WYMAGANIA EDUKACYJNE
Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO DLA KLAS I-IV
LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCEGO W KROŚNIEWICACH

Informacje ogólne:

1. Nauczyciel na początku roku szkolnego informuje uczniów o wymaganiach edukacyjnych i sposobach sprawdzania wiedzy i umiejętności.
2. Nauczyciel na podstawie pisemnej opinii poradni specjalistycznej, obniża wymagania edukacyjne oraz dostosowuje je do indywidualnych możliwości ucznia, u którego stwierdzono deficyty rozwojowe. Wymagania edukacyjne wynikające z programu nauczania, uwzględniają specyfikę różnych schorzeń ucznia.
3. Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego brany jest pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywaniu się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć.
4. W uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego.
5. Uczniowie, którzy ze względu na stan zdrowia nie mogą uczestniczyć w zajęciach wychowania fizycznego, muszą niezwłocznie po otrzymaniu zwolnienia lekarskiego wystąpić z podaniem do dyrekcji szkoły, dołączając odpowiednie zaświadczenie lekarskie.
6. Decyzję o zwolnieniu ucznia podejmuje dyrektor szkoły na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach ucznia w tych zajęciach, wydanej przez lekarza lub poradnie psychologiczno – pedagogiczną albo inną poradnię specjalistyczną. W przypadku zwolnienia ucznia z zajęć w dokumentacji wpisuje się „ zwolniony".

Ocena z wychowania fizycznego na koniec semestru i na koniec roku szkolnego jest wypadkową oceny za frekwencję, aktywność, testów sprawności fizycznej i sprawdzianów z dyscyplin sportowych

1.Ocena za frekwencję

* celująca (6) - czynne uczestnictwo we wszystkich zajęciach.
* bardzo dobra (5) - brak jednego czynnego uczestnictwa na zajęciach .
* dobra (4) - brak dwóch aktywnych udziałów w zajęciach
* dostateczny (3) - brak trzech aktywnych udziałów w zajęciach
* dopuszczająca (2) - brak czterech aktywnych udziałów w zajęciach
* niedostateczna (1) - pięć i więcej **:**
  - nieobecność nie jest liczona, jeżeli uczeń w tym czasie uczestniczył w innych zajęciach organizowanych przez szkołę
  - każdy uczeń zwolniony z wychowania fizycznego bez względu na okres zwolnienia uczestniczy w zajęciach jako sędzia lub pomocnik nauczyciela (musi zaliczyć wskazane przez nauczyciela przepisy gier).

2. Ocena za aktywność

- (6) - miejsce medalowe w zawodach rangi mistrzowskiej i sportową postawę
- (5) - godne reprezentowanie szkoły w zawodach szkolnych i międzyszkolnych
- (4) - aktywny udział w zajęciach wychowania fizycznego
- (3) - brak zaangażowania podczas zajęć sportowych
- (2) - nieodpowiednie zachowanie podczas lekcji i podczas imprez sportowych na terenie szkoły
- (1) - naganne zachowanie podczas lekcji wychowania fizycznego i podczas imprez sportowych rozgrywanych na terenie szkoły .

UWAGI:

1. Uczeń podlega ocenie za aktywność co miesiąc

2. Uczeń który aktywnie uczestniczył we wszystkich zajęciach wf w danym miesiącu lub nie uczestniczył w 1 zajęciach otrzymuje ocenę cząstkową – 5
3. Uczeń który nie uczestniczył w 2 zajęciach bez usprawiedliwienia – otrzymuje ocenę - 4
4. Uczeń który nie uczestniczył bez istotnej przyczyny w 3-4 zajęciach – otrzymuje ocenę - 3
5. Uczeń który nie uczestniczył bez istotnej przyczyny w 5-6 zajęciach – otrzymuje ocenę - 2
6. Uczeń który nie uczestniczył bez istotnej przyczyny w 7 zajęciach – otrzymuje ocenę - 1

3. Ocena za postęp w teście sprawności fizycznej

- (6) - poprawa wyników we wszystkich próbach
- (5) - poprawa kilku wyników, bez obniżenia wyników w innych próbach
- (4) - uzyskanie wyników na tym samym poziomie
- (3) - obniżenie wyników jednej lub dwóch prób
- (2) - obniżenie wyników trzech prób
- (1) - nie podejście do testów lub nie zaliczenie co najmniej 3 prób

W przypadku ciągłej usprawiedliwionej nieobecności w szkole (trwającej miesiąc i dłużej) możliwe jest odstępstwo od ww. regulaminu

Uczniowie z dysfunkcją fizyczną oceniani będą na podstawie poprawy wyników w próbach, do których będą mogli przystąpić .

4. Ocena ze sprawdzianów z dyscyplin sportowych

- (5) - prawidłowe płynne wykonanie ćwiczenia
- (4) - prawidłowe wykonanie ćwiczenia z małym błędem, lub wykonanie ćwiczenia za drugim podejściem
- (3) - prawidłowe wykonanie ćwiczenia z dużym błędem, lub wykonanie ćwiczenia za trzecim podejściem
- (2) - brak prawidłowego wykonania ćwiczenia mimo wielu prób wykonania ćwiczenia
- (1) - brak chęci podejścia do zadania

Uczniowie z dysfunkcją fizyczną oceniani będą indywidualnie po wcześniejszym ustaleniu możliwości fizycznych ucznia.
Ocenie podlegają:

LEKKOATLETYKA

- skok w dal metodą biegową
- pchnięcie kulą
- biegi na dystansach 60m,100m,800m, 1500m.

GRY ZESPOŁOWE

a) piłka nożna: prowadzenie i przyjęcie piłki, strzał do bramki z pierwszej piłki, taktyka gry w piłce halowej, znajomość przepisów gry, sędziowanie

b) piłka siatkowa: przyjęcie piłki, wystawienie piłki, zagrywka górna, taktyka gry właściwej, znajomość przepisów gry, sędziowanie.

c) Piłka koszykowa: kozłowanie piłki slalomem, rzuty do kosza po dwutakcie z podania, znajomość przepisów gry, zwody, współpraca w drużynie, sędziowanie.

d) Piłka ręczna: rzuty do bramki z biodra i z wyskoku, płynne kozłowanie piłki, podania długie i krótkie, współpraca w drużynie, ogólna znajomość przepisów gry.

GIMNASTYKA

- łączenie przewrotu w przód i w tył,
- stanie na rękach
- piramidy dwójkowe
-skok przez skrzynię lub przez kozła,
-proste ćwiczenia na równoważni
- samodzielne przeprowadzenie rozgrzewki z prawidłowym nazewnictwem ćwiczeń

FORMY MUZYCZNO – RUCHOWE

- inwencja twórcza uczniów przy układaniu choreografii
- prowadzenie zajęć z aerobicu

TESTY SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ

-test Coopera
-beep test
-rzut piłką lekarska
-test siły mięśni brzucha
-skok w dal z miejsca
-bieg „po ósemce”
- bieg wahadłowy

KRYTERIA KOŃCOWOROCZNEJ LUB SEMESTRALNEJ OCENY UCZNIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Celująca 6

- ✓ uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bdb (5)
- ✓ aktywnie uczestniczy w życiu sportowym na terenie szkoły lub w innych formach działalności związanych z kulturą fizyczną
- ✓ .bierze aktywny udział w zajęciach sportowo-rekreacyjnych i zawodach sportowych, reprezentuje szkołę
- ✓ Uczeń zajmuje medalową pozycję na zawodach minimum szczeblu powiatowym

Bardzo dobra 5

- ✓ uczeń całkowicie opanował materiał programowy w zakresie ponadpodstawowym dla danej klasy
- ✓ jest bardzo sprawny fizycznie
- ✓ ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, pewnie, w odpowiednim tempie i dokładnie, zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie
- ✓ posiada duże wiadomości w zakresie kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu
- ✓ systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu
- ✓ jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego nie budzą najmniejszych zastrzeżeń
- ✓ prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia
- ✓ bierze aktywny udział w zajęciach sportowo-rekreacyjnych i zawodach sportowych, reprezentuje szkołę

Dobra.....4

- ✓ uczeń opanował materiał programowy w zakresie podstawowym
- ✓ dysponuje dobrą sprawnością motoryczną
- ✓ ćwiczenia wykonuje prawidłowo, lecz nie dość dokładnie z małymi błędami technicznymi
- ✓ posiadane wiadomości potrafi wykorzystać w praktyce przy pomocy nauczyciela
- ✓ nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnieniem, wskazuje stałe i dość dobre postępy w tym zakresie
- ✓ jego postawa społeczna i stosunek do kultury fizycznej nie budzi większych zastrzeżeń

Dostateczna.....3

- ✓ 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 tych które ma nie potrafi wykorzystać w praktyce
- ✓ wykazuje małe postępy w usprawnianiu
- ✓ przejawia pewne braki w zakresie wychowania społecznego, w postawie i stosunku do kultury fizycznej

Dopuszczająca.....2

- ✓ 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 małe wiadomości z zakresu kultury fizycznej, nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną
- ✓ nie jest pilny i wykazuje bardzo małe postępy w usprawnieniu
- ✓ na zajęciach wf przejawia poważne braki w zakresie wychowania społecznego, ma niechętny stosunek do ćwiczeń

Niedostateczna.....1

- ✓ uczeń jest daleki od spełnienia wymagań stawianych przez program
- ✓ posiada bardzo niską sprawność motoryczną
- ✓ wykonuje jedynie najprostsze ćwiczenia i w dodatku z rażącymi błędami
- ✓ charakteryzuje się niewiedzą w zakresie kultury fizycznej
- ✓ ma lekceważący stosunek do zajęć i nie wykazuje żadnych postępów w usprawnieniu
- ✓ na zajęciach wf wykazuje duże i rażące braki w zakresie wychowania społecznego