

Wymagania z wf dla klas 4-8 rok  
szkolny 2023/24

**1. Ocena celująca:**

- a) Uczeń prezentuje wybitny poziom umiejętności i rozwoju koordynacyjno-kondycyjnej w pełnym zakresie przewidzianym programem nauczania,
- b) Prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące bardzo poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
- c) Jest aktywny podczas lekcji, bardzo chętnie i z zaangażowaniem wykonuje polecenia nauczyciela, a także samodzielnie doskonali swoje umiejętności i sprawność koordynacyjno-ruchową,
- d) Swoją postawą społeczną i stosunkiem do przedmiotu nie budzi zastrzeżeń, jest zdyscyplinowany, koleżeński, posiada prawidłowe nawyki higieniczno -zdrowotne, zawsze posiada właściwy strój na lekcje wychowania fizycznego,
- e) Szanuje i dba o szkolny sprzęt sportowy i potrafi wykorzystywać go zgodnie z przeznaczeniem,
- f) Wykazuje się bardzo dobrą znajomością przepisów gier sportowych i umiejętnością pomocy przy ich organizacji,
- g) Aktywnie bierze udział w pozalekcyjnych i pozaszkolnych zajęciach sportowo - rekreacyjnych, godnie reprezentuje szkołę w ( gminne, powiatowe, wojewódzkie) międzyszkolnych zawodach sportowych.
- h) Potrafi dokonać samooceny i samokontroli rozwoju fizycznego

**2. Ocena bardzo dobra:**

- a) Uczeń prezentuje wysoki poziom umiejętności i rozwoju sprawności koordynacyjno-kondycyjnej w zakresie przewidzianym programem nauczania,
- b) Prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
- c) Jest aktywny podczas lekcji, chętnie i z zaangażowaniem wykonuje polecenia nauczyciela, w miarę możliwości samodzielnie doskonali swoje umiejętności i sprawność koordynacyjno-ruchową,
- d) Swoja postawa społeczną i stosunkiem do przedmiotu nie budzi zastrzeżeń, jest zdyscyplinowany, koleżeński, posiada prawidłowe nawyki higieniczno-zdrowotne, zawsze posiada właściwy strój na lekcji wychowania fizycznego,
- e) Szanuje i dba o szkolny sprzęt sportowy i potrafi wykorzystać go zgodnie z przeznaczeniem,
- f) Wykazuje się dobrą znajomością przepisów gier sportowych i umiejętnością pomocy przy ich organizacji.
- g) Aktywnie bierze udział w pozalekcyjnych u pozaszkolnych zajęciach sportowo-rekreacyjnych.
- h) Potrafi dokonać samooceny i samokontroli rozwoju fizycznego.

**3. Ocena dobra:**

- a) Uczeń prezentuje dobry poziom umiejętności i rozwoju sprawności koordynacyjno-kondycyjnej w zakresie przewidzianym programem nauczania,
- b) Prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące w miarę poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
- c) Jest aktywny podczas lekcji, wykonuje polecenia nauczyciela, stara się samodzielnie doskonalić swoje umiejętności i sprawność koordynacyjno –ruchową,

- d) Swoją postawą społeczną i stosunkiem do przedmiotu nie budzi większych zastrzeżeń, jest zdyscyplinowany, koleżeński, posiada prawidłowe nawyki higieniczno-zdrowotne, zawsze posiada właściwy strój na lekcji wychowania fizycznego,
- e) Szanuje i dba o szkolny sprzęt sportowy i nie zawsze potrafi wykorzystać go zgodnie z przeznaczeniem,
- f) Wykazuje się dobrą znajomością przepisów gier sportowych i umiejętnością pomocy przy ich organizacji.
- g) Sporadycznie bierze udział w pozalekcyjnych i pozaszkolnych zajęciach sportowo-rekreacyjnych.
- h) Potrafi dokonać samooceny i samokontroli rozwoju fizycznego.

#### **4. Ocena dostateczna:**

- a) Uczeń prezentuje słaby poziom umiejętności i rozwoju sprawności koordynacyjno-kondycyjnej w zakresie przewidzianym programem nauczania,
- b) Nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki lub ćwiczeń kształtujących poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
- c) Nie wykazuje się aktywnością podczas lekcji, niechętnie wykonuje polecenia nauczyciela, nie wykazuje starań w kierunku samodzielnego doskonalenia swoich umiejętności i sprawności koordynacyjno-ruchowej,
- d) Jego postawa społeczna i stosunek do przedmiotu budzi pewne zastrzeżenia, jest mało zdyscyplinowany, jego nawyki higieniczno-zdrowotne przedstawiają pewne braki, nie zawsze posiada właściwy ubiór na lekcji wychowania fizycznego,
- e) Szanuje szkolny sprzęt sportowy, lecz nie potrafi wykorzystywać go zgodnie z przeznaczeniem,
- f) Wykazuje się słabą znajomością przepisów gier sportowych i umiejętnością pomocy przy ich organizacji.
- g) Nie uczestniczy w pozalekcyjnych i pozaszkolnych zajęciach sportowo-rekreacyjnych.
- h) Nie potrafi dokonać samooceny i samokontroli rozwoju fizycznego.

#### **5. Ocena dopuszczająca:**

- a) Uczeń prezentuje bardzo słaby poziom umiejętności i rozwoju sprawności koordynacyjno-kondycyjnej w dużo niższym zakresie niż przewiduje to program nauczania,
- b) Nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki lub ćwiczeń kształtujących poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
- c) Nie wykazuje się aktywnością podczas lekcji, z dużym oporem wykonuje polecenia nauczyciela, nie widzi potrzeb samodzielnego doskonalenia swoich umiejętności i sprawności koordynacyjno-ruchowej,
- d) Jego postawa społeczna i stosunek do przedmiotu budzi wiele zastrzeżeń, jest niezdyscyplinowany, wykazuje duże braki prawidłowych nawyków higieniczno-zdrowotnych, bardzo często nie posiada właściwego ubioru na lekcje wychowania fizycznego,
- e) Nie szanuje szkolnego sprzętu sportowego, nie potrafi wykorzystywać go zgodnie z przeznaczeniem.
- f) Nie zna przepisów gier sportowych i nie potrafi pomóc przy organizacji zawodów sportowych.
- g) Nie uczestniczy w żadnych dodatkowych formach aktywności ruchowej w szkole.

## 6. Ocena niedostateczna:

- a) Uczeń prezentuje bardzo słaby poziom umiejętności i rozwoju sprawności koordynacyjno-kondycyjnej w zakresie uniemożliwiającym realizację programu nauczania.
- b) Nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki lub ćwiczeń kształtujących poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
- c) Nie przejawia żadnej aktywności podczas lekcji, nie wykonuje poleceń nauczyciela, nie widzi potrzeby samodzielnego doskonalenia swoich umiejętności i sprawności koordynacyjno-ruchowej.
- d) Jego postawa społeczna i stosunek do przedmiotu budzi wiele zastrzeżeń, jest niezdyscyplinowany, nie posiada prawidłowych nawyków higieniczno - zdrowotnych, regularnie nie posiada właściwego ubioru na lekcji WF.
- e) Niszczy szkolny sprzęt sportowy, nie potrafi wykorzystać go zgodnie z przeznaczeniem.
- f) Nie zna przepisów gier sportowych i nie potrafi pomóc przy organizacji zawodów sportowych.
- g) Nie uczestniczy w żadnych dodatkowych formach aktywności ruchowej w szkole.

## WAGI OCEN

**1-normalna**

**2-ważna**

**3 –bardzo ważna**

	Waga ocen	
<i>sprawność motoryczna</i>	<b>2</b>	<i>LA, testy motoryczne, tory przeszkód, indeks sprawności motorycznej.....</i>
<i>sprawdzian praktyczny</i>	<b>3</b>	<i>sprawdzian umiejętności uczonych elementów</i>
<i>brak stroju</i>	<b>2</b>	<i>2 braki stroju bez konsekwencji, każdy następny brak stroju obniżona ocena z aktywności.</i>
<i>zawody sportowe na szczeblu gminnym i powiatowym</i>	<b>3</b>	
<i>przeprowadzenie rozgrzewki i meldunek</i>	<b>2</b>	
<i>gazetka sportowa</i>	<b>1</b>	
<i>aktywna postawa podczas lekcji</i>	<b>2</b>	<i>(pięć plusów – ocena bdb, pięć minusów – ocena ndst.); plusy i minusy się nie równoważą, odmowa wykonania zadań wskazanych przez nauczyciela , Uczeń przez cały miesiąc był obecny na</i>

		<i>zajęciach, nie zgłosił nieprzygotowania i aktywnie uczestniczył podczas lekcji Niewykorzystanie 2- ch braków stroju w semestrze</i>
<i>Wiadomości</i>	<b><i>1</i></b>	<i>np. edukacja zdrowotna, przepisy gry, ciekawostki i nowinki z zakresu rekreacji ruchowej</i>

7. Przy ocenach bieżących dopuszcza się stosowanie plusów i minusów wg następującej skali: 1, +1, -2, 2, +2, -3, 3, +3, -4, 4, +4, -5, 5, +5,-6, 6.