

Zasady specyficzne dotyczące wychowania fizycznego(w tym z samoobrony i technik interwencji oraz sztuk walk)

Przy ocenianiu ucznia uwzględnia się następujące elementy :

- Predyspozycje fizyczne
- Obecność na zajęciach
- Przygotowanie do zajęć
- Aktywność
- Systematyczność
- Chęci i zaangażowanie
- Pracę samodzielną
- Udział w zajęciach pozalekcyjnych (pokazy, promocja szkoły, itp)
- Starty w zawodach szkolnych i międzyszkolnych
- Pomoc w organizacji imprez szkolnych i sportowych
- Zwolnienia lekarskie
- Wiadomości i umiejętności (podstawowe, konieczne, wykraczające)

Dodatkowo:

- Na każde zajęcia przynosi czysty strój gimnastyczny (spodenki sportowe, koszulkę sportową oraz obuwie sportowe). Może także nosić dresy.
- Przestrzega zasad BHP podanych przez nauczyciela na pierwszych zajęciach.
- **Dwa razy** w każdym semestrze uczeń może zgłosić nieprzygotowanie do zajęć bez konieczności podania przyczyny. Za każde następne nieprzygotowanie, bez uzasadnienia, uczeń otrzyma ocenę niedostateczną.
- Zasadniczy wpływ na ocenę ma systematyczność, zaangażowanie i postępy w usprawnianiu.
- Uczniowie zwolnieni z części ćwiczeń ze względów zdrowotnych będą oceniani wyłącznie za pozostały – dozwolony udział w zajęciach.
- Ocenę semestralną i końcową stanowi średnia ocen z zakresu wychowania fizycznego (w tym z samoobrony i technik interwencji oraz sztuk walk).
- Uczniowie muszą stosować się do aktualnie obowiązujących przepisów bhp – nie mogą posiadać w trakcie zajęć z wychowania fizycznego (w tym z samoobrony i technik interwencji oraz sztuk walk) biżuterii, zegarków, kolczyków w nosie, brwiach itp., długich paznokci, fryzury muszą być stosowne. Uczennice posiadające włosy dłuższe niż do ramion mają obowiązek spiąć włosy.

Wymagania edukacyjne

Ocenę celującą – otrzymuje uczeń który:

- spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą,
- przestrzega zasad bhp i regulamin sali gimnastycznej,
- systematycznie uczęszcza na zajęcia – ma 95% udziału w lekcjach,
- aktywnie uczestniczy w życiu sportowym szkoły,
- uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i reprezentuje szkołę w zawodach sportowych,
- posiada umiejętności wykraczające ponad program swojej klasy.

Ocenę bardzo dobrą – otrzymuje uczeń który:

- systematycznie uczęszcza na zajęcia - ma 90% udziału w lekcjach,
- opanował materiał programowy zgodnie z możliwościami,
- jest bardzo sprawny ruchowo,
- ćwiczenia i zadania ruchowe wykonuje z łatwością,
- wykazuje duże zaangażowanie i aktywność na lekcjach,
- posiada duże wiadomości i umiejętności z zakresu wychowania fizycznego (w tym z samoobrony i technik interwencji oraz sztuk walk) potrafi z nich korzystać w praktycznym działaniu,
- przestrzega zasad BHP.

Ocenę dobrą – otrzymuje uczeń który:

- uczestniczy w 80% zajęć,
- nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad swoim usprawnianiem,
- wykazuje duże postępy w usprawnianiu,
- ma postawę i stosunek do zajęć nie budzące zastrzeżeń,
- przestrzega zasad BHP,
- opanował wiadomości i umiejętności z zakresu wychowania fizycznego (w tym z samoobrony i technik interwencji oraz sztuk walk)
- w stopniu dobrym,
- opanował materiał zgodnie z możliwościami.

Ocenę dostateczną – otrzymuje uczeń który:

- uczestniczy w 70% zajęć,
- wykazuje małe postępy w usprawnianiu,
- wykazuje się brakiem inicjatywy i małą aktywnością ruchową na lekcjach,
- wykonuje zadania ruchowe z błędami,
- w jego wiadomościach i umiejętnościach z zakresu wychowania fizycznego (w tym z samoobrony i technik interwencji oraz sztuk walk) są znaczne luki.

Ocenę dopuszczającą – otrzymuje uczeń który:

- uczestniczy w 60% zajęć
- ma niechętny stosunek do ćwiczeń,
- wykazuje bardzo małe postępy w usprawnianiu,
- nie jest pilny ani systematyczny,
- podejmuje próby wykonania zadań ruchowych,
- posiada minimalne wiadomości i umiejętności z zakresu wychowania fizycznego (w tym z samoobrony i technik interwencji oraz sztuk walk)
- przejawia poważne braki w zakresie wychowania społecznego.

Ocenę niedostateczną – otrzymuje uczeń który:

- ma poniżej 50% obecności na lekcjach,
- ma lekceważący stosunek do zajęć \ brak stroju , ucieczki \,
- wykazuje braki w kulturze osobistej,
- charakteryzuje się praktyczną niewiedzą i brakiem umiejętności z zakresu wychowania fizycznego (w tym z samoobrony i technik interwencji oraz sztuk walk)
- nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu,
- nie podejmuje prób wykonania najprostszych ćwiczeń.