

Wymagania na poszczególne oceny z wychowania fizycznego dla uczniów klas 4 - 8 Szkoły Podstawowej nr 7

Kryteria oceniania

Ocenę **CELUJĄCĄ** otrzymuje uczeń, który wykazuje się szczególnym zaangażowaniem w przebieg zajęć. Wykazuje inicjatywę w podejmowaniu różnorodnych zadań związanych z realizowanymi treściami nauczania. Zawsze przestrzega zasad bezpiecznego udziału w różnych formach aktywności, zapewniając bezpieczeństwo sobie i innym. Opanował wszystkie wymagania edukacyjne. Prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia. Przestrzega zasad fair-play w sporcie i codziennym życiu. Jest inicjatorem różnych form aktywności fizycznej dla swoich rówieśników.

Ocenę **BARDZO DOBRĄ** otrzymuje uczeń, który zawsze bierze aktywny udział w zajęciach. Z dużą starannością i sumiennością wykonuje wszystkie zadania, jest zawsze przygotowany do zajęć. Dbą o bezpieczeństwo swoje i innych. Opanował większość wymagań edukacyjnych. Prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia, systematycznie doskonali swoją sprawność fizyczną i osiąga duże postępy w osobistym usprawnianiu. Przestrzega zasad fair-play w czasie wszystkich gier i zabaw.

Ocenę **DOBRA** otrzymuje uczeń, który bez zarzutów wywiązuje się z obowiązków, osiąga postęp w opanowaniu umiejętności i wiadomości określonych w wymaganiach edukacyjnych. Jest właściwie przygotowany do większości zajęć. Wykonuje zadania z dużą starannością i sumiennością. Prowadzi higieniczny tryb życia. Stosuje zasady bezpieczeństwa w czasie wszystkich zajęć ruchowych, nie stwarza swoim postępowaniem zagrożenia dla innych.

Oceny **DOSTATECZNĄ** otrzymuje uczeń, który wywiązuje się ze swoich obowiązków w stopniu podstawowym. Bywa nieprzygotowany do zajęć, w których uczestniczy z niewielkim zaangażowaniem. Nie przestrzega wszystkich zasad bezpiecznego zachowania się na zajęciach. Osiąga niewielki postęp w opanowaniu umiejętności i wiadomości określonych w podstawie programowej. W wykonywaniu zadań jest mało staranny.

Oceny DOPUSZCZAJĄCĄ otrzymuje uczeń, który często bywa nieprzygotowany do zajęć i nie wywiązuje się ze swoich obowiązków. Uczestniczy w zajęciach z małym zaangażowaniem. Często nie przestrzega zasad bezpiecznego zachowania się, swoim zachowaniem stwarza sytuacje niebezpieczne dla innych.

Ocenę NIEDOSTATECZNĄ otrzymuje uczeń, który wykazuje szczególnie lekceważący stosunek do obowiązków wynikających ze specyfiki przedmiotu, nie bierze czynnego udziału w lekcji, swoim zachowaniem dezorganizuje pracę, stwarzając niebezpieczeństwo dla siebie i innych, jest bardzo często nieprzygotowany do zajęć.

Przedmiotem oceny jest wysiłek włożony przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć, a także systematyczność udziału ucznia w zajęciach oraz jego aktywność w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej:

Oceniane będą:

- wywiązywanie się z obowiązków wynikających z realizacji treści nauczania;
- systematyczny i aktywny udział w zajęciach;
- zaangażowanie w przebieg lekcji i przygotowanie się do zajęć;
- postęp w opanowaniu umiejętności i wiadomości przewidzianych dla poszczególnych klas zgodnie z indywidualnymi możliwościami i predyspozycjami;
- osiągnięte wyniki w sportach wymiernych, dokładność wykonywania zadania oraz poziom zdobytej wiedzy;
- reprezentowanie szkoły.

Dostosowanie wymagań edukacyjnych dla ucznia o specjalnych potrzebach edukacyjnych

Dla uczniów, którzy posiadają opinie lub orzeczenie Poradni Psychologiczno – Pedagogicznej dostosowuje się wymagania edukacyjne zgodnie z zapisami zawartymi w opiniach lub orzeczeniach.

Ocenie podlegają wybrane elementy techniki, wiadomości i umiejętności z zakresu programu nauczania:
„Program nauczania wychowania fizycznego dla ośmioletniej szkoły podstawowej” dr Krzysztof Warchoń

Wymagania edukacyjne dla poszczególnych klas – zadania sprawdzające

OCENA sprawdziany (umiejętności, wiadomości)	6 celujący	5 bardzo dobry	4 dobry	3 dostateczny	2 dopuszczający	1 niedostateczny
<u>Prowadzenie rozgrzewki</u>	Uczeń samodzielnie proponuje: 10 (4 kl.) 12 (5 kl.) 14 (6 kl.), 16 (kl. 7,8) ćwiczeń, wykonuje je zgodnie z techniką, zachowuje właściwą kolejność, ma własny pomysł na rozgrzewkę.	Uczeń samodzielnie proponuje 10 (4 kl.) 12 (5 kl.) 14 (6 kl.), 16 (kl. 7,8) ćwiczeń, wykonuje je zgodnie z techniką.	Uczeń proponuje 8 - 7 (4 kl.) 10 - 8 (5 kl.) 12 - 9 (6 kl.) 13 - 10 (kl. 7,8) ćwiczeń.	Uczeń proponuje 6 - 4 (4 kl.) 7 - 5 (5 kl.) 8 - 5 (6 kl.) 9 - 7 (7,8 kl.) ćwiczeń, korzysta z pomocy n-la.	Uczeń proponuje 3 - 2 (4 kl.) 4 - 2 (5 kl.) 4 - 2 (6 kl.) 5 - 6 (kl. 7,8) ćwiczenia, nie chce korzystać z pomocy n-la.	Uczeń nie podejmuje próby wykonania sprawdzianu.
<u>Lekkoatletyka</u> 1. technika rzutu p. palantową 2. technika skoku w dal 3. technika startu niskiego i biegu sprinterskiego 4. biegi średnie i długie 5. test Coopera 6. biegi przełajowe i na orientację	Uczeń samodzielnie wykonuje zadanie zgodnie z techniką, osiąga wysoki wynik w swojej gr. Wiekowej. Ad.4.5.6 pokonuje dystans z maksymalnym zaangażowaniem, osiąga wysokie wyniki w swojej grupie wiekowej.	Uczeń wykonuje zadanie zgodnie z techniką, na miarę swoich możliwości. Ad.4.5,6 pokonuje dystans z maksymalnym zaangażowaniem	Uczeń wykonuje zadanie z błędami, nie wszystkie zadania wykonuje z maksymalnym zaangażowaniem . Ad.4.5 pokonuje dystans częściowo marszem, wymaga motywowania.	Uczeń wykonuje zadanie z dużymi błędami, korzysta z pomocy n-la wymaga motywowania. Ad.4.5 pokonuje połowę dystansu marszem, wymaga ciągłego motywowania	Wykonane zadanie odbiega znacznie od techniki, nie chce skorzystać z pomocy n-la, wymaga motywowania. Ad.4.5 przystępuje do sprawdzianu, częściowo wykonuje zadanie, ignoruje wskaz.	Uczeń nie podejmuje próby wykonania sprawdzianu.

OCENA sprawdziany (umiejętności, wiadomości)	6 celujący	5 bardzo dobry	4 dobry	3 dostateczny	2 dopuszczający	1 niedostateczny
<p>Gimnastyka podstawowa</p> <p>1. technika: przewrotu w przód i w tył, mostek, 2. technika skoku rozkrocznego przez .kozła 3. technika skoku kucznego przez skrzynię</p> <p>4. Ćwiczenia równoważne.</p> <p>5. Ćwiczenia kształtujące i pozycje wyjściowe do ćwiczeń- technika wykonania i nazewnictwo</p>	<p>Uczeń samodzielnie i pewnie wykonuje zadanie zgodnie z techniką, wszystkie elementy ewolucji są spójne.</p> <p>Ad.4. prezentuje gimnastyczny układ równoważny wg. własnego pomysłu.</p> <p>Ad. 5. zna 10 ćwiczeń i pozycji +2 potrafi zastosować w praktyce (4 kl.) Zna 12+2 zast. w prakt. (5 kl.) zna 1 5+3 zast. w prakt.) (6, 7, 8 kl.)</p>	<p>Uczeń samodzielnie wykonuje zadanie z małymi błędami w technice, błędy w jednym z elementów ewolucji.</p> <p>Ad.4. prezentuje układ zgodnie ze schematem</p> <p>Ad. 5. zna 8-7 (4 kl.) 12-11 (5 kl.) 15-14 (6, 7, 8 kl.) pozycje</p>	<p>Uczeń wykonuje zadanie z błędami w bardzo wolnym tempie, wymaga motywowania n-la.</p> <p>Ad.4. prezentuje układ z dwoma błędami, wymaga motywowania n-la</p> <p>Ad. 5. zna 6-5 (4kl) 10-7 (5kl) 13-9 (6, 7, 8 kl.) pozycje</p>	<p>Uczeń nie wykonuje samodzielnie zadania, wyk. z dużymi błędami, korzysta z pomocy n-la, wymaga motywowania, brak spójności między poszczególnymi elementami.</p> <p>Ad.4. prezentuje układ z czterema dużymi błędami, wymaga motywowania n-la</p> <p>Ad. 5. zna 4-3 (4 kl.) 6-5 (5 kl.) 8-7 (6, 7, 8 kl.) pozycje</p>	<p>Uczeń przystępuje do sprawdzianu , częściowo wykonuje zadanie, nie korzysta z pomocy n-la.</p> <p>Ad.4. prezentuje niekompletny układ. Nie korzysta z pomocy n-la</p> <p>Ad 5. zna 2-1 (4 kl.) 4-2 (5 kl.) 6-4 (6, 7, 8 kl.) pozycje</p>	<p>Uczeń nie podejmuje próby wykonania Sprawdzianu .</p>

OCENA sprawdziany (umiejętności, wiadomości)	6 celujący	5 bardzo dobry	4 dobry	3 dostateczny	2 dopuszczający	1 nie dostateczny
GRY SPORTOWE <u>piłka siatkowa</u> <ol style="list-style-type: none"> 1. postawa gotowości do gry 2. poruszanie się po boisku 3. technika odbicia sposobem górnym palcami „koszyczek” 4. odbicie sposobem dolnym obręcz (7,8 kl.) 5. technika wykonania skutecznej zagrywki 6. znajomość podstawowych zasad mini gier. 	Ad. 3 Uczeń samodzielnie wykonuje zadanie zgodnie z techniką, wykorzystuje skutecznie w grze. Ad. 4. pewnie kieruje piłkę w założonym kierunku Ad. 5 skuteczność zagrywki 7-6 na 7 prób	Uczeń wykonuje zadanie z maksymalnym zaangażowaniem, poznane umiejętności wykorzystuje w grze.	Nie wszystkie ćwiczenia uczeń wykonuje z maksymalnym zaangażowaniem .	Uczeń wykonuje wszystkie zadania, ale z małym zaangażowaniem	Uczeń przystępuje do sprawdzianu , częściowo wykonuje zadanie, nie korzysta z pomocy n-la.	Uczeń nie podejmuje wykonania zadań.
<u>piłka koszowa</u> <ol style="list-style-type: none"> 1. technika kozłowania piłki 2. technika zatrzymania na jedno tempo + piwot + podanie 3. technika podani przed klatki piersiowej i kozłem oraz chwytów w marszu (4kl) w biegu (5,6,7, 8 kl) 4. poruszanie się po boisku 5. znajomość podstawowych zasad mini gier 	Uczeń samodzielnie wykonuje zadanie zgodnie z techniką, osiąga dużą skuteczność w grze Ad.3 spójne wykonanie wszystkich elementów i zastosowanie w grze.	Uczeń prawidłowo i z maksymalnym zaangażowaniem wykonuje zadanie, stosuje w grze. Ad.3 spójne wykonanie wszystkich elementów.	Ad. 1, 4 Nie wszystkie ćwiczenia uczeń wykonuje z maksymalnym zaangażowaniem Ad.3 błąd kroków w piwocie lub zatrzymaniu na jedno tempo.	Ad. 1,4 Uczeń wykonuje wszystkie zadania, ale z małym zaangażowaniem Ad.3 błąd kroków w piwocie i zatrzymaniu na jedno tempo.	Uczeń przystępuje do sprawdzianu , częściowo wykonuje zadanie, nie korzysta z pomocy n-la.	Uczeń nie podejmuje wykonania Sprawdzianu .

<p style="text-align: center;">OCENA</p> <p>sprawdziany (umiejętności, wiadomości)</p>	<p style="text-align: center;">6 celujący</p>	<p style="text-align: center;">5 bardzo dobry</p>	<p style="text-align: center;">4 dobry</p>	<p style="text-align: center;">3 dostateczny</p>	<p style="text-align: center;">2 dopuszczający</p>	<p style="text-align: center;">1 nieдостateczny</p>
<p><u>piłka ręczna</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. technika rzutu jednorącz z biegu 2. technika podań i chwytów piłki, w marszu (4 kl.) w biegu (5, 6, 7, 8 kl.) 3. poruszanie się po boisku 4. znajomość podstawowych zasad mini gier 	<p>Uczeń samodzielnie wykonuje zadanie zgodnie z techniką, osiąga dużą skuteczność w grze.</p>	<p>Uczeń prawidłowo i z maksymalnym zaangażowaniem wykonuje zadanie, stosuje w grze. Ad.3 spójne wykonanie wszystkich elementów</p>	<p>Nie wszystkie ćwiczenia uczeń wykonuje z maksymalnym zaangażowaniem</p>	<p>Uczeń wykonuje wszystkie zadania, ale z małym zaangażowaniem</p>	<p>Uczeń przystępuje do sprawdzianu, częściowo wykonuje zadanie, nie korzysta z pomocy n-la.</p>	<p>uczeń nie podejmuje wykonania sprawdzianu.</p>
<p><u>piłka nożna</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. prowadzenie piłki w biegu 2. strzał do bramki 3. podania i przyjęcia piłki 4. znajomość podstawowych zasad mini gier (dotyczy wszystkich gier) 	<p>Uczeń samodzielnie wykonuje zadanie zgodnie z techniką, osiąga dużą skuteczność w grze.</p> <p>Ad.4 zna zasady i dobrze sędziuje</p>	<p>Uczeń prawidłowo i z maksymalnym zaangażowaniem wykonuje zadanie, stosuje w grze.</p> <p>Ad.4. zna zasady i próbuje sędziować</p>	<p>Uczeń wykonuje zadanie z błędami, wykazuje małą skuteczność w grze.</p> <p>Ad.4. Nie zna wszystkich zasad i sędziuje z błędami</p>	<p>Uczeń wykonuje zadanie z dużymi błędami, nie stosuje w grze. korzysta z pomocy n-la.</p> <p>Ad.4. Zna tylko wyrywkowo zasady i sędziuje z dużymi błędami, korzysta z pomocy n-la</p>	<p>Uczeń przystępuje do sprawdzianu, częściowo wykonuje zadanie, nie korzysta z pomocy n-la.</p> <p>Ad.4. uczeń przystępuje do sprawdzianu, częściowo wykonuje zadanie, nie korzysta z pomocy n-la</p>	<p>Uczeń nie podejmuje wykonania Sprawdzianu .</p> <p>uczeń nie podejmuje wykonania sprawdzianu</p>

OCENA sprawdziany (umiejętności, wiadomości)	6 celujący	5 bardzo dobry	4 dobry	3 dostateczny	2 dopuszcza- jący	1 niedosta- teczny
<p>Taniec</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. technika wykonania kroków aerobiku 2. technika wykonania kroków tańca regionalnego i nowoczesnego 3. układ taneczny 	<p>Uczeń samodzielnie wykonuje kroki zgodnie z techniką, w tempie i rytmie muzyki.</p> <p>Ad.3. prezentuje układ zgodnie ze schematem i techniką oraz układ wg. własnego pomysłu.</p>	<p>Uczeń wykonuje kroki w rytmie i tempie muzyki.</p> <p>Ad.3. prezentuje układ zgodnie ze schematem.</p>	<p>Uczeń wykonuje kroki poza rytmem muzyki, korzysta z pomocy n-la.</p> <p>Ad.3. prezentuje układ z błędami w schemacie, poza rytmem muzyki.</p>	<p>Uczeń wykonuje kroki z dużymi błędami, poza rytmem muzyki, korzysta z pomocy n-la.</p> <p>Ad.3. prezentuje układ z błędami w schemacie.</p>	<p>Uczeń przystępuje do sprawdzianu, częściowo wykonuje kroki, nie chce skorzystać z pomocy n-la.</p>	<p>Uczeń nie podejmuje wykonania sprawdzianu.</p>
<p>Pływanie</p> <p>Technika pływania - 4 kl.</p> <ul style="list-style-type: none"> • styl grzbietowy - 25m (I sem.) • kraul – 25m (II sem.) 	<p>Uczeń samodzielnie wykonuje zadanie zgodnie z techniką, osiąga dużą skuteczność podczas pływania krótkich i dłuższych odcinków basenu.</p>	<p>Uczeń prawidłowo i z maksymalnym zaangażowaniem wykonuje zadanie, stosuje podczas pływania krótszych i dłuższych odcinków basenu.</p>	<p>Nie wszystkie ćwiczenia uczeń wykonuje z maksymalnym zaangażowaniem .</p>	<p>Uczeń wykonuje zadanie z dużymi błędami, nie stosuje podczas pływania krótszych i dłuższych odcinków basenu, korzysta z pomocy n-la.</p>	<p>Uczeń przystępuje do sprawdzianu, częściowo wykonuje zadanie, nie korzysta z pomocy n-la.</p>	<p>Uczeń nie podejmuje wykonania sprawdzianu.</p>

<p style="text-align: center;">OCENA</p> <p>sprawdziany (umiejętności, wiadomości)</p>	<p style="text-align: center;">6 celujący</p>	<p style="text-align: center;">5 bardzo dobry</p>	<p style="text-align: center;">4 dobry</p>	<p style="text-align: center;">3 dostateczny</p>	<p style="text-align: center;">2 dopuszcza- jący</p>	<p style="text-align: center;">1 niedosta- teczny</p>
<p>Unihokej</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. prowadzenie piłki: <ul style="list-style-type: none"> - forhandem w marszu kl. 4, - forhandem i backhandem w marszu kl. 5, - forhandem i backhandem w biegu kl. 6, forhandem i backhandem w biegu ze zmianą kierunku kl. 7.8 2. strzał do bramki <ul style="list-style-type: none"> - z miejsca forhandem kl. 4 - z miejsca backhandem kl. 5 - z truchtu forhandem lub backhandem kl. 5 - z biegu forhandem i backhandem kl. 6-8 3. podania i przyjęcia piłki: <ul style="list-style-type: none"> - forhandem z miejsca kl. 4 - forhandem i backhandem z miejsca kl. 5 - forhandem i backhandem w truchcie kl. 6 - forhandem i backhandem w biegu kl. 7,8 	<p>Uczeń samodzielnie wykonuje zadanie zgodnie z techniką, osiąga dużą skuteczność w grze.</p>	<p>Uczeń prawidłowo i z maksymalnym zaangażowaniem wykonuje zadanie, stosuje w grze.</p>	<p>Nie wszystkie ćwiczenia uczeń wykonuje z maksymalnym zaangażowaniem</p>	<p>Uczeń wykonuje zadanie z dużymi błędami, nie stosuje w grze. korzysta z pomocy n-la.</p>	<p>Uczeń przystępuje do sprawdzianu , częściowo wykonuje zadanie, nie korzysta z pomocy n-la.</p>	<p>Uczeń nie podejmuje wykonania sprawdzianu.</p>