**WYMAGANIA SZCZEGÓŁOWE W KLASIE VI SZKOŁY PODSTAWOWEJ wychowanie fizyczne**

W klasie VI szkoły podstawowej kontrolujemy i oceniamy następujące obszary aktywności ucznia:

1) postawę ucznia i jego kompetencje społeczne,

2) systematyczny udział i aktywność w trakcie zajęć,

3) sprawność fizyczną (kontrola):

‒siła mięśni brzucha – siady z leżenia tyłem wykonywane w czasie 30 s [według MTSF],

‒pomiar tętna przed wysiłkiem i po jego zakończeniu – Test Coopera.

- bieg ze startu niskiego na 60-100 m

‒‒bieg na dystansie 600-1000 m ,

-- układ taneczny polonez, belgijka ,

- rzuty piłeczka palantową,

- rzuty piłkami lekarskimi 2kg.

4) umiejętności ruchowe:

**‒gimnastyka:**

‒‒ skok rozkroczny przez kozła.

‒‒ przewrót w przód z marszu do przysiadu podpartego,

-- przewroty łączone w przód i w tył

**‒minipiłka nożna:**

‒‒ prowadzenie piłki prostym podbiciem prawą lub lewą nogą ze zmianą tempa i kierunku poruszania się,

‒‒ uderzenie piłki prostym podbiciem na bramkę po kilku krokach rozbiegu (piłka jest dogrywana od współćwiczącego),

**‒minikoszykówka:**

‒‒ podania piłki oburącz sprzed klatki piersiowej kozłem w biegu,

‒‒ rzut do kosza z dwutaktu z biegu,

-- kozłowanie piłki ze zmianą ręki kozłującej i kierunku poruszania się,

‒**minipiłka ręczna:**

‒‒ rzut na bramkę z biegu ,

‒‒podania jednorącz i chwyty piłki oburącz,

-- kozłowanie piłki ze zmianą ręki kozłującej i kierunku poruszania się

**‒minipiłka siatkowa:**

--odbićcie piłki sposobem oburącz górnym,

‒‒ odbicie piłki sposobem oburącz dolnym w parach,

‒‒ zagrywka sposobem dolnym z 4–5 m od siatki,

5) wiadomości:

‒uczeń zna podstawowe przepisy minigier zespołowych,

‒uczeń wymienia podstawowe zasady korzystania ze sprzętu sportowego,

‒uczeń zna zasady i metody hartowania organizmu.

5a) wiadomości z edukacji zdrowotnej:

‒uczeń wymienia negatywne mierniki zdrowia,

‒uczeń zna sposoby ochrony przed nadmiernym nasłonecznieniem i niską temperaturą .

|  |
| --- |
| **Kompetencje społeczne ucznia  klasy IV - VIII** |
| 1.Uczestniczy w sportowych rozgrywkach klasowych w roli zawodnika, stosując zasady „czystej gry”: szacunku dla rywala, respektowania przepisów gry, podporządkowania się decyzjom sędziego, potrafi właściwie zachować się w sytuacji zwycięstwa i porażki, podziękować za wspólną grę;  2.Pełni rolę organizatora, sędziego i kibica w ramach szkolnych zawodów sportowych;  3.Wyjaśnia zasady kulturalnego kibicowania;  4.Wyjaśnia, jak należy zachować się w sytuacjach związanych z aktywnością taneczną;  5.Omawia znaczenie dobrych relacji z innymi ludźmi, w tym z rodzicami oraz rówieśnikami tej samej i odmiennej płci;  6.Identyfikuje swoje mocne strony, budując poczucie własnej wartości, planuje sposoby rozwoju oraz ma świadomość słabych stron, nad którymi należy pracować;  7.Wykazuje umiejętność adekwatnej samooceny swoich możliwości psychofizycznych;  8.Wykazuje kreatywność w poszukiwaniu rozwiązań sytuacji problemowych;  9.Współpracuje w grupie szanując poglądy i wysiłki innych ludzi wykazując asertywność i empatię;  10.Motywuje innych do udziału w aktywności fizycznej ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i specjalnych potrzebach edukacyjnych (np.: osoby niepełnosprawne, osoby starsze). |

**Oceny cząstkowe**:

**ocena celująca**- uczeń potrafi samodzielnie wykonać zadanie ruchowe, umie właściwie

połączyć umiejętności z odpowiednimi wiadomościami

**bardzo dobra** - uczeń potrafi samodzielnie wykonać zadanie ruchowe

**dobra**- uczeń wykonuje zadanie ruchowe przy nieznacznej pomocy nauczyciela

**dostateczna**- uczeń stara sie wykonać zadanie ruchowe

**dopuszczająca**- uczeń podejmuje próbę wykonania zadania ruchowego

**niedostateczna**- uczeń nie podejmuje próby wykonania zadania

**Szczegółowe kryteria oceny półrocznej i rocznej z wychowania fizycznego**

**1) OCENA CELUJĄCA**

Ocenę celującą na pierwsze półrocze lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który w zakresie: **a)** **postawy i kompetencji społecznych (spełnia co najmniej 5 kryteriów):** ♣ 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, ♣ bardzo 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, ♣ systematycznie bierze udział w zajęciach sportowo-rekreacyjnych, ♣ jest aktywny w trakcie zajęć z edukacji zdrowotnej; **uprawia dyscypliny lub konkurencje sportowe w innych klubach lub sekcjach sportowych, podejmuje dowolne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym; b)** **systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 5 kryteriów): ♣** wykazuje bardzo duża aktywność i zaangażowanie na lekcji, ♣ w sposób ponad bardzo dobry 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 szkoły; **c)** **sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego (spełnia co najmniej 5 kryteriów):** ♣ 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 znaczny 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; **d) aktywności fizycznej (spełnia co najmniej 5 kryteriów):** ♣ 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 znacznym 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; **e) wiadomości (spełnia co najmniej 3 kryteria):** ♣ zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę bardzo dobrą lub 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. ♣ ma podstawową wiedzę z edukacji zdrowotnej.

**2) OCENA BARDZO DOBRA**

Ocenę bardzo dobrą na pierwsze półrocze lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który w zakresie: **a) postawy i kompetencji społecznych (spełnia co najmniej 4 kryteria):** ♣ 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, ♣ jest aktywny w trakcie zajęć z edukacji zdrowotnej; **b) systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 4 kryteria):** ♣ wykazuje aktywność i zaangażowanie na lekcji, ♣ 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; **c) sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego (spełnia co najmniej 4 kryteria):** ♣ 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 znaczny 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; **d) aktywności fizycznej (spełnia co najmniej 4 kryteria):** ♣ 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 wykonywać ćwiczenia 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; **e) wiadomości (spełnia co najmniej 2 kryteria):** ♣ zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę bardzo dobrą lub 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, ♣ ma podstawową wiedzę z edukacji zdrowotnej.

**3) OCENA DOBRA**

Ocenę dobrą na pierwsze półrocze lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który w zakresie: **a) postawy i kompetencji społecznych (spełnia co najmniej 3 kryteria):** ♣ 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 lub 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, ♣ jest aktywny w trakcie zajęć z edukacji zdrowotnej; **b) systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 3 kryteria):** ♣ prawie zawsze aktywnie ćwiczy , ♣ 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 pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć, ale często to przygotowanie 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; **c) sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego (spełnia co najmniej 3 kryteria):** ♣ zalicza większość testów i prób sprawnościowych ujętych w programie nauczania, ♣ wykonuje określone próby sprawności fizycznej na ocenę dobrą, ♣ poprawia lub uzupełnia próby sprawnościowe, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych 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; **d) aktywności fizycznej (spełnia co najmniej 3 kryteria):** ♣ zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z niewielkimi błędami technicznymi lub taktycznymi, ♣ wykonuje ćwiczenia nie zawsze zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych, ♣ potrafi wykonywać ćwiczenia o przeciętnym stopniu trudności, ♣ wykonuje zadania ruchowe efektownie, ale zawsze mało efektywnie, np. nie trafia do bramki czy nie rzuca celnie 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; **e) wiadomości (spełnia co najmniej 1 kryterium):** ♣ zalicza sprawdziany pisemne 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, ♣ ma podstawową wiedzę z edukacji zdrowotnej.

**4) OCENA DOSTATECZNA**

Ocenę dostateczną na pierwsze półrocze lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który w zakresie: **a) postawy i kompetencji społecznych (spełnia co najmniej 2 kryteria):** ♣ jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. 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; **b) systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 2 kryteria):** ♣ nie ćwiczy aktywnie , ♣ w sposób dostateczny 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 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; **c) sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego (spełnia co najmniej 2 kryteria):** ♣ 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, np. w ciągu roku szkolnego, ♣ nigdy nie podejmuje indywidualnego programu treningowego w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej; **d) aktywności fizycznej (spełnia co najmniej 2 kryteria):** ♣ 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, np. nie trafia do bramki, nie rzuca celnie 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; **e) wiadomości (spełnia co najmniej 1 kryterium):** ♣ zalicza sprawdziany pisemne 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.

**5) OCENA DOPUSZCZAJĄCA**

Ocenę dopuszczającą na pierwsze półrocze lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który w zakresie: **a) postawy i kompetencji społecznych (spełnia co najmniej 1 kryterium):** ♣ 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; **b) systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 1 kryterium):** ♣ nie ćwiczy aktywnie na zajęciach, ♣ 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 merytorycznym i metodycznym, ♣ 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; **c) sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego (spełnia co najmniej 1 kryterium):** ♣ 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 osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych, ♣ 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; **d) aktywności fizycznej (spełnia co najmniej 1 kryterium):** ♣ 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, np. nie trafia do bramki czy nie rzuca celnie 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; **e) wiadomości (spełnia co najmniej 1 kryterium):** ♣ zalicza sprawdziany pisemne i testy 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.

**6) OCENA NIEDOSTATECZNA**

Ocenę niedostateczną na pierwsze półrocze lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który w zakresie: **a) postawy i kompetencji społecznych:** ♣ 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; **b) systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć:** ♣ nie ćwiczy aktywnie na zajęciach, ♣ w sposób bardzo 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 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 stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły, a nawet często je niszczy i dewastuje; **c) sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego:**  ♣ 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; **d) aktywności fizycznej:** ♣ zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z bardzo rażącymi błędami technicznymi lub taktycznymi, ♣ wykonuje ćwiczenia zawsze niezgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych, ♣ nie potrafi wykonywać ćwiczeń nawet o bardzo niskim stopniu trudności, ♣ wykonuje zadania ruchowe mało efektownie i zawsze mało efektywnie, np. nie trafia do bramki, nie rzuca celnie 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; **e) wiadomości:** ♣ zalicza sprawdziany pisemne 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. **Postanowienia końcowe** 1. Zwolnienia lekarskie nie powodują obniżenia oceny za nieodpowiednią postawę ucznia, kompetencje społeczne oraz systematyczny udział w lekcjach. 2. Wszystkie oceny cząstkowe podlegają poprawie w terminie uzgodnionym z nauczycielem. 3. Ocena poprawiona jest oceną ostateczną. 4. Uczeń ma prawo wykonania danego ćwiczenia stosownie do swoich możliwości, np. obniżona wysokość przyrządu. 5. Po dłuższej absencji chorobowej lub innej związanej, np. z sytuacją rodzinną, uczeń nie ma obowiązku zaliczenia programu, który był realizowany w tym okresie. 6. Sytuacja wymieniona w punkcie 5 nie powoduje obniżenia oceny.

Renata Milczarek-Madej