Wymagania edukacyjne

 i sposoby sprawdzania osiągnięć uczniów

z wychowania fizycznego

dla klasy VIII dziewcząt - orzeczenie

Warunki i tryb uzyskania wyższej niż przewidywana

 rocznej oceny klasyfikacyjnej z wychowania fizycznego

Opracowane przez Dorotę Bodzinowską

WYMAGANIA EDUKACYJNE I SPOSOBY SPRAWDZANIA OSIĄGNIĘĆ UCZNIÓW Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

O ocenie rocznej i okresowej z wychowania fizycznego decyduje ilość punktów zebranych przez ucznia w ciągu całego okresu. Oceny bieżące oraz punkty uczniowie otrzymują w następujących obszarach:

1. **UCZESTNICTWO W ZAJĘCIACH**
	* uczeń otrzymuje na koniec roku (okresu) 30 pkt, jeśli na każdych zajęciach ćwiczy i posiada strój (spodenki i koszulkę na zmianę)
	* brak stroju to utrata 5pkt (dopuszcza się dwa braki stroju- nie jest on karany utratą punktów)
	* uczeń, który cztery razy nie ma stroju otrzymuje bieżącą ocenę niedostateczną
	* uczeń na tydzień przed końcem danego okresu otrzymuje bieżącą ocenę :

**celującą** – gdy zawsze miał strój

**bardzo dobrą** – 2 razy brak stroju

**dobrą** – 3 razy brak stroju

**dostateczną** – 4 razy brak stroju

czterokrotny brak stroju karany jest bieżącą oceną **niedostateczną**

1. **AKTYWNOŚĆ NA ZAJĘCIACH**
	* uczeń otrzymuje na początku każdego okresu 10 punktów ilość punktów może zwiększyć, utrzymać lub zmniejszyć,
	* uczeń otrzymuje punkty za duże zaangażowanie, wykonanie dodatkowych ćwiczeń, prowadzenie części rozgrzewki, zachowanie fair play, współpracę w drużynie, przygotowanie i prowadzenie turniejów, sędziowanie, itp.
	* uczeń traci punkty za unikanie lub niedokładne wykonanie ćwiczeń, za niesportowe zachowanie,
	* w ciągu jednego okresu uczeń może otrzymać maksymalnie 40pkt
	* uczeń otrzymuje bieżącą ocenę **bardzo dobrą** za aktywność za każde otrzymane **10pkt**
2. **UMIEJĘTNOŚCI**
	* uczeń w okresie otrzymuje 4 oceny bieżące za umiejętności z różnych dyscyplin (wymagania edukacyjne niezbędne do uzyskania poszczególnych ocen bieżących za umiejętności w danej klasie zamieszczone są w tabelach)
	* uczeń może poprawić ocenę za umiejętności na wyznaczonej lekcji oraz przed ustaleniem oceny okresowej/rocznej
	* liczba punktów za umiejętności równa się sumie wszystkich 4 ocen (np. za otrzymanie 4 ocen bdb. uczeń otrzymuje 20pkt; itd.)
3. **SPRAWNOŚĆ**
	* uczeń w okresie otrzymuje 4 oceny bieżące za próby sprawnościowe kontrolujące wytrzymałość, szybkość, skoczność, siłę zwinność(poszczególne próby oraz normy dla dziewcząt i chłopców zamieszczone są w tabeli), w przypadku większej ilości prób pod uwagę brane są najlepsze osiągnięcia.
	* uczeń może poprawić ocenę za sprawność na wyznaczonych lekcjach oraz - w przypadku sprzyjającej pogody- przed ustaleniem oceny okresowej/rocznej
	* uczeń, który poprawi swój wynik z poprzedniego okresu lub roku otrzymuje oceną bardzo dobrą
	* liczba punktów za sprawność równa się sumie wszystkich 4 ocen (np. za otrzymanie 4 ocen bdb. uczeń otrzymuje 20pkt; itd.)
4. **WIADOMOŚCI**
	* uczeń może otrzymać maksymalnie 10 punktów odpowiadając na pytania z zakresu sportu i zdrowia lub pisząc test wiadomości
5. **UDZIAŁ W ZAWODACH I ZAJĘCIACH POZALEKCYJNYCH**

Uczeń otrzymuje następującą ilość punktów:

* + zawody gminne; miejsce: I – 15pkt, II – 10pkt, III- 8pkt
	+ zawody powiatowe; miejsce: I – 20pkt, II - 15pkt, III – 10pkt
	+ zawody wojewódzkie; miejsce: I – 30pkt, II – 20pkt, III – 15pkt
	+ zawody szkolne; miejsce: I – 8pkt, II – 7pkt, III – 6pkt
	+ za udział w zawodach – miejsce IV lub niżej – 5pkt
	+ udział w zajęciach pozalekcyjnych: 10pkt (najwyżej 2 nieobecności); udział niesystematyczny odpowiednio mniej punktów

Suma punktów zdobytych we wszystkich obszarach decyduje o ocenie okresowej i rocznej.

Ocenę **celującą** otrzymuje uczeń, który w ciągu jednego okresu otrzymał minimum **120pkt**

**bardzo dobry – 100 pkt**

**dobry – 75 pkt**

**dostateczny – 50 pkt**

**dopuszczający – 30 pkt**

WARUNKI I TRYB UZYSKANIA WYŻSZEJ NIŻ PRZEWIDYWANA ROCZNEJ (OKRESOWEJ) OCENY KLASYFIKACYJNEJ

Uczeń może wystąpić o podwyższenie oceny przewidywanej, jeśli spełnia następujące warunki :

1. Uczeń z przyczyn niezależnych od niego (usprawiedliwione i uzasadnione nieobecności, zwolnienia lekarskie z zajęć) nie mógł uczestniczyć w 25% (lub więcej) zajęć
2. Uczeń miał strój sportowy na zajęciach, z których nie był zwolniony.
3. Uczeń ma nie więcej niż 6 punktów ujemnych za unikanie lub niedokładne wykonanie ćwiczeń
4. W przypadku ubiegania się o ocenę bardzo dobrą uczeń powinien otrzymać za aktywność w mijającym okresie minimum 10pkt

Uczeń, który spełnia powyższe warunki, może podwyższyć ocenę poprzez:

* praktyczne wykonanie umiejętności oraz prób sprawności przewidzianych do oceny w danym okresie, za które uczeń otrzymał niesatysfakcjonujące go oceny,
* udzielenie poprawnych odpowiedzi na pytania z zakresu sportu oraz zdrowia,
* przeprowadzenie rozgrzewki.

|  |
| --- |
| KRYTERIA OCENY Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO  |
| **Kryteria** | **Za co punkty** | **Maksymalna ilość punktów****w semestrze** | **Jak można stracić lub zyskać dodatkowe punkty** |
| **1. Uczestnictwo**w zajęciach | uczeń otrzymuje maksymalną ilość punktów, jeśli przynosi i zmienia strój. Pod koniec okresu oceny bieżące: **cel-** uczeń miał zawsze strój, **bdb**- 1 brak stroju, **db**- 2,3 razy brak stroju. Za trzykrotny brak stroju uczeń otrzymuje ocenę **ndst** | **30** | - za brak stroju:- 5 punktów |
| **2. Umiejętności** | Uczeń otrzymuje w semestrze **4** oceny za każdą ocenianą umiejętność. (np. ocena celująca to 6 pkt, bdb to 5 pkt, itd.) | maksymalna ilość pkt to suma wszystkich 4 ocen**24** | - uczeń uzyskuje mniejszą ilość punktów otrzymując niższe oceny |
| **3. Sprawność** |  otrzymujesz w okresie **4**  oceny za próby sprawnościowe wg tabel, za poprawę wyniku poprzedniego otrzymujesz ocenę wyższą o stopień, nie niższą niż dobrą. | - suma wszystkich ocen**24** | - otrzymujesz dodatkowo 1 pkt za poprawiony wynik  |
| **4. Aktywność** | otrzymujesz na początku okresu **10 pkt** – tą ilość możesz utrzymać, powiększyć lub zmniejszyć poprzez swoje zaangażowanie na zajęciach. Za każde zdobyte 10 pkt otrzymujesz bieżącą ocenę- **bdb**, za 10 pkt ujemnych- ocena **ndst** | 10 + 30 (za aktywność na zajęciach)**40** | - za każde unikanie lub niedokładne wykonywanie ćwiczenia- 2 pkt- za wykonywanie dodatkowych ćwicz., prowadzenie rozgrzewki, duże zaangażowanie, współpracę w grupieitp. można zyskać od 1 do 5 pkt |
| **5. Wiadomości** | odpowiadasz na pytania z zakresu wf, zdrowia, sportu piszesz krótki test,prowadzisz rozgrzewkę lub jej część | **10** | - możesz zyskać dodatkowe punkty za wiadomości, które nie były podawane na zajęciach |
| **6. Udział w zawodach****i zajęciach pozalekcyjnych** | - za udział w zawodach - 5 pkt- miejsce w zawodach szkolnych (I-8,II-7, III-6)- m-ce na zawodach gminnych (I-15, II- 10, III-8)-m-ce na zawodach powiat. (I-20, II-15, III- 10)- m-ce na zawody wojewódz;(I–30, II–20, III–15)- systematyczny udział w zajęciach pozalekcyjnych – 10 pkt (najwyżej 2 nieobecności)- udział w zajęciach pozalekcyjnych nie systematycznie – odpowiednio mniej punktów | **30** | - lekceważący stosunek do współzawodnictwa,- niesportowe zachowanie,gra nie fair play- 5 pkt |

 Oceny na koniec okresu lub roku

 **celująca-** 120 pkt, **b. dobra** – 100 pkt, **dobra** – 75 pkt, **dostateczna** – 50 pkt, **dopuszczająca** – 30 pkt

|  |
| --- |
| SZCZEGÓŁOWE KRYTERIA OCENY UMIEJĘTNOŚCI SPORTOWYCH – klasa VIII (I okres) |
| **OCENA** | **Gimnastyka****-przewrót w tył** **do rozkroku** | **Koszykówka****-podania piłki w biegu** | **Siatkówka****-zagrywka tenisowa** **(6 prób)** | Aerobik – *do wyboru***- zaliczanie układu kroków w grupach** | **Tenis stołowy** *do wyboru* |
| Celujący | Uczeń wykonuje przewrót w tył z **postawy**- **o nogach prostych** do rozkroku podpartego – nogi cały czas proste, następnie podskokiem przechodzi do przysiadu podpartego i następnie postawy | Uczeń wykonuje wszystkie elementy:1. nie popełnia błędu kroków
2. wykonuje wyprost rąk i wykończenie nadgarstkiem
3. płaskie i mocne podania
4. dokładne – na wysokość klatki p. i w tempo biegu

Ćwiczenie wykonuje w szybkim biegu | Z pola zagrywki, uczeń wykonuje 6 poprawnych zagrywek w postawie: noga zakroczna odpowiada ręce zagrywającej; uczeń wykonuje zamach ręką i wygięcie tułowia w tył, uderza piłkę całą dłonią, ręka wyprostowana w stawie łokciowym. | uczeń wykonuje z grupą układ kroków złożony z 8 bloków z uwzględnieniem poniższych elementów:- wykonanie w rytm muzyki- kroki aerobiku są urozmaicone i ciekawe wykonane są dokładnie i z dobrą dynamiką- występuje praca rąk | uczeń uderza piłeczkę 20 razy na zamianę z forhendu i bekhendu z zachowaniem elementów:1.postawa niska rozkroczno-wykroczna2. prawidłowy chwyt rakietki3. długie pociągnięcie ręką, z pracą nadgarstka4. kieruje piłkę we wskazane miejsce |
| **Bardzo dobry** | Uczeń wykonuje przewrót płynnie z **przysiadu** do rozkroku podpartego, nogi mogą być lekko zgięte | Uczeń wykonuje podania, ale z małymi błędami, nie popełnia błędu kroków  |  Uczeń wykonuje 3 poprawne zagrywki; w tym 1 w określoną część boiska | uczeń wykonuje układ złożony z 3 bloki, w rytm muzyki, kroki wykonane są dokładnie  | uczeń uderza piłeczkę 15 razy dowolnym sposobem |
| **Dobry** | Uczeń wykonuje przewrót z przysiadu do rozkroku, ale mało aktywnie opiera się na rękach, wykonuje na pochylni, nie utrzymuje prostych nóg,  | Uczeń wykonuje podania i czasami zdarza mu się popełnić błąd kroków |  Uczeń wykonuje 2 zagrywki z 9mlub z odległości 6 m - 3 zagrywek  | uczeń wykonuje układ - 2 bloków,  | uczeń uderza piłeczkę jak wyżej 10 razy |
| **Dostateczny** | Uczeń wykonuje przewrót z wieloma błędami, i z pomocą n-la, wytrzymując skulenia, opóźnia oparcie rąk za głową, traci równowagę  | Uczeń wykonuje podania w marszu, zdarza się popełnić błąd kroków | Uczeń wykonuje 1 zagrywkę z 9 m. – lub z odległości 6 m – 2 zagrywk,lub z odl. 3 m - 4 zagrywki  | uczeń wykonuje układ - 2 bloki- ma problem z wykonaniem układu w rytm muzyk, myli kroki  | uczeń uderza piłeczkę 5 razy  |
| **Dopuszczający** | Uczeń wykonuje przewrót do siadu klęcznego z pomocą n-la | Uczeń wykonuje ćwiczenie w marszu, popełnia błąd kroków, podania są niecelne | Uczeń wykonuje z odległości 3m - 3 zagrywki | uczeń wykonuje układ – 1 blok  | uczeń uderza piłeczkę 3 razy |
| **Niedostateczny** | Uczeń nie podjął próby | Uczeń nie podjął próby | Uczeń nie podjął próby | Uczeń nie podjął próby | uczeń nie podjął próby |
| SZCZEGÓŁOWE KRYTERIA OCENY UMIEJĘTNOŚCI SPORTOWYCH – klasa VIII (II okres) |
| **OCENA** | **Gimnastyka****-skok rozkroczny przez kozła** | **Koszykówka****-rzut z biegu po podaniu** | **Siatkówka****-odbicia sposobem dolnym** **o ścianę** | **Piłka nożna**-prowadzenie piłki**slalomem i podania** |
| Celujący | Uczeń wykonuje ćwiczenie energicznie: rozbieg, naskok, odbicie z zaznaczonym odmachem, rozrzutem prostych nóg w bok, lądowaniem z amortyzacją i utrzymaniem równowagi | Uczeń wykonuje wszystkie elementy:1.chwyt piłki w powietrzu po dobiciu się z lewej nogi (z prawej strony kosza)2 kroki- długi (PN) i krótki (LN) 2.Wybicie3.Rzut „o deskę”4.Wykończenie nadgarstkiem5.Płynnie i **celnie**6.Rzut z prawej i lewej strony | uczeń wykonuje 20 odbić w postawie siatkarskiej z uwzględnieniem poniższych elementów:* 1. postawa rozkroczno- wykroczna; nogi mocno ugięte
	2. ręce proste w łokciach połączone dłońmi, odbicie częścią przedramion
	3. współpraca kończyn doln. i górn.
	4. odbicie na wysokość min 2m
	5. odbicie piłki w kwadrat (1m x1m)
 | prowadzenie piłki p. i l. stopą po wyznaczonym torze, dwa podania o ścianę (szer. 2m) i przyjęcie piłki

|  |
| --- |
|  . . . . . . . . . .  |

Uczeń prowadzi piłkę bezbłędnie, nie dotyka słupków, podaje piłkę w wyznaczone miejsce, w czasie 18s-chł, 23s –dz |
| **Bardzo dobry** | j.w. lecz wykonuje ćwiczenie bez odmachu, dopuszcza się lekkie ugięcie nóg | uczeń wykonuje rzut jak wyżej, lecz nie zawsze jest on celny, nie musi rzucić o tablicę | uczeń wykonuje 10 odbić o ścianę  |  uczeń prowadzi piłkę jak wyżej w bez limitu czsowego |
| **Dobry** | Uczeń wykonuje ćwiczenie mało energicznie z nieznacznym ugięciem nóg podczas lotu nad przyrządem, lądowanie z lekką utratą równowagi | uczeń wykonuje ćwiczenie z małymi błędami, nie wykonuje błędu kroków | uczeń wykonuje 6-9 odbić | uczeń prowadzi piłkę powoli, piłka ni dotyka pachołków |
| **Dostateczny** | Uczeń wykonuje ćwiczenie z wieloma błędami i z pomocą n-la | uczeń wykonuje ćwiczenie zabierając piłkę z ręki n-la | uczeń wykonuje 4-5 odbić w postawie siatkarskiej, ze zbyt małym ugięciem nóg,  | uczeń podczas prowadzenia popełnia 1-2 błędy dotknięcia słupka, podaje piłkę o ścianę o szerokości 6m |
| **Dopuszczający** | Uczeń wykonuje poprawny naskok na odskocznie  | uczeń wykonuje ćwiczenie zabierając piłkę z ręki n-la, czasami myli kroki  | uczeń wykonuje 3 odbicia, z błędami: ręce nie są wyprostowane w łokciach, mała praca nóg | uczeń prowadzi piłkę popełniając liczne błędy |
| **Niedostateczny** | Uczeń nie podjął próby | uczeń nie podjął próby | uczeń nie podjął próby | uczeń nie podjął próby |