Wymagania edukacyjne

i sposoby sprawdzania osiągnięć uczniów

z wychowania fizycznego

IV w roku szkolnym 2018/2019

Warunki i tryb uzyskania

wyższej niż przewidywana

rocznej (okresowej) oceny klasyfikacyjnej

Opracował

Damian Czyszczoń .....................................

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 każdorazowo 5pkt
   * uczeń, który trzy razy nie ma stroju otrzymuje bieżącą ocenę niedostateczną
   * uczeń otrzymuje bieżącą ocenę bardzo dobrą, jeśli na tydzień przed końcem okresu posiada 25-30pkt za uczestnictwo w zajęciach
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 w terminie do 2 tygodni na wyznaczonej lekcji
   * liczba punktów za umiejętności równa się sumie wszystkich 4 ocen (np. za otrzymanie   
     4 ocen bdb. uczeń otrzymuje 20pkt; itd.)
3. 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 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 bdb. za aktywność za każde zdobyte 10pkt
4. SPRAWNOŚĆ
   * uczeń w okresie otrzymuje 4 oceny bieżące za próby sprawnościowe kontrolujące wytrzymałość, szybkość, skoczność i siłę (poszczególne próby oraz normy dla dziewcząt i chłopców zamieszczone są w tabeli)
   * uczeń może poprawić ocenę za sprawność w terminie do 2 tygodni na jednej   
     z wyznaczonych lekcji
   * uczeń, który poprawi swój wynik z poprzedniego okresu lub roku otrzymuje dodatkowy punkt
   * liczba punktów za sprawność równa się sumie wszystkich 4 ocen (np. za otrzymanie   
     4 ocen bdb. uczeń otrzymuje 20pkt; itd.)
5. WIADOMOŚCI
   * uczeń może otrzymać maksymalnie 10 punktów odpowiadając na pytania z zakresu sportu i zdrowia lub pisząc test wiadomości
6. 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 – 6pkt, II – 5pkt, III – 4pkt
  + za udział w zawodach – miejsce IV lub niżej – 3pkt
  + 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 – 100pkt**

**dobry - 75pkt**

**dostateczny – 50pkt**

**dopuszczający – 25pkt**

Uczeń może starać się o podwyższenie oceny, 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 każdych zajęciach, z których nie był zwolniony
3. Uczeń nie dostał 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 10 pkt.

Uczeń który spełnia powyższe warunki, może podwyższyć ocenę poprzez:

1. Praktyczne wykonanie umiejętności oraz prób sprawności przewidzianych do oceny   
   w danym okresie, za które uczeń otrzymał niesatysfakcjonujące go oceny.
2. Udzielenie poprawnych odpowiedzi na pytania z zakresu sportu oraz zdrowia.
3. Przeprowadzenie rozgrzewki

SZCZEGÓŁOWE KRYTERIA OCEN Z POSZCZEGÓLNYCH OBSZARÓW AKTYWNOSCI (I półrocze):

**GIMNASTYKA**

**Przewrót w przód**

OCENA CELUJĄCA:

Uczeń wykonuje przewrót z fazą lotu- o nogach prostych, wstaje bez pomocy rąk

OCENA BARDZO DORA:

Uczeń wykonuje przewrót z półprzysiadu, z zaznaczeniem fazy prostych nóg, wstaje bez pomocy rąk

OCENA DORA:

Przewrót z przysiadu do przysiadu, nie prostując nóg, wstaje bez pomocy rąk

OCENA DOSTATECZNA:

Uczeń wykonuje przewrót nie wytrzymując skulenia, podpiera się rękami przy wstawaniu

OCENA DOPUSZCZAJĄCA:

Uczeń wykonuje przewrót z zastosowaniem pochylni lub z pomocą nauczyciela.

OCENA NIEDOSTATECZNA:

Uczeń nie podjął próby.

**KOSZYKÓWKA**

**Kozłowanie piłki i zatrzymanie**

OCENA CELUJĄCY:

Uczeń wykonuje zatrzymania (na jedno i na dwa tempa) po kozłowaniu prawą i lewą ręką w biegu;

uczeń nie patrzy na piłkę podczas kozłowania, ochrania piłkę podczas kozłowania i po zatrzymaniu

OCENA BARDZO DORY:

Uczeń wykonuje ćwiczenie jak wyżej w wolniejszym tempie

OCENA DORY:

Uczeń wykonuje zatrzymania po spokojnym truchcie; nie osłania dobrze piłki, zbyt często patrzy na piłkę

OCENA DOSTATECZNY:

Uczeń wykonuje poprawnie jeden ze sposobów zatrzymania

OCENA DOPUSZCZAJĄCY:

Uczeń wykonuje ćwiczenie z wieloma błędami: błąd kroków, nie ugina nóg, kozłuje jedną ręką

OCENA NIEDOSTATECZNY:

Uczeń nie podjął próby.

**SIATKÓWKA**

**Zagrywka (6 prób) sposobem dolnym**

OCENA CELUJĄCY:

z odległości 7 m , 6 celnych zagrywek, w tym 2 w określone miejsce boiska, w postawie:

- rozkroczno-wykrocznej

-noga zakroczna odpowiada ręce zagrywającej

-ramię ręki uderzającej prowadzone jest wahadłowo wzdłuż tułowia

-piła jest podrzucona lub opuszczona

OCENA BARDZO DORY:

z odległości 7 m, 4-5 zagrywek w boisko; postawa j.w.

OCENA DORY:

z odległości 7m 3 zagrywki w boisko,

lub z odległości 4m 5 zagrywek

OCENA DOSTATECZNY:

z odległości 4m 3 zagrywki w boisko

OCENA DOPUSZCZAJĄCY:

Uczeń przebija piłkę 2 razy zza linii 3 m

OCENA NIEDOSTATECZNY:

Uczeń nie podjął próby.

**PIŁKA NOŻNA**

**Prowadzenie piłki slalomem**

OCENA CELUJĄCY:

prowadzenie piłki wewnętrzną częścią stopy p. i l. nogą. Osiem słupków rozłożonych w odległości około 2,5 m. Uczeń prowadzi piłkę bezbłędnie raz nogą lewą raz prawą, nie dotyka słupków, w dobrym tempie

OCENA BARDZO DORY:

Uczeń prowadzi piłkę bez dotknięcia słupków, p. i l. noga

OCENA DORY:

Uczeń prowadzi piłkę powoli, zdarza się że nie panuje nad piłka (piłka mu „ucieka”)

OCENA DOSTATECZNY:

Uczeń popełnia błąd dotknięcia słupka, nie prowadzi płynnie piłki

OCENA DOPUSZCZAJĄCY:

Uczeń nie potrafi utrzymać piłki przy stopie, narusza słupki

OCENA NIEDOSTATECZNY:

Uczeń nie podjął próby.

SZCZEGÓŁOWE KRYTERIA OCEN Z POSZCZEGÓLNYCH OBSZARÓW AKTYWNOSCI (II półrocze):

**GIMNASTYKA**

**Stanie na rękach**

OCENA CELUJĄCA:

Uczeń wykonuje samodzielnie ćwiczenie z postawy, potrafi utrzymać pozycję bez oparcia stóp 2-3 s.

OCENA BARDZO DORA:

Uczeń wykonuje samodzielnie ćwiczenie- potrafi utrzymać pozycję z oparciem stóp

OCENA DORA:

Uczeń wykonuje zbyt silne lub małe odbicie z nogi, ma problemy z utrzymaniem pozycji pionowej: zbyt duże wygięcie tułowia, brak usztywnienia ciała

OCENA DOSTATECZNA:

Uczeń wykonuje zbyt słabe odbicie- do pionu dochodzi z pomocą nauczyciela, ma problemy z usztywnieniem ciała.

OCENA DOPUSZCZAJĄCA:

Uczeń wykonuje ćwiczenie z dużą pomocą nauczyciela

OCENA NIEDOSTATECZNA:

Uczeń nie podjął próby.

**KOSZYKÓWKA**

**Rzut z biegu po kozłowaniu**

OCENA CELUJĄCY:

Uczeń wykonuje wszystkie elementy:

* kozłowanie prawidłową ręką
* 2 kroki- długi i krótki (dobra kolejność nóg)
* wybicie
* rzut „o deskę”
* wykończenie nadgarstkiem
* płynnie i celnie

OCENA BARDZO DORY:

Uczeń wykonuje rzut z zachowaniem elementów 1-5

OCENA DORY:

Uczeń nie wykonuje 1-4 elementów

OCENA DOSTATECZNY:

Uczeń wykonuje elementy 1-3

OCENA DOPUSZCZAJĄCY:

Uczeń wykonuje dwutakt i rzut po jednym koźle

OCENA NIEDOSTATECZNY:

Uczeń nie podjął próby.

**SIATKÓWKA**

**Odbicia sposobem górnym**

OCENA CELUJĄCY:

Uczeń wykonuje 20 odbić o ścianę w postawie siatkarskiej z uwzględnieniem poniższych elementów:

* postawa rozkroczno- wykroczna
* ułożenie rąk „w koszyczek” przed twarzą
* współpraca kończyn dolnych i górnych
* odbicie piłki na wysokość co najmniej 2 m

amortyzacja i wyprost ramion

OCENA BARDZO DORY:

Uczeń wykonuje 15-19 odbić w postawie siatkarskiej.

OCENA DORY:

Uczeń wykonuje 10 – 14 odbić w postawie siatkarskiej –dopuszcza się do 3 odbicia poniżej 2m oraz dłuższe przytrzymanie piłki

OCENA DOSTATECZNY:

Uczeń wykonuje 5 - 9 odbić w postawie siatkarskiej, dopuszcza się przytrzymanie piłki i odbicia poniżej 2m

OCENA DOPUSZCZAJĄCY:

Uczeń wykonuje 3 - 4 odbicia

OCENA NIEDOSTATECZNY:

Uczeń nie podjął próby.

**TENIS STOŁOWY**

OCENA CELUJĄCY:

Uczeń uderza piłeczkę 20 razy z forhendu z zachowaniem elementów:

1.postawa niska rozkroczno-wykroczna

2. prawidłowy chwyt rakietki

3. długie pociągnięcie ręką, z pracą nadgarstka

4. kieruje piłkę po prostej i po przekątnej

OCENA BARDZO DORY:

Uczeń uderza piłeczkę 15 razy z zachowaniem punktów 1-3

OCENA DORY:

Uczeń uderza piłeczkę jak wyżej – 10-14 razy

OCENA DOSTATECZNY:

Uczeń uderza piłeczkę 6-9 razy ,zachowując elementy 1 i 2

OCENA DOPUSZCZAJĄCY:

Uczeń uderza piłeczkę 3-5 razy

OCENA NIEDOSTATECZNY:

Uczeń nie podjął próby.