Wymagania edukacyjne

i sposoby sprawdzania osiągnięć uczniów

z wychowania fizycznego

VIII 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**

Stanie na rękach

OCENA CELUJĄCA:

Uczeń wykonuje samodzielnie ćwiczenie- potrafi utrzymać pozycję bez oparcia stóp

przez 2 – 3 sek.

Wykonuje samoochronę poprzez przewrót w przód

OCENA BARDZO DORA:

Uczeń wykonuje samodzielnie ćwiczenie- potrafi utrzymać pozycję z oparciem stóp

OCENA DORA:

Uczeń wykonuje ćwiczenie samodzielnie, lub z nieznaczną pomocą, ale 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:

1. Kozłowanie odpowiednią ręką
2. 2 kroki- długi i krótki (dobra kolejność nóg)
3. Wybicie
4. Rzut „o deskę”
5. Wykończenie nadgarstkiem
6. Płynnie i celnie

7. Rzut z prawej i lewej stronyzmiana kierunku biegu dwoma wybranymi sposobami: kozłem przed sobą, za sobą, pod nogą lub obrotem

OCENA BARDZO DORY:

Uczeń wykonuje rzut jak powyżej, lecz nie zawsze jest on celny przed sobą

OCENA DORY:

Uczeń wykonuje ćwiczenie z zachowaniem elementów 1-5

OCENA DOSTATECZNY:

Uczeń wykonuje ćwiczenie z zachowaniem elementów 1 i 2

OCENA DOPUSZCZAJĄCY:

Uczeń wykonuje ćwiczenie po 1 koźle, z zachowaniem elementów 1 i 2

OCENA NIEDOSTATECZNY:

Uczeń nie podjął próby.

**SIATKÓWKA**

**Zagrywka dowolnym sposobem**

OCENA CELUJĄCY:

Z pola zagrywki, uczeń wykonuje 6 poprawnych zagrywek **sposobem tenisowym**, w tym 2 w określone miejsce boiska 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.

OCENA BARDZO DORY:

Uczeń wykonuje 5 poprawnych zagrywek z pola zagrywki (9m) dowolny sposobem

OCENA DORY:

Uczeń wykonuje 4 zagrywki z pola zagrywki lub z odległości 6 m - 5 zagrywek

OCENA DOSTATECZNY:

Uczeń wykonuje– 3 zagrywki z odl.9m lub z odległości 6 m – 4 zagrywki

OCENA DOPUSZCZAJĄCY:

Uczeń wykonuje z 9 m. – 1-2 zagrywki

lub z odległości 6m – 2-3 zagrywki

lub z odległości 3m - 4-5 zagrywek

OCENA NIEDOSTATECZNY:

Uczeń nie podjął próby.

**PIŁKA NOŻNA**

**Prowadzenie piłki slalomem**

OCENA CELUJĄCY:

Uczeń prowadzi piłkę prawą i lewą stopą po torze

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

Uczeń prowadzi piłkę bezbłędnie nogą prawą i lewą, nie dotyka słupków, w dobrym tempie – w czasie 22s

OCENA BARDZO DORY:

Uczeń prowadzi piłkę bez dotknięcia słupków, prawą i lewą noga

w czasie 30s

OCENA DORY:

Uczeń prowadzi piłkę w czasie 35s

OCENA DOSTATECZNY:

Uczeń prowadzi piłkę w czasie 40s dopuszcza się 2 błędy dotknięcia słupka przez piłkę.

OCENA DOPUSZCZAJĄCY:

Uczeń nie wymija wszystkich słupków, popełnia błąd dotknięcia słupka podczas slalomu, czas: 55s- dz.

OCENA NIEDOSTATECZNY:

Uczeń nie podjął próby.

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

**GIMNASTYKA**

Przewrót w tył do rozkroku

OCENA CELUJĄCA:

Uczeń wykonuje samodzielnie ćwiczenie- potrafi utrzymać pozycję bez oparcia stóp

przez 2 – 3 sek.

Wykonuje samoochronę poprzez przewrót w przód

OCENA BARDZO DORA:

Uczeń wykonuje samodzielnie ćwiczenie- potrafi utrzymać pozycję z oparciem stóp

OCENA DORA:

Uczeń wykonuje ćwiczenie samodzielnie, lub z nieznaczną pomocą, ale 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:

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

OCENA BARDZO DORY:

Uczeń wykonuje wszystkie powyższe elementy, ale podczas wolniejszego biegu

OCENA DORY:

Uczeń wykonuje dokładnie elementy 1- 3

OCENA DOSTATECZNY:

Uczeń popełnia małe błędy w elementach 1i 2

OCENA DOPUSZCZAJĄCY:

Uczeń wykonuje ćwiczenie w marszu, w biegu popełnia błąd kroków

OCENA NIEDOSTATECZNY:

Uczeń nie podjął próby.

**SIATKÓWKA**

**odbiór zagrywki (6x) sposobem dolnym**

OCENA CELUJĄCY:

Z pola zagrywki, uczeń wykonuje 6 poprawnych zagrywek **sposobem tenisowym**, w tym 2 w określone miejsce boiska 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.

OCENA BARDZO DORY:

Uczeń wykonuje 5 poprawnych zagrywek z pola zagrywki (9m) dowolny sposobem

OCENA DORY:

Uczeń wykonuje 4 zagrywki z pola zagrywki lub z odległości 6 m - 5 zagrywek

OCENA DOSTATECZNY:

Uczeń wykonuje– 3 zagrywki z odl.9m lub z odległości 6 m – 4 zagrywki

OCENA DOPUSZCZAJĄCY:

Uczeń wykonuje z 9 m. – 1-2 zagrywki lub z odległości 6m – 2-3 zagrywki lub z odległości 3m - 4-5 zagrywek

OCENA NIEDOSTATECZNY:

Uczeń nie podjął próby.

**Tenis Stołowy**

OCENA CELUJĄCY:

uczeń uderza piłeczkę 20 razy na zamianę z forhendu i bekhendu z zachowaniem elementów:

1.postawa niska rozkroczno-wykroczna

2. prawidłowy chwyt rakietki

3. długie pociągnięcie ręką, z pracą nadgarstka

4. kieruje piłkę we wskazane miejsce

OCENA BARDZO DORY:

uczeń uderza piłeczkę jak wyżej bez punktu 4

w czasie 30s

OCENA DORY:

uczeń uderza piłeczkę jak wyżej 12 razy

OCENA DOSTATECZNY:

uczeń uderza piłeczkę 8 razy zachowując element 1 i 2

OCENA DOPUSZCZAJĄCY:

uczeń uderza piłeczkę 4 razy

OCENA NIEDOSTATECZNY:

Uczeń nie podjął próby.