PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO w SZKOLE PODSTAWOWEJ IM. KS. STANISŁAWA PĘKALI W SZALOWEJ ORAZ SZCZEGÓŁOWE WYMAGANIA EDUKACYJNE DLA KLASY 6

Przedmiotowy system oceniania z wychowania fizycznego został opracowany na podstawie Rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 roku w sprawie podstawy programowej kształcenia ogólnego dla szkoły podstawowej i opublikowane 24 lutego 2017 r. w Dzienniku Ustaw poz. 356 ze zmianami, dotyczącymi zasad oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów. Wprowadzone zmiany Wewnętrznego Systemu Oceniania Szkoły Podstawowej im. Ks. Stanisława Pękali w Szalowej, są zgodne z nową podstawą programową oraz programem nauczania wychowania fizycznego dla klas 4 - 8 szkół podstawowych.

CELE KSZTAŁCENIA I WYCHOWANIA DLA II ETAPU EDUKACYJNEGO: Bezpieczne uczestnictwo w aktywności fizycznej o charakterze rekreacyjnym i sportowym ze zrozumieniem jej znaczenia dla zdrowia:

- udział w aktywności fizycznej ukierunkowanej na zdrowie, wypoczynek i sport;
- stosowanie zasad bezpieczeństwa podczas aktywności fizycznej;
- poznawanie własnego rozwoju fizycznego i sprawności fizycznej oraz praktykowanie zachowań prozdrowotnych

CELE OCENIANIA:

- diagnoza rozwoju fizycznego ucznia - określenie indywidualnych potrzeb i trudności każdego ucznia.
- wdrażanie do samokontroli, samooceny i doskonalenia się,
- wspieranie - wspomaganie harmonijnego rozwoju psychofizycznego ucznia,
- rozwijanie poczucia odpowiedzialności za zdrowie własne i innych,
- bieżące informowanie uczniów i rodziców o aktywności, postępach, trudnościach i specjalnych uzdolnieniach

KRYTERIA OCENY UCZNIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO:
Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego należy w szczególności brać pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć. Ocenie podlegają:

- sumienne i staranne wywiązywanie się z obowiązków,
- zaangażowanie w przebieg lekcji i przygotowanie się do zajęć,
- stosunek do partnera i przeciwnika,
- stosunek do własnego ciała,
- aktywność fizyczna,
- postęp w opanowaniu umiejętności i wiadomości

ZASADY OCENIANIA:

- ocenianie z wychowania fizycznego jest integralną częścią wewnątrzszkolnego systemu oceniania szkoły,
- na początku roku szkolnego nauczyciele wychowania fizycznego informują uczniów i rodziców o szczegółowych wymaganiach edukacyjnych z wychowania fizycznego i sposobach sprawdzania wiedzy i umiejętności,
- wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego zgodne są z nową podstawą programową i przyjętym WSO,
- 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,
- przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego w szczególności brany pod uwagę jest wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywaniu się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć,
- oceny są jawne zarówno dla ucznia jak i jego rodziców (prawnych opiekunów),
- w sytuacjach wyjątkowych (przewlekła choroba, leczenie szpitalne, wypadek, przejście z innej szkoły itp.) uczeń otrzymuje ocenę śródroczną i roczną z mniejszej liczby ocen cząstkowych niż pozostali,
- w uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego. Decyzję o zwolnieniu ucznia podejmuje dyrektor szkoły na podstawie wniosku rodzica i stosownych dokumentów lub zaświadczeń,
- jeżeli okres zwolnienia ucznia z realizacji zajęć, uniemożliwia ustalenie śródrocznej lub rocznej oceny klasyfikacyjnej, w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się „zwolniony”,
- ceny cząstkowe za określony poziom wiadomości, umiejętności i kompetencji społecznych będą realizowane według następującej skali ocen: 1 – niedostateczny, 2 – dopuszczający, 3 – dostateczny, 4 – dobry, 5 – bardzo dobry, 6 – celujący

OCENA CELUJĄCA :

1. Postawy i kompetencje społeczne:

- jest zawsze przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy,
- nie ćwiczy na lekcjach tylko z bardzo ważnych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych,
- charakteryzuje się wysokim poziomem kultury osobistej,
- używa właściwych sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły,
- chętnie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej,
- reprezentuje szkołę w zawodach sportowych na poziomie powiatu, rejonu, województwa lub w zawodach ogólnopolskich (kategoria ocen – Wynik Sportowy),
- systematycznie bierze udział w zajęciach sportowo – rekreacyjnych,
- uprawia dyscypliny lub konkurencje sportowe w innych klubach lub sekcjach sportowych, podejmuje dowolne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym.

2. Systematyczny udział i aktywność w trakcie zajęć:

- w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 95 – 100 % zajęć,
- w sposób wyróżniający wykonuje wszystkie ćwiczenia w czasie lekcji,
- wzorowo pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,
- pokazuje i demonstruje większość umiejętności ruchowych,
- prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące bardzo poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
- potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć,
- umie samodzielnie przygotować miejsce ćwiczeń,
- w sposób bezwzględny stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego,
- poczuwa się do współodpowiedzialności za stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych.

3. Sprawność fizyczna i rozwój fizyczny:

- zalicza wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania,
- samodzielnie zabiega o poprawę lub uzupełnienie próby sprawnościowej, w której nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych,
- uzyskuje bardzo znaczący postęp w kolejnych próbach sprawnościowych (np. w ciągu roku szkolnego),
- dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego,
- oblicza wskaźnik BMI,
- podejmuje indywidualny program treningowy w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej.

4. Aktywność fizyczna:

- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych bez jakichkolwiek błędów technicznych lub taktycznych,
- ćwiczenia wykonuje zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
- wykonanie zadania ruchowego przez ucznia może być zawsze przykładem i wzorem do naśladowania dla innych ćwiczących,
- potrafi wykonać ćwiczenie o znacznych stopniu trudności,
- wykonuje zadania ruchowe nie tylko efektownie, ale i efektywnie (np. trafia do bramki, rzuca celnie do kosza),
- stosuje opanowane umiejętności ruchowe w czasie zawodów i rozgrywek sportowych,
- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia w sposób znaczący wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli.

5. Wiadomości:

- zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę bardzo dobrą i celującą,
- stosuje wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego,

- posiada rozległą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego,
- wykazuje się dużym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą.

OCENA BARDZO DOBRA :

1. Postawy i kompetencje społeczne:

- jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy, ale sporadycznie nie bierze udziału w lekcjach z różnych powodów,
- nie ćwiczy na lekcjach tylko z bardzo ważnych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych,
- charakteryzuje się właściwym poziomem kultury osobistej,
- używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły,
- chętnie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej,
- reprezentuje szkołę w zawodach sportowych na poziomie miejskim lub gminnym,
- niesystematycznie bierze udział w zajęciach sportowo – rekreacyjnych,
- niekiedy podejmuje indywidualne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym.

2. Systematyczny udział i aktywność w trakcie zajęć:

- w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 90 – 94 % zajęć,
- w sposób bardzo dobry wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,
- bardzo dobrze pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,
- pokazuje i demonstruje niektóre umiejętności ruchowe,
- prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
- potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć,
- umie z pomocą nauczyciela lub współćwiczących przygotować miejsce ćwiczeń,
- stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego,
- stara się dbać o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły.

3. Sprawność fizyczna i rozwój fizyczny:

- zalicza prawie wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania,
- poprawia lub uzupełnia próby sprawnościowe, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych za namową nauczyciela,
- uzyskuje znaczący postęp w kolejnych próbach sprawnościowych (np. w ciągu roku szkolnego),
- dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego, oblicza wskaźnik BMI,
- czasami podejmuje indywidualny program treningowy w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej.

4. Aktywność fizyczna:

- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z niewielkimi błędami technicznymi lub taktycznymi,
- ćwiczenia wykonuje zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
- potrafi wykonać ćwiczenie o dużym stopniu trudności,
- wykonuje zadania ruchowe efektownie, ale nie zawsze efektywnie (np. sporadycznie trafia do bramki czy rzuca celnie do kosza,
- stosuje opanowane umiejętności ruchowe w czasie gry właściwej, w trakcie zajęć,
- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli.

5. Wiadomości:

- zalicza odpowiedzi i testy na ocenę bardzo dobrą i dobrą,
- stosuje prawie wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego,
- posiada bardzo dobrą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego,
- wykazuje się bardzo dobrym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą.

OCENA DOBRA :

1. Postawy i kompetencje społeczne:

- jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy, ale zdarza mu się nie brać udziału w lekcjach z różnych powodów,
- nie ćwiczy na lekcjach tylko z ważnych powodów zdrowotnych, rodzinnych i osobistych,
- charakteryzuje się właściwym poziomem kultury osobistej,
- nie zawsze używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły,
- sporadycznie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej,
- bierze udział w klasowych i szkolnych zawodach sportowych,
- nie uczęszcza na zajęcia sportowo – rekreacyjne,
- raczej nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym.

2. Systematyczny udział i aktywność w trakcie zajęć:

- w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 85 – 89 % zajęć,
- w sposób dobry wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,
- dobrze pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,
- nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych,
- prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące w miarę poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,

- potrafi samodzielnie się przygotować pod względem psychomotorycznym do wybranego fragmentu zajęć, ale często to przygotowania wymaga dodatkowych uwag i zaleceń nauczyciela,
- umie z pomocą nauczyciela lub współćwiczących przygotować miejsce ćwiczeń,
- nie zawsze stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego,
- dba o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły, ale aktywność ta wymaga dodatkowej interwencji wychowawczej prowadzącego zajęcia.

3. Sprawność fizyczna i rozwój fizyczny:

- zalicza większość testów i prób sprawnościowych ujętych w programie nauczania,
- wykonuje określone próby sprawnościowe na ocenę dobrą,
- poprawia lub uzupełnia próby sprawnościowe, w których nie uczestniczył z ważnych powodów zdrowotnych, rodzinnych, osobistych za wyraźną namową nauczyciela,
- uzyskuje niewielki postęp w kolejnych próbach sprawnościowych (np. w ciągu roku szkolnego),
- dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego,
- oblicza wskaźnik BMI,
- raczej nie podejmuje indywidualnego programu treningowego w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej.

4. Aktywność fizyczna:

- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z niewielkimi błędami technicznymi lub taktycznymi,
- wykonuje ćwiczenie nie zawsze zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
- potrafi wykonać ćwiczenie o przeciętnym stopniu trudności,
- wykonuje zadania ruchowe efektownie ale nie efektywnie (nie trafia do bramki, nie rzuca celne do kosza),
- nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowych w czasie gry właściwej lub szkolnej,
- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli.

5. Wiadomości:

- zalicza odpowiedzi i testy na ocenę dobrą,
- stosuje przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego,
- posiada dobrą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego,
- wykazuje się dobrym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą.

OCENA DOSTATECZNA :

1. Postawy i kompetencje społeczne:

- jest przygotowany do zajęć sportowych (posiada odpowiedni strój sportowy), ale często mu się zdarza nie brać udziału w lekcjach z różnych powodów,
- nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych,
- charakteryzuje się przeciętnym poziomem kultury osobistej,
- często używa nieodpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły,
- nie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej,
- nie bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach sportowych,
- nie uczęszcza na zajęcia sportowo – rekreacyjne,
- nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym.

2. Systematyczny udział i aktywność w trakcie zajęć:

- w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 80 – 84 % zajęć,
- w sposób dostateczny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,
- nie pełni funkcji lidera grupy czy kapitana drużyny,
- nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych,
- nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki lub ćwiczeń kształtujących poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
- nie potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć,
- umie z pomocą nauczyciela lub współćwiczących przygotować miejsce ćwiczeń,
- często nie stosuje zasad bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego,
- dba o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły, ale aktywność ta wymaga zawsze dodatkowej interwencji wychowawczej prowadzącego zajęcia.

3. Sprawność fizyczna i rozwój fizyczny:

- zalicza tylko niektóre testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania,
- wykonuje określone próby sprawności fizycznej na ocenę dostateczną,
- nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych,
- nie dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego,
- nie oblicza wskaźnika BMI,
- nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych (w ciągu roku szkolnego),
- nigdy nie podejmuje indywidualnego programu treningowego w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej.

4. Aktywność fizyczna:

- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z dużymi błędami technicznymi lub taktycznymi,
- wykonuje ćwiczenia prawie zawsze niezgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,

- potrafi wykonywać ćwiczenia o niskim stopniu trudności,
- wykonuje zadania ruchowe mało efektownie i zawsze mało efektywnie (nie trafia do bramki, nie rzuca celnie do kosza,
- nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowych w czasie gry właściwej i szkolnej,
- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wynik drużyn szkolnych w zwodach i rozgrywkach różnych szczebli.

5. Wiadomości:

- zalicza sprawdziany i testy na ocenę dostateczną,
- stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego,
- posiada dostateczną wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego,
- wykazuje się przeciętnym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w środowisku lokalnym i kraju.

OCENA DOPUSZCZAJĄCA :

1. Postawy i kompetencje społeczne:

- bardzo często jest nieprzygotowany do lekcji, zapomina stroju,
- często nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych,
- charakteryzuje się niskim poziomem kultury osobistej,
- bardzo często używa nieodpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły,
- nie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej,
- nie bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach sportowych,
- nie uczęszcza na zajęcia sportowo – rekreacyjne,
- nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym.

2. Systematyczny udział i aktywność w trakcie zajęć:

- w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 70 – 79 % zajęć,
- w sposób nieudolny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,
- nie pełni funkcji lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,
- nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych,
- nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki lub ćwiczeń kształtujących poprawnie pod względem metodycznym i merytorycznym,
- nie potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć,
- umie z pomocą nauczyciela lub współćwiczących przygotować miejsce ćwiczeń,
- bardzo często nie stosuje zasad bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego, a zachowanie ucznia na lekcji może zagrażać zdrowiu i życiu współćwiczących,
- nie dba o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły.

3. Sprawność fizyczna i rozwój fizyczny:

- zalicza tylko pojedyncze testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania,
- nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych, w których nie uczestniczył z ważnych powodów zdrowotnych lub rodzinnych,
- nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych (np. w ciągu roku szkolnego),
- nie dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego,
- nie oblicza wskaźnika BMI,
- nigdy nie podejmuje indywidualnego programu treningowego w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej.

4. Aktywność fizyczna:

- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z rażącymi błędami technicznymi lub taktycznymi,
- wykonuje ćwiczenia zawsze niezgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
- potrafi wykonywać ćwiczenia o bardzo niskim stopniu trudności,
- wykonuje zadania ruchowe mało efektownie i zawsze mało efektywnie,
- nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowych w czasie gry właściwej lub szkolnej,
- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli.

5. Wiadomości:

- zalicza odpowiedzi i testy pisemne na ocenę dopuszczającą,
- stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego,
- posiada niewielką wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego,
- wykazuje się niskim zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w środowisku lokalnym i kraju.

OCENA NIEDOSTATECZNA :

1. Postawy i kompetencje społeczne:

- prawie zawsze jest nieprzygotowany do lekcji, zapomina stroju,
- bardzo często nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych,
- charakteryzuje się bardzo niskim poziomem kultury osobistej,
- zachowuje się wulgarnie w stosunku do nauczyciela oraz innych pracowników szkoły,
- nie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej,
- nie bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach sportowych,
- nie uczęszcza na zajęcia sportowo – rekreacyjne,

- nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym.

2. Systematyczny udział i aktywność w trakcie zajęć:

- w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy poniżej 70 % obowiązkowych zajęć,
- w sposób niechętny i nieudolny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,
- nie pełni funkcji lidera grupy, lub kapitana drużyny,
- nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych,
- nie potrafi prowadzić rozgrzewki lub ćwiczeń kształtujących poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
- nie potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć,
- nigdy nie przygotowuje miejsca ćwiczeń,
- nigdy nie stosuje zasad bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego, a zachowanie ucznia na lekcji zawsze zagraża zdrowiu, a nawet życiu współćwiczących,
- nie dba o sta techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły, a nawet je niszczy i dewastuje.

3. Sprawność fizyczna i rozwój fizyczny:

- nie zalicza większości testów i prób sprawnościowych ujętych w programie nauczania,
- nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych,
- nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych (np. w ciągu roku szkolnego),
- nigdy nie podejmuje indywidualnego programu treningowego w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej.

4. Aktywność fizyczna:

- zalicza sprawdziany umiejętności ruchowych niechętnie z bardzo rażącymi błędami technicznymi lub taktycznymi,
- wykonuje ćwiczenia niezgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
- wie potrafi wykonać ćwiczeń nawet o bardzo niskim stopniu trudności,
- wykonuje zadania ruchowe mało efektownie i efektywnie,
- nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowych w czasie gry właściwej i szkolnej,
- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki zawodów klasowych czy drużyn szkolnych.

5. Wiadomości:

- zalicza odpowiedzi i testy na ocenę niedostateczną
- stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego,
- posiada niedostateczną wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego,

- wykazuje się niedostatecznym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w środowisku lokalnym i kraju.

Podsumowanie:

1. Po każdym miesiącu pracy uczeń otrzymuje jedną ocenę za aktywność i postawę na zajęciach oraz drugą za systematyczność.
2. Każdorazowy nieusprawiedliwiony brak stroju sportowego lub nieprzygotowanie do zajęć, obniża comiesięczną ocenę za systematyczność o jeden stopień.
3. Zwolnienia lekarskie lub zwolnienia od rodziców nie powodują obniżenia oceny za aktywność i postawę ucznia, kompetencje społeczne oraz systematyczny udział w lekcjach.
4. Oceny niedostateczne, niezaliczone testy sprawnościowe, niewykonane zadania sprawdzające umiejętności, jak i testy wiedzy, podlegają poprawie w terminie uzgodnionym z nauczycielem.
5. Uczeń ma prawo wykonywania danego ćwiczenia stosownie do swoich możliwości, np. obniżona wysokość przyrządu, skrócony dystans itp. O rodzaju dostosowania decyduje nauczyciel.
6. Po dłuższej absencji chorobowej lub innej związanej np. z sytuacja rodzinną, uczeń nie ma obowiązku zaliczenia programu, który był realizowany w tym okresie. Sytuacja ta, nie powoduje obniżenia oceny.
7. Uczeń klasy o określonym profilu sportowym, ma obowiązek reprezentowania szkoły lub klubu w zawodach sportowych różnych szczebli i ma to wpływ na jego ocenę śródroczną i roczną.

Szczegółowe wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego dla klasy 6

1. Postawa ucznia i jego kompetencje społeczne.
2. Systematyczny udział i aktywność w trakcie zajęć.
3. Sprawność fizyczna (kontrola):
- siła mięśni brzucha – siady z leżenia tyłem wykonywane w czasie 30 s (wg. MTSF),
- gibkość – skłon tułowia w przód z podwyższenia (wg. MTSF),
- pomiar tętna przed wysiłkiem i po jego zakończeniu – Test Coopera,
- inne wybrane elementy sprawności fizycznej według ogólnodostępnych testów sprawności fizycznej.
4. Umiejętności ruchowe:
- gimnastyka:
- stanie na rękach przy drabinkach,
- przerzut bokiem,
- skok rozkroczny przez kozła,
- minipiłka nożna:
- prowadzenie piłki prostym podbiciem prawą i lewą nogą ze zmiana tempa i kierunku poruszania się,
- strzał piłki do bramki prostym podbiciem z miejsca lub po prowadzeniu piłki,
- minikoszykówka:
- kozłowanie piłki w biegu ze zmianą ręki kozłującej i kierunku poruszania się,
- podania piłki oburącz sprzed klatki piersiowej kozłem w biegu,

- rzut piłki do kosza z dwutaktu z biegu,
• minipiłka ręczna:
- podanie jednorącz półgórne w biegu ze zmianą miejsca i kierunku poruszania się,
- rzut jednorącz z biegu na bramkę po podaniu od współćwiczącego,
• minipiłka siatkowa:
- odbicia sposobem oburącz górnym i dolnym w parach,
- zagrywka sposobem dolnym z 4 – 5 m od siatki,
• świadome i odpowiedzialne uczestnictwo w minigrach z zakresu zgs,
• lekkoatletyka:
- bieg na krótkim i długim dystansie ze startu niskiego i wysokiego,
- rzut jednorącz i oburącz różnymi przyborami,
• tenis stołowy:
- odbicia forhend, bekhend,
- wykonanie prawidłowo pod względem przepisów serwu w grze pojedynczej i podwójnej,
- znajomość przepisów gry,
• wszystkie umiejętności ruchowe z klas programowo niższych.
5. Wiadomości:
• uczeń zna podstawowe przepisy minigier zespołowych (odpowiedzi ustne lub pisemny test),
• uczeń wymienia podstawowe zasady korzystania ze sprzętu sportowego (j.w.)
• uczeń zna zasady i metody hartowania organizmu.