

Wymagania edukacyjne niezbędne do uzyskania poszczególnych śródrocznych i rocznych ocen klasyfikacyjnych z wychowania fizycznego w kl. VI
<p><b>Uczeń otrzyma ocenę <u>celującą</u>, jeżeli:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• opanuje w pełnym zakresie wiadomości i umiejętności określone w podstawie programowej tj.: wykonuje co najmniej cztery wybrane ćwiczenie zwinnościowo-akrobatyczne; wykonuje statyczne i dynamiczne ćwiczenia wzmacniające mięśnie posturalne oraz ćwiczenia gibkościowe – indywidualnie i z partnerem; wykonuje ćwiczenia rozwijające zdolności koordynacyjne – indywidualnie i z partnerem; wykonuje ćwiczenia kształtujące nawyk prawidłowej postawy ciała w pozycji stojącej, siedzącej i leżącej oraz w trakcie wykonywania różnych codziennych czynności; wskazuje grupy mięśniowe odpowiedzialne za prawidłową postawę ciała; omawia znaczenie rozgrzewki i opisuje jej zasady, a także przeprowadza jej część; omawia i stosuje przepisy wybranych gier sportowych i rekreacyjnych, w tym posługuje się nazewnictwem specyficznym dla poszczególnych gier zespołowych; potrafi w: koszykówce – poruszać się po boisku, koźlować i podawać piłkę oraz rzucać do kosza, piłce nożnej – poruszać się po boisku, prowadzić piłkę, podawać i strzelać do bramki, piłce ręcznej – poruszać się po boisku, koźlować piłkę, podawać piłkę i rzucać do bramki, siatkówce – przyjmować postawę siatkarską, odbijać piłkę, rozgrywać i wykonywać zagrywkę oraz uczestniczyć w rzucanie siatkarskiej; uczestniczy w co najmniej dwóch grach zespołowych innych niż wymienione powyżej, wybranych zgodnie z preferencjami uczniów, tradycją szkoły i środowiska lokalnego oraz warunkami organizacyjnymi szkoły; uczestniczy w mini-grach oraz grach szkolnych i uproszczonych; organizuje w gronie rówieśników co najmniej jedną grę sportową lub rekreacyjną; uczestniczy w grach i zabawach szybkościowych, rozwijających czas reakcji i wybieg startowy (prędkość biegu); wykonuje bieg krótki ze startu niskiego; wykonuje bieg przez przeszkody; wykonuje pchnięcie i rzut zamachowy piłką z miejsca i krótkiego rozbiegu; wybiera i pokonuje trasę marszobiegu lub biegu terenowego; wykonuje przekazanie pałeczki w miejscu i lekkim biegu; wykonuje skok w dal jednonóż z krótkiego rozbiegu; wykonuje proste kroki i figury tańców tradycyjnych i nowoczesnych; wykonuje ćwiczenia oddechowe i rozciągające o charakterze relaksacyjnym; omawia korzyści płynące z podejmowania aktywności fizycznej na świeżym powietrzu, ze szczególnym uwzględnieniem jej wpływu na redukcję stresu i poprawę samopoczucia; wykonuje testy sprawności fizycznej, pozwalające ocenić szybkość, wytrzymałość tlenową, siłę i gibkość, a z pomocą nauczyciela interpretuje wyniki; przygotowuje się właściwie do wybranej formy aktywności fizycznej, uwzględniając miejsce jej realizacji, odpowiedni strój sportowy i rozgrzewkę; wyjaśnia, dlaczego należy przestrzegać ustalonych reguł w trakcie rywalizacji; omawia, jak postępować przy najczęstszych kontuzjach, związanych z podejmowaniem aktywności fizycznej; korzysta bezpiecznie ze sprzętu i urządzeń sportowych; wykonuje elementy samoasekuracji w różnych formach aktywności fizycznej, uwzględniając własne bezpieczeństwo; omawia i stosuje zasady bezpiecznego zachowania nad wodą, w górach i na terenach zielonych, w różnych porach roku, oraz wyjaśnia, jak jego postawa i działania mogą wpływać na bezpieczeństwo własne, innych oraz stan środowiska naturalnego; rozumie znaczenie idei olimpizmu oraz wynikającej z niej zasady <i>fair play</i>; uczestniczy w rywalizacji sportowej jako zawodnik, przestrzegając zasad <i>fair play</i>; okazuje szacunek wobec przeciwnika, sędziego i współuczestników gry przez przestrzeganie przepisów gier zespołowych poznanych podczas zajęć; współdziała w grupie, wiedząc, że sukces drużyny zależy od zaangażowania wszystkich uczestników; komunikuje się efektywnie w grupie i buduje relacje przez gry zespołowe i ćwiczenia w parach; pełni funkcję organizatora, sędziego i kibica w ramach szkolnych zawodów sportowych; wyjaśnia zasady kulturalnego kibicowania; wykazuje kreatywność w poszukiwaniu rozwiązań sytuacji problemowych; traktuje problem jako motywację do działania, a nie barierę nie do pokonania; przez doświadczenia, takie jak wygrana czy przegrana, nazywa i rozumie emocje towarzyszące rywalizacji sportowej, co przekłada się na codzienne funkcjonowanie społeczne; współpracuje w grupie, szanując poglądy i wysiłki innych uczniów, wykazując asertywność i empatię; motywuje innych uczniów do uczestniczenia w aktywności fizycznej, ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i zróżnicowanych potrzebach edukacyjnych; przeciwdziała wykluczeniu uczniów mniej sprawnych fizycznie i promuje wzajemne wsparcie; rozwiązuje nieporozumienia w sposób bezkonfliktowy zarówno w trakcie rywalizacji, jak i sytuacjach pozasportowych; wzmacnia poczucie własnej wartości; buduje pozytywny obraz siebie przez współpracę i wsparcie grupy</li> <li>• ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, w odpowiednim tempie, zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin zawartych w programie nauczania,</li> <li>• chętnie reprezentuje szkołę w zawodach sportowych i osiąga znaczące wyniki,</li> <li>• chętnie bierze udział w zawodach sportowych organizowanych podczas zajęć,</li> <li>• jest zawsze przygotowany – posiada odpowiedni strój na lekcje wychowania fizycznego oraz aktywnie w nich uczestniczy,</li> <li>• osiąga postęp w usprawnianiu się – poprawa w osiągnięciach</li> </ul> <p><b>Uczeń otrzymuje ocenę <u>bardzo dobrą</u>, jeżeli:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• opanuje w pełnym zakresie wiadomości i umiejętności określone w podstawie programowej (jw.)</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, w odpowiednim tempie, zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin zawartych w programie nauczania</li> <li>• chętnie reprezentuje szkołę w zawodach szkolnych</li> <li>• osiąga widoczny postęp w rozwoju sprawności i umiejętności</li> <li>• jest przygotowany do zajęć – posiada odpowiedni strój na lekcje wychowania fizycznego oraz aktywnie w nich uczestniczy</li> </ul>
<p><b>Uczeń otrzymuje ocenę <u>dobłą</u>, jeżeli:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• opanuje w pełni swoich możliwości i umiejętności określone w podstawie programowej (jw.)</li> <li>• sporadycznie zdarzy mu się być nieprzygotowanym do zajęć – brak odpowiedniego stroju</li> <li>• aktywnie uczestniczy w zajęciach</li> <li>• większość ćwiczeń wykonuje dobrze</li> <li>• podejmuje wysiłek, stara się, jednak nie zawsze</li> <li>• brak stałej poprawy – wykazuje tendencje pojedynczo</li> </ul>
<p><b>Uczeń otrzymuje ocenę <u>dostateczną</u>, jeżeli:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• opanował materiał programowy na poziomie przeciętnym (jw.)</li> <li>• ćwiczenia wykonuje niepewnie z większymi błędami technicznymi</li> <li>• wykazuje niski postęp w usprawnieniu</li> <li>• na poziomie przeciętnym radzi sobie w poszczególnych dyscyplinach</li> <li>• jest często nieprzygotowany do zajęć – brak odpowiedniego stroju</li> <li>• przejawia duże braki w zakresie zaangażowania i postępu nauczanych elementów</li> </ul>
<p><b>Uczeń otrzymuje ocenę <u>dopuszczającą</u>, jeżeli:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• opanował materiał programowy znacznie poniżej poziomu przeciętnego (jw.)</li> <li>• opanował minimalną ilość wiadomości</li> <li>• ćwiczenia wykonuje niepewnie, niechętnie z dużymi błędami technicznymi</li> <li>• wykazuje bardzo mały postęp w usprawnieniu</li> <li>• jest bardzo często nieprzygotowany do zajęć</li> <li>• nie uczestniczy aktywnie w lekcjach,</li> <li>• brak zaangażowania i postępu nauczanych elementów</li> </ul>
<p><b>Uczeń otrzymuje ocenę <u>niedostateczną</u>, jeżeli:</b></p> <p>Odmawia wykonania ćwiczeń lub nie potrafi ich wykonać nawet z pomocą. Nie podejmuje aktywności, łamie zasady gry. Lekceważy zasady, stwarza zagrożenie dla siebie i innych. Nie współpracuje, łamie zasady fair play i normy społeczne. Nie podejmuje prób wykonania testów. Bardzo często jest nie przygotowany do zajęć.</p> <p><b>Sposoby sprawdzania osiągnięć edukacyjnych:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• podstawą oceny jest wysiłek włożony przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć wychowania fizycznego,</li> <li>• aktywne uczestnictwo podczas lekcji wychowania fizycznego, pozwala na rozwijanie sprawności fizycznej oraz umiejętności świadomej i dokładnej kontroli ruchu podczas wykonywania zadań ruchowych,</li> <li>• udział w zawodach sportowych, umiejętność współpracy podczas gier zespołowych jako rozwijanie zainteresowania różnorodnymi formami aktywności fizycznej - elementu zdrowego stylu życia i zachęcania do podejmowania aktywności fizycznej przez całe życie,</li> <li>• sprawdzian umiejętności technicznych z wyznaczonych dyscyplin sportowych, rozwijanie odpowiedzialności podczas gier rekreacyjnych i zespołowych, w duchu zasad fair play oraz postawy szacunku wobec środowiska naturalnego,</li> <li>• znajomość przepisów danej dyscypliny sportowej na poziomie nauczonym jako doskonalenie umiejętności współpracy w zespole i budowanie relacji społecznych przez aktywność fizyczną,</li> <li>• postęp w opanowaniu umiejętności i wiadomości przewidzianych dla poszczególnych klas zgodnie z indywidualnymi możliwościami i predyspozycjami,</li> <li>• sumiennosc i staranność w wywiązywaniu się z obowiązków wynikających z przedmiotu, stosowanie zasad bezpieczeństwa podczas aktywności fizycznych w różnych warunkach i sytuacjach,</li> <li>• wkład pracy w przebieg lekcji i przygotowanie do zajęć (odpowiedni strój), rozwijanie świadomości swojego ciała, postępów fizycznych i wpływu aktywności fizycznej na zdrowie i samopoczucie</li> <li>• osiągnięty postęp w wynikach sportowych w sportach wymiernych, dokładność wykonywania zadania,</li> <li>• poziom zdobytej wiedzy z nauczanych elementów,</li> </ul>

Zwolnienie od lekarza lub rodzica/prawnego opiekuna z wykonywania ćwiczeń nie zwalnia dziecka z lekcji.  
Podczas zajęć wychowania fizycznego dziecko zwolnione z ćwiczeń zdobywa wiedzę z danego tematu. lekcji.  
Ze względu na specyfikę przedmiotu nie wyróżnia się zakresu materiału na ocenę śródroczną i roczną.