

WYCHOWANIE FIZYCZNE

Klasa siódma

NIEDOSTATECZNY (1)

Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który:

- uczeń nie spełnia podstawowych wymagań programowych (nie nosi stroju)
- nie dba o fizyczny rozwój swego organizmu i nie czyni żadnych postępów w sprawności fizycznej
- wykazuje znaczące braki w integracji zespołowej i wychowaniu społecznym oraz zdrowotnym
- nie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego
- zachowuje się wulgarnie w stosunku do nauczycieli.

DOPUSZCZAJĄCY (2)

Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który:

- w minimalnym stopniu spełnia podstawowe wymagania programowe lub jest bliski ich spełnienia
- wykazuje niską aktywność na zajęciach wychowania fizycznego lub często je opuszcza
- w ograniczonym stopniu opanował nawyki higieniczno-zdrowotne
- nie uczestniczy w organizacji imprez rekreacyjnych przez zespół klasowy
- charakteryzuje się niskim poziomem kultury osobistej
- nie jest systematyczny na zajęciach wychowania fizycznego, często je opuszcza
- zalicza sprawdziany i testy na ocenę dopuszczającą.

DOSTATECZNY (3)

Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który:

- systematycznie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego, ale nie dąży do podnoszenia swojej sprawności
- opanował podstawowe wymagania z wiadomości, umiejętności i motoryczności w zakresie umożliwiającym postęp w dalszym kontynuowaniu zajęć wychowania fizycznego
- posiada nawyki higieniczno - zdrowotne
- jest koleżeński i uczynny
- stara się wykonywać poprawnie ćwiczenia kształtujące podczas rozgrzewek lub ćwiczeń przygotowujących do tematu lekcji
- charakteryzuje się przeciętnym poziomem kultury osobistej
- nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej.

DOBRY (4)

Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który:

- prezentuje dobrą sprawność fizyczną
- nie opuszcza zajęć wychowania fizycznego oraz wykazuje się aktywnością i zaangażowaniem na lekcjach, o troszczy się o higienę osobistą
- opanował wiadomości i umiejętności obejmujące podstawowe elementy wiedzy o zajęciach ruchowych
- potrafi dokonywać obiektywnej samooceny sprawności swojej i kolegów
- jest opanowany, koleżeński, kulturalny w szkole, na imprezie sportowej
- chętnie wykonuje wszystkie ćwiczenia podczas lekcji
- bierze udział w klasowych i szkolnych zawodach sportowych.

BARDZO DOBRY (5)

Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który:

- opanował podstawowe wymagania z wiadomości, umiejętności i motoryczności w zakresie umożliwiającym postęp w dalszym kontynuowaniu zajęć wychowania fizycznego
- aktywnie uczestniczy w lekcjach wychowania fizycznego
- poprawnie wykonuje ćwiczenia kształtujące i korekcyjne
- chętnie uczestniczy w imprezach sportowych i masowych organizowanych na terenie szkoły i miasta
- wykonuje próby wieloboju złożone ze skoku, rzutu i biegu
- potrafi zaproponować i zorganizować grę lub zabawę ruchową wśród rówieśników
- przestrzega zasady „fair play”
- jest kulturalny na imprezie sportowej i obiektywny w samoocenie i ocenianiu innych
- charakteryzuje się właściwym poziomem kultury osobistej
- chętnie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego
- reprezentuje szkołę na zawodach międzyszkolnych.

CELUJĄCY (6)

Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który:

- osiągnął wysoki poziom umiejętności i wiedzy, postęp w usprawnianiu z zakresu wychowania fizycznego
- z Indeksu Sprawności Fizycznej uzyskał wynik zadowolający
- aktywnie uczestniczył we wszystkich lekcjach wychowania fizycznego
- zna przepisy i zasady mini gier sportowych, potrafi współorganizować i sędziować imprezę rekreacyjno - sportową
- rozumie sens uprawiania ćwiczeń ruchowych i ich wpływ na rozwój organizmu
- posiadał nawyki dbałości o higienę stroju, osobistą i estetykę miejsca ćwiczeń
- uczęszcza na zajęcia pozalekcyjne o charakterze sportowym i godnie reprezentuje szkołę na zawodach sportowych

- opanował poprawnie technikę wykonywania prostych ćwiczeń gimnastycznych oraz innych elementów gier zespołowych objętych podstawą programową
- jest kulturalny na imprezie sportowej i obiektywny w samoocenie i ocenianiu innych
- uprawia dowolną dyscyplinę sportową nieobjętą podstawą programową w klubie sportowym i osiąga wyniki na szczeblu wojewódzkim i wyższym
- charakteryzuje się wysokim poziomem kultury osobistej
- wzorowo pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej
- wzorowo współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego
- reprezentuje szkołę na zawodach międzyszkolnych i osiąga najwyższe lokaty.

NA OCENĘ SEMESTRALNĄ LUB ROCZNĄ UJEMNY WPŁYW MOGĄ MIEĆ:

- niepożądane zachowania w obrębie kultury fizycznej i zdrowia (np.: stosowanie różnego rodzaju używek), niewłaściwe zachowanie (np.: pseudo-kibicowanie, zagrożenie bezpieczeństwu swojemu i kolegów np. podstawianie nóg, popychanie, niebezpieczne rzuty piłkami) na imprezach rekreacyjno – sportowych w szkole
- nieusprawiedliwione nieobecności na zajęciach (wagary), nadużywanie zwolnień z czynnego uczestnictwa w lekcji.