

**Wymagania Edukacyjne z Wychowania Fizycznego
w SP im. Kawalerów Orderu Uśmiechu w Dąbrówce
Rok szkolny 2024/2025**

1. Wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego

Ocenę **celującą** otrzymuje uczeń który:

- ✓ Zawsze jest przygotowany do lekcji,
- ✓ Bierze aktywny udział w lekcji
- ✓ Wszystkie zaplanowane sprawdziany zalicza w terminie na bardzo wysokim poziomie
- ✓ Wykazuje ponad przeciętny postęp w sprawności fizycznej lub utrzymuje stale bardzo wysoki jej poziom
- ✓ Reprezentuje szkołę w zawodach i imprezach sportowych osiągając przy tym bardzo wysokie wyniki
- ✓ Samodzielnie i twórczo rozwija własne uzdolnienia podczas lekcji
- ✓ Jego postawa społeczna i stosunek do przedmiotu jest wzorowy
- ✓ Prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia
- ✓ Posiada maksymalny zakres wiedzy o wychowaniu fizycznym wynikający z programu – przepisy gry, technika, taktyka poszczególnych dyscyplin sportowych i stosuje je w praktyce (np. podczas gier zespołowych), zna wybitnych polskich sportowców
- ✓ Zawsze kieruje się zasadami fair-play

Ocenę **bardzo dobrą** otrzymuję uczeń który:

- ✓ Zawsze jest przygotowany do lekcji,
- ✓ Prezentuje umiejętności ruchowe na poziomie bardzo dobrym
- ✓ Bierze aktywny udział w lekcji
- ✓ Wszystkie zaplanowane sprawdziany zalicza w terminie w stopniu bardzo dobrym
- ✓ Bierze udział w imprezach sportowych i zawodach sportowych, osiągając bardzo dobre wyniki
- ✓ Jego postawa społeczna i stosunek do przedmiotu nie budzą zastrzeżeń
- ✓ Wie jak dbać o zdrowie i prowadzi zdrowy tryb życia
- ✓ Posiada wiedzę z zakresu wychowania fizycznego i potrafi wykorzystać posiadane wiadomości w praktyce
- ✓ Zawsze, kieruje się zasadami fair-play

Ocenę **dobrą** otrzymuję uczeń który:

- ✓ Zawsze jest przygotowany do lekcji,
- ✓ Systematycznie i aktywnie uczestniczy w lekcji,
- ✓ Dbą o swoją sprawność fizyczną i stara się ją rozwijać
- ✓ Posiada podstawowe wiadomości określone programem
- ✓ Sprawdziany przewidziane przez nauczyciela zalicza w stopniu dobry, osiąga nieznaczne postępy w niektórych dziedzinach wychowania fizycznego
- ✓ Jego postawa społeczna i stosunek do przedmiotu nie budzi zastrzeżeń
- ✓ Posiada nawyki higieniczno-zdrowotne
- ✓ Stosuje zasady fair-play

Ocenę **dostateczną** otrzymują uczeń

- ✓ Nie zawsze jest przygotowany do lekcji,
- ✓ Wykazuje się niską aktywnością na lekcji wychowania fizycznego
- ✓ Wykazuje braki w wiadomościach z zakresu wychowania fizycznego
- ✓ Radzi sobie z zadaniami praktycznymi o średnim stopniu trudności
- ✓ Zaplanowane sprawdziany zalicza w stopniu dostatecznym
- ✓ Wykazuje braki w zakresie podstawowych nawyków higieniczno- zdrowotnych
- ✓ Nie wykazuje rażących braków w postawie społecznej i stosunku do przedmiotu
- ✓ Stosuje zasady fair-play

Ocenę **dopuszczającą** otrzymuje uczeń który:

- ✓ Bardzo często nie jest przygotowany do lekcji,
- ✓ Przejawia minimalną aktywność na lekcji wychowania fizycznego
- ✓ Ma bardzo duże braki w zakresie wiadomości i umiejętności
- ✓ Wykonuje ćwiczenia o bardzo niskim stopniu trudności
- ✓ Sprawdziany zalicza w stopniu minimalnym
- ✓ Nie wykazuje zainteresowania przedmiotem
- ✓ Jego postawa społeczna i stosunek do przedmiotu budzi duże zastrzeżenia i wpływa na bezpieczeństwo na lekcji
- ✓ Wykazuje duże zaniedbania w zakresie podstawowych nawyków higieniczno- zdrowotnych

Ocenę **niedostateczną** otrzymuje uczeń:

- ✓ Notorycznie nie nosi stroju sportowego
- ✓ Bardzo często opuszcza lekcje (nieusprawiedliwione nieobecności, ucznia)
- ✓ Nie wykazuje żadnej aktywności na lekcji wychowania fizycznego
- ✓ Nie zalicza w terminie lub w ogóle sprawdzianów przewidzianych przez nauczyciela
- ✓ Wykazuje lekceważący stosunek do przedmiotu
- ✓ Wykazuje rażące braki w zakresie kultury osobistej i podstawowych nawyków higieniczno- zdrowotnych
- ✓ Nie stosuje zasad fair- play
- ✓ Nie posiada żadnej wiedzy z zakresy wychowania fizycznego

WYMAGANIA EDUKACYJNE		Klasa IV	Klasa V	Klasa VI	Klasa VII	Klasa VIII
1	UMIĘTNOŚCI RUCHOWE	<ul style="list-style-type: none"> • odbicia piłki sposobem oburącz górnym 	<ul style="list-style-type: none"> • odbicia piłki sposobem oburącz górnym i dolnym 	<ul style="list-style-type: none"> • rozegranie piłki „na trzy” • zagrywka ze zmniejszonej odległości 	<ul style="list-style-type: none"> • wystawianie piłki • odbiór piłki 	<ul style="list-style-type: none"> • zbiecie piłki • ustawianie w obronie i ataku • umiejętność wykorzystania technicznych i taktycznych elementów w grze
	Piłka siatkowa					
2	Piłka koszykowa	<ul style="list-style-type: none"> • kozłowanie piłki prawą i lewą ręką w miejscu i w ruchu • rzut piłki do kosza z miejsca • podania piłki oburącz 	<ul style="list-style-type: none"> • kozłowanie piłki w ruchu ze zmianą tempa i kierunku, 	<ul style="list-style-type: none"> • rzut z biegu po kozłowaniu (dwutakt) 	<ul style="list-style-type: none"> • w grze obrona „każdy swego” • zwody 	<ul style="list-style-type: none"> • umiejętność wykorzystania technicznych i taktycznych elementów w grze
3	Piłka ręczna	<ul style="list-style-type: none"> • kozłowanie piłki prawą i lewą ręką w miejscu i w ruchu • rzut piłki do bramki z miejsca • podania piłki jednorącz w miejscu 	<ul style="list-style-type: none"> • kozłowanie piłki w ruchu ze zmianą tempa i kierunku, • podania piłki jednorącz w ruchu 	<ul style="list-style-type: none"> • rzut piłki do bramki w ruchu (rzut z wyskoku w rytmie trzech kroków) 	<ul style="list-style-type: none"> • w grze obrona „każdy swego” • zwody 	<ul style="list-style-type: none"> • umiejętność wykorzystania technicznych i taktycznych elementów w grze
4	Piłka nożna	<ul style="list-style-type: none"> • prowadzenie piłki nogą • strzał piłki do bramki z miejsca 	<ul style="list-style-type: none"> • strzał piłki do bramki w ruchu 	<ul style="list-style-type: none"> • prowadzenie piłki nogą ze zmianą tempa i kierunku 	<ul style="list-style-type: none"> • w grze obrona „każdy swego” • zwody 	<ul style="list-style-type: none"> • umiejętność wykorzystania technicznych i taktycznych elementów w grze

5	Gimnastyka	<ul style="list-style-type: none"> • przewrót w przód z różnych pozycji wyjściowych • układ gimnastyczny (lub taneczny) 	<ul style="list-style-type: none"> • przewrót w przód z marszu • przewrót w tył z przysiadu • skok przez przyrząd (np. skok przez kozła lub skrzynię) 	<ul style="list-style-type: none"> • układ ćwiczeń zwinnościowo – akrobatycznych z przyborem lub bez • wybrane ćwiczenie zwinnościowo – akrobatyczne (np. stanie na głowie i rękach z asekuracją, przerzut bokiem) • skok przez przyrząd 	<ul style="list-style-type: none"> • wybrane ćwiczenie zwinnościowo – akrobatyczne (np. piramidy) 	<ul style="list-style-type: none"> • dowolny układ gimnastyczny
6	Taniec	<ul style="list-style-type: none"> • układ taneczny z przyborem lub bez w oparciu o własną ekspresję ruchową 	<ul style="list-style-type: none"> • proste kroki i figury wybranego tańca regionalnego 	<ul style="list-style-type: none"> • proste kroki i figury wybranego tańca nowoczesnego 	<ul style="list-style-type: none"> • dowolny układ tańca z wykorzystaniem nowoczesnych form aktywności fizycznej 	<ul style="list-style-type: none"> • dowolny układ tańca z wykorzystaniem nowoczesnych form aktywności fizycznej
7	Lekkoatletyka	<ul style="list-style-type: none"> • bieg krótki ze startu wysokiego (zaangażowanie) • marszobieg w terenie • rzut z miejsca lub krótkiego rozbiegu piłeczką palantową • skok w dal z krótkiego rozbiegu ze strefy 	<ul style="list-style-type: none"> • bieg terenowy • bieg krótki ze startu niskiego • skok w dal z rozbiegu 	<ul style="list-style-type: none"> • rzut piłeczką palantową z rozbiegu • bieg przez płotki 	<ul style="list-style-type: none"> • przekazanie pałeczki w biegu sztafetowym • skok w dal z odbicia z belki - technika 	<ul style="list-style-type: none"> • bieg terenowy z elementami orientacji w terenie • skok wzwyż – techniką naturalną
8	Rekreacja	<ul style="list-style-type: none"> • zaangażowanie – gra lub zabawa regionalna 	<ul style="list-style-type: none"> • rzut i chwyt ringo 	<ul style="list-style-type: none"> • zaangażowanie – gra europejska 	<ul style="list-style-type: none"> • zaangażowanie – gra spoza Europy 	<ul style="list-style-type: none"> • bieg terenowy - diagnozuje własną, dzienną aktywność fizyczną, wykorzystując nowoczesne technologie (np. urządzenia monitorujące, aplikacje internetowe)

9	Umiejętności organizacyjne	<ul style="list-style-type: none"> organizuje w gronie rówieśników wybraną zabawę ruchową lub grę stosując przepisy w formie uproszczonej 	<ul style="list-style-type: none"> przeprowadza fragment rozgrzewki pełni rolę sędziego 	<ul style="list-style-type: none"> organizuje wybraną grę rekreacyjną lub sportową przeprowadza fragment rozgrzewki pełni rolę sędziego 	<ul style="list-style-type: none"> planuje szkolne rozgrywki według systemu pucharowego i „każdy z każdym” pełni rolę sędziego przeprowadza rozgrzewkę 	<ul style="list-style-type: none"> planuje szkolne rozgrywki według systemu pucharowego i „każdy z każdym” pełni rolę sędziego przeprowadza rozgrzewkę
10	WIADOMOŚCI	Ocenie podlegać będą wiadomości z zakresu edukacji zdrowotnej, aktywności fizycznej, bezpieczeństwa, wiedzy o sporcie i jego historii.				
11	KOMPETENCJE SPOŁECZNE	Ocenie podlegać będą kompetencje społeczne – postawy przejawiane przez ucznia w trakcie zajęć wychowania fizycznego.				
12	POSTAWA	Ocenie podlegać będzie aktywność i zaangażowanie na lekcji, przygotowanie do zajęć, postawa wobec zajęć, udział w zajęciach pozalekcyjnych, pozaszkolnych i zawodach sportowych.				

Nauczyciele wychowania fizycznego

Przewodniczący: Nowacka Monika

Członkowie:

- Berczyński Łukasz
- Wesołowski Krzysztof
- Dorna Krystyna
- Ochocka Edyta
- Mankiewicz Adrian
- Bartkowiak Katarzyna
- Wieczorkiewicz Oktawia

