

## **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 Borocho

#### **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. Dbalność 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 całonocnej 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).

Ocena z wychowania fizycznego (śródroczna/roczna) obejmuje:

#### **Ocena z wychowania fizycznego (semestralna/roczna) obejmuje:**

1. Postawę i aktywność ucznia.
2. Poziom umiejętności ruchowych.
3. Wiadomości z zakresu edukacji fizycznej i zdrowotnej.

<b>Obszar oceniania</b>	<b>Przedmiot oceny</b>
<b>Postawa ucznia</b>	aktywność i zaangażowanie przygotowanie do zajęć (zmienny strój sportowy) postawa wobec przedmiotu i obowiązków wywiązywanie się z postawionych zadań umiejętność współpracy w grupie, szacunek

	<p>wobec innych uczestników zajęć</p> <p>przestrzeganie ustalonych zasad, dbałość o bezpieczeństwo</p> <p>systematyczność udziału w zajęciach</p>
<b>Poziom umiejętności ruchowych</b>	<p>- postęp w opanowywaniu umiejętności: utylitarnych, rekreacyjnych i sportowych, wymienionych w podstawie programowej wychowania fizycznego na danym etapie kształcenia</p> <p>testy sprawności fizycznej</p> <p>sprawdziany umiejętności</p>
<b>Wiadomości z zakresu edukacji fizycznej i zdrowotnej</b>	<p>znajomość zasad zdrowego stylu życia</p> <p>- znajomość podstawowych przepisów gier rekreacyjnych i zespołowych</p> <p>- wiadomości odnoszące się do zdrowia, rozwoju fizycznego, psychicznego, społecznego i sprawności</p> <p>- znajomość zasad bezpiecznego korzystania z obiektów i sprzętu sportowego,</p> <p>-znajomość zasad asekuracji i samoochrony</p>

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

- zmienny strój\* i obuwie 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.**