

**Wymagania edukacyjne niezbędne do otrzymania przez ucznia śródrocznej i rocznej oceny klasyfikacyjnej z wychowania fizycznego, zakres podstawowy**  
**Klasa 1**

<b>Wymagania edukacyjne niezbędne do otrzymania przez ucznia śródrocznej oceny klasyfikacyjnej</b>				
<b>DOPUSZCZAJĄCĄ</b>	<b>DOSTATECZNĄ</b>	<b>DOBRA</b>	<b>BARDZO DOBRĄ</b>	<b>CELUJĄCĄ</b>
<p>1. Wymienia kilka prób sprawnościowych</p> <p>2. Planuje rozgrywki sportowe w wybranej dyscyplinie</p> <p>3. Zna podstawy udzielania I pomocy – kolejność działań przy wypadku</p> <p>4. Wyjaśnia co to jest doping w sporcie.</p>	<p>1. Wyjaśnia pojęcie sprawności fizycznej</p> <p>2. Zna zalecenia dotyczące aktywności fizycznej w zależności od płci</p> <p>3. Wykonuje ćwiczenia relaksacyjne</p> <p>4. Wykonuje podstawowe elementy samoobrony</p>	<p>1. Wie jak dbać o odpowiednią masę ciała</p> <p>2. Wie jak obliczyć wskaźnik masy ciała</p> <p>3. Zna sposoby kształtowania wytrzymałości</p> <p>4. Stosuje poznane elementy techniki w wybranych indywidualnych lub zespołowych formach aktywności fizycznej</p> <p>5. Omawia rolę zawodnika.</p>	<p>1. Opracowuje i wykonuje indywidualnie, w parze lub zespole dowolny układ tańca towarzyskiego lub nowoczesnego</p> <p>2. Opracowuje regulamin uczestnictwa w zawodach sportowych</p> <p>3. Omawia szkody związane z różnymi używkami</p> <p>4. Wyjaśnia jak dbać o zdrowie swoje i innych</p> <p>5. Omawia problemy osób z niepełnosprawnością</p>	<p>1. Oblicza i interpretuje swoje BMI</p> <p>2. Wskazuje zagrożenia związane z komercjalizacją sportu</p> <p>3. Dobiera techniki relaksacyjne do swoich potrzeb</p> <p>4. Diagnostuje, planuje i organizuje własną, tygodniową aktywność fizyczną</p>

Wymagania edukacyjne niezbędne do otrzymania przez ucznia oceny klasyfikacyjnej  
(obejmują wymagania edukacyjne niezbędne do otrzymania przez ucznia oceny klasyfikacyjnej).

<b>DOPUSZCZAJĄCĄ</b>	<b>DOSTATECZNĄ</b>	<b>DOBRA</b>	<b>BARDZO DOBRĄ</b>	<b>CELUJĄCĄ</b>
<p>1. Ocenia swoją ogólną sprawność fizyczną</p> <p>2. Przeprowadza część rozgrzewki</p> <p>3. Planuje aktywność fizyczną w terenie</p> <p>4. Podaje przykłady asekuracji przy ćwiczeniach gimnastycznych</p>	<p>1. Charakteryzuje dowolny taniec towarzyski lub nowoczesny</p> <p>2. Planuje swoją aktywność fizyczną</p> <p>3. Wie jak sprawdzić sprzęt sportowy przed użyciem – rower, rolki, hulajnoga itp.</p> <p>4. Wyjaśnia jak pracować nad swoimi słabymi stronami</p>	<p>1. Korzysta z urządzeń monitorujących aktywność fizyczną</p> <p>2. Potrafi ułożyć osobę w pozycji bezpiecznej ustalonej</p> <p>3. Omawia jak racjonalnie gospodarować czasem</p> <p>4. Opracowuje i wykonuje zestaw ćwiczeń kształtujących prawidłową postawę ciała</p>	<p>1. Dokonuje samooceny sprawności fizycznej</p> <p>2. Planuje i współorganizuje szkolne lub klasowe rozgrywki sportowe według systemu pucharowego i „każdy z każdym”;</p> <p>3. Wyjaśnia sposoby asekuracji przy wybranych ćwiczeniach</p> <p>4. Omawia etyczne konsekwencje stosowania środków dopingujących</p> <p>5. Wyjaśnia, na czym polega praca nad sobą dla zwiększenia wiary w siebie</p>	<p>1. Dokonuje samooceny reakcji na wysiłek fizyczny o różnej intensywności</p> <p>2. Przeprowadza rozgrzewkę ukierunkowaną na wybraną formę aktywności fizycznej i omawia poszczególne ćwiczenia</p> <p>3. Analizuje informacje medialne dotyczące trendów i wzorców żywieniowych</p> <p>4. Wyjaśnia relacje między sportem profesjonalnym i sportem dla wszystkich a zdrowiem</p>

**UWAGI:**

1. Ocenę wyższą otrzymuje uczeń spełniający łącznie wymagania edukacyjne określone dla ocen niższych np. ocenę dobrą otrzymuje uczeń spełniający wymagania edukacyjne na ocenę dopuszczającą, dostateczną oraz dobrą.

2. Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który nie spełnia wymagań na poszczególne pozytywne oceny.

3. W przypadku nie zrealizowania tematów lekcji (zagadnień) w I okresie będą one realizowane po klasyfikacji śródrocznej. W tym przypadku obowiązują również wymagania edukacyjne dla tych tematów (zagadnień).

<b>AKTYWNY UDZIAŁ ORAZ PODEJŚCIE DO ZAJĘĆ – OCENY CZĄSTKOWE ZA KAŻDE PÓLROCZE</b>					
<b>FREKWENCJA</b>	50% - 60%	61% - 75%	76% - 90%	91% - 99%	100%
<b>PRZYGOTOWANIE DO ZAJĘĆ</b>	7 – 8 braków stroju; 9 i więcej - niedostateczny	5 – 6 braków stroju	3 -4 braki stroju	1 – 2 braki stroju	0 braków stroju
<b>UDZIAŁ W ZAJĘCIACH</b>	Uczeń zawsze miał strój – ocena frekwencji + 1 1 – 2 braki stroju = ocena frekwencji 3 – 4 braki stroju = ocena frekwencji obniżona o 1 stopień 5 – 7 braków stroju = ocena frekwencji minus 2 stopnie 8 i więcej braków stroju = ocena frekwencji obniżona o 3 stopnie				

### **Warunki uzyskania wyższych niż przewidywane rocznych ocen klasyfikacyjnych z zajęć edukacyjnych oraz tryb postępowania**

1. Uczeń może starać się o uzyskanie wyższej niż przewidywana rocznej oceny klasyfikacyjnej z zajęć edukacyjnych w przypadku, gdy zgłosi w formie pisemnej Dyrektorowi liceum chęć uzyskania z danych zajęć edukacyjnych rocznej oceny klasyfikacyjnej wyższej niż przewidywana, wskazując tę ocenę.

2. Uczeń ubiegający się o wyższą ocenę z zajęć edukacyjnych niż przewidywana ocena roczna musi spełnić następujące warunki:

1) uzyskał co najmniej 50% ocen bieżących takich, o jaką się ubiega (z prac pisemnych i odpowiedzi ustnych, a z wychowania fizycznego, plastyki, technologii informacyjnej – z wykonanych ćwiczeń);

2) przystąpił do wszystkich sprawdzianów, kartkówek, prac pisemnych i uzyskał z nich ocenę pozytywną,

3) doświadczył w br. szkolnym szczególnych sytuacji losowych (śmierć rodzica, wypadek, tragedia rodzinna, itp.),

4) był obecny na 90% przeprowadzonych zajęć w ciągu roku oraz nie ma nieusprawiedliwionych nieobecności na danych zajęciach edukacyjnych.

3. Tryb postępowania:

1) uczeń lub jego rodzic składa do nauczyciela przedmiotu, w terminie do 2 dni po otrzymaniu informacji o przewidywanej rocznej ocenie klasyfikacyjnej, pisemny wniosek wraz z uzasadnieniem i wskazaniem, o jaką ocenę się ubiega;

2) nauczyciel w ciągu 1 dnia po otrzymaniu wniosku zobowiązany jest sprawdzić, czy uczeń spełnia powyższe warunki;

3) w przypadku niespełnienia przez ucznia warunków nauczyciel pisemnie informuje, że nie ma podstaw do ustalenia wyższej oceny niż przewidywana (zapisuje decyzję na wniosku ucznia);

4) w przypadku spełnienia przez ucznia w/w warunków nauczyciel:

a) przypomina uczniowi wymagania na ocenę, o jaką się on ubiega,

- b) przygotowuje zestaw zadań zgodnie z wymaganiami edukacyjnymi,
  - c) uzgadnia termin przeprowadzenia sprawdzianu z uczniem i jego rodzicem (nie później niż w terminie 2 dni od dnia zgłoszenia zastrzeżeń),
  - d) przygotowuje sprawdzian obejmujący zakres materiału podstawy programowej danej klasy i ma formę pisemną, a w przypadku języka polskiego i języków obcych sprawdzian ma formę pisemną i ustną oraz musi się odbyć przed klasyfikacyjnym posiedzeniem Rady Pedagogicznej,
  - e) informuje, że w czasie trwania sprawdzianu w sali może być obecny rodzic lub inny nauczyciel danego przedmiotu w charakterze obserwatora,
  - f) poprawia pracę w tym samym dniu, ogłasza wynik, informując ucznia czy uzyskał on ocenę o jaką się ubiegał, czy nie,
  - g) ze sprawdzianu sporządza protokół, do którego dołącza prace pisemne, krótką informację na temat ustnych odpowiedzi ucznia/ wykonania przez ucznia zadań praktycznych;
  - h) pełną dokumentację przechowuje do początku następnego roku szkolnego.
4. Sprawdzian wiadomości i umiejętności ucznia z informatyki, technologii informacyjnej i wychowania fizycznego ma przede wszystkim formę zadań praktycznych.
5. Uczeń uzyskuje z danych zajęć edukacyjnych roczną ocenę klasyfikacyjną wyższą niż przewidywana, jeżeli w wyniku sprawdzianu zaprezentował opanowanie wszystkich wiadomości i umiejętności odpowiadających wymaganiom edukacyjnym na daną ocenę, uwzględnionym na sprawdzianie przez nauczyciela.