

WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO KL. VIII

Nauczyciel wychowania fizycznego : Tadeusz Fidelus

Celem oceniania uczniów na lekcjach wychowania fizycznego jest:

1. Dostarczenie informacji uczniom i rodzicom o rozwoju organizmu ucznia.
2. Zachęcenie uczniów do aktywnego, osobistego i świadomego uczestnictwa w kulturze fizycznej
3. Dokonywanie kontroli opanowania wiadomości i umiejętności.
4. Monitorowanie umiejętności ucznia w trakcie procesu edukacyjnego po to aby mógł osiągnąć zamierzony cel postawiony w kryteriach oceniania.
5. Klasyfikowanie uczniów.

Ocenianie z wychowania fizycznego jest integralną częścią wewnątrzszkolnego systemu oceniania szkoły.

Przy ustalaniu oceny semestralnej i rocznej uwzględnia się przede wszystkim wysiłek ucznia, wynikający z realizacji programu nauczania oraz systematyczny i aktywny udział w lekcjach wychowania fizycznego - ocena semestralna lub roczna nie jest średnią arytmetyczną uzyskanych ocen cząstkowych.

Ocena z wychowania fizycznego może być podniesiona za systematyczne zaangażowanie w dodatkową aktywność ucznia, np. udział w zajęciach rekreacyjno-sportowych, zawodach sportowych, turniejach i rozgrywkach pozaszkolnych, konkursach plastycznych i literackich o tematyce sportowej, wyjazdach na basen itp.

Ocenę za dodatkową aktywność ucznia nauczyciel wystawia przynajmniej dwa razy w roku szkolnym – na koniec pierwszego i drugiego półrocza.

Podniesienie oceny z wychowania fizycznego na koniec I semestru lub roku szkolnego może być tylko o jeden stopień.

Obniżenie oceny z wychowania fizycznego na koniec semestru lub roku szkolnego następuje wskutek negatywnej postawy ucznia, np. częste braki stroju, niesystematyczne ćwiczenie, sporadyczne uczestniczenie w sprawdzianach kontrolno-ocenających, brak właściwego zaangażowania w czasie poszczególnych lekcji, niski poziom kultury osobistej itp. - ocena może być obniżona o jeden stopień.

Uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego decyzją administracyjną dyrektora szkoły na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach uczestniczenia w tych zajęciach, wydanej przez lekarza, na czas określony w tej opinii.

W przypadku zwolnienia ucznia z zajęć wychowania na okres uniemożliwiający wystawienie oceny semestralnej lub klasyfikacyjnej na koniec roku szkolnego, zamiast oceny nauczyciel wychowania fizycznego wpisuje „zwolniony” albo „zwolniona”.

Zwolnienia lekarskie okresowe, terminowe nie powodują obniżenia oceny za postawę ucznia, kompetencje społeczne oraz systematyczny udział w lekcjach.

Rada pedagogiczna szkoły, w której uczeń opuścił z własnej winy lub nie ćwiczył powyżej 50% obowiązkowych zajęć wychowania fizycznego, może ustalić dla ucznia egzamin klasyfikacyjny.

Egzamin klasyfikacyjny obejmuje zadania praktyczne (umiejętności ruchowe), które były przedmiotem nauczania w trakcie semestru lub roku szkolnego.

Oceny cząstkowe za określony poziom wiadomości, umiejętności i kompetencji społecznych będą realizowane według następującej skali ocen:

- 1 – niedostateczny,
- 2 – dopuszczający,
- 3 – dostateczny,
- 4 – dobry,
- 5 – bardzo dobry,
- 6 – celujący.

Wszystkie oceny cząstkowe podlegają poprawie w terminie uzgodnionym z nauczycielem. Ocena poprawiona jest oceną ostateczną.

Uczeń ma prawo wykonania danego ćwiczenia stosownie do swoich możliwości, np. obniżona wysokość przysiadu, wydłużenie czasu na opanowanie kompetencji ruchowej - bieg, skok, rzut, chwyt, kozłowanie i uderzenie.

KRYTERIA I SPOSOBY OCENIANIA:

Ocenie podlegać będą:

1. POSTAWA WOBEC PRZEDMIOTU:

- aktywność na zajęciach lekcyjnych: zaangażowanie, czynny, aktywny udział w lekcji;
- przygotowanie do zajęć – uczeń może 3-krotnie zgłosić brak stroju; uczeń niećwiczący zobowiązany jest do okazania stroju sportowego;
- przestrzeganie zasad bezpieczeństwa, regulaminów i przepisów: życzliwy stosunek do innych oraz pomoc koleżeńska podczas ćwiczeń, szanowanie sprzętu sportowego, zasad sportowego kibicowania i „czystej gry”.

2. ZAANGAŻOWANIE POZA LEKCJĄ WYCHOWANIA FIZYCZNEGO:

Udział w zajęciach SKS, zajęciach rekreacyjnych, w zawodach sportowych na etapie gminnym, powiatowym, wojewódzkim - premiowane oceną cząstkową bardzo dobry lub celujący w zależności od osiągniętego wyniku.

3. WSPÓŁPRACA Z NAUCZYZIELEM I UCZNIAMI :

Organizacja i sędziowanie zawodów międzyklasowych:

- zespołowych gier sportowych – piłka koszykowa, piłka siatkowa, piłka ręczna, piłka nożna;

- turniej tenisa stołowego;
- Pomoc w porządkowaniu sprzętu sportowego po zajęciach.

4. INWENCJA TWÓRCZA :

Wykorzystanie nietypowych przyborów przyniesionych na lekcję, propozycje ćwiczeń.
Zaproponowanie formy zajęć rekreacyjnych np. „ Dzień Sportu” , „ Dzień Dziecka”.

5. WIADOMOŚCI :

Znajomość określonej tematyki dotyczącej:

- rozwoju sprawności fizycznej;
- techniki i taktyki gry;
- higieny osobistej i hartowania organizmu;
- zasad bezpieczeństwa, regulaminów i przepisów, udzielania pierwszej pomocy.

6. UMIEJĘTNOŚCI :

Ocena stopnia opanowania umiejętności oraz wysiłek jaki uczeń włożył w to, by jego wyniki w stosunku do swoich możliwości, wkładu pracy i innych uwarunkowań były wysokie podczas:

- współorganizowania i organizowania zajęć rekreacyjnych i sportowych;
- samodzielnego prowadzenia rozgrzewki;
- zastosowania poznanych elementów w grach indywidualnych i zespołowych ,
- zabaw ruchowych wg inwencji uczniów jako propozycji spędzania wolnego czasu;
- technikę (estetykę, płynność) wykonywanego ćwiczenia podlegającego sprawdzianowi (ZKO).

•

7. POZIOM ROZWOJU SPRAWNOŚCI I WYDOLNOŚCI.

Przeprowadzane sprawdziany są wyznacznikami pracy ucznia nad sobą i dają możliwości porównywania swoich wyników z normami dla danego wieku.

Samoocena i samokontrola na podstawie testu K. Zuchory – porównywanie wyników na początku i na końcu roku.

Dokonywanie obowiązkowych sprawdzianów w zakresie:

- skoku w dal miejsca;
- utrzymaniu pozycji ciała w podporze na przedramionach i palcach stóp, tworząc prostą linię od głowy do pięt - plank;
- biegu wytrzymałościowego - beep-test;
- biegu wahadłowego 10x5 m.

WARUNKI UZYSKANIA OKREŚLONEJ OCENY (KRYTERIA OCENY)

CELUJĄCA:

1. Uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą (5).
2. Aktywnie uczestniczy w życiu sportowym, bądź też w innych formach działalności związanych z kulturą fizyczną na terenie szkoły.
3. Zajmuje punktowane miejsca w zawodach powiatowych lub wojewódzkich, posiada klasę sportową.

BARDZO DOBRA:

1. Uczeń całkowicie opanował materiał programowy.
2. Ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, w odpowiednim tempie i dokładnie, zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie.
3. Posiada duże wiadomości w zakresie kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu.
4. Systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnieniu.
5. Jego postawa społeczna , zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego nie budzą żadnych zastrzeżeń.
6. Bierze aktywny udział w zajęciach SKS i zawodach sportowych, nie jest to jednak działalność systematyczna.

DOBRA:

1. Uczeń w zasadzie opanował materiał programowy.
2. Ćwiczenia wykonuje prawidłowo, lecz nie dość lekko i dokładnie oraz z małymi błędami technicznymi.
3. Posiada wiadomości i potrafi je wykorzystać w praktyce za pomocą nauczyciela.
4. Nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad swoim usprawnieniem, wykazuje stałe postępy w tym zakresie.
5. Jego postawa społeczna i stosunek do kultury fizycznej nie budzą większych zastrzeżeń.
6. Nie bierze udziału w zajęciach pozalekcyjnych.

DOSTATECZNA:

1. Uczeń opanował materiał programowy na przeciętnym poziomie ze znacznymi lukami.
2. Ćwiczenia wykonuje niepewnie i z większymi błędami technicznymi.
3. W jego wiadomościach z zakresu kultury fizycznej są znaczne luki, a tych które posiada nie potrafi wykorzystać w praktyce.

4. Wykazuje małe postępy w usprawnieniu.
5. Przejawia pewne braki w zakresie wychowania społecznego, w postawie i stosunku do kultury fizycznej.
6. Nie bierze udziału w zajęciach pozalekcyjnych, wykazuje brak zainteresowania nimi.

DOPUSZCZAJĄCA:

1. Uczeń nie opanował materiału programowego w stopniu dostatecznym i ma duże luki.
2. Ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi.
3. Posiada małe wiadomości z zakresu kultury fizycznej, nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną, wykazuje brak nawyków higienicznych.
4. Nie jest pilny i wykazuje bardzo małe postępy w usprawnieniu fizycznym.
5. Na zajęciach ruchowych przejawia poważne braki w zakresie wychowania społecznego, ma niechętny stosunek do ćwiczeń.
6. Unika zajęć pozalekcyjnych z kultury fizycznej.

NIEDOSTATECZNA:

1. Uczeń jest daleki od spełnienia wymagań stawianych przez program.
2. Wykonuje jedynie najprostsze ćwiczenia i w dodatku z rażącymi błędami.
3. Charakteryzuje się praktyczną niewiedzą w zakresie kultury fizycznej.
4. Ma lekceważący stosunek do zajęć i nie wykazuje żadnych postępów w usprawnieniu.
5. Na zajęciach wychowania fizycznego wykazuje duże i rażące braki w zakresie wychowania społecznego, jego stosunek do przedmiotu jest niechętny.
6. Odmawia udziału w zajęciach pozalekcyjnych w zakresie kultury fizycznej.

WYMAGANIA SZCZEGÓŁOWE.

W klasie VIII szkoły podstawowej kontroli i ocenie podlegają następujące obszary aktywności ucznia:

- 1) postawę ucznia i jego kompetencje społeczne,
- 2) systematyczny udział i aktywność w trakcie zajęć,
- 3) sprawność fizyczną (kontrola):
 - ✓ sprawność ogólna – Indeks Sprawności Fizycznej K. Zuchory, obowiązkowy ogólnopolski test sprawności fizycznej
- 4) umiejętności ruchowe:
 - ✓ gimnastyka:
 - stanie na rękach przy drabinkach,
 - skok kuczny przez skrzynię
 - ✓ piłka nożna:
 - zwód pojedynczy przodem piłką i uderzenie na bramkę prostym podbiciem lub wewnętrzną częścią stopy,
 - prowadzenie piłki ze zmianą miejsca i kierunku poruszania się,
 - ✓ koszykówka:
 - rzut do kosza z dwutaktu po podaniu od współwiczającego,
 - ✓ piłka ręczna:
 - rzut na bramkę z wysokości po zwodzie pojedynczym przodem piłką i podaniu od współwiczającego,
 - poruszanie się w obronie „każdy swego”,
 - ✓ piłka siatkowa:
 - wystawienie piłki sposobem oburącz górnym,
 - zagrywka sposobem górnym z 9 m od siatki,
- 5) wiadomości:
 - ✓ wymienia przyczyny i skutki otyłości, zagrożenia wynikające z nadmiernego odchudzania się, stosowania sterydów i innych substancji wspomagających negatywnie proces treningowy,
 - ✓ zna współczesne aplikacje internetowe i urządzenia elektroniczne do oceny własnej aktywności fizycznej,
 - ✓ wymienia korzyści dla zdrowia wynikające z systematycznej aktywności,
- 5a) wiadomości z edukacji zdrowotnej:
 - ✓ uczeń wymienia pozytywne czynniki zdrowia,
 - ✓ uczeń zna zagrożenia wynikające z anoreksji.