

## **WYCHOWANIE FIZYCZNE KL.VIII**

**WYMAGANIA EDUKACYJNE NIEZBĘDNE DO OTRZYMANIA PRZEZ UCZNIA  
POSZCZEGÓLNYCH ŚRÓDROCZNYCH I OCEN KLASYFIKACYJNYCH**

## **Przedmiotowe Zasady Oceniania z wychowania fizycznego**

### **Podstawy prawne:**

*Przedmiotowy system oceniania jest zgodny z :*

- *Rozporządzeniem Ministerstwa Edukacji Narodowej w sprawie zasad oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy oraz przeprowadzania egzaminów i sprawdzianów w szkołach publicznych na podstawie art. 44zb ustawy z dnia 7 września 1991 r. o systemie oświaty (Dz. U. z 2016 r. poz. 1943, z późn. zm.)*
- *Podstawą programową kształcenia ogólnego (Dz. U. 2016 z 17 czerwca 2016r.) na drugim etapie kształcenia w szkole podstawowej*
- *Wewnątrzszkolnymi Zasadami Oceniania - ogólne założenia*
- *Z programem nauczania z wychowania fizycznego dla ośmioletniej szkoły podstawowej autorstwa : Krzysztofa Warchoła dopuszczonym do szkolnego zestawu programów w roku szkolnym 2020/2021*

### **Celem Przedmiotowych Zasad Oceniania jest:**

1. Poinformowanie ucznia o poziomie jego sprawności fizycznej oraz brakach w tym zakresie.
2. Poinformowanie ucznia i rodziców o kryteriach oceniania.
3. Motywowanie ucznia do rozwoju i systematycznej pracy.
4. Motywowanie nauczyciela do stosowania skutecznych metod pracy.
5. Sprawdzenie poziomu wiedzy i umiejętności ucznia.

### **Obszary aktywności ucznia związane z procesem uczenia się oraz sposoby ich oceniania**

#### **I. Postawa wobec przedmiotu;**

**\* aktywność i wysiłek wkładany przez ucznia;**

**\* zaangażowanie, kreatywność, twórcza ekspresja i inwencja** (samodzielne prowadzenie przez ucznia ćwiczeń kształtujących , np. rozgrzewki);

\* systematyczne usprawnianie (dążenie do poprawy swojej sprawności);

\* stosunek do zajęć sportowych (przygotowanie do zajęć, zaangażowanie w wykonywanie ćwiczeń i zadań zbliżone do maksymalnych swoich możliwości);

\* dyscyplina podczas zajęć;

\* udział w zawodach sportowych na szczeblu szkolnym oraz pozaszkolnym

\* udział w sportowych zajęciach pozalekcyjnych

\* przestrzeganie zasad bezpieczeństwa podczas lekcji, oraz regulaminu korzystania z obiektów sportowych;

\* postawa "Fair play" podczas lekcji, oraz współpraca z grupą;

\* dbałość o higienę i prozdrowotny styl życia;

\* postawa samokontroli i samooceny

\* wysoki poziom kultury osobistej

Na podstawie obserwacji uczniów w trakcie zajęć z wychowania fizycznego nauczyciel może oceniać uczniów po każdych zajęciach, stawiając im ocenę w skali od 1-6. W ciągu jednego semestru uczeń, może otrzymać od 3-5 ocen za postawę wobec przedmiotu, charakteryzuje się wysokim poziomem kultury osobistej

**Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który:** wykazuje bardzo dużą aktywność i zaangażowanie na lekcjach, jest zawsze przygotowany do zajęć (zawsze posiada strój sportowy), wkłada bardzo dużo wysiłku w wykonywane zadania, powierzone mu zadania wykonuje sumiennie i starannie, systematycznie

uczęszcza na zajęcia, ewentualnie nieobecności ma usprawiedliwione, regularnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych, pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego, charakteryzuje się

wysokim poziomem kultury osobistej, używa właściwych sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela oraz innych pracowników szkoły, w sposób bezwzględny stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego, zna i stosuje wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych i zespołowych, szanuje powierzony mu sprzęt sportowy

**Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który:** na zajęciach jest aktywny i zaangażowany, jest przygotowany do zajęć (dopuszcza się dwukrotnie brak stroju w semestrze), starannie i sumiennie wykonuje powierzone mu zadania, systematycznie uczęszcza na zajęciach pozalekcyjnych, przestrzega zasad fair play na boisku, dość regularnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych, pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego, charakteryzuje się właściwym poziomem kultury osobistej, używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela oraz innych pracowników szkoły, stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego, zna i stosuje prawie wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych i zespołowych, szanuje powierzony mu sprzęt sportowy

**Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który:** nie zawsze jest aktywny i zaangażowany na zajęciach, z reguły jest przygotowany do zajęć, dość często jest nieobecny na zajęciach, potrzebuje motywacji podczas wykonywania zadań ruchowych, w zajęciach pozalekcyjnych uczestniczy nieregularnie, charakteryzuje się właściwym poziomem kultury osobistej, nie zawsze używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela oraz innych pracowników szkoły, nie zawsze stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego, stosuje prawie wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych i zespołowych, zdarza mu się nie szanować powierzonego mu sprzętu sportowego

**Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który:** nie wykazuje szczególnej aktywności na zajęciach, bywa często nieprzygotowany do zajęć, często jest nieobecny na zajęciach, powierzone mu zadania wykonuje niestarannie i niedbale, nie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych, nie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego i nie szanuje powierzonego mu sprzętu sportowego, charakteryzuje się przeciętnym poziomem kultury osobistej, często używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela oraz innych pracowników szkoły, często nie stosuje zasad bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego, stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych i zespołowych

**Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który:** na zajęciach nie wykazuje żadnej aktywności, regularnie jest nieprzygotowany do zajęć, bardzo często opuszcza zajęcia, powierzone mu zadania wykonuje bardzo niestarannie, okazując lekceważący stosunek do tego, co robi, nie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych, nie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego i nie szanuje powierzonego mu sprzętu sportowego, charakteryzuje się niskim poziomem kultury osobistej, bardzo często używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela oraz innych pracowników szkoły, nie stosuje zasad bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego, stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych i zespołowych

**Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który:** na zajęciach nie wykonuje i nie chce wykonywać żadnych powierzonych mu zadań, wykazuje skrajnie lekceważący stosunek do przedmiotu, do zajęć nigdy nie jest przygotowany, samowolnie i nagminnie opuszcza zajęcia, charakteryzuje się niskim poziomem kultury osobistej, zachowuje się wulgarnie w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela oraz innych pracowników szkoły, nie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych, nie zalicza sprawdzianów umiejętności ruchowych oraz testów sprawności, nie zna i nie stosuje zasad bezpiecznej organizacji zajęć

wychowania fizycznego, nie zna i nie stosuje przepisów i zasad sportów indywidualnych i zespołowych

## **II. Przygotowanie do zajęć;**

Przez przygotowanie do zajęć lekcji wychowania fizycznego rozumie się posiadanie przez ucznia odpowiedniego stroju sportowego ( biała koszulka gimnastyczna, spodenki sportowe, dres, zmienne obuwie sportowe o jasnej nie rysującej podeszwie).

Uczeń może przed zajęciami zgłosić dwa razy w ciągu półrocza nieprzygotowanie do lekcji bez konsekwencji (np.), kolejny brak stroju oznacza ocenę niedostateczną z przedmiotu.

## **III. Sprawność motoryczna, umiejętności ruchowe i wiadomości:**

### **1. Sprawność motoryczna:**

Poziom sprawności motorycznej (siła, szybkość, skoczność, wytrzymałość, gibkość) określamy na podstawie wyników uzyskanych w wybranych testach sprawności.

W pierwszym semestrze każdy uczeń wykonuje próby pomiaru sprawności motorycznej.

**Uzyskane wyniki nie mają wpływu na ocenę końcową, jedynie stanowią bazę do oceny postępu.**

Wyniki uzyskane na koniec roku zostają porównane z osiągnięciami z początku pierwszego semestru.

***Formy sprawdzianu motoryczności:*** - Próby pomiaru postępu sprawności motorycznej:

Szybkość - bieg na dystansie 50,60,100 metrów.

Wytrzymałość - bieg na dystansie 400 metrów klasy IV, 600 m klasy V – VI, 800 – 1000m kl. VII-VIII

Siła - rzut piłką lekarską ( 2 kg kl. IV - VI) w tył nad głową, rzut piłką palantową.

Skoczność- skok w dal z miejsca lub skok w dal metodą naturalną.

Gibkość – skłony tułowia w przód

***Ocena postępu sprawności motorycznej:***

6- uczeń otrzymuje za znaczną poprawę wyników

5 - uczeń otrzymuje za poprawę wyniku

4 - uczeń otrzymuje za wynik na tym samym poziomie

3- uczeń otrzymuje za pogorszenie wyników

2- uczeń otrzymuje za pogorszenie połowy wyników

1- uczeń otrzymuje za obniżenie wszystkich wyników

### **2. Umiejętności ruchowe:**

Stopień opanowania umiejętności ruchowych (co potrafię, jak wykonuję?) z zakresu wymagań edukacyjnych;

Poziom umiejętności ruchowych ucznia oceniamy z tych działów, które były przedmiotem nauczania w danym semestrze (np. gimnastyka, gry zespołowe, itp.), zgodnie z przedstawionymi wymaganiami edukacyjnymi dla poszczególnych klas.

***Ocena umiejętności ruchowych:***

6- uczeń wykonał bezbłędnie ćwiczenie w szybkim tempie, które objęte jest programem nauczania w danej klasie.

5- uczeń wykonał ćwiczenie bezbłędnie w dobrym tempie.

4- uczeń wykonał ćwiczenie z małymi błędami w dobrym tempie - błędy jednak w wyraźny sposób nie wpłynęły na poprawność demonstrowanej ewolucji ruchowej lub wykonał ćwiczenie poprawnie, lecz w nienaturalnym tempie.

3- uczeń wykonał ćwiczenie z wyraźnymi błędami w dobrym tempie – błędy zakłóciły poprawność demonstrowanej ewolucji ruchowej lub wykonał ćwiczenie z małymi błędami, lecz w nienaturalnym tempie.

2- uczeń wykonał ćwiczenie w sposób niedbały, z dużymi błędami w nienaturalnym tempie.

1- uczeń bez podania przyczyny odmówił wykonania ćwiczenia lub w dniu sprawdzianu nie jest właściwie przygotowany (bez uzasadnienia) do zajęć.

**Forma sprawdzianu** - działania praktyczne (wykonanie określonego ćwiczenia, ewolucji, elementu technicznego):

\* gry zespołowe – rzuty, strzały, podania, przyjęcia, kozłowanie, odbicia oraz zastosowanie umiejętności technicznych w grze szkolnej.

\* ćwiczenia indywidualne – przewroty, skoki oraz ćwiczenia na przyrządach i z przyborami. Opanowanie prostych układów gimnastycznych.

Ocena częściowa za zdobyte umiejętności ruchowe dotyczy zaliczenia zadań kontrolno-ocenających. Uczeń może poprawiać ten sam sprawdzian tylko jeden raz, w tym przypadku stawiamy lepszą ocenę.

### **3. Wiadomości:**

Wiedza i umiejętności jej praktycznego wykorzystania w: organizacji, bezpieczeństwa i higieny zajęć ruchowych (samokontrola, asekuracja, pomoc), współpracy w czasie zajęć, zasad i przepisów poszczególnych dyscyplin sportowych, wpływu ćwiczeń fizycznych na rozwój organizmu, adaptacji organizmu do wysiłku, zapoznanie uczniów z różnymi testami sprawności fizycznej, ochrony zdrowia, pierwszej pomocy.

#### **Ocena za wiadomości:**

6 – uczeń posiada bardzo duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i wykorzystuje je w praktyce, 5 – uczeń posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i wykorzystuje je w praktycznym działaniu,

4 - uczeń posiada wiadomości, umie wykorzystać w praktyce inspirowany przez nauczyciela, 3 - uczeń posiada liczne braki w wiadomościach, a tych, które posiada nie umie wykorzystać w praktyce,

2 - uczeń posiada małe wiadomości z zakresu kultury fizycznej, nie potrafi dokonać samooceny,

1 - uczeń charakteryzuje się niewiedzą z zakresu kultury fizycznej.

**Forma sprawdzianu** – może być ustna (na bieżąco), lub w formie testu pisemnego (co najmniej raz w roku szkolnym).

### **IV. Uczestnictwo w zawodach sportowych;**

To kryterium oceny ma na celu wspieranie i rozwijanie talentów wybitnych uczniów, poprzez nagradzanie ich wysoką oceną za godne reprezentowanie swojej klasy lub szkoły na zawodach sportowych. Ocenie podlega każdy udział ucznia w zawodach sportowych pozaszkolnych oraz wewnątrzszkolnych. Uczniowie otrzymują ocenę częściową (bardzo dobrą, lub celującą) za każdy udział w zawodach.

#### **Ocena częściowa za udział w zawodach sportowych:**

- Celująca (6) – uczeń bierze udział w reprezentacji szkoły, występując w zawodach różnych dyscyplin sportowych. Godnie i właściwie reprezentuje swoją szkołę. Bierze udział w rozgrywkach pozaszkolnych szczebla gminnego, powiatowego, rejonowego, wojewódzkiego i ogólnopolskiego, oraz odnosi sukcesy sportowe.
- Bardzo dobra (5) – uczeń bierze udział w rozgrywkach i konkurencjach wewnątrzszkolnych i niekoniecznie odnosi sukcesy. Ocena może wystąpić jako nagroda pocieszenia za trud włożony w rozegrane zawody. Godnie i właściwie reprezentuje szkołę i swoją klasę.

### **Formy i metody kontroli:**

- \* obserwacja ucznia w trakcie zajęć z wychowania fizycznego, ( postawa wobec przedmiotu, aktywność premiowana oceną );
- \* testy sprawności motorycznej pozwalające ustalić poziom i rozwój sprawności ( biorąc pod uwagę postępek i wysiłek wkładany przez ucznia);
- \* zadania kontrolno - ocenające dla poszczególnych poziomów nauczania, pozwalające określić stopień opanowania umiejętności ruchowych.
- \* testy i wypowiedzi ustne w obszarze kontroli wiadomości;
- \* uczestnictwo w zawodach wewnątrz szkolnych i pozaszkolnych;

### **V. Zajęcia fakultatywne pozalekcyjne**

Zajęcia fakultatywne są oceniane według obszaru oceniania punktu I. „Postawa wobec przedmiotu”. Ocena końcowa z zajęć fakultatywnych z I i II semestru jest średnią ocen cząstkowych postawy wobec przedmiotu, którą wystawia nauczyciel uczący, i następnie wpisuje do dziennika lekcyjnego z wychowania fizycznego. Ocena ta stanowi jedną z wszystkich ocen z wychowania fizycznego.

### **ZASADY PRACY**

1. Aktywność i frekwencja wpływa w sposób zdecydowany na ocenę półroczną i roczną z wychowania fizycznego.
2. Ocena semestralna, lub końcowa nie jest średnią arytmetyczną ocen cząstkowych uzyskanych w czasie

semestru **Pod uwagę nauczyciel bierze przede wszystkim :**

**wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków na lekcjiWF, zaangażowanie na lekcji, stosunek do przedmiotu, jaki uczeń wykazuje, poziom umiejętności, wiadomości, kompetencje społeczne**

#### **3. Zwolnienia z wychowania fizycznego:**

- a) Dyrektor szkoły zwalnia ucznia z zajęć wychowania fizycznego na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach uczestniczenia ucznia w tych zajęciach, wydanej przez lekarza na czas określony w tej opinii.
- b) Jeżeli okres zwolnienia ucznia z zajęć wychowania fizycznego uniemożliwia ustalenie śródrocznej lub rocznej (semestralnej) oceny klasyfikacyjnej, w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się "zwolniony" albo "zwolniona".
- c) Uczeń musi dostarczyć zaświadczenie lekarskie zwalniające go na semestr/ rok do końca września, a w szczególnych okolicznościach do miesiąca po stwierdzeniu przez lekarza niezdolności ucznia do ćwiczeń na zajęciach,
- d) Nauczyciel uczący może zwolnić ucznia z wykonywania ćwiczeń do 7 dni na podstawie pisemnego oświadczenia rodzica/prawnego opiekuna (powyżej 7 dni uczeń powinien przedstawić zaświadczenie lekarskie o niezdolności ucznia do wykonywania ćwiczeń),

e) Nauczyciel może zwolnić ucznia z wykonywania niektórych ćwiczeń fizycznych na podstawie pisemnego oświadczenia lekarskiego (lekarz musi wyraźnie zaznaczyć jakiego typu ćwiczeń dziecko nie może wykonywać).

f) Nauczyciel może, a nawet powinien zwolnić ucznia z wykonywania ćwiczeń fizycznych na lekcji, jeśli ten zgłosi przed lekcją złe samopoczucie.

4. Nauczyciel jest zobowiązany na podstawie pisemnej opinii poradni psychologiczno-pedagogicznej, lub innej poradni specjalistycznej obniżyć wymagania edukacyjne w stosunku do ucznia, u którego stwierdzono specyficzne trudności w uczeniu się lub deficyty rozwojowe, uniemożliwiające sprostanie wymaganiom edukacyjnym wynikającym z programu nauczania.

#### **Sposoby gromadzenia informacji o uczniu:**

- dziennik nauczyciela w
- dziennik lekcyjny;
- arkusz ocen;
- karty ucznia

#### **Sposoby informowania ucznia o osiągnięciach w procesie edukacyjnym:**

- w trakcie testów, sprawdzianów i dyskusji, omawiamy i oceniamy postępy ucznia, wskazując zagadnienia nad którymi powinien jeszcze popracować (informacja zwrotna);
- informujemy ucznia w terminie zgodnym ze Statutem Szkoły o przewidywanej ocenie semestralnej lub rocznej;

#### **.Sposoby informowania rodziców o postępach w nauce lub ich braku**

- na spotkaniach klasowych z rodzicami;
- indywidualny kontakt rodziców z nauczycielem danego przedmiotu lub wychowawcą;(konsultacje)
- zapisanie ocen w edzienniku;
- zgodnie ze Statutem Szkoły należy poinformować rodziców o przewidywanej ocenie semestralnej lub rocznej.

**Ogólne wymagania na poszczególne stopnie określa WZO, a poniżej przedstawiono wymagania dostosowane do nauczania wychowania fizycznego na II etapie edukacyjnym**

#### **Ocena osiągnięć ucznia**

##### **Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który:**

- posiada sprawność, umiejętność i wiedzę na poziomie celującym lub bardzo dobrym określone programem nauczania;
- uzyskuje znaczną poprawę wyników prób sprawności motorycznej;
- jest bardzo aktywnie zaangażowany w lekcje wychowania fizycznego;
- jest zawsze przygotowany do zajęć;
- jego postawa i zdrowy tryb życia są wzorem dla innych;
- godnie reprezentuje szkołę na wyznaczonych przez nauczyciela zawodach sportowych szczebla szkolnego, gminnego, powiatowego, rejonowego, wojewódzkiego i ogólnopolskiego, oraz odnosi sukcesy sportowe;
- jest kreatywny, oraz aktywizuje siebie i innych do samousprawniania;

- zawsze kieruje się zasadą „fair play”, przestrzega zasad BHP;
- charakteryzuje się wysokim poziomem kultury osobistej,
- używa właściwych sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela oraz innych pracowników szkoły ( dotyczy przede wszystkim nowej podstawy programowej)

#### **Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który:**

- opanował w bardzo dobrym zakresie wiadomości i umiejętności określone programem;
- rozumie i potrafi stosować ćwiczenia kształtujące i korekcyjne, oraz zna przepisy sportowe w zakresie realizowanych w szkole dyscyplin;
- aktywnie i systematycznie uczestniczy w lekcjach wychowania fizycznego;
- uzyskuje poprawę wyników prób sprawności motorycznej;
- rozumie i stosuje zasady higieniczno - zdrowotne podczas nauki i wypoczynku;
- reprezentuje szkołę/ klasę na zawodach sportowych;
- jest zawsze przygotowany do zajęć;
- jego postawa i tryb życia nie budzi najmniejszych zastrzeżeń, jest zdyscyplinowany, koleżeński , ambitny;
- charakteryzuje się właściwym poziomem kultury osobistej,
- używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela oraz innych pracowników szkoły ( dotyczy przede wszystkim nowej podstawy programowej)

#### **Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który:**

- opanował w dobrym zakresie wiadomości i umiejętności określone programem;
- uzyskuje wyniki prób sprawności motorycznej na tym samym poziomie;
- nie opuszcza zajęć wychowania fizycznego;
- wykazuje się dużą aktywnością i zaangażowaniem na lekcjach;
- opanował wiadomości i umiejętności jako podstawowe elementy wiedzy o zajęciach ruchowych;
- zna i stosuje zasady higieny osobistej;
- charakteryzuje się właściwym poziomem kultury osobistej,
- nie zawsze używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela oraz innych pracowników szkoły,

#### **Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który:**

- opanował w podstawowym zakresie wiadomości i umiejętności określone programem, w zakresie umożliwiającym postęp w kontynuowaniu zajęć wychowania fizycznego;
- mało systematycznie i aktywnie pracuje na zajęciach wychowania fizycznego;
- posiada nawyki higieniczno - zdrowotne;
- wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, dlatego też nie wykazuje większego postępu w wynikach prób sprawności motorycznej;
- sporadycznie jest nieprzygotowany do lekcji;
- w niewielkim stopniu dąży do rozwijania swoich uzdolnień;
- charakteryzuje się przeciętnym poziomem kultury osobistej,
- często używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela oraz innych pracowników szkoły ( dotyczy przede wszystkim nowej podstawy programowej)

### **Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który:**

- ma braki w opanowaniu wiadomości i umiejętności określonych programem, ale braki te nie przekreślają możliwości dalszego kształcenia;
- ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami;
- wykazuje niską aktywność na zajęciach wychowania fizycznego;
- uzyskuje obniżenie połowy wyników prób sprawności motorycznej;
- przejawia niechętny stosunek do ćwiczeń, do przedmiotu, nauczyciela, współwiczących;
- sporadycznie jest nieprzygotowany do lekcji ( brak stroju sportowego);
- nie uczestniczy w imprezach sportowych organizowanych przez zespół klasowy;
- charakteryzuje się niskim poziomem kultury osobistej,
- bardzo często używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela oraz innych pracowników szkoły ( dotyczy przede wszystkim nowej podstawy programowej)

### **Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który:**

- nie opanował tych wiadomości i umiejętności określonych programem, które są konieczne do dalszego kształcenia;
- nie dba o rozwój fizyczny swojego organizmu i nie czyni żadnych postępów w sprawności fizycznej;
- uzyskuje obniżenie wyników wszystkich prób sprawności motorycznej;
- często jest nieprzygotowany do lekcji oraz opuszcza je;
- prowadzi niehigieniczny i nie sportowy tryb życia;
- często świadomie odmawia ćwiczeń, nie ma chęci współpracy z nauczycielem;
- nie robi nic w kierunku swojego usprawniania;
- charakteryzuje się niskim poziomem kultury osobistej,
- zachowuje się wulgarnie w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela oraz innych pracowników szkoły ( dotyczy przede wszystkim nowej podstawy programowej)

### **Wykaz szczegółowych wymagań edukacyjnych do działów określonych programem wychowania fizycznego realizowanym w klaie VIII**

W klasie VIII kontrolujemy i oceniamy następujące obszary aktywności ucznia:

- 1.Postawa ucznia i jego kompetencje społeczne**
- 2,Systematyczny udział i aktywność w trakcie zajęć**
- 3.Sprawność fizyczną:**

#### **Wykonanie MTSF ( Międzynarodowego Testu Sprawności Fizycznej)**

- siła mm brzucha
- gibkość
- skok w dal z miejsca
- bieg ze startu wysokiego na 50 m
- bieg wahadłowy 4x 10m
- pomiar siły względnej ( zwis na ugiętych rękach – dziewczęta i podciąganie na drążku – chłopcy)

- biegi przedłużone ( 800m– dziewczęta i 1000m– chłopcy)

### **Wykonanie Testu Coopera**

- bieg ciągły przez 12 minut

## **4. Umiejętności ruchowe**

### **Piłka koszykowa**

#### ***1. Kozłowanie ze zmianą ręki, tempa i kierunku oraz podania oburącz sprzed klatki piersiowej ze zmianą miejsca i kierunku***

- Ocena celująca (6):

\*Poprawna i dynamiczna technika wykonywania kozłowania prawą i lewą ręką ze zmianą tempa i kierunku w ruchu oraz prawidłowa technika podania piłki sprzed klatki piersiowej w ruchu.

- Ocena bardzo dobra (5):

\*Poprawna technika wykonywania kozłowania dowolną ręką ze zmianą tempa i kierunku w ruchu oraz stosowanie prawidłowej techniki podania piłki sprzed klatki piersiowej w ruchu.

- Ocena dobra (4):

\*Podejmuje próbę wykonywania kozłowania prawą i lewą ręką ze zmianą tempa i kierunku ruchu oraz podejmuje próbę prawidłowej techniki podania piłki sprzed klatki piersiowej w ruchu.

- Ocena dostateczna (3):

\*Podejmuje próbę wykonywania kozłowania dowolną ręką ze zmianą tempa i kierunku oraz podejmuje próbę podawania piłki sprzed klatki piersiowej w ruchu.

- Ocena dopuszczająca (2):

\*Uczeń stara się wykonać kozłowanie dowolną ręką oraz stara się prawidłowo podać piłkę.

.- Ocena niedostateczna (1):

\*Uczeń odmawia udziału przystąpienia do sprawdzianu.

#### ***2. Zwód pojedynczy przodem z piłką i rzut do kosza z dwutaktu po podaniu od współwiczającego:***

- Ocena celująca (6):

\*Prawidłowa technika zwodu i rzutu piłki z dwutaktu do kosza po podaniu od współwiczającego .

- Ocena bardzo dobra (5):

\*Uczeń wykonuje ćwiczenie z 1 błędem.

- Ocena dobra (4):

\*Uczeń wykonuje ćwiczenie z 2 błędami.

- Ocena dostateczna (3):

\* Uczeń wykonuje ćwiczenie z 3

błędami - Ocena dopuszczająca (2):

\* Uczeń wykonuje ćwiczenie z 4 błędami

- Ocena niedostateczna (1):

\*Uczeń odmawia udziału przystąpienia do sprawdzianu.

#### ***3. Rzut z dwutaktu: -***

Ocena celująca (6):

\*Prawidłowa i dynamiczna technika rzutu piłki do kosza po dwutakcie z prawej i lewej strony.

- Ocena bardzo dobra (5):

\*Prawidłowa technika rzutu piłki do kosza po dwutakcie z prawej i lewej strony.

- Ocena dobra (4):

\*Prawidłowa technika rzutu piłki do kosza po dwutakcie z podania.

- Ocena dostateczna (3):

\*Prawidłowa technika rzutu piłki do kosza po dwutakcie z

marszu. Ocena dopuszczająca (2):

\*Prawidłowa technika rzutu piłki do kosza po dwutakcie z miejsca.

- Ocena niedostateczna (1):

- \*Uczeń odmawia udziału przystąpienia do sprawdzianu.

## **Piłka ręczna**

### ***1. Zwód pojedynczy i rzut z wysoku.***

- Błędy:

- a. brak zwodu pojedynczego
- b. brak amortyzacji przy chwycie
- c. kozłowanie przed sobą
- d. kozłowanie zbyt niskie zbyt wysokie
- e. nieumiejętność wykonania rzutu z wysoku
- f. złe ustawienie rąk i nóg przy rzucie
- g. brak płynności w wykonywaniu ćwiczenia

#### **Ocena:**

\* ocena celująca (6) - Zadanie zostało wykonane bezbłędnie

\* ocena bardzo dobra (5) - 2 błędy

\* ocena dobra (4) - 3 dowolne błędy

\* ocena dostateczna (3) - 5 dowolnych błędów

\* ocena dopuszczająca (2) - 7 dowolnych błędów

\* ocena niedostateczna (1) - Uczeń odmawia przystąpienia do sprawdzianu.

## **Piłka siatkowa**

### ***1. wystawianie piłki sposobem górnym oburącz***

\* ocena celująca (6)- Zadanie zostało wykonane bezbłędnie

\* ocena bardzo dobra (5)- 2 błędy

\* ocena dobra (4)- 3 błędy

\* ocena dostateczna (3)- 4 błędy

\* ocena dopuszczająca (2)- 5 błędów

\* ocena niedostateczna (1)- uczeń odmawia przystąpienia do sprawdzianu.

### ***1. Zagrywka sposobem dolnym 6 m od siatki***

\* ocena celująca (6)- 6-7 zagrywek

\* ocena bardzo dobra (5)- 5

zagrywek \* ocena dobra (4)- 4

zagrywki

\* ocena dostateczna (3)- 3 zagrywki

\* ocena dopuszczająca (2)- 2-1 zagrywka

\* ocena niedostateczna (1)- uczeń odmawia przystąpienia do sprawdzianu.

## **Gimnastyka**

### ***1. Przerzut bokiem***

- Błędy Krok w

przód bez

jednoczesnego

uniesienia dłoni

### ***2. Jednoczesne ułożenie dłoni na podłożu***

3. Ugięcie bioder w staniu na rękach
4. Nie ustawienie dłoni w jednej linii na podłożu/ schodzenie z linii ruchu
5. Łączenie bóg a także ramion w momencie wykonywania ruchu
6. Nieumiejętność utrzymania prostego i napiętego tułowia
7. Brak pełnego zamachu
8. Uginanie ramion

**Ocena:**

- \* ocena celująca (6)- Zadanie zostało wykonane bezbłędnie
- \* ocena bardzo dobra (5)- 1 błąd
- \* ocena dobra (4)- 2-3 błędy
- \* ocena dostateczna (3)- 4-5 błędów
- \* ocena dopuszczająca (2)- 6-7 błędów
- \* ocena niedostateczna (1)- Uczeń odmawia przystąpienia do sprawdzianu.

**2. Skok kuczny przez skrzynię 5 części.**

- Błędy:

- a.) Brak rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia
- b.) Złe odbicie od odskoczni
- c.) Złe ustawienie rąk na skrzyni
- d.) Brak amortyzacji przy lądowaniu
- e.) Złe przeniesienie nóg nad skrzynią
- f.) Brak płynności w wykonaniu ćwiczenia

**Ocena:**

- \* ocena celująca (6)- Zadanie zostało wykonane bezbłędnie
- \* ocena bardzo dobra (5)- d
- \* ocena dobra (4)- d, e, b
- \* ocena dostateczna (3)- d, e, b, c
- \* ocena dopuszczająca (2)- d, e, b, c, f
- \* ocena niedostateczna (1)- Uczeń odmawia przystąpienia do sprawdzianu.

**3. Stanie na rękach przy drabinkach**

Błędy

- a.) Brak rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia
- b.) Brak zamachu
- c.) Ugięte łokcie
- d.) Brak pionowej pozycji ciała
- e.) Brak płynności w wykonywaniu ćwiczenia

**Ocena:**

- \* ocena celująca (6)- Zadanie zostało wykonane bezbłędnie
- \* ocena bardzo dobra (5)- 1 błąd
- \* ocena dobra (4)- 2 błędy
- \* ocena dostateczna (3)- 3 błędy
- \* ocena dopuszczająca (2)- 4 błędy
- \* ocena niedostateczna (1)- Uczeń nie przystąpił do sprawdzianu

**Pilka nożna**

***Zwód pojedynczy przodem bez piłki i uderzenie na bramkę podbiciem lub wewnętrzną częścią stopy:***

- Ocena celująca (6):  
\*Prawidłowa technika zwodu i strzału na bramkę.
- Ocena bardzo dobra (5):  
\*Uczeń wykonuje ćwiczenie z 1 błędem.
- Ocena dobra (4):  
\*Uczeń wykonuje ćwiczenie z 2 błędami.
- Ocena dostateczna (3):  
\* Uczeń wykonuje ćwiczenie z 3 błędami - Ocena dopuszczająca (2):  
\* Uczeń wykonuje ćwiczenie z 4 błędami
- Ocena niedostateczna (1):  
\*Uczeń odmawia udziału przystąpienia do sprawdzianu.

***1. Prowadzenie piłki ze zmianą kierunku poruszania się i nogi prowadzącej***

- Ocena celująca (6):  
\*Prawidłowa technika prowadzenia piłki ze zmianą kierunku poruszania się i nogi prowadzącej.
- Ocena bardzo dobra (5):  
\*Uczeń wykonuje ćwiczenie z 1 błędem.
- Ocena dobra (4):  
\*Uczeń wykonuje ćwiczenie z 2 błędami.
- Ocena dostateczna (3):  
\* Uczeń wykonuje ćwiczenie z 3 błędami - Ocena dopuszczająca (2):  
\* Uczeń wykonuje ćwiczenie z 4 błędami
- Ocena niedostateczna (1):  
\*Uczeń odmawia udziału przystąpienia do sprawdzianu.

**Lekka atletyka**

**1.Poprawna technika startu niskiego na komendy startera.**

**Bieg na dystansie 60m z pomiarem czasu**

**Dziewczeta**

| Ocena celująca<br>minimum (sek) | Ocena bardzo dobra<br>minimum (sek) | Ocena dobra<br>minimum (sek) | Ocena dostateczna<br>minimum (sek) | Ocena dopuszczająca<br>minimum (sek) |
|---------------------------------|-------------------------------------|------------------------------|------------------------------------|--------------------------------------|
| 9,6                             | 9,8                                 | 10,2                         | 10,9                               | Powyżej 10,9                         |

**Chłopcy**

| Ocena celująca<br>minimum (sek) | Ocena bardzo dobra<br>minimum (sek) | Ocena dobra<br>minimum (sek) | Ocena dostateczna<br>minimum (sek) | Ocena dopuszczająca<br>minimum (sek) |
|---------------------------------|-------------------------------------|------------------------------|------------------------------------|--------------------------------------|
|                                 |                                     |                              |                                    |                                      |

|     |     |     |      |              |
|-----|-----|-----|------|--------------|
| 9,0 | 9,3 | 9,6 | 10,0 | powyżej 10,0 |
|-----|-----|-----|------|--------------|

## 2. Bieg na dystansie 800 metrów z pomiarem czasu

### Dziewczęta

| Ocena celująca<br>minimum (sek) | Ocena bardzo dobra<br>minimum (sek) | Ocena dobra<br>minimum (sek) | Ocena dostateczna<br>minimum (sek) | Ocena dopuszczająca<br>minimum (sek) |
|---------------------------------|-------------------------------------|------------------------------|------------------------------------|--------------------------------------|
| 2,38                            | 2,43                                | 2,48                         | 2,53                               | Powyżej 2,53                         |

### Chłopcy 1000m

| Ocena celująca<br>minimum (sek) | Ocena bardzo dobra<br>minimum (sek) | Ocena dobra<br>minimum (sek) | Ocena dostateczna<br>minimum (sek) | Ocena dopuszczająca<br>minimum (sek) |
|---------------------------------|-------------------------------------|------------------------------|------------------------------------|--------------------------------------|
| 4,08                            | 4,18                                | 4,28                         | 4,38                               | powyżej 4,38                         |

## 3. Rzut piłką lekarską 2 kg. w tył za głowę

### Dziewczęta

| Ocena celująca<br>minimum (metry) | Ocena bardzo dobra<br>minimum (metry) | Ocena dobra<br>minimum (metry) | Ocena dostateczna<br>minimum (metry) | Ocena dopuszczająca<br>minimum |
|-----------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------|
| 8,10                              | 7.50                                  | 6.60                           | 5.60                                 | poniżej 5,60                   |

### Chłopcy

| Ocena celująca<br>minimum | Ocena bardzo dobra<br>minimum | Ocena dobra<br>minimum | Ocena dostateczna | Ocena dopuszczająca |
|---------------------------|-------------------------------|------------------------|-------------------|---------------------|
|---------------------------|-------------------------------|------------------------|-------------------|---------------------|

| (metry) | (metry) | (metry) | minimum (metry) | minimum      |
|---------|---------|---------|-----------------|--------------|
| 9.20    | 8.70    | 7.70    | 6.70            | poniżej 6,70 |

#### 4.Rzut piłeczką palantową na odległość

##### Dziewczeta

| Ocena<br>celująca<br>minimum<br>(metry) | Ocena<br>bardzo dobra<br>minimum<br>(metry) | Ocena<br>dobra<br>minimum<br>(metry) | Ocena<br>dostateczna<br>minimum (metry) | Ocena<br>dopuszczająca<br>minimum |
|-----------------------------------------|---------------------------------------------|--------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------|
| 42                                      | 37                                          | 32                                   | 27                                      | poniżej 27                        |

##### Chłopcy

| Ocena<br>celująca<br>minimum<br>(metry) | Ocena<br>bardzo dobra<br>minimum<br>(metry) | Ocena<br>dobra<br>minimum (metry) | Ocena<br>dostateczna<br>minimum (metry) | Ocena<br>dopuszczająca<br>minimum |
|-----------------------------------------|---------------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------|
| 47                                      | 42                                          | 37                                | 32                                      | poniżej 32                        |

### ***Warunki i tryb uzyskania wyższej niż przewidywana semestralnej i rocznej oceny klasyfikacyjnej***

Tryb uzyskania wyższej niż przewidywana rocznej (semestralnej) oceny klasyfikacyjnej z obowiązkowych i dodatkowych zajęć edukacyjnych szczegółowo określa wewnętrzny system oceniania szkoły podstawowej w Piszczacu

Uczeń ma prawo ubiegać się o zmianę oceny z wychowania fizycznego o jeden stopień wyżej dopiero wtedy, jeśli spełni ogólne wymagania:

Systematycznie i aktywnie brał/a udział w lekcjach wychowania fizycznego i ćwiczył aktywnie na miarę swoich możliwości

Na ocenę celującą z oceny bardzo dobrej:

Osiąga wyniki na ocenę celującą

Bierze udział w zawodach międzyszkolnych, powiatowych, rejonowych lub wojewódzkich i osiąga w nich sukcesy

Systematycznie i chętnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych SKS

Na ocenę bardzo dobrą z oceny dobrej:

Osiąga wyniki na ocenę bardzo dobrą

Zawsze jest przygotowany do lekcji i bierze aktywny udział w □ lekcji

Uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych SKS

Na ocenę dobrą z oceny dostatecznej:

Osiąga wyniki na ocenę dobrą

Bierze aktywny udział w lekcji i ćwiczy systematycznie

Na ocenę dostateczną z oceny dopuszczającej:

Osiąga wyniki na ocenę dostateczną

### ***Zasady egzaminu poprawkowego***

Ocenę z przedmiotu można poprawić tylko z oceny niedostatecznej na dopuszczającą. Egzamin poprawkowy przeprowadzony jest w terminie wyznaczonym przez dyrekcję szkoły (do 31 sierpnia). Jest to egzamin komisyjny w skład której wchodzi dwóch nauczycieli i dyrektor. Uczeń chcąc uzyskać ocenę pozytywną musi wykazać się umiejętnościami i wiadomościami na ocenę dopuszczającą obejmującą zakres podstawowy (minimum).