

**WYMAGANIA EDUKACYJNE I SPOSOBY SPRAWDZANIA
OSIĄGNIĘĆ EDUKACYJNYCH
Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO kl. 7**

I. Cele oceniania

1. Wspieranie rozwoju ucznia.
2. Mobilizacja do systematycznej pracy.
3. Budzenie gotowości do ćwiczeń.
4. Powtórne przepracowanie zagadnień, które w małym stopniu zostały opanowane przez ucznia.

II. Wymagania składające się na ocenę ucznia.

1. Sprawność motoryczna, umiejętności ruchowe i wiadomości.
 - a) poziom sprawności motorycznej (siła, szybkość, zwinność, wytrzymałość) określamy na podstawie wyników uzyskanych w wybranych zadaniach kontrolnych
 - b) poziom umiejętności ruchowych ucznia oceniamy z tych działań, które były przedmiotem nauczania w danym półroczu (gimnastyka, gry zespołowe, lekkoatletyka)
 - c) poziom wiadomości z zakresu szeroko pojętej kultury fizycznej powinien być ściśle związany z tym, co nauczyciel przekazał uczniom w czasie jednostki lekcyjnej
 - d) zaangażowanie ucznia w wykonywane ćwiczenia
2. Systematyczny udział w zajęciach.
3. Przygotowanie do zajęć.
 - a) przez przygotowanie do zajęć lekcji wychowania fizycznego rozumie się posiadanie przez ucznia odpowiedniego stroju sportowego
 - b) należy zwrócić szczególną uwagę na higienę i właściwe przeznaczenie stroju
 - c) uczeń może przed zajęciami zgłosić trzy razy w ciągu półrocza nie przygotowanie do lekcji, kolejny brak stroju oznacza otrzymanie przez ucznia oceny niedostatecznej
4. Postawa ucznia i stosunek do wychowania fizycznego.

Rozumiemy przez to:

 - a) aktywny udział ucznia na zajęciach (nauczyciel może oceniać uczniów po każdej lekcji)
 - b) postawę społeczną (stosunek do kolegów i koleżanek)
 - c) kulturę osobistą
 - d) systematyczne usprawnianie
 - e) dyscyplinę podczas zajęć
 - f) przestrzeganie zasad bezpieczeństwa podczas lekcji
5. Wysiłek jaki uczeń wkłada w wykonywane ćwiczenia.
6. Społeczne zaangażowanie w propagowaniu kultury fizycznej.
7. Reprezentowanie przez ucznia szkoły na zawodach sportowych (gminnych, rejonowych, powiatowych, wojewódzkich), udział w zajęciach nadobowiązkowych.

III. Zasady poprawiania ocen bieżących.

1. Poprawianie ocen bieżących może wystąpić tylko wówczas, gdy uczniowie będą realizowali podobne treści programowe.
2. Chęć poprawy danej oceny należy zgłosić nauczycielowi wychowania fizycznego.
3. Nauczyciel wyznacza termin i sposób poprawy oceny.
4. Daną ocenę można poprawić tylko jeden raz.
5. Nieudana próba nie skutkuje obniżeniem poprawianej oceny.

IV. Zwolnienia z ćwiczeń.

1. Uczniowie, którzy ze względu na stan zdrowia nie mogą w pełni brać udziału w lekcjach wychowania fizycznego, zobowiązani są do przedstawienia zaświadczenia lekarskiego nauczycielowi prowadzącemu.

2. W przypadku, gdy zwolnienia z ćwiczeń na lekcjach wychowania fizycznego na prośbę rodziców przekroczą 60 % wszystkich zajęć w danym półroczu, uczeń zobowiązany jest przedstawić opinię lekarza.

V. Częstotliwość sprawdzania i oceniania.

1. Częstotliwość oceniania jest uzależniona od tematyki realizowanej podczas zajęć wychowania fizycznego.

2. Sprawność motoryczną ocenia się dwa razy w roku szkolnym.

3. Umiejętności ruchowe od 3 do 5 razy w półroczu.

4. Wiadomości co najmniej raz w roku szkolnym.

VI. Zadania kontrolno – ocenijące dla klasy VII składające się na ocenę za I półrocze.

Gimnastyka

1. Skok przez kozła.

Błędy:

a) brak rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia

b) złe odbicie

c) brak wysokiego uniesienia bioder

d) brak przeniesienia ciężaru ciała na ręce

e) złe lądowanie

Ocena:

celujący: brak błędów

bardzo dobry: d

dobry: d, c

dostateczny: d, c, e

dopuszczający: d, c, e, b

niedostateczny: uczeń nie przystąpił do sprawdziany

Piłka siatkowa

2. Odbicie sposobem górnym bez siatki po rzucie nauczyciela.

5 odbić – celujący

4 odbicia – bardzo dobry

3 odbicia – dobry

2 odbicia – dostateczny

1 odbicie – dopuszczający

Piłka ręczna

3. Kozłowanie piłki zakończone rzutem.

Błędy:

a) uderzenie piłki zamiast płynnego pchania piłki

b) kozłowanie przed sobą

c) zbyt niskie lub zbyt wysokie kozłowanie

d) kozłowanie pod zbyt dużym kątem

e) złe ustawienie rąk i nóg przy rzucie

f) brak odprowadzenia ręki w tył, brak skrętu przy rzucie

Ocena:

celujący – brak błędów

bardzo dobry – 1 dowolny błąd

dobry – 2 dowolne błędy

dostateczny – 4 dowolne błędy

dopuszczający – 5 dowolnych błędów

niedostateczny – uczeń nie przystąpił do sprawdzianu

Piłka nożna

4. Podanie, przyjęcie i prowadzenie piłki zakończone strzałem.

Błędy:

a) niedokładne podanie piłki, złe ustawienie podczas podania

b) złe przyjęcie piłki, nieopanowanie piłki po przyjęciu

c) brak opanowania piłki podczas prowadzenia

d) nieprawidłowe ustawienie nóg i ciała w czasie strzału

e) brak płynności ćwiczenia

Ocena:

celujący – bez błędów

bardzo dobry – 1 dowolny błąd

dobry – 2 dowolne błędy

dostateczny – 3 dowolne błędy

dopuszczający – 4 dowolne błędy

niedostateczny – uczeń nie przystąpił do sprawdzianu

Piłka koszykowa

5. Kozłowanie RP i RL ze zmianą tempa i kierunku.

celujący – poprawna technika wykonania kozłowania prawą i lewą ręką ze zmianą tempa i kierunku ruchu

bardzo dobry – poprawna technika kozłowania dowolną ręką ze zmianą tempa i kierunku w ruchu

dobry – podejmuje próbę kozłowania prawą i lewą ręką ze zmianą tempa i kierunku

dostateczny – podejmuje próbę wykonania kozłowania dowolną ręką ze zmianą tempa i kierunku

dopuszczający – podejmuje próbę kozłowania dowolną ręką w biegu

niedostateczny – odmawia udziału przystąpienia do sprawdzianu

Lekkoatletyka

6. Rzut piłeczką palantową.

Rzut piłeczką palantową na odległość. Ocena techniki rzutu i siły RR na podstawie osiągniętego wyniku według skali zgodny ze średnią klasową

VII. Zadania kontrolno – oceniające klasy V składające się na ocenę roczną.

Gimnastyka

1. Przewrót w tył z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego

Błędy:

a) brak rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia

- b) złe ułożenie rąk w czasie ćwiczenia
- c) brak odepchnięcia od podłoża
- d) przewrót na głowie
- e) brak złączenia nóg
- f) brak płynności

Ocena:

celujący - brak błędów

bardzo dobry – c

dobry – c, e

dostateczny – c, b, e, d

dopuszczający – b, c, d, e, f

niedostateczny – uczeń nie przystąpił do sprawdzianu

Piłka siatkowa

2. Przyjmowanie prawidłowej postawy przy odbiciach sposobem dolnym po rzucie współwiczającego przez siatkę

Ocena:

5 odbić – celujący

4 odbicia – bardzo dobry

3 odbicia – dobry

2 odbicia – dostateczny

1 odbicie – dopuszczający

Piłka ręczna

3. Zebranie piłki z podłoża, podanie, chwyt, rzut do bramki z wyskoku

Błędy:

- a) nieprawidłowe zebranie piłki z podłoża
- b) niedokładne podanie, niedostosowanie się do partnera
- c) złe ustawienie rąk i nóg przy podaniu
- d) brak amortyzacji przy chwycie
- e) złe ustawienie rąk i nóg przy rzucie
- f) nieodprowadzenie ręki w tył przy rzucie, brak skrętu tułowia

Ocena:

celujący – brak błędów

bardzo dobry – 1 dowolny błąd

dobry – 2 dowolne błędy

dostateczny – 4 dowolne błędy

dopuszczający – 5 dowolnych błędów

niedostateczny – uczeń nie przystąpił do sprawdzianu

Piłka nożna

4. Przyjęcie piłki, prowadzenie piłki zakończone strzałem

Błędy:

- a) złe przyjęcie piłki, nieopanowanie piłki po przyjęciu
- b) brak opanowania piłki podczas prowadzenia
- c) naruszenie omijanej przeszkody
- d) nieprawidłowe ustawienie nóg i ciała w czasie strzału
- e) brak płynności ćwiczenia

Ocena:

celujący – brak błędów

bardzo dobry – 1 dowolny błąd

dobry – 2 dowolne błędy

dostateczny – 3 dowolne błędy

dopuszczający – 4 dowolne błędy

niedostateczny – uczeń nie przystąpił do sprawdzianu

Piłka koszykowa

5. Dwutakt z prawej lub lewej strony

Ocena:

celujący – prawidłowa technika rzutu do kosza po dwutakcie

bardzo dobry – prawidłowe wykonanie dwutaktu

dobry – prawidłowo wykonuje dwutakt z marszu

dostateczny – prawidłowo wykonuje dwutakt z miejsca

dopuszczający – próbuje wykonać dwutakt z miejsca

niedostateczny – uczeń nie przystąpił do sprawdzianu

Lekkoatletyka

6. Bieg na dystansie 60 metrów

Poprawna technika startu niskiego na komendy startera. Bieg na dystansie 60 metrów z pomiarem czasu według najlepszego wyniku w klasie zgodny z średnią klasową

VIII. Warunki i tryb uzyskania wyższej niż przewidywana rocznej oceny klasyfikacyjnej.

1. Warunkiem ubiegania się o ustalenie wyższej niż przewidywana rocznej oceny klasyfikacyjnej z wychowania fizycznego są:

a) frekwencja na zajęciach wychowania fizycznego nie niższa niż 90%

b) usprawiedliwienie wszystkich nieobecności

c) zgłoszenie nie więcej niż trzy nieprzygotowania do lekcji w okresie jednego półrocza

d) przystąpienie do wszystkich przewidzianych przez nauczyciela zadań kontrolnych

2. Nauczyciel wychowania fizycznego przeprowadza egzamin w formie sprawdzianu praktycznego. Zestaw zadań kontrolnych musi odpowiadać wymaganiom oceny, o którą ubiega się uczeń.

3. Ustalona w tym trybie roczna ocena klasyfikacyjna z wychowania fizycznego jest ostateczna.