

Wymagania edukacyjne z WF-u

- 1** Nauczyciel na początku roku szkolnego informuje uczniów o wymaganiach edukacyjnych i sposobach sprawdzania wiedzy i umiejętności oraz kryteriami oceniania.
- 2.** Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego należy w szczególności brać pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywaniu się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć.
- 3.** W uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego.
- 4.** Decyzję o zwolnieniu ucznia z zajęć podejmuje dyrektor szkoły na podstawie zwolnienia lekarskiego wydanego przez lekarza lub inną poradnię specjalistyczną.
- 5.** W przypadku zwolnienia ucznia z zajęć w dokumentacji zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się "zwolniony".
- 6.** Na ocenę ucznia wpływają następujące czynniki:
 - aktywność na zajęciach
 - udział w zajęciach pozalekcyjnych
 - udział w zajęciach (frekwencja)
 - sprawność fizyczna (postęp)
- 7.** Uczeń będzie oceniany z lekkiej atletyki, gimnastyki, piłki ręcznej, piłki nożnej, siatkówki, koszykówki, piłki nożnej, tańca, rozgrzewki, tenisa stołowego, postawy na lekcjach wf.

KLASA V

Uczeń będzie zdobywał oceny z:

LEKKOATLETYKA

- bieg długi na 600m, test Coopera, bieg krótki na 60m, skok w dal techniką naturalną, rzut piłeczką palantowa

GIMNASTYKA

- łączenie przewrotów w przód, przewrót w tył z półprzysiadu, skok kuczny przez skrzynię; stanie na rękach.

TANIEC

- kroki i figury tańca nowoczesnego.

MINIPIŁKA RĘCZNA

- kozłowanie prawą i lewą ręką
- podanie jednorącz
- chwyt
- rzut do bramki z biegu i wyskoku

MINIKOSZYKÓWKA

- kozłowanie prawą, lewą ręką
- podanie oburącz
- chwyt
- rzut do kosza z biegu(dwutakt)
- rzut do kosza z miejsca

MINISIATKÓWKA

- odbicia piłki sposobem górnym i dolnym
- zagrywka sposobem dolnym

MINIPIŁKA NOŻNA

- podanie, przyjęcie wew. częścią stopy
-strzały na bramkę z miejsca, z biegu

KLASA VIII

Uczeń będzie zdobywała oceny z:

LEKKOATLETYKA

- bieg długi na 600m i 1000m(chł), test Coopera., bieg krótki na 60m, skok w dal techniką naturalną, rzut piłką lekarską 3 kg w tył,

GIMNASTYKA

- Przewrót w przód z naskoku na ręce, przewrót w tył stanie na głowie lub przerzut bokiem, skok kuczny przez skrzynię, układ na ławeczce, piramidy

PIŁKA RĘCZNA

- kozłowanie prawą i lewą ręką
- podanie jednorącz
- chwyt
- zwody
- strzał do bramki z wyskoku
- gra w piłkę ręczną

KOSZYKÓWKA

- kozłowanie prawą i lewą ręką
- podanie oburącz znad głowy
- chwyt
- rzut do kosza z biegu, po zatrzymaniu na jedno tempo
- rzut osobisty
- gra w koszykówkę

SIATKÓWKA

- odbicia górne i dolne
- zagrywka sposobem górnym
- współpraca w zespole szóstkowym
- gra w siatkówkę

PIŁKA NOŻNA

- prowadzenie piłki p i l nogą
- przyjęcie i podanie wew. częścią stopy
- strzał na bramkę prostym podbiciem, wew. częścią stopy
- gra w piłkę nożną

TANIEC

- kroki i figury tańca nowoczesnego

KLASA VII

Uczeń będzie zdobywał oceny z:

LEKKOATLETYKA

-bieg długi na 600m, 1000m(chł) test Coopera., bieg krótki na 60m, skok w dal techniką naturalną, rzut piłką lekarską 3kg w tył

GIMNASTYKA

- przewrót w przód i w tył, piramidy, stanie na rękach, układ gimnastyczny wg inwencji UU, skok rozkroczny przez skrzynię

PIŁKA RĘCZNA

- kozłowanie prawą i lewą ręką w szybkim tempie(na czas)
- podania jednorącz, jednorącz z kozłem
- chwyt
- rytm 3 kroków zakończone podaniem lub rzutem na bramkę

KOSZYKÓWKA

- kozłowanie prawą i lewą ręką
- podania jednorącz, oburącz, hakiem
- chwyt
- rzuty osobiste
- rzuty z biegu i z miejsca

SIATKÓWKA

- odbicia górne i dolne w parach przez siatkę
- zagrywka tenisowa
- współpraca w zespole trójkowym

PIŁKA NOŻNA

- prowadzenie piłki po prostej p i l nogą
- podanie i przyjęcie wew. częścią stopy
- strzały na bramkę prostym podbiciem, wew. częścią stopy

TANIEC

- podstawowe kroki i figury tańca nowoczesnego

WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGOLNE OCENY

OCENA CELUJĄCA

- uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobry
- godnie reprezentuje szkołę na zawodach sportowych zajmując punktowane miejsca
- jest zawsze przygotowany do zajęć lekcyjnych
- systematycznie uczestniczy w zajęciach lekcyjnych i pozalekcyjnych
- opanował duży zasób umiejętności ruchowych
- systematycznie podnosi swoją sprawność fizyczną
- posiada duży zasób wiadomości z zakresu kultury fizycznej
- dba o bezpieczeństwo swoje i innych
- przestrzega zasad fair play
- cechuje go wysoka kultura osobista
- dba o wygląd stroju i higienę osobistą

OCENA BARDZO DOBRA

- uczeń jest przygotowany do zajęć (dopuszczalny pięciokrotny brak stroju w ciągu całego roku szkolnego)
- chętnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i zawodach sportowych
- ma wszystkie nieobecności usprawiedliwione
- całkowicie opanował materiał programowy
- podnosi swoją sprawność fizyczną
- przestrzega zasad bezpieczeństwa na zajęciach
- stosuje zasady fair play
- dba o wygląd stroju i higienę osobistą

OCENA DOBRA

- uczeń jest przygotowany do zajęć (dziesięciokrotny brak stroju w ciągu całego roku szkolnego)
- niesystematycznie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych
- opanował podstawowe umiejętności ruchowe
- podnosi swoją sprawność fizyczną
- stosuje zasady fair play
- dba o wygląd stroju i higienę osobistą

OCENA DOSTATECZNA

- uczeń bywa nieprzygotowany do zajęć (piętnastokrotny brak stroju w ciągu całego roku szkolnego)
- z reguły ma nieusprawiedliwione nieobecności
- wykazuje małe postępy w sprawności fizycznej
- nie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych
- nie angażuje się w pracę indywidualną czy zespołową na lekcji

OCENA DOPUSZCZAJĄCA

- uczeń jest często nieprzygotowany do zajęć
- uczestniczy w co najmniej 50% zajęć obowiązkowych
- nie łamie zasad bezpieczeństwa
- nie wykazuje postępów w opanowaniu umiejętności, sprawności i wiadomości

OCENA NIEDOSTATECZNA

- uczeń nie jest przygotowany do zajęć, nie nosi stroju, nie ćwiczy, ma lekceważący stosunek do przedmiotu
- uczestniczy w co najmniej 50% zajęć obowiązkowych
- nie opanował podstawowych umiejętności, wiadomości przewidzianych w programie
- obniża swój poziom sprawności fizycznej

NIEKLASYFIKOWANY jest uczeń, który opuszcza co najmniej 50% zajęć obowiązkowych

KLASA VI

Uczeń będzie zdobywał oceny z:

LEKKOATLETYKA

-bieg długi na 600m, 1000m(chł) test Coopera., bieg krótki na 60m, skok w dal techniką naturalną, rzut piłeczką palantową

GIMNASTYKA

- łączenie przewrotu w przód i w tył, stanie na głowie z asekuracją nauczyciela, układ równoważny na ławeczce, skok kuczny przez skrzynię

MINIPIŁKA RĘCZNA

- kozłowanie prawą i lewą ręką
- podania jednorącz, jednorącz z kozłem
- chwyt
- strzał na bramkę z wysokoku

MINIKOSZYKÓWKA

- kozłowanie prawą i lewą ręką
- podania jednorącz, oburącz,
- chwyt
- rzuty osobiste
- rzuty z miejsca, biegu

MINISIATKÓWKA

- odbicia górne i dolne
- zagrywka tenisowa

MINIPIŁKA NOŻNA

- prowadzenie piłki
- podania i przyjęcia wew. częścią stopy
- strzały na bramkę

TANIEC

- prosty układ taneczny

