

**Wymagania edukacyjne i kryteria oceniania z wychowania fizycznego
dla klas I – IV liceum ogólnokształcącego i klas I – V technikum
Zespołu Szkół Licealnych i Technicznych w Rydułtowach.**

Ocena z wychowania fizycznego jest wypadkową w odniesieniu do:

- wysiłku ucznia wkładanego w usprawnianie się i wykonywanie podejmowanych zadań,
- postępu ucznia, czyli poziomu zmian w stosunku do diagnozy początkowej i jego możliwości oraz psychofizycznych predyspozycji,
- postawy, czyli stosunku do partnera, przeciwnika, zaangażowania w przebieg zajęć,
- rezultatu, czyli informacji o osiągniętych wynikach, dokładności wykonywanych zadań, poziomu zdobytej wiedzy z zakresu wychowania fizycznego.

Właściwie pojęta kontrola i ocena procesu wychowania fizycznego powinna służyć:

- rozpoznawaniu poziomu rozwoju psychomotorycznego uczniów,
- wdrażaniu uczniów do systematycznej pracy, samokontroli i samooceny własnych umiejętności ruchowych, sprawności fizycznej, rozwoju fizycznego, wiedzy z zakresu kultury fizycznej, właściwych zachowań i postaw,
- zainteresowaniu uczniów aktywnością ruchową ,
- obiektywnemu pomiarowi osiągnięć uczniów,
- zwiększaniu zainteresowania rodziców problemem zdrowia, stanu rozwoju fizycznego własnych dzieci.

Wymagania edukacyjne wynikające z programu nauczania.

Wymagania edukacyjne to kryteria określające jakie są warunki uzyskania przez ucznia określonej oceny z wychowania fizycznego.

1. Stopień rozwoju umiejętności ruchowych.
2. Poziom i zakres wiedzy z kultury fizycznej oraz umiejętność jej wykorzystania.
 - a) Rola i wpływ aktywności ruchowej na organizm człowieka.
 - b) Umiejętność samodzielnej kontroli, samooceny działania na rzecz rozwoju fizycznego.
 - c) Ogólne wiadomości z zakresu kultury fizycznej.
3. Postęp w rozwoju sprawności ruchowej.
4. Zachowania dotyczące stosunku ucznia do zadań sportowych i zdrowotnych.
 - a) Postawa ucznia dotycząca zachowań sportowych.
 - b) Postawa ucznia dotycząca zachowań prozdrowotnych.
 - c) Udział ucznia w zajęciach z zakresu promocji zdrowia.
 - d) Rozumienie potrzeby zdrowego stylu życia.
5. Aktywność fizyczna, praca, wypoczynek, odżywianie się, dbałość o ciało, choroby cywilizacyjne oraz rozwój fizyczny w okresie dojrzewania.

Cele oceniania z wychowania fizycznego:

- sprawdzenie stopnia przyswojenia wiadomości i umiejętności ruchowych ucznia,
- poinformowanie ucznia o poziomie jego osiągnięć i postępach,
- dostarczenie rodzicom informacji o postępach, trudnościach i specjalnych uzdolnieniach ucznia,
- pomoc uczniowi w samodzielnym planowaniu swojego rozwoju,
- rozwijanie kreatywnej postawy wobec własnego zdrowia i sprawności fizycznej.

Wystawiając ocenę z wychowania fizycznego nauczyciel kieruje się następującymi zasadami:

- indywidualizacji,
- obiektywizmu,
- jawności,
- motywującego i wychowawczego wpływu na postawę wobec kultury fizycznej,
- zaangażowania i wkładu pracy ucznia.

Kryteria oceniania z wychowania fizycznego:

Ocena celująca – 100 %

Uczeń :

Spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą, jego umiejętności wykraczają poza program nauczania, aktywnie i chętnie uczestniczy w życiu sportowym szkoły i zajęciach pozaszkolnych, reprezentuje szkołę w zawodach sportowych, świadomie i systematycznie stosuje zasady zdrowego stylu życia, jest wzorem na zajęciach wychowania fizycznego w szkole.

Ocena bardzo dobra – 90 %

Uczeń:

Aktywnie i systematycznie uczestniczy w zajęciach, całkowicie opanował zadania na ocenę bardzo dobrą, posiada wysoką sprawność fizyczną, zadania i ćwiczenia wykonuje dokładnie, z właściwą techniką, wykazuje dużą samodzielność i pomysłowość podczas zajęć, potrafi dokonać samooceny próbami i testami, jego zaangażowanie i stosunek do przedmiotu nie budzą zastrzeżeń, a swoją postawą zachęca innych do udziału w ćwiczeniach. Zna zasady zdrowego współżycia i bierze częściowy udział w zajęciach pozalekcyjnych.

Ocena dobra – 80 %

Uczeń:

Jest obecny na zajęciach i bierze w nich aktywny udział, sprawność motoryczną utrzymuje na względnie stałym poziomie, opanował prawie cały materiał programowy, podejmuje próby oceny własnej sprawności fizycznej. Zadania i ćwiczenia wykonuje z małymi błędami, posiada

wiadomości, które potrafi wykorzystać w praktyce. Jego postawa i stosunek do przedmiotu nie budzą większych zastrzeżeń. Ma motywację do pracy nad usprawnianiem swoich umiejętności ruchowych.

Ocena dostateczna – 60%

Uczeń:

Sporadycznie opuszcza zajęcia, nie zawsze posiada strój sportowy, dysponuje przeciętną sprawnością, która utrzymuje się na tym samym poziomie lub wykazuje niewielki spadek. Zadania i ćwiczenia wykonuje niepewnie i z dużymi błędami. Ćwiczy niechętnie, posiada mały zakres wiedzy, której nie potrafi wykorzystać praktycznie. Wykazuje brak nawyków zdrowego stylu życia.

Ocena dopuszczająca – 40 %

Uczeń:

W zajęciach uczestniczy bardzo niesystematycznie, często bywa nieobecny, strój sportowy nosi sporadycznie i ma lekceważący stosunek do przedmiotu. Posiada niską sprawność motoryczną i nie wykazuje chęci jej poprawy. Niechętnie wykonuje najprostsze ćwiczenia, zdarzają mu się w nich błędy. Wykazuje brak nawyków zdrowego stylu życia. Celowo unika zajęć z wychowania fizycznego.

Ocena niedostateczna – 0%

Uczeń:

Celowo unika zajęć z wychowania fizycznego, ma lekceważący stosunek do przedmiotu, jest notorycznie nieprzygotowany do zajęć (brak stroju) i nie bierze w nich udziału. Swoją postawą negatywnie wpływa na klasę. Nie chce wykonywać żadnych ćwiczeń, prób i testów pomimo prawidłowego rozwoju psychofizycznego i motywacji nauczyciela. Nie wykazuje postępów w usprawnianiu.