

# WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO W KLASACH IV- VIII

## Szkoła Podstawowa im prof. Stanisława Srokowskiego w Srokowie

Podstawa prawna: Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dn. 3 sierpnia 2017 r. w sprawie oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych.

Nauczyciele: Piotr Łastówka , Cezary Boroch

Rok szkolny 2023/24

### Cele kształcenia– wymagania ogólne:

1. Kształtowanie umiejętności rozpoznawania i oceny własnego rozwoju fizycznego oraz sprawności fizycznej.
2. Zachęcanie do uczestnictwa w rekreacyjnych i sportowych formach aktywności fizycznej.
3. Poznanie i stosowanie zasad bezpieczeństwa podczas aktywności fizycznej. Przestrzeganie zasad bezpiecznego udziału w zajęciach. Dbłość i odpowiedzialność za bezpieczeństwo swoje i innych uczestników zajęć.
4. Kształtowanie umiejętności rozumienia związku aktywności fizycznej ze zdrowiem oraz praktykowania zachowań prozdrowotnych.  
Sumienne przygotowanie do lekcji – zmienny strój sportowy dobrany do warunków atmosferycznych i obuwie sportowe.  
Kształtowanie nawyków higienicznych, obowiązek zmiany stroju sportowego.
5. Kształtowanie umiejętności osobistych i społecznych sprzyjających całościowej aktywności fizycznej.  
Umiejętność współpracy w grupie, poszanowanie rywala i zasad fair – play, szacunek do pracy i wysiłków innych uczestników zajęć.  
Dostosowanie rozgrzewki do rodzaju podejmowanej aktywności.
6. Kształtowanie umiejętności diagnozowania własnej aktywności fizycznej przy wykorzystaniu nowoczesnych technologii (np. urządzenia monitorujące, aplikacje internetowe).

**Ocenazwychowaniafizycznego(śródroczna/roczna) obejmuje:**

1. Postawęi aktywność ucznia.
2. Poziomumiejętnościruchowych.
3. Wiadomościzzakresuedukacjifizyczneji zdrowotnej.

<b>Obszarocenia</b>	<b>Przedmiotoceny</b>
<b>Postawaucznia</b>	aktywnośći zaangażowanie  przygotowanie do zajęć (zmienny strój sportowy)  postawa wobec przedmiotu i obowiązków  wywiązywanie się z postawionych zadań  umiejętność współpracy w grupie, szacunek wobec innych uczestników zajęć  przestrzeganie ustalonych zasad, dbałość o bezpieczeństwo  systematyczność działań w zajęciach
<b>Poziomumiejętnościruchowych</b>	- postęp w opanowywaniu umiejętności: rekreacyjnych i sportowych, wymienionych w podstawie programowej wychowania fizycznego na danym etapie kształcenia  testy sprawności fizycznej  sprawdziany umiejętności
<b>Wiadomości z zakresu edukacji fizycznej i zdrowotnej</b>	znajomość zasad zdrowego stylu życia  - znajomość podstawowych przepisów gier rekreacyjnych i zespołowych - wiadomości odnoszące się do zdrowia, rozwoju fizycznego, psychicznego, społecznego i sprawności - znajomość zasad bezpiecznego korzystania z obiektów i sprzętu sportowego,  - znajomość zasad asekuracji i samoochrony.

### **Przygotowanie ucznia do lekcji:**

- **zmienny strój\*** i obuwiu sportowe dobrane do warunków atmosferycznych
- \* **zmiana stroju** - założenie stroju sportowego przed lekcją w-f i zdjęcie go tuż po zakończonych zajęciach ruchowych  
(uczniów obowiązuje koszulka i krótkie lub długie spodnie dresowe z przeznaczeniem tylko na zajęcia sportowe, w chłodniejsze dni bluza),
- ze względów bezpieczeństwa wszelkie ozdoby na czas ćwiczeń powinny być zdejmowane; ze względów higienicznych długie włosy związane.

Szczegółowe wymagania na poszczególne oceny z w-f, dostępne są dla uczniów i rodziców w bibliotece szkolnej w wersji papierowej.