

WYMAGANIA EDUKACYJNE I SPOSOBY SPRAWDZANIA OSIĄGNIĘĆ EDUKACYJNYCH Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO W KLASIE IV

I Wymagania edukacyjne

Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego brane pod uwagę są następujące czynniki:

- wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć;
- zaangażowanie w przebieg lekcji;
- przygotowanie do zajęć;
- właściwy stosunek do przedmiotu, współwiczącego (zasady Fair play), własnego ciała;
- stopień opanowania materiału dydaktycznego.
- sumienne i staranne wywiązywanie się z obowiązków.
- aktywność fizyczna.
- frekwencja na zajęciach

II Zasady oceniania

1. Ocena dokonywana jest w sposób jawny.
2. Uczniowie dobrze znają kryteria oceniania.
3. Ocenianie jest systematyczne.
4. Na prośbę ucznia ocenie towarzyszyć powinien obszerny komentarz.
5. Ocenianie powinno wykazywać uczniom mocne i słabe strony ich pracy.
6. Ocenianie powinno być obiektywne, ale także zindywidualizowane oraz zależne od możliwości ucznia tak, aby uwzględniało jego wkład pracy.
7. Sprawdziany umiejętności technicznych są zapowiadane tydzień wcześniej wraz z zakresem materiału jaki będzie oceniany.
8. Ocenę sprawności motorycznej, nauczyciel przeprowadza bez wcześniejszej zapowiedzi.
9. Uczeń nieobecny na sprawdzianie, zalicza ten sprawdzian, jeżeli jest możliwość, w ciągu dwóch tygodni. Jeśli uczeń nie skorzysta z możliwości zaliczenia, nauczyciel wpisuje ocenę niedostateczną.
10. W semestrze uczeń podlega ocenie minimum 5 razy, z czego 3 razy z zakresu elementów drużynowych gier sportowych, gimnastyki, lekkoatletyki. Kolejne oceny wynikają z zaangażowania, przygotowania do lekcji (strój sportowy), wiadomości (rozgrzewka, historia sportu i aktualne wydarzenia sportowe, przepisy gier i zabaw, odżywianie i higiena itp.).
11. Za dodatkowe przygotowanie się do zajęć, aktywność i zaangażowanie w przebieg lekcji, uczeń otrzymuje „+”. Trzy takie znaki w semestrze zamienia się na częściową ocenę bardzo dobrą.
12. Za szczególny wkład pracy, zaangażowanie w tok lekcji, udział w nadobowiązkowych zajęciach uczeń może otrzymać ocenę celującą lub bardzo dobrą.
13. Za brak dyscypliny na lekcji, używanie sprzętu bez pozwolenia i niezgodnie z jego przeznaczeniem, stwarzanie zagrożenia dla siebie i współwiczących uczeń otrzymuje „-”, czwarty taki znak skutkuje oceną niedostateczną.
14. Uczeń który trzykrotnie otrzyma minus za brak stroju, za czwartym razem otrzymuje ocenę niedostateczną. Każde kolejne nieprzygotowanie to ocena niedostateczna.
15. Przy ocenianiu ucznia bierze się pod uwagę postępy, jakie uczeń wykazuje.
16. Za osiągnięcie wysokich wyników sportowych na szczeblu powiatu uczeń otrzymuje ocenę celującą.

17. Za rażące łamanie podstawowych przepisów BHP na lekcji w –f uczeń otrzymuje ocenę niedostateczną.

Sprawdziany umiejętności z zakresu drużynowych gier sportowych, gimnastyki i lekkoatletyki będą dobierane w zależności od poziomu psychomotorycznego klasy, warunków, zainteresowań uczniów i potrzeb szkolnych, jednak zgodnych z realizowanym programem nauczania.

Wymagania szczegółowe z wychowania fizycznego klasa IV

W zakresie umiejętności uczeń:

- 1) dokonuje pomiarów wysokości i masy ciała oraz z pomocą nauczyciela interpretuje ich wyniki;
- 2) mierzy tętno przed i po wysiłku oraz z pomocą nauczyciela interpretuje wyniki;
- 3) wykonuje próbę siły mięśni brzucha oraz gibkości kręgosłupa;
- 4) demonstruje po jednym ćwiczeniu kształtującym wybrane zdolności motoryczne;
- 5) wykonuje ćwiczenia wspomagające utrzymywanie prawidłowej postawy ciała;
- 6) wykonuje i stosuje w grze kozłowanie piłki w miejscu i ruchu, prowadzenie piłki nogą, podanie piłki oburącz i jednorącz, rzut piłki do kosza z miejsca, rzut i strzał piłki do bramki z miejsca, odbicie piłki oburącz sposobem górnym;
- 7) uczestniczy w mini grach;
- 8) organizuje w gronie rówieśników wybraną zabawę lub grę ruchową, stosując przepisy w formie uproszczonej;
- 9) uczestniczy w wybranej regionalnej zabawie lub grze ruchowej;
- 10) wykonuje przewrót w przód z różnych pozycji wyjściowych;
- 11) wykonuje dowolny układ gimnastyczny lub taneczny w oparciu o własną ekspresję ruchową;
- 12) wykonuje bieg krótki ze startu wysokiego
- 13) wykonuje marszobiegi w terenie;
- 14) wykonuje rzut z miejsca i krótkiego rozbiegu lekkim przyborem;
- 15) respektuje zasady bezpiecznego zachowania się podczas zajęć ruchowych;
- 16) wybiera bezpieczne miejsce do zabaw i gier ruchowych;

- 17)posługuje się przyborami sportowymi zgodnie z ich przeznaczeniem;
- 18)wykonuje elementy samoochrony przy upadku, zeskoku.
- 19)przestrzega zasad higieny osobistej i czystości odzieży;
- 20)przyjmuje prawidłową postawę ciała w różnych sytuacjach;

W zakresie wiedzy uczeń:

- 1)rozpoznaje wybrane zdolności motoryczne człowieka;
- 2)rozdziela pojęcie tętna spoczynkowego i powysiłkowego;
- 3)wymienia cechy prawidłowej postawy ciała;
- 4)opisuje sposób wykonywania poznawanych umiejętności ruchowych;
- 5)opisuje zasady wybranej regionalnej zabawy lub gry ruchowej;
- 6)rozdziela pojęcie technika i taktyka;
- 7)wymienia miejsca, obiekty i urządzenia w najbliższej okolicy, które można wykorzystać do aktywności fizycznej;
- 8)wyjaśnia co symbolizują flaga i znicz olimpijski, rozdziela pojęcia olimpiada i igrzyska olimpijskie;
- 9)zna regulamin sali gimnastycznej i boiska sportowego;
- 10)opisuje zasady bezpiecznego poruszania się po boisku;
- 11)wymienia osoby, do których należy zwrócić się o pomoc w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia;
- 12)opisuje jakie znaczenie ma aktywność fizyczna dla zdrowia;
- 13)opisuje piramidę żywienia i aktywności fizycznej;
- 14)opisuje zasady zdrowego odżywiania;
- 15)opisuje zasady doboru stroju do warunków atmosferycznych w trakcie zajęć ruchowych;

Kompetencje społeczne ucznia klas IV-VIII

1.uczestniczy w sportowych rozgrywkach klasowych w roli zawodnika, stosując zasady „czystej gry”: szacunku dla rywala, respektowania przepisów gry, podporządkowania się decyzjom sędziego, potrafi właściwie zachować się w sytuacji zwycięstwa i porażki, podziękować za wspólną grę;

2. pełni rolę organizatora, sędziego i kibica w ramach szkolnych zawodów sportowych;
3. wyjaśnia zasady kulturalnego kibicowania;
4. wyjaśnia, jak należy zachować się w sytuacjach związanych z aktywnością taneczną;
5. omawia znaczenie dobrych relacji z innymi ludźmi, w tym z rodzicami oraz rówieśnikami tej samej i odmiennej płci;
6. identyfikuje swoje mocne strony, budując poczucie własnej wartości, planuje sposoby rozwoju oraz ma świadomość słabych stron, nad którymi należy pracować;
7. wykazuje umiejętność adekwatnej samooceny swoich możliwości psychofizycznych;
8. wykazuje kreatywność w poszukiwaniu rozwiązań sytuacji problemowych;
9. współpracuje w grupie szanując poglądy i wysiłki innych ludzi wykazując asertywność i empatię;
10. motywuje innych do udziału w aktywności fizycznej ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i specjalnych potrzebach edukacyjnych (np.: osoby niepełnosprawne, osoby starsze).