

WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO DLA KLASY VII SP 14 we WROCŁAWIU

Obszary aktywności brane pod uwagę przy wystawianiu oceny:

1. Postawa wobec przedmiotu, frekwencja (systematyczne uczestnictwo w obowiązkowych lekcjach)
2. Umiejętności z zakresu: lekkoatletyki, gimnastyki podstawowej, piłki ręcznej, piłki koszykowej, piłki nożnej, piłki siatkowej, sportów zimowych (saneczkarstwa), tańca, rekreacji (tenis stołowy, badminton, unihokej),
3. Wiadomości z zakresu: zasad i przepisów w/w dyscyplin sportowych, edukacji zdrowotnej (świadomy udział w wychowaniu fizycznym)
4. Poziom rozwoju sprawności i wydolności (ocena postępu)
5. Wysiłek ucznia i inwencja twórcza
6. Zaangażowanie poza lekcją wychowania fizycznego (udział w zajęciach rekreacyjno – sportowych)
7. Udział w zawodach sportowych (reprezentowanie szkoły)

Postawa wobec przedmiotu ma wpływ na podwyższenie lub obniżenie oceny z wychowania fizycznego.

Działania pozytywne: (nagradzane plusami)

- Zaangażowanie-czynny, aktywny udział w lekcji
- Przeprowadzenie rozgrzewki
- Pomoc nauczycielowi
- Pomoc koleżeńska
- Organizacja zajęć rekreacyjnych
- Udział w zajęciach sportowych pozalekcyjnych

Działania negatywne: (karane minusami)

- Brak stroju gimnastycznego (sportowego)
- Niećwiczenie nieusprawiedliwione
- Nieodpowiednie zachowanie (brak dyscypliny, wulgarność, łamanie zasad BHP- stwarzanie sytuacji zagrażających zdrowiu i życiu ćwiczących)
- Nieposzanowanie sprzętu (używanie niezgodnie z przeznaczeniem)

Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który:

1. Jest zawsze przygotowany do lekcji i bierze aktywny udział we wszystkich lekcjach wychowania fizycznego w ciągu okresu , roku szkolnego.
2. Doskonale opanował elementy dyscyplin sportowych objętych programem nauczania.
3. Posiada dużą znajomość zasad i przepisów gier zespołowych oraz konkurencji LA, gimnastycznych itp.
4. Czynnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych, sportowo - rekreacyjnych. Bierze czynny udział w organizacji imprez sportowo- rekreacyjnych w szkole. Osiąga sukcesy w zawodach sportowych na szczeblu powiatu, rejonu, województwa.

5. Systematycznie podnosi poziom swojej sprawności fizycznej i motorycznej.
6. Jest koleżeński, zdyscyplinowany. Podczas zajęć przestrzega zasad BHP, „fair play”, dba o bezpieczeństwo własne i innych.
7. Przejawia dbałość o własne ciało i zdrowie. Zna i stosuje zasady higieny osobistej po wysiłku fizycznym i mobilizuje do tego kolegów.
8. Potrafi samodzielnie ocenić własną sprawność ruchową na podstawie wykonywanych ćwiczeń i zadań.

Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który:

1. Nie opuszcza zajęć lekcyjnych wychowania fizycznego. Jest przygotowany do zajęć.
2. W pełni opanował elementy dyscyplin sportowych objętych programem nauczania.
3. Wykazuje się znajomością zasad i przepisów gier sportowych, konkurencji LA, gimnastycznych.
4. Czynnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych, sportowo - rekreacyjnych. Podnosi poziom swojej sprawności fizycznej i motorycznej.
5. Jest koleżeński, zdyscyplinowany, przestrzega zasad BHP na zajęciach wychowania fizycznego.
6. Osiąga sukcesy w zawodach sportowych na szczeblu szkolnym, gminnym.
7. Przejawia dbałość o własne ciało i zdrowie. Zna i stosuje zasady higieny osobistej.
8. Potrafi samodzielnie ocenić własną sprawność ruchową na podstawie wykonywanych ćwiczeń i zadań.
9. Prowadzi sportowy tryb życia.

Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który:

1. Na ogół nie opuszcza zajęć wychowania fizycznego, niesystematycznie przygotowany jest do lekcji.
2. Opanował w stopniu dobrym elementy z zakresu dyscyplin sportowych objętych programem nauczania. Wykazuje dobrą znajomość zasad i przepisów gier sportowych.
3. Sprawność fizyczną i motoryczną utrzymuje na poziomie zbliżonym do wyników z poprzedniego semestru.
4. Przejawia dbałość o własne ciało i zdrowie. Zna zasady higieny osobistej.
5. Potrafi przy pomocy nauczyciela ocenić własną sprawność ruchową na podstawie wykonywanych ćwiczeń i zadań.
6. Jest koleżeński, przestrzega zasad BHP.

Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który:

1. Niesystematycznie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego, często jest nieprzygotowany do lekcji.
2. Opanował w stopniu dostatecznym elementy dyscyplin sportowych objętych programem nauczania. Wykazuje braki w znajomości zasad i przepisów gier sportowych.
3. Poziom sprawności fizycznej i motorycznej obniża się w porównaniu do wyników z poprzedniego semestru lub roku szkolnego.
4. Jest niekoleżeński, niezdyplomowany, nie zawsze przestrzega zasad BHP.
5. Prowadzi niehigieniczny i niesportowy tryb życia.

Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który:

1. Opuszcza zajęcia wychowania fizycznego, często jest nieprzygotowany do lekcji.
2. Nie opanował w stopniu dopuszczającym dyscyplin sportowych objętych programem nauczania. Wykazuje znaczące braki w znajomości zasad i przepisów gier sportowych.
3. Nie pracuje nad podniesieniem swojej sprawności fizycznej i motorycznej.
We wszystkich próbach poziom sprawności fizycznej jest znacznie niższy od poprzednich wyników.
4. Jest niekoleżeński, niezdyscyplinowany, narusza zasady BHP.
5. Prowadzi niehigieniczny i niesportowy tryb życia (ulega nałogom).

Sposoby sprawdzania osiągnięć:

1. Sprawność psychomotoryczna

- Testy sprawności fizycznej (Chromińskiego, Denisiuka , K.Zuchory)
- Konkurencje lekkoatletyczne
- Zawody sportowe
- Tory przeszkód
- Formy współzawodnictwa

2. Umiejętności ruchowe

- Sprawdzian umiejętności technicznych z danej dyscypliny
- Zadania kontrolno-oceniające
- Obserwacja ucznia
- Tory przeszkód

3. Wiadomości

- Znajomość przepisów, sędziowanie
- Prowadzenie rozgrzewki
- Rozmowa, obserwacja, odpowiedź ustna itp.
- Wykonanie gazetki, plakatu, prezentacji multimedialnej
- Organizacja zawodów, gier rekreacyjnych