

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, Aneta Milewska, Irena Drabek

Rok szkolny 2025/26

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.

Obszaroceniania	Przedmiotoceny
Postawaucznia	aktywnośći zaangażowanie przygotowaniedo zajęć(zmiennystroj sportowy) postawawobec przedmiotu i obowiązków wywiązywaniesięz postawionych zadań umiejętność współpracy w grupie, szacunek wobec innych uczestników zajęć przestrzeganie ustalonych zasad, dbałość o bezpieczeństwo systematycznośćudziałuw zajęciach
Poziomumiejętnościruchowych	- postęp w opanowywaniu umiejętności: rekreacyjnych i sportowych, wymienionych w podstawie programowej wychowania fizycznego na danym etapiekształcenia testysprawnościfizycznej sprawdziany umiejętności
Wiadomości z zakresu edukacji fizycznej i zdrowotnej	znajomośćzasadz zdrowegostylużycia - znajomość podstawowychprzepisów gierrekreacyjnychi 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 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.