalaniu oceny śródrocznej i rocznej uwzględnia się przede wszystkim wysiłek wkładany przez uczniów w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki przedmiotu, systematyczny i aktywny udział w lekcjach wychowania fizycznego, zaangażowanie (pracę na lekcji) oraz aktywność dodatkową.**

W celu diagnozy poziomu sprawności fizycznej oraz wydolności organizmu uczniów nauczyciel wychowania fizycznego przeprowadza dwa razy w ciągu roku szkolnego (wrzesień październik – maj czerwiec) testy sprawności. Są one przeznaczone do kontroli postępu i rozwoju psychofizycznego ucznia i nie podlegają ocenie.

Wybrane próby sprawności z następujących testów: Test sprawności Krzysztofa Zuchory, MTSF, Test Coopera, Test Chromińskiego lub inne. Wybór uzależniony jest od nauczyciela oraz wieku uczniów.

1. Ocena z wychowania fizycznego może być podniesiona za dodatkową aktywność ucznia, np. udział w zajęciach rekreacyjno-sportowych, zawodach sportowych, turniejach i rozgrywkach szkolnych, konkursach plastycznych i fotograficznych o tematyce sportowej itp.
2. Podniesienie oceny z wychowania fizycznego śródrocznej lub rocznej klasyfikacyjnej może być tylko o jeden stopień.
3. Ocenę za dodatkową aktywność ucznia nauczyciel wystawia dwa razy w roku szkolnym – na koniec pierwszego i drugiego półrocza.
4. Szkolne ocenianie z wychowania fizycznego ma być czynnikiem motywującym młodzież do aktywności fizycznej w wymiarze teraźniejszym i przyszłościowym.
5. Obniżenie oceny z wychowania fizycznego śródrocznej lub rocznej klasyfikacyjnej

następuje wskutek negatywnej postawy ucznia, np. częste braki stroju,

niesystematyczne ćwiczenie, sporadyczne uczestniczenie w sprawdzianach

kontrolno-oceniających, brak właściwego zaangażowania w czasie poszczególnych

lekcji itp.

1. Ocena może być obniżona o jeden stopień.
2. W przypadku zajęć na pływalni niedyspozycja (menstruacja )uczennicy jest powodem zwolnienia z udziału w lekcji. W pozostałych przypadkach menstruacja uczennicy nie uprawnia do zwolnienia z aktywnego udziału w lekcji wychowania fizycznego chyba, że posiada stosowne zaświadczenie lekarskie. (nauczyciel może zwolnić uczennicę na lekcji z wykonywania niektórych ćwiczeń).
3. Dopuszcza się dwa razy brak stroju w semestrze **Trzecie i każde kolejne nieprzygotowanie (brak stroju) do lekcji w semestrze skutkuje oceną niedostateczną**
4. “Plusy i minusy”

,,Plusy” uczniowie otrzymują za: przejawy zaangażowania, inwencję twórczą, aktywny udział w zajęciach lekcyjnych, pozalekcyjnych

,,Minusy” uczniowie otrzymują za: brak zaangażowania niechętny lub negatywny stosunek do uczestnictwa w zajęciach, brak stosowania zabiegów higienicznych, nie przebieranie stroju sportowego, niszczenie sprzętu sportowego.

- cztery plusy ocena cząstkowa bardzo dobry

- cztery minusy ocena cząstkowa niedostateczny

1. Wystawiając ocenę z wybranego ćwiczenia należy brać pod uwagę:

- poprawność wykonania elementu technicznego

-płynność przebiegu ćwiczenia

-stopień trudności

-indywidualny postęp osiągnięć uczniów w opanowaniu danego elementu

**Uczeń otrzymuje przy wykonaniu danego ćwiczenia odpowiednią ocenę:**

Niedostateczny (1) Uczeń odmawia wykonania ćwiczenia.

Dopuszczający (2) – ćwiczenie wykonane bardzo chętnie z dużymi błędami technicznymi, uczeń wymaga ciągłej pomocy i korekty ze strony nauczyciela, naśladuje ćwiczenia, ale nie potrafi ich wykonać zgodnie z przyjętymi zasadami i techniką.

Dostateczny (3) – uczeń wykonuje ćwiczenie niepewnie, z dużymi błędami technicznymi, z małą płynnością, wymaga pomocy nauczyciela

Dobry (4) – uczeń wykonuje ćwiczenie samodzielnie, prawidłowo lecz nie dość dokładnie, pewnie i z małymi błędami technicznymi, dostosowuje się do wskazówek nauczyciela, często ma braki w koordynacji kilku czynności.

Bardzo dobry (5) – uczeń wykonuje samodzielnie ćwiczenie, z właściwą techniką, w dobrym tempie, dokładnie i pewnie.

Celujący (6) – uczeń spełnia warunki na ocenę bardzo dobrą. Wszystkie elementy ćwiczenia wykonane są technicznie bezbłędnie a ruchy elastyczne i harmonijne.

W powtarzanych próbach ćwiczenie jest wykonywane w sposób bezbłędny.

1.2. Wymagania szczegółowe w klasie VII szkoły podstawowej

W klasie VII szkoły podstawowej kontrolujemy i oceniamy następujące obszary aktywności ucznia:

1. postawę ucznia i jego kompetencje społeczne,
2. systematyczny udział i aktywność w trakcie zajęć,
3. sprawność fizyczną (kontrola):

* siła mięśni brzucha – siady z leżenia tyłem wykonywane w czasie 30 s [według MTSF],
* gibkość – skłon tułowia w przód z podwyższenia [według MTSF],
* skok w dal z miejsca [według MTSF],
* bieg ze startu wysokiego na 50 m [według MTSF],
* bieg wahadłowy na dystansie 4 razy 10 m z przenoszeniem klocków [według MTSF],
* biegi przedłużone [według MTSF]:
* na dystansie 600 m – dziewczęta,
* na dystansie 1000 m – chłopcy,
* pomiar tętna przed wysiłkiem i po jego zakończeniu – Test Coopera.

1. umiejętności ruchowe:

* gimnastyka:
* stanie na rękach przy drabinkach lub ścianie,
* łączone formy przewrotów w przód i w tył,
* przewrót w tył z rozkroku do rozkroku
* skok rozkroczny przez kozła
* piłka nożna:
* zwód pojedynczy przodem bez piłki i uderzenie na bramkę prostym podbiciem lub wewnętrzną częścią stopy,
* prowadzenie piłki ze zmianą kierunku poruszania się i nogi prowadzącej,
* koszykówka:
* zwód pojedynczy bez piłki i rzut do kosza z biegu po podaniu od współćwiczącego,
* Tor przeszkód z elementami koszykówki
* podania oburącz sprzed klatki piersiowej ze zmianą miejsca i kierunku poruszania się,
* piłka ręczna:
* rzut na bramkę w wyskoku po zwodzie pojedynczym przodem bez piłki i podaniu od współćwiczącego,
* poruszanie się w obronie (w strefie),
* piłka siatkowa:
* łączone odbicia piłki sposobem oburącz górnym i dolnym indywidualnie,
* zagrywka sposobem dolnym z 7 m od siatki,
* zagrywka sposobem górnym 5 m od siatki
* wystawienie piłki sposobem oburącz górnym

1. wiadomości:

* uczeń zna podstawowe przepisy gier zespołowych (odpowiedzi ustne ),
* uczeń oblicza wskaźnik BMI i interpretuje własny wynik za pomocą siatki centylowej (odpowiedzi ustne),
* uczeń wymienia pozytywne mierniki zdrowia (odpowiedzi ustne).

5a) wiadomości z edukacji zdrowotnej:

* uczeń wymienia zagrożenia wynikające ze stosowania substancji psychoaktywnych,
* uczeń potrafi scharakteryzować prawidłową postawę ciała.

**1.3. Szczegółowe kryteria oceny semestralnej lub rocznej z wychowania fizycznego**

1) Ocena celująca

Ocenę celującą Śródroczną lub końcowo roczną otrzymuje uczeń, który w zakresie:

* 1. postawy i kompetencji społecznych (spełnia co najmniej 4 kryteria):
* jest zawsze przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy,
* nie ćwiczy na lekcjach tylko z bardzo ważnych powodów zdrowotnych (posiada zwolnienie lekarskie lub od higienistki) , rodzinnych lub osobistych,
* bardzo chętnie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej,
* reprezentuje szkołę w zawodach sportowych na poziomie powiatu, rejonu (**zajmując jedno z trzech medalowych miejsc**), lub wyższego szczebla,
* systematycznie bierze udział w zajęciach sportowo-rekreacyjnych,
* uprawia dyscypliny lub konkurencje sportowe w innych klubach lub sekcjach sportowych i systematycznie w nich uczestniczy,
* stosuje zasady fair play na lekcji wf
  1. systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 6 kryteriów):
* wykonuje wszystkie ćwiczenia w czasie lekcji,
* wzorowo pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny
* pokazuje i demonstruje większość umiejętności ruchowych,
* prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące bardzo dobrze pod względem merytorycznym i metodycznym,
* w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy (12-16 razy)
* potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć,
* umie samodzielnie przygotować miejsce ćwiczeń,
* w sposób bezwzględny stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego,
* poczuwa się do współodpowiedzialności za stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły;
  1. sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego (spełnia co najmniej 5 kryteriów):
* wykonuje wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania,
* samodzielnie zabiega o poprawę lub uzupełnienie próby sprawnościowej, w której nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych,
* uzyskuje znaczny postęp w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
* dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego,
* oblicza wskaźnik BMI,
* podejmuje indywidualny program treningowy w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej;
  1. aktywności fizycznej (spełnia co najmniej 5 kryteriów):
* zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych bez jakichkolwiek błędów technicznych lub taktycznych,
* ćwiczenia wykonuje zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
* wykonanie zadania ruchowego przez ucznia może być zawsze przykładem i wzorem do naśladowania dla innych ćwiczących,
* potrafi wykonać ćwiczenie o znacznym stopniu trudności,
* wykonuje zadania ruchowe nie tylko efektownie, ale i efektywnie, np. trafia do bramki, rzuca celnie do kosza,
* stosuje opanowane umiejętności ruchowe w czasie zawodów i rozgrywek sportowych,
* stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia w sposób znaczący wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli;
  1. wiadomości (spełnia co najmniej 3 kryteria):
* stosuje wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego,
* posiada rozległą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego
* wykazuje się dużym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą,
* ma podstawową wiedzę z edukacji zdrowotnej.

2) Ocena bardzo dobra

Ocenę bardzo dobrą śródroczną lub końcowo roczną otrzymuje uczeń, który w zakresie:

1. postawy i kompetencji społecznych (spełnia co najmniej 4 kryteria):

* jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy, ale sporadycznie nie bierze udziału w lekcjach z różnych powodów,
* nie ćwiczy na lekcjach tylko z bardzo ważnych powodów zdrowotnych (posiada zwolnienia lekarskie lub od higienistki), rodzinnych lub osobistych,
* chętnie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej,
* reprezentuje szkołę w zawodach sportowych na poziomie miejskim lub powiatowym, stosuje zasady fair play
* niesystematycznie bierze udział w zajęciach sportowo-rekreacyjnych,
* niekiedy podejmuje indywidualne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym

1. systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 5 kryteriów):

* w sposób bardzo dobry wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,
* pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,
* pokazuje i demonstruje niektóre umiejętności ruchowe,
* prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
* w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy (8-11 razy
* potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć,
* umie z pomocą nauczyciela lub współćwiczących przygotować miejsce ćwiczeń,
* stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego,
* stara się dbać o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły;

1. sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego (spełnia co najmniej 4 kryteria):

* wykonuje wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania,
* poprawia lub uzupełnia próby sprawnościowe, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych za namową nauczyciela,
* uzyskuje znaczny postęp w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
* dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego,
* oblicza wskaźnik BMI,
* czasami podejmuje indywidualny program treningowy w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej;

1. aktywności fizycznej (spełnia co najmniej 4 kryteria):

* wykonuje wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z niewielkimi błędami technicznymi lub taktycznymi,
* ćwiczenia wykonuje zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
* potrafi wykonywać ćwiczenia o dużym stopniu trudności,
* wykonuje zadania ruchowe efektownie, ale nie zawsze efektywnie, np. sporadycznie trafia do bramki czy rzuca celnie do kosza,
* stosuje opanowane umiejętności ruchowe w czasie gry właściwej,  
  w trakcie zajęć,
* stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli;

1. wiadomości (spełnia co najmniej 2 kryteria):

* stosuje prawie wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego,
* posiada bardzo dobrą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego,
* wykazuje się bardzo dobrym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą,
* ma podstawową wiedzę z edukacji zdrowotnej.

3) Ocena dobra

Ocenę dobrą śródroczną lub końcowo roczną otrzymuje uczeń, który w zakresie:

1. postawy i kompetencji społecznych (spełnia co najmniej 4 kryteria):

* jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy, ale zdarza mu się nie brać udziału w lekcjach z różnych powodów,
* nie ćwiczy na lekcjach tylko z ważnych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych (posiada zwolnienia lekarskie lub od higienistki),
* sporadycznie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej,
* bierze udział w klasowych i szkolnych zawodach sportowych,
* nie uczęszcza na zajęcia sportowo-rekreacyjne,
* raczej nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym,
* jest aktywny w trakcie zajęć z edukacji zdrowotnej;

1. systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 4 kryteria):

w sposób dobry wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,

* dobrze pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,
* nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych,
* prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące w miarę poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
* w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy (6 – 7 razy)

w sposób dobry wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,

* potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć, ale często to przygotowanie wymaga dodatkowych uwag i zaleceń nauczyciela,
* umie z pomocą nauczyciela lub współćwiczących przygotować miejsce ćwiczeń,
* nie zawsze stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego,
* dba o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły, ale aktywność ta wymaga dodatkowej interwencji wychowawczej prowadzącego zajęcia;

1. sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego (spełnia co najmniej 3 kryteria):

* wykonuje testy i prób sprawnościowych ujętych w programie nauczania,
* poprawia lub uzupełnia próby sprawnościowe, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych za wyraźną namową nauczyciela,
* uzyskuje niewielki postęp w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
* dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego,
* oblicza wskaźnik BMI,
* raczej nie podejmuje indywidualnego program treningowego w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej;

1. aktywności fizycznej (spełnia co najmniej 3 kryteria):

* wykonuje wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z niewielkimi błędami technicznymi lub taktycznymi,
* wykonuje ćwiczenia nie zawsze zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
* potrafi wykonywać ćwiczenia o przeciętnym stopniu trudności,
* wykonuje zadania ruchowe efektownie, ale zawsze mało efektywnie, np. nie trafia do bramki czy nie rzuca celnie do kosza,
* nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowych w czasie gry właściwej lub szkolnej,
* stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli;

1. wiadomości (spełnia co najmniej 2 kryterium):

* stosuje przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego,
* posiada dobrą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego,
* wykazuje się dobrym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą,
* ma podstawową wiedzę z edukacji zdrowotnej.

4) Ocena dostateczna

Ocenę dostateczną śródroczną lub końcowo roczną otrzymuje uczeń, który w zakresie:

1. postawy i kompetencji społecznych (spełnia co najmniej 2 kryteria):

* jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy, ale często mu się zdarza nie brać udziału  
  w lekcjach z różnych powodów,
* nie ćwiczy na lekcjach z ważnych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych, (posiada zwolnienia lekarskie lub od higienistki),
* nie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej,
* nie bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach sportowych,
* nie uczęszcza na zajęcia sportowo-rekreacyjne,
* nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym;

1. systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 2 kryteria):

* w sposób dostateczny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,
* nie pełni funkcji lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,
* nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych,
* nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki lub ćwiczeń kształtujących poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
* nie potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć,
* umie z pomocą nauczyciela lub współćwiczących przygotować miejsce ćwiczeń,
* często nie stosuje zasad bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego,
* dba o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły, ale aktywność ta wymaga zawsze dodatkowej interwencji wychowawczej prowadzącego zajęcia;

1. sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego (spełnia co najmniej 2 kryteria):

* wykonuje tylko niektóre testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania,
* wykonuje określone próby sprawności fizycznej na ocenę dostateczną,
* nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych,
* nie dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego,
* nie oblicza wskaźnika BMI,
* nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
* nigdy nie podejmuje indywidualnego programu treningowego w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej;

1. aktywności fizycznej (spełnia co najmniej 2 kryteria):

* wykonuje wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z dużymi błędami technicznymi lub taktycznymi,
* wykonuje ćwiczenia prawie zawsze niezgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
* potrafi wykonywać ćwiczenia o niskim stopniu trudności,
* wykonuje zadania ruchowe mało efektownie i zawsze mało efektywnie, np. nie trafia do bramki, nie rzuca celnie do kosza,
* nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowych w czasie gry właściwej lub szkolnej,
* stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli;

1. wiadomości (spełnia co najmniej 1 kryterium):

* wykonuje sprawdziany pisemne i testy na ocenę dostateczną,
* stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego,
* posiada dostateczną wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego,
* wykazuje się przeciętnym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w środowisku lokalnym i kraju.

5) Ocena dopuszczająca

Ocenę dopuszczającą śródroczną lub końcowo roczną otrzymuje uczeń, który w zakresie:

1. postawy i kompetencji społecznych (spełnia co najmniej 1 kryterium):

* bardzo często jest nieprzygotowany do lekcji, zapomina stroju,
* często nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych, (posiada zwolnienia lekarskie lub od higienistki),
* nie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej,
* nie bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach sportowych,
* nie uczęszcza na zajęcia sportowo-rekreacyjne,
* nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym;

1. systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 1 kryterium):

* w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy 1 raz
* w sposób nieudolny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,
* nie pełni funkcji lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,
* nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych,
* nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki lub ćwiczeń kształtujących poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
* nie potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć,
* umie z pomocą nauczyciela lub współćwiczących przygotować miejsce ćwiczeń,
* bardzo często nie stosuje zasad bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego, a zachowanie ucznia na lekcji może zagrażać zdrowiu i życiu współćwiczących,
* nie dba o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły;

1. sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego (spełnia co najmniej 1 kryterium):

* wykonuje tylko pojedyncze testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania,
* nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych,
* nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
* nie dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego,
* nie oblicza wskaźnika BMI,
* nigdy nie podejmuje indywidualnego program treningowego w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej;

1. aktywności fizycznej (spełnia co najmniej 1 kryterium):

* wykonuje wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z rażącymi błędami technicznymi lub taktycznymi,
* wykonuje ćwiczenia zawsze niezgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
* potrafi wykonywać ćwiczenia o bardzo niskim stopniu trudności,
* wykonuje zadania ruchowe mało efektownie i zawsze mało efektywnie, np. nie trafia do bramki czy nie rzuca celnie do kosza,
* nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowych w czasie gry właściwej lub szkolnej,
* stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli;

1. wiadomości (spełnia co najmniej 1 kryterium):

* stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego,
* posiada niewielką wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego,
* wykazuje się niskim zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w środowisku lokalnym i kraju.

6) Ocena niedostateczna

Ocenę niedostateczną śródroczną lub końcowo roczną otrzymuje uczeń, który w zakresie:

1. postawy i kompetencji społecznych:

* często jest nieprzygotowany do lekcji, zapomina stroju,

nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów zdrowotnych, (posiada zwolnienia lekarskie lub od higienistki),

* nie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej,
* nie bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach sportowych,
* nie uczęszcza na zajęcia sportowo-rekreacyjne,
* nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym;

1. systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć:

* systematycznie nie bierze udziału w zajęciach,
* w sposób bardzo nieudolny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,
* nie pełni funkcji lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,
* nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych,
* nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki lub ćwiczeń kształtujących poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
* nie potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć,
* nigdy nie przygotowuje miejsca ćwiczeń,
* nigdy nie stosuje zasad bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego, a zachowanie ucznia na lekcji zawsze zagraża zdrowiu, a nawet życiu współćwiczących,
* nie dba o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły, a nawet często je niszczy i dewastuje;

1. sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego:

* nie bierze udziału w testach i próbach sprawnościowych ujętych w programie nauczania,
* nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych,
* nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
* nigdy nie podejmuje indywidualnego program treningowego w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej;

1. aktywności fizycznej:

* wykonuje ćwiczenia zawsze niezgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
* nie potrafi wykonywać ćwiczeń nawet o bardzo niskim stopniu trudności,
* wykonuje zadania ruchowe mało efektownie i zawsze mało efektywnie, np. nie trafia do bramki, nie rzuca celnie do kosza,
* nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowych w czasie gry właściwej lub szkolnej,
* stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli;

1. wiadomości:

* nie posiada wiedzy na temat rozwoju fizycznego i motorycznego, nie interesuje się bieżącymi wydarzeniami sportowymi w środowisku lokalnym i krajowym.

7. Postanowienia końcowe

1. Zwolnienia lekarskie nie powodują obniżenia oceny za nieodpowiednią postawę ucznia, kompetencje społeczne oraz systematyczny udział w lekcjach.
2. Wszystkie oceny cząstkowe podlegają poprawie w terminie uzgodnionym z nauczycielem.
3. Uczeń ma prawo wykonania danego ćwiczenia stosownie do swoich

możliwości, np. obniżona wysokość przyrządu.

1. Po dłuższej absencji chorobowej lub innej związanej, np. z sytuacją rodzinną, uczeń nie ma obowiązku zaliczenia programu, który był realizowany w tym okresie.
2. Sytuacja wymieniona w punkcie 4 nie powoduje obniżenia oceny