

Nauczyciel wychowania fizycznego:  
mgr Paweł Mazur

## **WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO.**

1. Oceny są jawne dla ucznia i jego rodziców. Na wniosek ucznia lub jego rodziców nauczyciel uzasadnia ustaloną ocenę w sposób określony w statucie szkoły.
2. Na początku roku szkolnego nauczyciel zapoznaje uczniów z wymaganiami edukacyjnymi oraz przedmiotowymi zasadami oceniania.
3. Uczeń w ciągu całego roku szkolnego uczeń podlega systematycznej i obiektywnej ocenie zgodnie z jego indywidualnymi możliwościami.
4. O postępach ucznia rodzice są systematycznie informowani poprzez wpis do dziennika elektronicznego.
5. Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego oprócz wiadomości i umiejętności pod uwagę brany jest w szczególności wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć, a także systematyczność udziału ucznia w zajęciach oraz aktywność ucznia w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej.
6. Nauczyciel wystawia ocenę śródroczną lub roczną, biorąc pod uwagę oceny z poszczególnych obszarów.
7. Reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych nie jest równoznaczne z otrzymaniem oceny celującej na półrocze lub na koniec roku szkolnego.
8. Trenowanie w klubie sportowym nie jest równoznaczne z otrzymaniem oceny celującej na półrocze lub na koniec roku szkolnego.
9. W uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego. Decyzję o zwolnieniu ucznia z zajęć podejmuje dyrektor szkoły na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach wykonywania przez ucznia ćwiczeń wydanej przez lekarza, na czas określony w tej opinii. W przypadku zwolnienia ucznia z zajęć w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się „zwolniony(a)”.
10. Uczeń posiadający zwolnienie z zajęć wychowania fizycznego jest obecny na lekcji.
11. Po przekazaniu nauczycielowi pisemnej prośby rodzic / prawny opiekun ucznia zwolnionego z zajęć wychowania fizycznego na podstawie opinii lekarza może zwolnić swoje dziecko z uczestnictwa w lekcji wychowania fizycznego, jeśli lekcje te są

pierwszymi lub ostatnimi zajęciami w danym dniu. Rodzic może zwolnić dziecko z lekcji wychowania fizycznego sporadycznie, np. z powodu zaplanowanej wizyty u lekarza lub ważnych spraw rodzinnych. Nagminne zwalnianie ucznia z zajęć obowiązkowych przez rodzica będzie niezwłocznie zgłaszane do dyrektora szkoły.

12. Nauczyciel dostosowuje wymagania edukacyjne do możliwości ucznia.

**13. Obszary podlegające ocenianiu to systematyczność, aktywność, umiejętności, wiadomości i aktywność dodatkowa.**

14. Uczeń ma prawo poprawić ocenę z wychowania fizycznego z obszarów **wiadomości i umiejętności**. Pozostałe obszary – systematyczność i aktywność ucznia na lekcjach – są wynikiem pracy ucznia w ciągu półrocza lub roku szkolnego i nie podlegają poprawie. W przypadku egzaminu poprawkowego lub klasyfikacyjnego uczeń może poprawić ocenę tylko z obszaru wiadomości i umiejętności, które były przedmiotem nauczania. Egzaminy te mają przede wszystkim formę zadań praktycznych (nie tylko z umiejętności ruchowych). Zasady przeprowadzania egzaminów powinny być doprecyzowane w przedmiotowych zasadach oceniania oraz w statucie szkoły.

Nauczyciel indywidualnie wybiera sprawdziany, nie ma obowiązku wykonać wszystkich zadań kontrolno – sprawdzających przewidzianych w danej klasie, ma możliwość indywidualnego ustalenia sprawdzianu.

Zadania kontrolno sprawdzające ustalone przez nauczyciela wychowania fizycznego w szczególnych przypadkach mogą zostać zmienione czy też dostosowane do poszczególnych klas lub uczniów w zależności od poziomu sprawności fizycznej i możliwości klasy / ucznia.

## Klasa 5

### Piłka siatkowa

#### 1 Zagrywka sposobem dowolnym(dolnym, tenisowa)

**Celująca** - uczeń potrafi wykorzystać nabyte umiejętności w grze właściwej

**Bardzo dobry**- uczeń prawidłowo wykona 5 z 6 zagrywek

**Dobry**- uczeń prawidłowo wykona 4 z 6 zagrywek

**Dostateczny**- uczeń prawidłowo wykona 3 z 6 zagrywek

**Dopuszczający**- uczeń przystąpi do zaliczenia i próbuje wykonać zagrywkę, jednak popełnia błędy

**Niedostateczny**- uczeń jest na zajęciach i nie przystępuje do zaliczenia

#### 2 Naprzemienne odbicia piłki oburącz sposobem górnym i dolnym nad głową

**Celująca** - uczeń potrafi wykorzystać nabyte umiejętności w grze właściwej

**Bardzo dobry**- prawidłowo technicznie odbija piłkę sposobem oburącz górnym i dolnym(10 i więcej razy) w postawie wysokiej

**Dobry**- prawidłowo technicznie odbija piłkę sposobem oburącz górnym i dolnym (mniej niż 10 razy) w postawie wysokiej

**Dostateczny**- uczeń próbuje kilkakrotnie odbić piłkę sposobem oburącz górnym i dolnym jednak w trakcie ćwiczenia nie zachowuje prawidłowego ułożenia rąk i nóg

**Dopuszczający**- uczeń zna pozycję jaką należy przyjąć do odbicia piłki sposobem oburącz górnym i dolnym (ułożenie rąk i nóg) jednak ma duże problemy z odbijaniem piłki

**Niedostateczny**- uczeń jest na zajęciach i nie przystępuje do zaliczenia

#### 3 Odbicia piłki oburącz sposobem górnym w parach z odbiciem dodatkowym

**Celująca** - uczeń potrafi wykorzystać nabyte umiejętności w grze właściwej

**Bardzo dobry**- prawidłowo technicznie odbija piłkę sposobem oburącz górnym, porusza za piłką

**Dobry**- prawidłowo technicznie odbija piłkę sposobem oburącz górnym , błędy w poruszaniu się

**Dostateczny**- uczeń próbuje odbić piłkę sposobem oburącz górnym jednak w trakcie ćwiczenia nie zachowuje prawidłowego ułożenia rąk i nóg, kłopoty w poruszaniu się za piłką

**Dopuszczający**- uczeń zna pozycję jaką należy przyjąć do odbicia piłki sposobem oburącz górnym (ułożenie rąk i nóg) jednak ma duże problemy z odbijaniem piłki

**Niedostateczny**- uczeń jest na zajęciach i nie przystępuje do zaliczenia

### Koszykówka

#### 1 Podania piłki w dwójkach w biegu

**Celująca** - uczeń potrafi wykorzystać nabyte umiejętności w grze właściwej

**Bardzo dobry**- uczeń prawidłowo chwyta i podaje piłkę w dobrym tempie, wychodzi na pozycję

**Dobry**- uczeń poprawnie chwyta i podaje piłkę w dobrym tempie

**Dostateczny**- uczeń poprawnie chwyta i podaje piłkę, czasami nie wykonuje ćwiczenia w biegu

**Dopuszczający**- uczeń nie panuje nad piłką, często ją gubi

**Niedostateczny**- uczeń jest na zajęciach i nie przystępuje do zaliczenia

#### 2 Rzut piłki do kosza z biegu po własnym kozłowaniu

**Celująca** - uczeń potrafi wykorzystać nabyte umiejętności w grze właściwej

**Bardzo dobry**- uczeń wykonuje ćwiczenie w dobrym tempie, prawidłowo technicznie i wykonuje celnie rzut do kosza

**Dobry**- uczeń wykonuje zadanie ruchowe z małymi błędami

**Dostateczny**- w trakcie wykonywania ćwiczenia pojawiają się błędy techniczne(błąd kroków, złe tempo i technika rzutu)

**Dopuszczający**- uczeń wykonuje zadanie ruchowe z rażącymi błędami

**Niedostateczny**- uczeń jest na zajęciach i nie przystępuje do zaliczenia

## **Gimnastyka**

### **1 Przewrót w przód z odbicia obunóż z naskokiem na ręce**

**Celująca** - uczeń potrafi wykorzystać nabyte umiejętności w układzie ćwiczeń wolnych

**Bardzo dobry**- uczeń prawidłowo wykonuje ćwiczenie z rozbiegu, z właściwym odbiciem, fazą lotu, zachowuje odpowiednie tempo, przy czym nie popełnia błędów

**Dobry**- uczeń prawidłowo wykonuje ćwiczenie z rozbiegu, z właściwym odbiciem, fazą lotu, wolne tempo wykonania ćwiczenia

**Dostateczny**- uczeń wykonuje przewrót z miejsca z błędami(uginanie nóg w kolanach, podpieranie rękoma, złe ułożenie głowy, wolne tempo)

**Dopuszczający**- uczeń ma wielkie problemy z wykonaniem ćwiczenia, jednak podchodzi do próby

**Niedostateczny**- uczeń jest na zajęciach i nie przystępuje do zaliczenia

### **2 Przewrót w tył do rozkroku**

**Celująca** - uczeń potrafi wykorzystać nabyte umiejętności w układzie ćwiczeń wolnych

**Bardzo dobry**- uczeń wykonuje ćwiczenie prawidłowo, bez żadnych błędów w odpowiednim tempie

**Dobry**- uczeń poprawnie wykonuje ćwiczenie, jednak popełnia minimalne błędy(minimalne ugięcie nóg w kolanach w rozkroku, zbyt wolne tempo wykonania ćwiczenia)

**Dostateczny**- pojawiają się znaczące błędy: zgięte nogi w kolanach w rozkroku, zbyt wolne tempo wykonania, złe ułożenie rąk przy przewrocie

**Dopuszczający**- próby wykonania ćwiczenia są nieskuteczne

**Niedostateczny**- uczeń jest na zajęciach i nie przystępuje do zaliczenia

### **3 Przerzut bokiem**

**Celująca** - uczeń potrafi wykorzystać nabyte umiejętności w układzie ćwiczeń wolnych

**Bardzo dobry**- uczeń wykonuje ćwiczenie prawidłowo, bez żadnych błędów, w odpowiednim tempie

**Dobry**- uczeń poprawnie wykonuje ćwiczenie, jednak popełnia minimalne błędy(minimalne ugięcie nóg, zbyt wolne tempo wykonania ćwiczenia)

**Dostateczny**- pojawiają się znaczące błędy: zgięte nogi w kolanach, ugięte ręce zbyt wolne tempo wykonania, zła postawa podczas wykonywania ćwiczenia

**Dopuszczający**- próby wykonania ćwiczenia są nieskuteczne

**Niedostateczny**- uczeń jest na zajęciach i nie przystępuje do zaliczenia

## **Piłka ręczna**

### **1 Podanie półgórne jednorącz w biegu**

**Celująca** - uczeń potrafi wykorzystać nabyte umiejętności w grze właściwej

**Bardzo dobry**- uczeń zadanie ruchowe wykonuje prawidłowo

**Dobry**- uczeń podczas wykonywania ćwiczenia popełnił niewielki błąd (technika kozłowania, tempo ćwiczenia)

**Dostateczny**- w czasie wykonywania zadania pojawiają się rażące błędy podczas chwytów

**Dopuszczający**- uczeń przystąpił do zaliczenia, jednak nie wykonał zadania

**Niedostateczny**- uczeń jest na zajęciach i nie przystępuje do zaliczenia

## **2 Rzut piłki do bramki z biegu**

**Celująca** - uczeń potrafi wykorzystać nabyte umiejętności w grze właściwej

**Bardzo dobry**- uczeń zadanie ruchowe wykonuje prawidłowo w tempie

**Dobry**- uczeń podczas wykonywania ćwiczenia popełnił niewielki błąd (ustawienie, odprowadzenie ręki)

**Dostateczny**- w czasie wykonywania zadania pojawiają się rażące błędy

**Dopuszczający**- uczeń przystąpił do zaliczenia, jednak nie wykonał zadania

**Niedostateczny**- uczeń jest na zajęciach i nie przystępuje do zaliczenia

## **Lekka atletyka**

### **1 Skok w dal z krótkiego rozbiegu**

**Celująca** - uczeń osiągnie najlepszy wynik w klasie

**Bardzo dobry**- uczeń zadanie ruchowe wykonuje prawidłowo w tempie

**Dobry**- uczeń podczas wykonywania ćwiczenia popełnił niewielki błąd – tempo biegu, brak odbicia

**Dostateczny**- w czasie wykonywania zadania pojawiają się rażące błędy

**Dopuszczający**- uczeń przystąpił do zaliczenia, jednak nie wykonał zadania

**Niedostateczny**- uczeń jest na zajęciach i nie przystępuje do zaliczenia

### **2 Marszobieg w terenie**

**Celująca** - uczeń osiągnie najlepszy wynik w klasie

**Bardzo dobry** – uczeń brał udział w biegu terenowym, wykazał się ambicją w trakcie rywalizacji

**Dobry** – brał udział w biegu terenowym, lekkie błędy podczas techniki biegu

**Dostateczny** - brał udział w biegu terenowym, nie wykazał się ambicją w trakcie rywalizacji, udział w biegu potraktował jako konieczność

**Dopuszczający** - brał udział w biegu terenowym, nie wykazał się ambicją w trakcie rywalizacji, bieg potraktował jako konieczność, negował potrzebę startu

**Niedostateczny** – uczeń jest na zajęciach i nie przystępuje do zaliczenia

### **3 Rzut piłką lekarską w tył nad głowę**

**Celująca** - uczeń osiągnie najlepszy wynik w klasie

**Bardzo dobry**- uczeń zadanie ruchowe wykonuje prawidłowo

**Dobry**- uczeń podczas wykonywania zadania popełnia niewielkie błędy techniczne

**Dostateczny**- w czasie wykonywania zadania pojawiają się rażące błędy techniczne

**Dopuszczający**- uczeń przystąpił do zaliczenia, jednak nie wykonał zadania

**Niedostateczny**- uczeń jest na zajęciach i nie przystępuje do zaliczenia

## **Piłka nożna**

### **1. Podanie i przyjęcie piłki**

**Celująca** - uczeń potrafi wykorzystać nabyte umiejętności w grze właściwej

**Bardzo dobry**- uczeń zadanie ruchowe wykonuje prawidłowo

**Dobry**- uczeń podczas wykonywania ćwiczenia popełnił niewielki błąd (technika przyjęcia, tempo ćwiczenia)

**Dostateczny**- w czasie wykonywania zadania pojawiają się rażące błędy

**Dopuszczający**- uczeń przystąpił do zaliczenia, jednak nie wykonał zadania

**Niedostateczny**- uczeń jest na zajęciach i nie przystępuje do zaliczenia

## **2. Prowadzenie piłki po slalomie**

**Celująca** - uczeń potrafi wykorzystać nabyte umiejętności w grze właściwej

**Bardzo dobry**- uczeń zadanie ruchowe wykonuje prawidłowo

**Dobry**- uczeń podczas wykonywania ćwiczenia popełnił niewielki błąd (technika, tempo ćwiczenia)

**Dostateczny**- w czasie wykonywania zadania pojawiają się rażące błędy

**Dopuszczający**- uczeń przystąpił do zaliczenia, jednak nie wykonał zadania

**Niedostateczny**- uczeń jest na zajęciach i nie przystępuje do zaliczenia

**WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY ŚRÓDROCZNE  
I KOŃCOWE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO.  
(dla wszystkich klas)**

**WYMAGANIA NA OCENĘ CELUJĄCĄ ( 6 ):**

- ✓ uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą ;
- ✓ aktywnie uczestniczy w życiu szkoły i poza szkołą ;
- ✓ zdobywa dla szkoły punktowane miejsca w zawodach sportowych, posiada klasę sportową ;

**WYMAGANIA NA OCENĘ BARDZO DOBRĄ ( 5 ):**

- ✓ uczeń całkowicie opanował materiał programowy ;
- ✓ jest bardzo sprawny fizycznie; ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, zna założenia taktyczne i dyscyplin sportowych zawartych w programie;
- ✓ posiada duże wiadomości w zakresie kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje ją w praktycznym działaniu;
- ✓ systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w usprawnieniu;
- ✓ jego postawa społeczna , zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego nie budzą najmniejszych zastrzeżeń;
- ✓ **otrzymał co najmniej ocenę bardzo dobrą za strój, frekwencję i aktywność na zajęciach,**
- ✓ bierze aktywny udział w zajęciach SKS i zawodach sportowych;

**WYMAGANIA NA OCENĘ DOBRĄ ( 4 ) – SĄ TO WIADOMOŚCI I UMIEJĘTNOŚCI ŚREDNIOTRUDNE :**

- ✓ uczeń w zasadzie opanował materiał programowy;
- ✓ dysponuje dobrą sprawnością motoryczną, ćwiczenia wykonuje prawidłowo, z małymi błędami technicznymi;
- ✓ posiadane wiadomości potrafi wykorzystać w praktyce przy pomocy nauczyciela;
- ✓ nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad usprawnieniem, wykazuje dość duże postępy w tym zakresie;
- ✓ jego postawa społeczna i stosunek do kultury fizycznej nie budzą większych zastrzeżeń;
- ✓ **otrzymał pozytywną ocenę za strój, frekwencję i aktywność na zajęciach wf,**
- ✓ nie bierze udziału w zajęciach pozalekcyjnych;

**WYMAGANIA NA OCENĘ DOSTATECZNĄ ( 3 ) – to wiadomości i umiejętności stosunkowo łatwe do opanowania , użyteczne w życiu codziennym i absolutnie niezbędne do kontynuowania nauki na wyższym poziomie ;**

- ✓ uczeń opanował materiał programowy na przeciętnym poziomie ze znacznymi lukami;
- ✓ dysponuje przeciętną sprawnością motoryczną; ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie i z większymi błędami technicznymi;
- ✓ wykazuje małe postępy w usprawnieniu motorycznym;
- ✓ w jego wiadomościach z zakresu kultury fizycznej są znaczne luki, a tej wiedzy, którą ma , nie potrafi wykorzystać w praktyce;
- ✓ wykazuje małe postępy w usprawnieniu;
- ✓ **otrzymał pozytywną ocenę za strój, frekwencję i aktywność na zajęciach wf,**
- ✓ przejawia pewne braki w zakresie wychowania społecznego, w postawie i stosunku do kultury fizycznej;

**WYMAGANIA NA OCENĘ DOPUSZCZAJĄCĄ ( 2 )** – są to wiadomości i umiejętności, które umożliwiają uczniowi świadome korzystanie z lekcji;

- ✓ uczeń nie opanował materiału programowego w stopniu dostatecznym i ma poważne luki;
- ✓ jest mało sprawny fizycznie; ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi;
- ✓ posiada mało wiadomości z zakresu kultury fizycznej, nie potrafi wykonać prostych zadań ruchowych;
- ✓ nie jest pilny i wykazuje bardzo małe postępy w usprawnieniu;
- ✓ **otrzymał pozytywną ocenę za strój, frekwencję i aktywność na zajęciach wf,**
- ✓ na zajęciach wf przejawia poważne braki w zakresie wychowania społecznego, ma niechętny stosunek do ćwiczeń;

**WYMAGANIA NA OCENĘ NIEDOSTATECZNĄ ( 1 ) :**

- ✓ uczeń jest daleki od spełniania wymagań stawianych przez program;
- ✓ posiada bardzo niską sprawność motoryczną; wykonuje jedynie najprostsze ćwiczenia i w dodatku z rażącymi błędami;
- ✓ charakteryzuje się niewiedzą w dziedzinie kultury fizycznej;
- ✓ ma lekceważący stosunek do zajęć i nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu;
- ✓ **otrzymał niedostateczną ocenę za strój, frekwencję i aktywność na zajęciach wf,**
- ✓ na zajęciach wf wykazuje duże i rażące braki w zakresie wychowania społecznego.