

Wymagania edukacyjne niezbędne do otrzymania przez ucznia poszczególnych śródrocznych i rocznych ocen klasyfikacyjnych z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO w klasie PIĄTEJ wynikających z realizowanego programu nauczania „Magia ruchu”

Kryteria ocen:

Najwyższa ocena jest dostępna zarówno dla uczniów bardzo sprawnych ruchowo i fizycznie, jak i dla tych mniej sprawnych ale wykazujących się odpowiednią postawą dużym zaangażowaniem, dodatkową aktywnością na rzecz sportu i/lub rekreacji, dobrą wolą a przede wszystkim WYSIŁKIEM wkładanym w realizację założonych celów.

Przy ocenie z przedmiotu nauczyciel uwzględnia: czynne uczestnictwo w lekcji, sumienne i staranne wywiązywanie się z obowiązków wynikających z przedmiotu, zaangażowanie w przebieg lekcji, przygotowanie do zajęć, właściwy stosunek do przeciwnika i własnego ciała, opanowanie wiadomości i umiejętności przewidzianych dla poszczególnych klas zgodnie z indywidualnymi możliwościami i predyspozycjami, dokonywanie samooceny i samokontroli własnej sprawności fizycznej, aktywności na lekcji, udział w konkursach sportowych szkolnych i pozaszkolnych.

OCENĘ CELUJĄCĄ otrzymuje uczeń, który:

- spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą,
- jego umiejętności wykraczają poza program nauczania,
- wykazuje się szczególnym zaangażowaniem w pracy, twórczą postawą,
- jest wzorem na zajęciach wychowania fizycznego, w szkole i środowisku, prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia,
- aktywnie i chętnie uczestniczy w życiu sportowym szkoły oraz w innych formach działalności związanych z kulturą fizyczną, bierze udział w konkursach zawodach i olimpiadach, reprezentując szkołę,
- rozumie, zna oraz świadomie i systematycznie stosuje zasady zdrowego stylu życia oraz je promuje,
- zna i stosuje kulturę współzawodnictwa – zasady czystej i uczciwej rywalizacji (fair play),
- czynnie pomaga nauczycielowi (sędziowanie, rozgrzewka, organizacja zawodów wewnątrzklasowych),
- posiada rozszerzoną wiedzę z zakresu kultury fizycznej,
- zna i przestrzega zasad bezpieczeństwa na zajęciach wychowania fizycznego,
- dokonuje rzetelnej samooceny i samokontroli,
- zawsze jest zdyscyplinowany, ambitny, koleżeński, nie sprawia kłopotów wychowawczych,
- zna i stosuje zasady kultury kibicowania, zawsze właściwie zachowuje się na trybunach sportowych, zarówno w sytuacji zwycięstwa, jak i porażki swoich faworytów.

OCENĘ BARDZO DOBRĄ otrzymuje uczeń, który:

- cechuje go wysoka staranność i sumienność, zaangażowanie w przebieg lekcji oraz stopień przygotowania się do zajęć lekcyjnych, prezentuje umiejętności ruchowe na poziomie bardzo dobrym,
- nie ma żadnej lekcji nieusprawiedliwionej,
- na lekcjach jest koleżeński, zdyscyplinowany, ambitny,
- potrafi wykorzystać posiadane wiadomości praktyce,
- systematycznie podnosi poziom sprawności fizycznej,
- systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i osiąga duże postępy w osobistym usprawnieniu,
- bezpiecznie wykonuje wszystkie zadania, mając na uwadze dobro i bezpieczeństwo własne i innych,

- potrafi dokonać samooceny,
- uczestniczy czynnie w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych o charakterze sportowo – rekreacyjnym,
- zna i stosuje kulturę współzawodnictwa – zasady czystej i uczciwej rywalizacji(fair play),
- zawsze właściwie zachowuje się na trybunach sportowych, zarówno w sytuacji zwycięstwa, jak i porażki swoich faworytów, całkowicie opanował wiadomości i umiejętności z poziomu rozszerzonego dla danej klasy
- prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia,

OCENĘ DOBRA otrzymuje uczeń, który:

- systematycznie i aktywnie uczestniczy w lekcjach,
- bez zarzutów wywiązuje się z obowiązków,
- w poszczególnych klasach osiąga postęp w opanowaniu umiejętności i wiadomości na poziomie podstawowym,
- przy pomocy nauczyciela realizuje zadania i doskonali umiejętności z poziomu rozszerzonego,
- pracuje starannie i sumiennie, angażuje się w przebieg lekcji oraz przygotowuje się do zajęć, na każdych zajęciach posiada strój,
- wykazuje stały poziom umiejętności ruchowych,
- dba o swoją sprawność fizyczną i stara się ją rozwijać,
- posiada podstawowe wiadomości określone programem,
- zna zasady bezpieczeństwa na zajęciach,
- jest obecny na wszystkich sprawdzianach,

OCENĘ DOSTATECZNA otrzymuje uczeń, który:

- nie bierze czynnego udziału w zajęciach,
- swoim zachowaniem dezorganizuje pracę grupy rówieśniczej, sportowej,
- stwarza niebezpieczeństwo dla siebie i innych,
- wykazuje braki w wiadomościach z kultury fizycznej,
- jest nieprzygotowany notorycznie do lekcji – nie przynosi stroju sportowego, nie ćwiczy, - bardzo rzadko bierze udział w życiu sportowym szkoły, prowadzi niehigieniczny i niesportowy tryb życia.

OCENĘ DOPUSZCZAJĄCA otrzymuje uczeń, który:

- nie bierze czynnego udziału w zajęciach,
- swoim zachowaniem dezorganizuje pracę grupy rówieśniczej, sportowej,
- wykazuje duże braki w zakresie wiadomości z kultury fizycznej,
- stwarza niebezpieczeństwo dla siebie i innych,
- jest nieprzygotowany notorycznie do lekcji – nie przynosi stroju sportowego, nie ćwiczy,
- wykonuje tylko niektóre zadania przy pomocy nauczyciela, nie przestrzega zasad czystej rywalizacji i zasad kulturalnego kibicowania.

OCENANIEDOSTATECZNA nie jest przewidziana, jednak otrzymuje ją uczeń jeśli:

- nie zaliczył 70% sprawdzianów wynikających z realizacji programu,
- ma lekceważący stosunek do kultury fizycznej np. notoryczny brak stroju,
- świadomie i z premedytacją łamie podstawowe zasady bezpieczeństwa,
- nie przejawia chęci do pracy nad swoją bardzo niską sprawnością fizyczną,
- najprostsze ćwiczenia wykonuje z błędami, nie stara się naprawić tych błędów mimo zachęcania i pomocy ze strony nauczyciela i współwiczących,
- nie potrafi dokonać samokontroli i samooceny swojej niskiej sprawności fizycznej wynikającej z niewiedzy z zakresu kultury fizycznej.

Szczegółowe kryteria oceny:

I. Pod względem wiadomości:

Ocena celująca– uczeń stosuje wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych gier sportowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego, przestrzega przepisów bhp na lekcji wf, zna i przestrzega regulamin sali gimnastycznej i boiska sportowego, w grze stosuje zasady fair play, organizuje zajęcia ruchowe dla kolegów. Posiada rozległą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego. Wykazuje się dużym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i zagranicą.

Ocena bardzo dobra- stosuje prawie wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych gier sportowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego, przestrzega przepisów bhp na lekcji wf, zna i przestrzega regulamin sali gimnastycznej i boiska sportowego, w grze stosuje zasady fair play, organizuje zajęcia ruchowe dla kolegów. Posiada wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego. Wykazuje się wiedzą nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i zagranicą.

Ocena dobra- stosuje przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych gier sportowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego, przestrzega przepisów bhp na lekcji wf, zna i przestrzega regulamin sali gimnastycznej i boiska sportowego, w grze stosuje zasady fair play. Podejmuje próby organizowania zajęć ruchowych dla kolegów. Posiada wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego. Wykazuje się wiedzą nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i zagranicą.

Ocena dostateczna- stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych gier sportowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego, przestrzega przepisów bhp na lekcji wf, przestrzega regulamin sali gimnastycznej i boiska sportowego. Posiada dostateczną wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego. Wykazuje się przeciętną wiedzą nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i zagranicą.

Ocena dopuszczająca- stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych gier sportowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego, przestrzega przepisów bhp na lekcji wf, przestrzega regulamin sali gimnastycznej i boiska sportowego. Posiada niewielką wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego. Wykazuje się niską wiedzą nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i zagranicą.

II. Pod względem umiejętności:

Ocena celująca– spełnia warunki na ocenę „5” i potrafi omówić technikę. Jest asystentem nauczyciela, pomaga kolegom, potrafi asekurować oraz zachęca innych do ćwiczeń. Potrafi wykonywać elementy wykraczające poza podstawowe umiejętności nauczania objęte programem.

Ocena bardzo dobra- uczeń wykonuje ćwiczenia samodzielnie, bez błędów technicznych w odpowiednim tempie, dokładnie i pewnie. Jego ruchy są estetyczne i harmonijne.

Ocena dobra- uczeń wykonuje ćwiczenia samodzielnie, prawidłowo, lecz nie dość dokładnie i pewnie, z małymi błędami technicznymi.

Ocena dostateczna- uczeń wykonuje ćwiczenia niepewnie, z dużymi błędami technicznymi, z małą płynnością, wymaga pomocy nauczyciela.

Ocena dopuszczająca- ćwiczenie wykonywane bardzo niechętnie, z dużymi błędami technicznymi, uczeń wymaga ciągłej pomocy i korekty ze strony nauczyciela. W czasie lekcji na których nauczano i doskonalono dane ćwiczenie, nie wykazywał zaangażowania i wysiłku w jego nauczanie.

Dział	
Lekkoatletyka	1. wykonuje biegi wytrzymałościowe w terenie; 2. wykonuje ćwiczenia rozwijające szybkość i wytrzymałość w terenie; 3. wykonuje bieg krótki z różnych pozycji wyjściowych; 4. wykonuje próby wchodzące w skład czwórboju lekkoatletycznego – bieg na 60 metrów, bieg na 600/1000 metrów, skok w dal lub wzwyż oraz rzut piłeczką palantową; 5. wykonuje próby wchodzące w skład lekkoatletycznych igrzysk dzieci –bieg na dystansie 300 metrów, sztafetę 4x100, sztafetę szwedzką; 6. prowadzi fragment rozgrzewki lekkoatletycznej; 7. organizuje klasowe zawody lekkoatletyczne z pomocą nauczyciela.
Mini koszykówka	1. wykonuje podania piłki oburącz w miejscu, w biegu i ze zmianą miejsca w parach i w trójkach; 2. wykonuje podania jednorącz, kozłem i sytuacyjne; 3. wykonuje kozłowanie piłki w biegu ze zmianą tempa i kierunku biegu; 4. wykonuje kozłowanie piłką słalodem dalszą ręką od przeciwnika; 5. wykonuje rzuty do kosza z miejsca, po kozłowaniu i po podaniu od partnera; 6. wykonuje atak pozycyjny 1x1, 2x2, 3x3...; 7. wykonuje atak szybki zakończony rzutem do kosza; 8. wykonuje obronę „każdy swego”; 9. stosuje poznane elementy techniki i taktyki w grze w minikoszykówkę; 10. organizuje z pomocą nauczyciela klasowe rozgrywki w koszykówkę systemem „każdy z każdym” lub systemem pucharowym.
Mini piłka siatkowa	1. przyjmuje postawę siatkarską w obronie i w ataku; 2. wykonuje odbicia piłką oburącz górą i dołem w różnych ustawieniach; 3. wykonuje odbicia piłką oburącz górą w wyskoku; 4. wykonuje przyjęcie piłki po zagrywce; 5. wykonuje zagrywkę dolną lub tenisową z linii 7 metrów; 6. wykonuje atak piłki po prostej; 7. wykonuje rozegranie piłki „na trzy”; 8. stosuje poznane elementy techniki i taktyki w grze w minipiłkę siatkową; 9. organizuje z pomocą nauczyciela klasowe rozgrywki w piłkę siatkową systemem „każdy z każdym” lub systemem pucharowym.
Mini piłka ręczna	1. wykonuje podania jednorącz półgórne w biegu zakończone rzutem do bramki; wykonuje rzut do bramki z biegu i z wyskoku; 2. wykonuje rzut karny do bramki;

	3. wykonuje rytm trzech kroków zakończony podaniem lub rzutem do bramki; 4. wykonuje atak szybki zakończony rzutem do bramki; 5. wykonuje obronę „każdy swego” oraz strefą; 6. wykonuje elementy techniki gry bramkarza; 7. stosuje poznane elementy techniki i taktyki w grze; 8. organizuje z pomocą nauczyciela klasowe rozgrywki w piłkę ręczną systemem „każdy z każdym” lub systemem pucharowym.
Piłka nożna	1. wykonuje prowadzenie piłki po prostej i slalomem wewnętrzną częścią stopy; 2. wykonuje prowadzenie piłki ze zmianą tempa i kierunku biegu; 3. wykonuje podanie piłki do partnera; 4. wykonuje przyjęcie i podanie piłki do partnera; 5. wykonuje strzał do bramki w miejscu, w biegu i po przyjęciu; 6. wykonuje elementy techniczne gry bramkarza; 7. wykonuje atak pozycyjny i kontratak; 8. stosuje poznane elementy techniki i taktyki w grze w minipiłkę nożną; 9. organizuje z pomocą nauczyciela klasowe rozgrywki w minipiłkę nożną systemem „każdy z każdym” lub systemem pucharowym.
Gimnastyka	1. wykonuje przewrót w przód z marszu; 2. wykonuje przewrót w tył do rozkroku, półszpagatu i przysiadu; 3. wykonuje przewroty łączone w przód i w tył łącząc je w układ gimnastyczny wg inwencji nauczyciela; 4. wykonuje ćwiczenia równoważne na ławeczce; 5. wykonuje ćwiczenia gimnastyczne na ścieżce: stanie na rękach, stanie na głowie z asekuracją; 6. wykonuje przerzut bokiem na prawą lub lewą stronę; 7. wykonuje ćwiczenia gimnastyczne z piłeczką, laską gimnastyczną lub z innym, wybranym przyborem; 8. wykonuje prosty układ gimnastyczny na ścieżce w oparciu o własną ekspresję ruchową z przyborem lub bez przyboru; 9. wykonuje rozbieg i odbicie obunóż z odskoczni; 10. wykonuje skok rozkroczny przez kozła z asekuracją; 11. wykonuje naskok na skrzynię lub skok kuczny przez skrzynię z asekuracją.
Gry rekreacyjne	Badminton: 1. wykonuje chwyt forhendowy i bekhendowy rakiетки; 2. wykonuje serw forhendowy i bekhendowy długi i krótki; 3. wykonuje odbiór serwu; 4. wykonuje smecz i skrót przy siatce; 5. stosuje pozycje wyjściowe w grach pojedynczych i w grach podwójnych; 6. stosuje poznane elementy techniczne w grze pojedynczej i podwójnej w badminton; Tenis stołowy: 1. porusza się z rakiетką przy polu gry: zwiększa i zmniejsza odległość pomiędzy zawodnikiem a stołem, gra ze zmianą tempa i kierunku ataku; 2. wykonuje atak i przyjęcie piłeczki tenisowej w miejscu i w ruchu; 3. wykonuje uderzenia z rotacją piłeczki; 4. stosuje różne metody obrony (blokowanie, zbijanie); 5. stosuje poznane elementy techniczne i taktyczne w grze pojedynczej i podwójnej w tenis stołowy;