

WYCHOWANIE FIZYCZNE KL. 5

WYMAGANIA EDUKACYJNE NIEZBĘDNE DO OTRZYMANIA POSZCZEGÓLNYCH OCEN ŚRÓDROCZNYCH I ROCZNYCH

OBSZAR I PRZEDMIOT OCENY

Postawa ucznia:

- aktywność i zaangażowanie
- przygotowanie do zajęć
- postawa wobec przedmiotu
- udział w zajęciach pozalekcyjnych

Umiejętności ruchowe:

- postęp w opanowywaniu umiejętności przewidzianych w programie
- wykorzystanie nabytych umiejętności

Wiadomości z edukacji zdrowotnej i fizycznej:

- znajomość zasad zdrowego stylu życia
- podstawowe przepisy gier rekreacyjnych i zespołowych
- wiadomości odnoszące się do zdrowia, rozwoju fizycznego

Zachowanie na zajęciach:

- przestrzeganie zasad bezpieczeństwa, zasad „czystej gry”
- kultura słowa
- właściwe relacje z innymi
- współpraca w grupie

OCENIANY OBSZAR	POSTAWA UCZNIA	UMIEJĘTNOŚCI RUCHOWE	WIADOMOŚCI Z EDUKACJI ZDROWOTNEJ I FIZYCZNEJ	ZACHOWANIE NA ZAJĘCIACH
SKALA OCEN				
Ocena celująca (6)	-Wkłada bardzo dużo wysiłku w wykonywane zadania, -Wykazuje bardzo dużą aktywność i zaangażowanie na lekcjach, -Chętnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych, -Reprezentuje szkołę w rozgrywkach sportowych, -Powierzone zadania wykonuje sumiennie i starannie, -Przestrzega zasady fair play na boisku i w życiu.	-Uczeń umie wykonać poprawnie wszystkie elementy techniczne przewidziane programem klasy, -Podczas mini gier prezentuje wysoki poziom techniczny, -Potrafi wzorowo zorganizować i przeprowadzić wymagającą grę ruchową w gronie rówieśników, stosując wymyślone przez siebie przepisy.	-Wymienia podstawowe przepisy wybranych gier zespołowych, -Dokładnie opisuje zasady zdrowego odżywiania, -Zna zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych oraz zasady bezpiecznego przebywania nad wodą i w górach, -Omawia zasady aktywnego wypoczynku, -Wyjaśnia pojęcie zdrowia.	-Prezentuje postawę godną do naśladowania: jest koleżeński, życzliwy, odznacza się wysoką kulturą osobistą, -Zawsze przestrzega ustalonych zasad i regulaminów, -Stosuje zasady „czystej gry”, -Doskonale współpracuje w grupie, szanując poglądy i wysiłki innych, -Potrafi kreatywnie rozwiązać problemy.

Ocena bardzo dobra (5)	<ul style="list-style-type: none"> -Na zajęciach jest aktywny i zaangażowany, -Jest przygotowany do zajęć, -Systematycznie uczęszcza na zajęcia, -Starannie i sumiennie wykonuje powierzone zadania, -Dość regularnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych. 	<ul style="list-style-type: none"> -Uczeń umie wykonać poprawnie wszystkie elementy techniczne przewidziane programem klasy, -Zna taktykę oraz przepisy gier zespołowych, -Potrafi zastosować swoje umiejętności techniczne w minigrach, -Przeprowadza fragment rozgrzewki. 	<ul style="list-style-type: none"> -Wskazuje niektóre grupy mięśniowe odpowiedzialne za prawidłową postawę ciała, --Zna zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych oraz zasady bezpiecznego przebywania nad wodą i w górach, -Opisuje zasady zdrowego odżywiania, -Wyjaśnia własnymi słowami pojęcie zdrowia. 	<ul style="list-style-type: none"> -Jest koleżeński i kulturalny wobec innych, -Dokonuje ogólnej samooceny możliwości psychoruchowych, -Stara się przestrzegać ustalonych zasad i regulaminów, -Stara się stosować zasady „czystej gry”, -Troszczy się o bezpieczeństwo swoje i innych, -Współpracuje w grupie.
Ocena dobra (4)	<ul style="list-style-type: none"> -Zwykle aktywnie uczestniczy w lekcji, -Z reguły jest przygotowany do zajęć (brak stroju sportowego 3-4 razy w semestrze), -Wykonuje polecenia w miarę swoich możliwości motorycznych, -Potrzebuje motywacji podczas wykonywania zadań ruchowych. 	<ul style="list-style-type: none"> -Uczeń umie wykonać większość elementów technicznych, -Zna taktykę oraz przepisy gier zespołowych, -Na miarę swoich możliwości stosuje swoje umiejętności w minigrach, -Na miarę swoich możliwości przeprowadza fragment rozgrzewki. 	<ul style="list-style-type: none"> -Wymienia pojedyncze przepisy wybranych gier zespołowych, -Opisuje pobieżnie zasady zdrowego odżywiania, -Wymienia podstawowe zasady „czystej gry” w sporcie, -Wymienia zasady i metody hartowania organizmu, -Wyjaśnia jak potrafi pojęcie zdrowia. 	<ul style="list-style-type: none"> -Swoim zachowaniem nie budzi większych zastrzeżeń, -Stara się współpracować w grupie, szanować wysiłki i poglądy innych, -Stara się właściwie zachowywać w relacjach z innymi ludźmi, -Zdarzają mu się przypadki niestosowania zasad „czystej gry”.
Ocena dostateczna (3)	<ul style="list-style-type: none"> -Jest mało aktywny, -Często jest nieprzygotowany do zajęć (ponad 5 razy w semestrze), -Powierzone zadania wykonuje niestarannie i niedbale, -Często jest nieobecny na zajęciach. 	<ul style="list-style-type: none"> -Uczeń potrafi wykonać poprawnie niektóre elementy techniczne, -Wykazuje pewną orientację w taktyce i przepisach gier, -Nie potrafi zastosować swoich umiejętności technicznych w minigrach. 	<ul style="list-style-type: none"> -Nie potrafi opisać, jakie znaczenie ma aktywność fizyczna dla zdrowia, -Wymienia pojedyncze przepisy gier zespołowych, -Nie rozpoznaje zdolności motorycznych człowieka; -Nie potrafi opisać zasad rozgrzewki, -Nie zna taktyki w obronie i w ataku. 	<ul style="list-style-type: none"> -Wykazuje braki w zakresie wychowania społecznego: często bywa nieżyczliwy i niekoleżeński, -Nie zależy mu na właściwej współpracy w grupie, -Nie potrafi w sposób kreatywny rozwiązywać problemów; -Często stosuje przemoc wobec innych.
Ocena dopuszczająca (2)	<ul style="list-style-type: none"> -Bardzo mała aktywność na zajęciach, 	<ul style="list-style-type: none"> -Uczeń potrafi wykonać tylko pojedyncze elementy techniczne, 	<ul style="list-style-type: none"> -Nie chce opisywać, jakie znaczenie ma aktywność fizyczna 	<ul style="list-style-type: none"> -Wykazuje bardzo duże braki w zakresie wychowania społeczne-

	<ul style="list-style-type: none"> -Wykazuje niewielki zainteresowanie przedmiotem, -Bardzo często jest nieprzygotowany do zajęć (ponad 8 razy w semestrze). 	<ul style="list-style-type: none"> -Słabo zna taktykę i przepisy, -Nie zależy mu na opanowaniu żadnych nowych umiejętności, -W czasie gry umyślnie stosuje błędną technikę. 	<ul style="list-style-type: none"> dla zdrowia, -Nie udziela odpowiedzi na zadawane pytania, -Nie zna regulaminów obowiązujących w szkole. 	<ul style="list-style-type: none"> go, -Bardzo często używa wulgaryzmów i brzydkich wyrażeń, -Nie rozwiązuje problemów, a nagminnie je stwarza, -Nie współpracuje w grupie.
Ocena niedostateczna (1)	<ul style="list-style-type: none"> -Nie wykazuje żadnej aktywności podczas lekcji, -Prawie zawsze jest nieprzygotowany do zajęć (ponad 10 razy w semestrze), -Wykazuje skrajnie lekceważący stosunek do przedmiotu, -Samowolnie i nagminnie opuszcza zajęcia. 	<ul style="list-style-type: none"> -Uczeń nie potrafi wykonać żadnych elementów technicznych, -Nie zna taktyki i przepisów gier, -Nie wykonuje na zajęciach żadnych powierzonych mu zadań, -Nie podchodzi do ćwiczeń i pokazuje swoim zachowaniem, że nie zależy mu na opanowaniu żadnych umiejętności. 	<ul style="list-style-type: none"> -Z uporem i premedytacją nie udziela odpowiedzi na żadne z zadawanych mu pytań, -Nie chce przyswoić żadnych wiadomości, -Lekceważy wszelkie próby nawiązania z nim rozmowy na omawiany temat. 	<ul style="list-style-type: none"> -Nagminnie łamie zasady współżycia społecznego, -Jest bardzo agresywny i wrogo nastawiony do innych, -Używa bardzo wulgarnej języka, -Z premedytacją dezorganizuje pracę na zajęciach, -Stanowi zagrożenie dla innych.