

WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO W KLASIE IV

Ocenianiu podlegają:

- wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywaniu się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć,
- zaangażowanie w przebieg lekcji i przygotowanie się do zajęć (posiadanie stroju sportowego, prowadzenie rozgrzewki i zabaw),
- strój sportowy – biała koszulka, spodenki, legginsy lub dres. Obuwie sportowe na rzepy lub sznurowane, skarpetki. Gumka do włosów lub opaska. Biżuteria – wszystkie rzeczy (bransoletki, kolczyki, zegarki, pierścionki) ściągamy przed lekcją. Paznokcie mają być krótkie ze względów bezpieczeństwa,
- postęp w opanowaniu umiejętności i wiadomości przewidzianych dla poszczególnych klas zgodnie z indywidualnymi możliwościami i predyspozycjami,
- stosunek do prowadzącego i współwiczających, przestrzeganie zasad bezpieczeństwa,
- aktywność ucznia na zajęciach,
- uczestnictwo w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych o charakterze sportowo-rekreacyjnym.

Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą, a ponadto: wykazuje się szczególnym zaangażowaniem w pracy, twórczą postawą, umiejętnościami i wiadomościami wykraczającymi poza program nauczania w danej klasie. Aktywnie uczestniczy w życiu sportowym szkoły, reprezentując ją w zawodach. Pomaga innym uczniom w wykonywaniu zadań i nauczycielowi podczas organizacji zajęć wychowania fizycznego. Uprawia dyscypliny lub konkurencje sportowe w innych klubach lub sekcjach sportowych, podejmuje dowolne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym, czego efektem są udokumentowane wysokie miejsca, osiągnięte przynajmniej na szczeblu powiatowym.

Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, wykonuje ćwiczenia programowe wynikające z realizowanego w danej klasie programu nauczania, stosownie do swoich możliwości (chętnie, prawidłowo, bez błędów technicznych, pewnie w odpowiednim tempie i dokładnie, bezpiecznie). W jego działaniu widoczna jest staranność i sumienność w wykonywaniu zadań i zaangażowanie w przebieg lekcji oraz stopień przygotowania się do zajęć. Posiada duże wiadomości w zakresie kultury fizycznej i umiejętnie je wykorzystuje w praktycznym działaniu. Prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia. Uczestniczy czynnie w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych o charakterze sportowo – rekreacyjnym.

Ocenę dobrą otrzymuje uczeń który wykonuje ćwiczenia programowe wynikające z realizowanego w danej klasie programu nauczania, stosownie do swoich możliwości (samodzielnie z dobrą skutecznością, ale nie dość dokładnie z małymi błędami technicznymi, bezpiecznie). Jego staranność i sumienność w wykonywaniu zadań i zaangażowanie w przebieg lekcji oraz przygotowanie się do zajęć nie budzi zastrzeżeń. Posiada wiadomości z zakresu kultury fizycznej i wykorzystuje je w praktyce. Prowadzi higieniczny tryb życia. Od czasu do czasu uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych o charakterze sportowo – rekreacyjnym.

Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń który wykonuje ćwiczenia programowe wynikające z realizowanego w danej klasie programu nauczania niechętnie, niepewnie, z błędami, wymaga częstej korekty nauczyciela. Wykazuje braki w staranności i sumienności w wykonywaniu zadań, częsty brak zaangażowania w przebieg lekcji oraz niski stopień przygotowania się do zajęć. Posiada tylko podstawowe wiadomości z zakresu kultury fizycznej

i od czasu do czasu wykorzystuje je w praktyce. Nie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych o charakterze sportowo – rekreacyjnym.

Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który wykonuje ćwiczenia programowe wynikające z realizowanego w danej klasie programu nauczania z dużymi błędami technicznymi, wymaga ciągłej obserwacji i pomocy – korekty nauczyciela. Wskazane przez nauczyciela zadania wykonuje niestarannie, nie jest zaangażowany w przebieg lekcji oraz często jest nieprzygotowany do zajęć. Posiada niewielką wiedzę z zakresu kultury fizycznej. Nie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych o charakterze sportowo – rekreacyjnym.

Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, niespełniający wymagań na ocenę dopuszczającą.

W klasie IV szkoły podstawowej kontrolujemy i oceniamy następujące obszary aktywności ucznia:

1. postawę ucznia i jego kompetencję społeczne,
2. systematyczny udział i aktywność w trakcie zajęć,
3. sprawność fizyczną:
 - Indeks sprawności fizycznej wq Zuchory
 - pomiar tętna przed wysiłkiem i po jego zakończeniu – Próba Ruffiera.
4. Umiejętności ruchowe:

GIMNASTYKA:

- przewrót w przód z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego,
- układ gimnastyczny według własnej inwencji (postawa zasadnicza, przysiad podparty, przewrót w przód, klęk podparty, leżenie przewrotne),

MINI PIŁKA NOŻNA:

- prowadzenie piłki wewnętrzną częścią stopy prawą lub lewą nogą,
- uderzenie piłki na bramkę wewnętrzną częścią stopy,

MINIKOSZYKÓWKA:

- kozłowanie piłki w marszu lub w biegu po prostej ze zmianą ręki kozłującej,
- podania oburącz sprzed klatki piersiowej w marszu,

MINIPIŁKA RĘCZNA:

- rzut na bramkę jednorącz z kilku kroków marszu,
- podanie jednorącz półgórne w marszu,

MINIPIŁKA SIATKOWA:

- odbicie piłki sposobem oburącz górnym po własnym podrzucie,

5. wiadomości:

- uczeń zna podstawowe przepisy mini gier zespołowych (odpowiedzi ustne lub pisemny test),
- uczeń potrafi wyjaśnić pojęcie sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego (odpowiedzi ustne lub pisemny test),
- uczeń zna wszystkie próby Indeksu Sprawności Fizycznej Zuchory, potrafi je samodzielnie przeprowadzić oraz indywidualnie interpretuje własny wynik.

Sposoby oceniania:

Ogólne zalecenia do wystawienia ocen:

1. Uczniowie powinni znać wymagania edukacyjne.
2. Uczniowie mają posiadać schludny i czysty strój (biała koszulka, spodenki, legginsy lub dres, skarpetki oraz obuwie sportowe).
3. Ocenianie uczniów jest systematyczne.
4. Nauczyciel stosuje pełną skalę ocen od 1 do 6.
5. Każdej ocenie powinien towarzyszyć komentarz słowny.
6. Ocenianie powinno wskazywać mocne i słabe strony pracy.
7. Przy pracy grupowej wszyscy członkowie oceniani są jednakowo.
8. Rodzice są informowani o postępach i ocenach ich dzieci.
9. Ocena powinna motywować ucznia do dalszej pracy i samodoskonalenia.