**Wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego w roku szkolnym 2021/2022**

Sprawdzając na bieżąco efekty kształcenia, porównujemy je z wymaganiami programowymi, celami edukacyjnymi i zadaniami szkoły zapisanymi w podstawie programowej.

1.Oceniając osiągnięcia ucznia określamy jego indywidualne uzdolnienia fizyczne, przyczyny trudności w opanowaniu elementów ruchowych.

2.Przy ustalaniu oceny śródrocznej i końcoworocznej z wychowania fizycznego, bierzemy pod uwagę wysiłek ucznia wkładany przez niego w osiągnięcie wyznaczonego celu, wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tego przedmiotu, postępy ucznia w zdobywaniu i utrwalaniu wiadomości, umiejętności i sprawności oraz wykształcenie umiejętności dbania o zdrowie.

3.Wśród wielu elementów wchodzących w skład danej oceny z wychowania fizycznego duży nacisk kładziemy na frekwencję ucznia na lekcji. Stanowi ona podstawę wystawienia oceny śródrocznej i końcoworocznej.

Staramy się, aby ocena mobilizowała uczniów do ciągłego doskonalenia sprawności ogólnej i specjalnej, samooceny i samokontroli własnej sprawności oraz aby kształtowała właściwe postawy prozdrowotne na całe życie.

W każdym miesiącu uczeń otrzyma ocenę za aktywność w czasie zajęć wf, której waga będzie równa liczbie tygodni przypadającej w tym miesiącu na wychowanie fizyczne

4.Nauczyciel na początku roku szkolnego informuje uczniów o wymaganiach edukacyjnych i sposobach sprawdzania wiedzy i umiejętności.

5. Nauczyciel jest zobowiązany na podstawie pisemnej opinii poradni specjalistycznej obniżyć wymagania edukacyjne w stosunku do ucznia, u którego stwierdzono specyficzne trudności w uczeniu się lub deficyty rozwojowe, uniemożliwiające sprostanie wymaganiom edukacyjnym wynikających z programu nauczania.

6. Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego – brane będą pod uwagę:

- wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywaniu się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć

- obecności na zajęciach wychowania fizycznego

- sprawdziany umiejętności i sprawności

**I. Szczegółowe kryteria oceniania - przedmiot oceny**

1. Postawa

Ocenie podlega:

- przestrzeganie zasad bezpieczeństwa

- pomoc słabszym w trudnych sytuacjach

- przestrzeganie zasad czystej gry oraz fair play

- postawa zawodnika – kontrola własnych negatywnych i pozytywnych emocji

- kulturalne kibicowanie

2. Aktywność

Ocenie podlega:

- wysiłek wkładany przez ucznia w usprawnianie się,

- udział w organizację lekcji - przygotowanie miejsca zajęć ruchowych, przeprowadzenie

 rozgrzewki, inwencja w organizowaniu gier i zabaw oraz w doborze ćwiczeń

- obecność ucznia na lekcjach w- f

3. Wiadomości

Ocenie podlegają:

 - wiadomości związane z zasadami funkcjonowania, regeneracji sił, czynnym odpoczynkiem

 - wiadomości związane z postawą ciała

 - wiadomości związane z kształtowaniem i oceną sprawności oraz zdrowia

 - wiadomości związane z profilaktyką dbałości o zdrowie w życiu dorosłego człowieka

 - wiadomości dotyczące organizowania i sędziowania zawodów sportowych, imprez

 rekreacyjnych i turystycznych.

- umiejętność połączenia wiadomości z zakresu nauczania ruchu z jego technicznym

 wykonaniem w poszczególnych dyscyplinach sportowych

4. Umiejętności

Ocenie podlega:

 - umiejętność działania na rzecz zdrowia i podnoszenia sprawności fizycznej

 - umiejętności kształtujące i korygujące postawę ciała

- umiejętność połączenia wykonania ruchu z jego opisem słownym

 - umiejętności utylitarne

 - umiejętności organizowania i sędziowania zawodów sportowych, imprez rekreacyjnych

 i turystycznych

 - umiejętności bycia widzem i kibicem

5. Sprawność fizyczna

Ocenie podlega:

- dbałość o zdrowie, higienę i kondycje oraz prawidłową postawę ciała

- samokontrola i samoocena sprawności

- poziom i postęp sprawności fizycznej

**II. Zasady oceniania**

1. W ciągu półrocza przeprowadzonych będzie nie mniej niż 2 sprawdziany określające umiejętności ruchowe. Jeżeli z przyczyn losowych uczeń nie może podejść do sprawdzianu, to powinien ustalić (dogodny dla obu stron) termin z nauczycielem prowadzącym.

2. W przypadku zwolnienia lekarskiego uczeń jest zobowiązany do zaliczenia sprawdzianów terminie ustalonym z nauczycielem prowadzącym.

3. Każdy uczeń ma obowiązek posiadania stroju gimnastycznego: koszulki, spodenek, obuwia sportowego, dresu.

Za 3- krotny i kolejny brak stroju w semestrze uczeń otrzymuje ocena niedostateczną.

4. Każdy uczeń otrzymuje ocenę raz w miesiącu za udział w zajęciach (ocena z aktywności).

5. Wysiłek wkładany przez ucznia w usprawnianie się premiujemy oceną, ma ona wpływ na oceną semestralną.

6. Wiadomości oceniamy poprzez zadawanie pytań, dyskusji tematycznych związanych z edukacja zdrowotną, znajomością techniki i przepisów gry.

 Wiadomości mają na celu:

 - opanowania wiedzy z zakresu wychowania fizycznego dotyczącej sprawności fizycznej

 - sposobu przygotowania organizmu do wysiłku fizycznego

 - stosowania ćwiczeń, wzmacniających, rozciągających poszczególne części ciała

 - przepisów poszczególnych dyscyplin sportowych

 - zastosowanie prostych ćwiczeń relaksacyjnych na każdym etapie życia

 - troski o zdrowie w okresie całego życia

 - zdrowego trybu życia, dbałości o zdrowie

 - posługiwania się prawidłową terminologią z zakresu wychowania fizycznego i edukacji zdrowotnej

 - przygotowanie ucznia do przekazywania swoim rówieśnikom postaw prosportowych i prozdrowotnych w grupie rówieśniczej na każdym etapie życia

7. Umiejętności oceniamy poprzez zadania kontrolno – oceniające: sprawdzamy wybrane umiejętności ruchowe/ oraz obserwujemy ucznia w trakcie wykonywania ćwiczeń. Ocenie podlega aktywność ruchowa na zajęciach wychowania fizycznego.

8. Ocena ze sprawności fizycznej będzie przede wszystkim wynikać z postępów ucznia, a nie z poziomu jaki aktualnie reprezentuje / chyba że uczeń osiąga bardzo dobre wyniki/.

9. Nie wystawia się oceny niedostatecznej za próby sprawności fizycznej z wyjątkiem sytuacji, w której uczeń nie podejmuje się wykonania próby lub rezygnuje z niej w trakcie i nie ma to związku z jego złym samopoczuciem psychofizycznym lub urazem.

10. Można podwyższyć ocenę uczniowi, który z różnych powodów nie może w pełni realizować zadań wynikających z programu nauczania pod warunkiem, że:

- sumiennie i aktywnie uczestniczy na zajęciach wychowania fizycznego, oraz zajęciach

nadobowiązkowych

- w miarę swoich możliwości podnosi swoja sprawność fizyczną

- wykazuje stałe postępy w usprawnianiu

**Ocenia się w stopniach według następujące skali:**

**Ocena “6” - celująca**

1. Uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą ,,5".

2. Aktywnie uczestniczy w życiu sportowym bądź też w innych formach działalności

związanych z wychowaniem fizycznym na terenie szkoły SKS, - reprezentuje szkołę podczas rozgrywek międzyszkolnych, na szczeblu dzielnicowym, wojewódzkim.

3. Służy pomocą nauczycielowi na lekcjach w-f.

4. Zajmuje punktowane miejsca w zawodach makroregionu.

5. Posiada udokumentowaną klasę sportową.

6. Swoją wzorową postawą, zachowaniem wyróżnia się na lekcjach wf,

7. Doskonali swoja sprawność fizyczna, która znacznie wykracza poza treści zawarte w podstawie programowej z w-f oraz poprawnie ja diagnozuje.

8. Posiada wiadomości i umiejętności z w-f znacznie wykraczające poza zakres podstawy programowej.

**Ocena “5” - bardzo dobra**

1. Wykonuje ćwiczenia według wskazań nauczyciela na miarę swoich możliwości wrodzonych.

2. Posiada ogólne wiadomości na temat poszczególnych dyscyplin i umie je wykorzystać,np. w sędziowaniu, organizacji turniejów wewnątrzklasowych.

3. Systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu,

4. Jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego nie budzi zastrzeżeń.

5. Uczestniczy w rozgrywkach międzyklasowych.

6. Wykazuje bardzo wysoką frekwencję na lekcjach w- f, tzn. (90%-100%)

obecności na wszystkich odbytych w semestrze lekcjach wf), - jest zdyscyplinowany i obowiązkowy.

7. Bierze udział we wszystkich pomiarach sprawności fizycznej przeprowadzanych w pierwszym i drugim semestrze nauki.

8. Umie ocenić swoje mocne i słabe strony swojej sprawności. Wie jak pracować by poprawić słabe strony swojej sprawności.

9. Posiada wiadomości i umiejętności z w-f zawarte programie nauczania i podstawie programowej.

**Ocena “4" - dobra**

1. Ćwiczenia wykonuje prawidłowo, lecz nie dość, „lekko" i dokładnie oraz z małymi potknięciami technicznymi.

2. Posiada wiadomości i potrafi je wykorzystać w praktyce z pomocą nauczyciela.

3. Jego postawa społeczna i stosunek do wychowania fizycznego nie budzi większych zastrzeżeń.

4. Nie bierze udziału w zajęciach pozalekcyjnych.

5. Wykazuje się dobrą frekwencją (obecność czynna i bierna na 80 % wszystkich odbytych lekcji w-f w semestrze).

6. Posiada wiadomości na temat dyscyplin sportowych realizowanych w programie nauczania oraz umiejętności z nich na miarę swoich możliwości fizycznych.

7. Zabiegał o uzupełnienie sprawdzianów - pomiarów sprawności fizycznej i umiejętności z poszczególnych dyscyplin sportowych.

**Ocena “3" - dostateczna**

1. Ćwiczenia wykonuje z pewnymi niedociągnięciami technicznymi.

2. W jego wiadomościach z zakresu wf są znaczne luki, a tych, które posiada, nie potrafi wykorzystać w praktyce, - wykazuje małe postępy w usprawnianiu.

3. Przejawia pewne braki w zakresie wychowania społecznego w postawie i stosunku do wychowania fizycznego.

4. Nie bierze udziału w zajęciach pozalekcyjnych, wykazuje brak zainteresowania nimi.

5. Wykazuje się słabą frekwencją (obecność czynna i bierna na 70 % wszystkich odbytych w semestrze lekcji wf).

6. Posiada wiadomości oraz umiejętności z na miarę swoich możliwości fizycznych, ale nie przejawia zaangażowania by podnieść swoja sprawność i wiadomości z poszczególnych dyscyplin.

**Ocena “2” - dopuszczająca**

1. Ćwiczenia wykonuje niedokładnie, niestarannie.

2. Posiada małe wiadomości z zakresu wf, nie potrafi wykonać prostych zadań związanych

z samooceną, wykazuje brak nawyków higienicznych, - nie jest pilny i wykazuje bardzo małe postępy w usprawnianiu fizycznym.

3. Na zajęciach wf przejawia poważne braki w zakresie wychowania społecznego, ma niechętny stosunek do ćwiczeń.

4. Unika lekcji wf (nieobecności usprawiedliwione i nieusprawiedliwione tylko na lekcjachwychowania fizycznego).

5. Posiada nieusprawiedliwione godziny wf.

6. Wykazuje się słabą frekwencję na lekcjach wf (w granicach 51-60 % wszystkich odbytych lekcji wf w semestrze),

7. Posiada wiadomości oraz umiejętności poniżej wymagań zawartych w podstawie programowej i nie wykazuje żadnych chęci samodoskonalenia się.

**Ocena “1” – niedostateczna**

1. Uczeń jest daleki od spełnienia wymagań stawianych przez program i podstawę programową.

2. Charakteryzuje się praktyczną niewiedzą w zakresie wf i edukacji zdrowotnej.

3. Ma lekceważący stosunek do zajęć i nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu.

4. Na zajęciach w-f wykazuje duże i rażące braki w zakresie wychowania społecznego, jego stosunek do przedmiotu jest niechętny.

5. Unika lekcji w-f (nieobecności nieusprawiedliwione tylko na lekcjach wf).

6. Wykazuje się niską frekwencją na lekcjach w-f (50% wszystkich odbytych lekcji wfw semestrze).

 **Jeżeli uczeń nie osiągnie 50% obecności na lekcjach w-f jest nieklasyfikowany z powodów usprawiedliwionych lub nieusprawiedliwionych.**