

# ***Wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego dla kl. VII***

## **Indywidualizacja nauczania:**

- zastosowanie metod aktywizujących i indywidualizacji zadań na miarę możliwości ucznia,
- na każdej lekcji odpowiednio dopasowujemy formy pracy, np. praca w grupach, małe obwody stacyjne, gdzie jest możliwość zwrócenia uwagi na każdego ucznia – niektórym zadać dodatkowe ćwiczenie, innym odjąć bądź zamienić na prostsze,
- pozyskiwanie informacji zwrotnych od uczniów, co do trudności ćwiczeń, tempa, ilości powtórzeń – dzięki tym wskazówkom jest możliwość prowadzenia lekcji w możliwie najbardziej atrakcyjny i zarazem efektywny dla uczniów sposób,
- trudniejsze ćwiczenia pokazywane są w dwóch wersjach – łatwiejszej i trudniejszej,
- przerwy na odpoczynek dostosowane są do kondycji ćwiczących.

## **Ocenianiu podlegają:**

- wysiłek, zaangażowanie i próby ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć:
- chęci wykazywane podczas wykonywanych ćwiczeń,
- uczestnictwo w zajęciach – powtarzające się nieobecności ucznia mogą spowodować brak możliwości ustalenia ocen bieżących, a w konsekwencji podstaw do ustalenia oceny śródrocznej, rocznej lub końcowej,
- pomoc innym uczniom,
- pomoc nauczycielowi w przygotowaniu i uporządkowaniu sprzętu sportowego,
- postęp w opanowaniu umiejętności i wiadomości przewidzianych dla poszczególnych klas zgodnie z indywidualnymi możliwościami i predyspozycjami:
- uczeń wyznacza sobie cele, które próbuje pokonać,
- uczeń czyni postępy w osobistym usprawnianiu się.

## ***Ocenę celującą*** otrzymuje uczeń, który spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą, a ponadto:

- chętnie podejmuje próby wykonania danego zadania/ćwiczenia, nie zniechęca się – uczeń sam sobie stawia wyzwania, które próbuje pokonać,
- jest zawsze przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, a jeżeli nie ćwiczy to tylko z ważnych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych
- zawsze przestrzega zasad bezpieczeństwa oraz zasad fair play,
- pomaga innym uczniom w wykonywaniu zadań i nauczycielowi podczas organizacji zajęć wychowania fizycznego,
- stara się prowadzić aktywny tryb życia lub uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych o charakterze sportowo – rekreacyjnym.

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

- chętnie wykonuje ćwiczenia wynikające z realizowanego w danej klasie programu nauczania, stosownie do swoich możliwości, nie zniechęca się nieudanymi próbami,
- czyni postępy w osobistym usprawnianiu się,
- jest przygotowany do zajęć, posiada odpowiedni strój sportowy, ale sporadycznie nie bierze udziału w lekcjach z powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych,
- przestrzega zasad bezpieczeństwa oraz zasad fair play,
- pomaga innym uczniom w wykonywaniu zadań i nauczycielowi podczas organizacji zajęć wychowania fizycznego.

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

- wykonuje ćwiczenia programowe wynikające z realizowanego w danej klasie programu nauczania, stosownie do swoich możliwości – samodzielnie, ale mniej chętnie,
- czasami potrzebuje dodatkowej motywacji w celu wykonania zadania/ćwiczenia,
- zazwyczaj starannie i sumiennie wykonuje zadania – często jest zaangażowany w przebieg lekcji, a jego przygotowanie się do zajęć nie budzi zastrzeżeń (nie więcej niż 3 razy w półroczu nie posiadał stroju sportowego),
- nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnianiem się,
- zazwyczaj przestrzega zasad bezpieczeństwa oraz zasad fair play.

**Ocenę dostateczną** otrzymuje uczeń, który:

- wykonuje ćwiczenia programowe wynikające z realizowanego w danej klasie programu nauczania niechętnie, niepewnie,
- wykazuje małe postępy w osobistym usprawnianiu motorycznym i nie przywiązuje do tego wagi,
- wykazuje braki w staranności i sumienności w wykonywaniu zadań,
- jest mało zaangażowany w przebieg lekcji,
- jest często nieprzygotowany do zajęć (więcej niż 3razy),
- czasami nie przestrzega zasad bezpieczeństwa oraz zasad fair play.

**Ocenę dopuszczającą** otrzymuje uczeń, który:

- unika lub rzadko wykonuje ćwiczenia programowe wynikające z realizowanego w danej klasie programu nauczania – wymaga ciągłej obserwacji i kontroli ze strony nauczyciela,
- wskazane przez nauczyciela zadania wykonuje niestarannie,
- nie jest zaangażowany w przebieg lekcji,
- bardzo często jest nieprzygotowany do zajęć (więcej niż 5razy),
- uczeń nie pracuje nad swoim rozwojem fizycznym oraz nie wykazuje postępów w osobistym usprawnianiu,
- nie przejawia większej aktywności ruchowej na lekcjach, ma niechętny stosunek do ćwiczeń fizycznych,
- wykazuje poważne braki w zakresie zachowania zasad bezpieczeństwa i zasad fair – play.