

## **WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO DLA KLASY VI NA ROK SZKOLNY 2020/2021**

**LEKKOATLETYKA** - bieg długi 600-1000 m, bieg krótki 60 m, bieg wahadłowy 3 minuty, rzut piłką lekarską, skok w dal z miejsca i z rozbiegu, rzut piłeczką palantową, test Coopera.

**GIMNASTYKA** - stanie na rękach z asekuracją, skok kuczny przez skrzynię (5 części)

**KOSZYKÓWKA** - Ocena elementów technicznych - test (kożłowanie, dwutakt z lewej i prawej strony, rzut, podania i chwyt, zatrzymanie na 1lub II tempo, rzut z wysoku, zwód pojedynczy)

**PIŁKA RĘCZNA** - Ocena elementów technicznych - test (kożłowanie slalomem, podania i chwyt, rzut na bramkę z wysoku)

**SIATKÓWKA** - Ocena elementów technicznych - test (odbicia sposobem górnym, odbicia sposobem dolnym w kole, odbicia do partnera, zagrywka sposobem górnym i dolnym dolnym-odległość wg uznania nauczyciela)

**PIŁKA NOŻNA** - Ocena elementów technicznych - test ( prowadzenie piłki slalomem, podania, strzał na bramkę)

**TANIEC** - ocena kroków podstawowych cha cha, dowolny układ choreograficzny przy muzyce.

Gry zespołowe i gimnastyka oceniane są wg. poniższych kryteriów oceniania:

ocena celująca - perfekcyjnie wykonane ćwiczenie

ocena bardzo dobra - bezbłędne wykonanie ćwiczenia

ocena dobra - jeden błąd lub kilka drobnych błędów

ocena dostateczna - większa ilość błędów

ocena dopuszczająca - uczeń wykonuje ćwiczenie z rażącymi błędami.

ocena niedostateczna - uczeń nie wykonuje ćwiczenia

Proponowana liczba zadań, za które jest oceniany uczeń w danym roku szkolnym może ulec zmianie z przyczyn niezależnych od nauczyciela (pogoda, dostęp do sprzętu, absencja chorobowa).

# **WYMAGANIA EDUKACYJNE ORAZ KRYTERIA OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO W ROKU SZKOLNYM 2020/2021.**

1. Nauczyciel na początku roku szkolnego informuje uczniów o wymaganiach edukacyjnych i sposobach sprawdzania wiedzy i umiejętności oraz kryteriami ocen.
2. Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego należy w szczególności brać pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywaniu się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć.
3. W uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego.
4. Decyzję o zwolnieniu ucznia z zajęć podejmuje dyrektor szkoły na podstawie zwolnienia lekarskiego wydanego przez lekarza lub inną poradnię specjalistyczną.
5. W przypadku zwolnienia ucznia z zajęć w dokumentacji zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się "zwolniony".
6. Przedmiotem oceny z wychowania fizycznego są:
  - wysiłek włożony przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć
  - postawa ucznia- frekwencja i aktywność ucznia na lekcji, stosunek do nauczyciela, przygotowanie do zajęć
  - postęp w sprawności fizycznej- ocena wyników prób sprawności fizycznej z indywidualnymi możliwościami i predyspozycjami
  - umiejętności- ocena wybranych form aktywności ruchowej na podstawie wyników uzyskanych w próbach wchodzących w skład dyscyplin sportowych (koszykówka, siatkówka, piłka nożna, piłka ręczna, gimnastyka, lekkoatletyka)
  - wiadomości z zakresu kultury fizycznej- znajomość przepisów i sędziowanie gier poznanych na zajęciach oraz wiadomości z zakresu zdrowia, rekreacji, rozwoju fizycznego i sprawności fizycznej
  - udział w zajęciach pozalekcyjnych oraz przynależność do klubów sportowych.
7. Uczeń będzie oceniany z lekkiej atletyki, gimnastyki, piłki ręcznej, siatkówki, koszykówki, piłki nożnej, rozgrzewki, tenisa stołowego, aktywności.
8. Poprawa ocen - uczeń ma możliwość poprawy oceny z wybranego elementu na godzinie wybranej przez nauczyciela.
9. Aktywność – dodatkowo uczeń otrzymuje ocenę cząstkową pozytywną za aktywność i zaangażowanie na zajęciach, przygotowanie do lekcji (strój sportowy) oraz udział w zawodach sportowych i zajęciach pozalekcyjnych (SKS).

## WYMAGANIA NA POSZCZEGÓLNE OCENY.

### OCENA CELUJĄCA:

- uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą
- aktywnie uczestniczy w życiu sportowym szkoły
- godnie reprezentuje szkołę na zawodach sportowych zajmując punktowane miejsca
- jest zawsze przygotowany do zajęć lekcyjnych
- systematycznie uczestniczy w zajęciach lekcyjnych i pozalekcyjnych
- opanował duży zasób umiejętności ruchowych
- systematycznie podnosi swoją sprawność fizyczną
- posiada duży zasób wiadomości z zakresu kultury fizycznej
- dba o bezpieczeństwo swoje i innych na zajęciach
- przestrzega zasad fair play w grach zespołowych
- cechuje go wysoka kultura osobista
- dba o wygląd stroju i higienę osobistą

### OCENA BARDZO DOBRA:

- jest bardzo sprawny fizycznie
- ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, pewnie, w odpowiednim tempie i dokładnie, zna założenia taktyczne i przepisy
- posiada wiadomości z zakresu kultury fizycznej
- doskonali i podnosi swoją sprawność motoryczną
- bierze udział w zawodach i zajęciach pozalekcyjnych
- ma wszystkie godziny nieobecności usprawiedliwione
- przestrzega zasad bezpieczeństwa na zajęciach
- przynależy do klubu sportowego
- stosuje zasady fair play
- dba o wygląd stroju i higienę osobistą

### OCENA DOBRA:

- dysponuje dobrą sprawnością motoryczną
- ćwiczenia wykonuje prawidłowo lecz nie dość dokładnie z małymi błędami
- posiada wiadomości, które wykorzystuje z pomocą nauczyciela
- bierze udział w zajęciach pozalekcyjnych niesystematycznie
- wykazuje postępy w zakresie usprawniania
- jest przygotowany do zajęć
- niesystematycznie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych
- opanował podstawowe umiejętności ruchowe
- podnosi swoją sprawność fizyczną
- stosuje zasady fair play

- dba o wygląd stroju i higienę osobistą

#### OCENA DOSTATECZNA:

- dysponuje przeciętną sprawnością motoryczną
- ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie i z błędami
- wykazuje małe postępy w zakresie usprawniania
- ma mało wiadomości z zakresu kultury fizycznej
- niechętnie uczestniczy w zajęciach
- bywa nieprzygotowany do zajęć
- z reguły ma nieusprawiedliwione nieobecności
- wykazuje małe postępy w sprawności fizycznej
- nie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych
- nie angażuje się w zajęcia

#### OCENA DOPUSZCZAJĄCA:

- jest mało sprawny fizycznie
- ćwiczenia wykonuje niechętnie z dużymi błędami
- ma niechętny stosunek do zajęć, nie nosi stroju sportowego
- nie wykazuje postępów w opanowaniu umiejętności, sprawności i wiadomości

#### OCENA NIEDOSTATECZNA:

- posiada bardzo niską sprawność fizyczną
- wykonuje tylko najprostsze ćwiczenia, ale z rażącymi błędami
- charakteryzuje się niewiedzą z zakresu kultury fizycznej
- ma lekceważący stosunek do zajęć i nie wykazuje postępów w usprawnianiu, nie nosi stroju sportowego
- obniża swój poziom sprawności fizycznej