**WYCHOWANIE FIZYCZNE**

TYTUŁ : PROGRAM NAUCZANIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO DLA OŚMIOLETNIEJ SZKOŁY PODSTAWOWEJ

AUTOR : KRZYSZTOF WARCHOŁ

***Wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego na poszczególne śródroczne i roczne oceny klasyfikacyjne w roku szkolnym 2020/2021 dla klasy Ib***

Podstawą oceny jest wysiłek włożony przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć, stosunek do przedmiotu oraz dbanie o sprzęt sportowy. Do oceniania każdego ucznia podchodzi się indywidualnie mając na uwadze jego możliwości oraz predyspozycje ruchowe.

ZNAKOMICIE ( 6 p.)

* Uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą.
* Jest aktywnym uczestnikiem życia sportowego szkoły jak i innych instytucji związanych z kulturą fizyczną.
* Rozumie zasadę fair play prezentuje ją podczas zajęć, jest wzorem dla współćwiczących.
* Uczestniczy w rywalizacji sportowej na zawodach gminnych, powiatowych lub wojewódzkich.
* Uczestniczy regularnie w sportowych zajęciach pozalekcyjnych.
* Jest kulturalny, wykonuje polecenia nauczyciela szanuje przeciwnika, kolegów.
* Posiada zakres umiejętności wykraczający poza program nauczania danej klasy.

BARDZO DOBRZE ( 5 p. )

* Jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego nie budzą zastrzeżeń.
* Uczeń opanował zakres umiejętności i wiedzy określony wymaganiami edukacyjnymi programu nauczania przedmiotu.
* Posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i wykorzystuje je w praktycznym działaniu.
* Zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie.
* Jest aktywny, W pełni angażuje się w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego,
* Wykazuje pozytywny stosunek do przedmiotu.
* Ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, dokładnie, w odpowiednim tempie,
* Systematycznie doskonali swą sprawność, wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu.
* Jest zawsze przygotowany do zajęć, dba o higienę osobistą.
* Właściwie odnosi się z szacunkiem do mniej sprawnych uczestników zajęć.
* Sporadycznie uczestniczy w pozalekcyjnych zajęciach ruchowych.

DOBRZE( 4 p. )

* Opanował umiejętności ruchowe, zawarte w programie nauczania, na poziomie podstawowym wykonując ćwiczenia samodzielnie.
* Wykazuje dostatecznie dobre postępy w usprawnianiu, podejmuje próby doskonalenia własnej sprawności.
* Zadania wykonuje z drobnymi błędami technicznymi.
* Zna i stosuje zasady higieny osobistej.
* Nie wykazuje zauważalnych błędów w zakresie wychowania społecznego.
* Sporadycznie uczestniczy w sportowych  zajęciach  pozalekcyjnych.
* Wykorzystuje wiadomości w praktyce z pomocą nauczyciela.
* Jest aktywny podczas zajęć i posiada pozytywny stosunek do przedmiotu.

WYSTARCZAJĄCO( 3 p. )

* Nie angażuje się w pełni w swoje usprawnianie.
* Wykonuje ćwiczenia niechętnie.
* Sporadycznie jest nieprzygotowany do lekcji.
* Ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi.
* Nie wykazuje aktywności na lekcjach.
* Uczestniczy w minimum 70% zajęć.
* Uczeń opanował materiał programowy na przeciętnym poziomie.
* Posiada niepełne wiadomości z zakresu kultury fizycznej i nie potrafi ich wykorzystać w praktycznym działaniu.

SŁABO ( 2 p. )

* Jego wiadomości z przedmiotu są niewystarczające.
* Nie opanował materiału w stopniu zadowalającym
* Ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi.
* Niesystematycznie bierze udział w zajęciach (min. ilość obecności: 50%) i wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu.
* Jest często nieprzygotowany do zajęć.
* Jego postawa społeczna budzi zastrzeżenia.

PONIŻEJ OCZEKIWAŃ ( 1 p.)

* Uczeń nie spełniania wymagań podstawy programowej.
* Często świadomie odmawia wykonania ćwiczeń.
* Charakteryzuje się niewiedzą z zakresu kultury fizycznej.
* Lekceważący stosunek do przedmiotu, nieodpowiednia postawa na lekcji – uczeń utrudnia sprawne i bezpieczne prowadzenie zajęć.

Obszary aktywności ucznia podlegające ocenianiu

1. Umiejętności ruchowe i organizacyjne.
2. Postawa wobec przedmiotu.
3. Wiadomości z zakresu kultury fizycznej i sportu.

 ZACHOWANIE I POSTAWA

* Aktywność na zajęciach lekcyjnych i pozalekcyjnych (zaangażowanie, wysiłek wkładany w rozwój sprawności udział w życiu sportowym klasy i szkoły).
* Stosunek do przedmiotu i frekwencja na zajęciach wychowania fizycznego.
* Przygotowanie do zajęć .
* Dbałość o zdrowie (higiena osobista, estetyka stroju).
* Przestrzeganie regulaminów, przepisów i obowiązków ucznia.
* Życzliwy stosunek do innych (postawa fair play).

UMIEJĘTNOŚCI

* Umiejętności ruchowe: stopień opanowania umiejętności sportowo-rekreacyjnych, utylitarnych i zdrowotnych, (co potrafię, jak wykonuję) zgodnie z planem pracy.
* Umiejętności organizacyjne, stopień  umiejętności współorganizowania zadań rekreacyjnych i sportowych oraz zabaw w grupach rówieśniczych.

WIADOMOŚCI Z ZAKRESU KULTURY FIZYCZNEJ

* Znajomość tematyki: rozwój fizyczny, rozwój sprawności fizycznej, zdrowy styl życia, higiena, hartowanie organizmu.
* Znajomość i przestrzeganie zasad bezpieczeństwa na obiektach sportowych.
* Stosowanie zasady „czystej gry” i sportowego kibicowania.

Metody, sposoby i częstotliwość oceny

1. Obserwacja ucznia podczas lekcji:
	* Premiowanie aktywności.
	* Rozmowy i dyskusje w obszarze kontroli wiadomości.

2. Zadania kontrolno-oceniające pozwalające określić stopień opanowania umiejętności ruchowych.

1. Samoocena ucznia.

Metody kontroli sprawności fizycznej

Testy sprawności fizycznej

Agata Piechowicz