

Wychowanie fizyczne

Wymagania edukacyjne na poszczególne stopnie szkolne

Ocena śródroczna i roczna

Ocena dopuszczająca	Ocena dostateczna	Ocena dobra	Ocena bardzo dobra	Ocena celująca
<p>Uczeń w zakresie:</p> <p>a) postawy i kompetencji społecznych:</p> <ul style="list-style-type: none">• Bardzo często jest nieprzygotowany do lekcji, zapomina stroju, często nie ćwiczy z błahych powodów• Nie bierze udziału w sportowych rozgrywkach klasowych w roli zawodnika, nie stosuje zasad czystej gry i szacunku do rywala, nie respektuje przepisów gry i decyzji sędziego, nie potrafi właściwie zachować się w sytuacji zwycięstwa i porażki, nie dziękuje za wspólną grę.• Charakteryzuje się niskim poziomem kultury osobistej. Bardzo często używa nieodpowiednich sformułowań w	<p>Uczeń w zakresie:</p> <p>a) postawy i kompetencji społecznych – spełnia co najmniej 4 kryteria:</p> <ul style="list-style-type: none">• Jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego posiada odpowiedni strój sportowy i obuwie zmienne ale często mu się zdarza nie brać udziału w lekcjach z różnych powodów• Rzadko uczestniczy w sportowych rozgrywkach klasowych w roli zawodnika, nie stosuje zasad czystej gry i szacunku do rywala, nie do końca respektuje przepisy gry i decyzje sędziego, nie potrafi właściwie zachować się w sytuacji zwycięstwa i porażki, nie dziękuje za wspólną grę.	<p>Uczeń w zakresie:</p> <p>a) postawy i kompetencji społecznych – spełnia co najmniej 4 kryteria:</p> <ul style="list-style-type: none">• Jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego posiada odpowiedni strój sportowy i obuwie zmienne ale zdarza mu się nie brać udziału w lekcjach z różnych powodów• Sporadycznie uczestniczy w sportowych rozgrywkach klasowych w roli zawodnika, stosując zasady czystej gry i szacunku do rywala, respektując przepisy gry i decyzje sędziego, potrafi właściwie zachować się w sytuacji zwycięstwa i porażki, podziękować za wspólną	<p>Uczeń w zakresie:</p> <p>a) postawy i kompetencji społecznych – spełnia co najmniej 5 kryteriów:</p> <ul style="list-style-type: none">• Jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego posiada odpowiedni strój sportowy i obuwie zmienne ale sporadycznie nie bierze udziału w lekcjach z różnych powodów usprawiedliwionych• Uczestniczy w sportowych rozgrywkach klasowych w roli zawodnika, stosując zasady czystej gry i szacunku do rywala, respektując przepisy gry i decyzje sędziego, potrafi właściwie zachować się w sytuacji zwycięstwa i porażki, podziękować za wspólną	<p>Uczeń w zakresie:</p> <p>a) postawy i kompetencji społecznych – spełnia co najmniej 6 kryteriów:</p> <ul style="list-style-type: none">• Jest zawsze przygotowany do zajęć wychowania fizycznego posiada odpowiedni strój sportowy i obuwie zmienne• Uczestniczy w sportowych rozgrywkach klasowych w roli zawodnika, stosując zasady czystej gry i szacunku do rywala, respektując przepisy gry i decyzje sędziego, potrafi właściwie zachować się w sytuacji zwycięstwa i porażki, podziękować za wspólną grę.• Charakteryzuje się

<p>kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nie współpracuje z nauczycielem na rzecz kultury fizycznej. • Nie bierze udziału w zajęciach i akcjach sportowo-rekreacyjnych na terenie szkoły <p>b) systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć</p> <ul style="list-style-type: none"> • W trakcie miesiąca ćwiczy na poziomie 30-49% • W sposób dostateczny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji • Nie pełni funkcji lidera grupy ćwiczebnej • Nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych • Nie potrafi przeprowadzić poprawnie rozgrzewki • Jedynie z pomocą nauczyciela umie 	<ul style="list-style-type: none"> • Charakteryzuje się przeciętnym poziomem kultury osobistej. • Często używa nieodpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły. • Nie współpracuje z nauczycielem na rzecz kultury fizycznej. • Rzadko bierze udział w zajęciach i akcjach sportowo-rekreacyjnych na terenie szkoły <p>b) systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 4 kryteria)</p> <ul style="list-style-type: none"> • W trakcie miesiąca ćwiczy na poziomie 50-69% • W sposób dostateczny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji • Nie pełni funkcji lidera grupy ćwiczebnej • Nie potrafi pokazywać i 	<p>grę.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Charakteryzuje się właściwym poziomem kultury osobistej. • Nie zawsze używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły. • Sporadycznie współpracuje z nauczycielem wf na rzecz kultury fizycznej. • Tylko czasami bierze udział w zajęciach i akcjach sportowo-rekreacyjnych na terenie szkoły <p>b) systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 4 kryteria)</p> <ul style="list-style-type: none"> • W trakcie miesiąca ćwiczy na poziomie 70-89% • W sposób ponad dobry wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji 	<p>grę.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Charakteryzuje się właściwym poziomem kultury osobistej. • Używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły. • chętnie współpracuje z nauczycielem wf na rzecz kultury fizycznej. • niesystematycznie bierze udział w zajęciach i akcjach sportowo-rekreacyjnych na terenie szkoły <p>b) systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 4 kryteria)</p> <ul style="list-style-type: none"> • W trakcie miesiąca ćwiczy na poziomie 90-94% • W sposób ponad bardzo dobry wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji • Bardzo dobrze pełni 	<p>wysokim poziomem kultury osobistej.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Używa właściwych sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły. • Bardzo chętnie współpracuje z nauczycielem wf na rzecz kultury fizycznej. • Wyjaśnia zasady kulturalnego kibicowania • Systematycznie bierze udział w zajęciach i akcjach sportowo-rekreacyjnych na terenie szkoły • Uprawia dowolne dyscypliny sportowe w innych klubach, podejmuje dowolne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym • Jest aktywny w trakcie zajęć z edukacji zdrowotnej
---	---	---	---	--

<p>przygotować miejsce ćwiczeń</p> <ul style="list-style-type: none"> • Często nie stosuje zasad bezpieczeństwa na lekcji wf • Stara się dbać o stan techniczny sprzętu i urządzeń sportowych ale aktywność ta wymaga interwencji dodatkowej nauczyciela <p>c) sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zalicza tylko pojedyncze testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania • Nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych w przypadku nieobecności na niej. • Nie uzyskuje żadnego postępu w próbach sprawnościowych w ciągu roku szkolnego • Nie oblicza wskaźnika BMI <p>d) umiejętności ruchowych</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zalicza wszystkie sprawdziany 	<p>demonstrować umiejętności ruchowych</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nie potrafi przeprowadzić poprawnie rozgrzewki • Jedynie z pomocą nauczyciela umie przygotować miejsce ćwiczeń • często nie stosuje zasad bezpieczeństwa na lekcji wf • stara się dbać o stan techniczny sprzętu i urządzeń sportowych ale aktywność ta wymaga interwencji dodatkowej nauczyciela <p>c) sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zalicza tylko niektóre testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania • Nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych w przypadku nieobecności na niej. • Nie uzyskuje postępu w próbach sprawnościowych w 	<ul style="list-style-type: none"> • dobrze pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny • nie potrafi pokazywać i demonstrować niektórych umiejętności ruchowych • w miarę poprawnie prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące • Umie samodzielnie lub z pomocą nauczyciela przygotować miejsce ćwiczeń • Nie zawsze stosuje zasady bezpieczeństwa na lekcji wf • stara się dbać o stan techniczny sprzętu i urządzeń sportowych ale aktywność ta wymaga interwencji dodatkowej nauczyciela <p>c) sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego (spełnia co najmniej 3 kryteria)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zalicza większość testów i prób sprawnościowych ujętych w programie nauczania 	<p>funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pokazuje i demonstrowuje niektóre umiejętności ruchowe • Poprawnie prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące • Umie samodzielnie lub z pomocą nauczyciela przygotować miejsce ćwiczeń • stosuje zasady bezpieczeństwa na lekcji wf • stara się dbać o stan techniczny sprzętu i urządzeń sportowych <p>c) sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego (spełnia co najmniej 3 kryteria)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zalicza prawie wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania • Za namową nauczyciela poprawia i uzupełnia próby sprawnościowe w przypadku nieobecności na niej. 	<p>b) systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 5 kryteriów)</p> <ul style="list-style-type: none"> • W trakcie miesiąca ćwiczy na poziomie 95-100% • W sposób ponad bardzo dobry wykonuje wszystkie ćwiczenia w czasie lekcji • Wzorowo pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny • Pokazuje i demonstrowuje większość umiejętności ruchowych • Bardzo poprawnie prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące • Umie samodzielnie przygotować miejsce ćwiczeń • Bezwzględnie stosuje zasady bezpieczeństwa na lekcji wf • Dbą o stan techniczny sprzętu i urządzeń sportowych <p>c) sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego</p>
---	---	---	---	--

<p>umiejętności ruchowych z rażącymi błędami technicznymi lub taktycznymi</p> <ul style="list-style-type: none"> Wykonuje ćwiczenia zawsze niezgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych. Potrafi wykonać ćwiczenie o bardzo niskim stopniu trudności Wykonuje zadanie ruchowe zawsze mało efektywnie (nie trafia do bramki, nie rzuca celnie do kosza) Nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowych w czasie rozgrywek sportowych <p>e) wiadomości z edukacji zdrowotnej i z wychowania fizycznego</p> <ul style="list-style-type: none"> Ma niską wiedzę z edukacji zdrowotnej Stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz 	<p>ciągu roku szkolnego</p> <ul style="list-style-type: none"> Nie oblicza wskaźnika BMI <p>d) umiejętności ruchowych</p> <ul style="list-style-type: none"> Zalicza 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 wykonać ćwiczenie o niskim stopniu trudności Wykonuje zadanie ruchowe zawsze mało efektywnie (nie trafia do bramki, nie rzuca celnie do kosza) Nie potrafi zastosować nauczanych umiejętności ruchowych w czasie rozgrywek sportowych 	<ul style="list-style-type: none"> Za wyraźną namową nauczyciela poprawia i uzupełnia próby sprawnościowe w przypadku nieobecności na niej. Uzyskuje niewielki postęp w próbach sprawnościowych w ciągu roku szkolnego <p>Oblicza wskaźnik BMI</p> <p>d) umiejętności ruchowych (spełnia co najmniej 4 kryteria)</p> <ul style="list-style-type: none"> Zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z niewielkimi błędami technicznymi lub taktycznymi Wykonuje ćwiczenia nie zawsze zgodnie z obowiązującymi zasadami Potrafi wykonać ćwiczenie o przeciętnym stopniu trudności Wykonuje zadanie ruchowe zawsze mało efektywnie (nie trafia do bramki, nie rzuca celnie do kosza) 	<ul style="list-style-type: none"> Uzyskuje znaczący postęp w próbach sprawnościowych w ciągu roku szkolnego <p>Oblicza wskaźnik BMI</p> <p>d) umiejętności ruchowych (spełnia co najmniej 4 kryteria)</p> <ul style="list-style-type: none"> Zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z niewielkimi błędami technicznymi lub taktycznymi Ćwiczenia wykonuje zgodnie z obowiązującymi zasadami Potrafi wykonać ćwiczenie o dużym stopniu trudności Wykonuje zadanie ruchowe nie zawsze efektywnie (często ale nie zawsze trafia do bramki, często ale nie zawsze rzuca celnie do kosza itp) Stosuje opanowane umiejętności ruchowe w czasie rozgrywek sportowych 	<p>(spełnia co najmniej 3 kryteria)</p> <ul style="list-style-type: none"> Zalicza wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania Samodzielnie zabiega o poprawę lub uzupełnienie próby sprawnościowej w przypadku nieobecności na niej. Uzyskuje znaczący postęp w próbach sprawnościowych w ciągu roku szkolnego <p>Oblicza wskaźnik BMI</p> <p>d) umiejętności ruchowych (spełnia co najmniej 4 kryteria)</p> <ul style="list-style-type: none"> Zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych bez błędów technicznych lub taktycznych Ćwiczenia wykonuje zgodnie z obowiązującymi zasadami Wykonanie zadania ruchowego przez ucznia może być przykładem i
--	---	--	---	--

<p>zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wf</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wykazuje się niską wiedzą na temat bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą 	<p>e) wiadomości z edukacji zdrowotnej i z wychowania fizycznego:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ma niską wiedzę z edukacji zdrowotnej • Stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wf • Wykazuje się przeciętną wiedzą na temat bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą 	<ul style="list-style-type: none"> • Nie potrafi zastosować nauczanych umiejętności ruchowych w czasie rozgrywek sportowych <p>e) wiadomości z edukacji zdrowotnej i z wychowania fizycznego (spełnia co najmniej 3 kryteria)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ma podstawową wiedzę z edukacji zdrowotnej • Stosuje prawie wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wf • Wykazuje się dobrą wiedzą na temat bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą 	<p>e) wiadomości z edukacji zdrowotnej i z wychowania fizycznego (spełnia co najmniej 3 kryteria)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ma podstawową wiedzę z edukacji zdrowotnej • Stosuje prawie wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wf • Wykazuje się bardzo dobrym zakresem wiedzy na temat bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą 	<p>wzorem do naśladowania dla innych ćwiczących</p> <ul style="list-style-type: none"> • Potrafi wykonać ćwiczenie o znacznym stopniu trudności • Wykonuje zadanie ruchowe z określonym efektem (trafia do bramki, rzuca celnie do kosza itp) • Stosuje opanowane umiejętności ruchowe w czasie rozgrywek sportowych <p>e) wiadomości z edukacji zdrowotnej i z wychowania fizycznego (spełnia co najmniej 3 kryteria)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ma podstawową wiedzę z edukacji zdrowotnej • Stosuje wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wf • Wykazuje się dużym zakresem wiedzy na temat bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą
--	--	---	---	--

