

ZADANIA KONTROLNO-OCENIAJĄCE dla uczniów klas VIII

UMIEJĘTNOŚCI

DZIEWCZĘTA I CHŁOPCY

PÓŁROCZE I

Gimnastyka: Skok kuczny przez skrzynię.

Lekkoatletyka: Test Coopera.

Mini piłka siatkowa: Zagrywka sposobem górnym w określony sektor boiska.

Mini koszykówka: Zastona pojedyncza.

Mini piłka ręczna: Zwody z piłką oraz bez piłki.

Mini piłka nożna: Zastosowanie zwodów z piłką oraz bez piłki podczas gry.

Unihokej: Ominięcie przeciwnika poprzez zagranie o bandę.

PÓŁROCZE II

Gimnastyka: Dowolny układ gimnastyczny.

Lekkoatletyka: Skok w dal po rozbiegu z odbicia z belki.

Mini piłka siatkowa: Rozegranie piłki po przyjęciu na trzy zakończone zbiciem.

Mini koszykówka: Tor przeszkód z elementami koszykówki.

Mini piłka ręczna: Tor przeszkód z elementami piłki ręcznej.

Mini piłka nożna: Tor przeszkód z elementami piłki nożnej.

Unihokej: Strzał na bramkę w określone miejsce.

WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO DLA KLAS VIII

Cele kształcenia – wymagania ogólne:

1. Kształtowanie umiejętności rozpoznawania i oceny własnego rozwoju
1. fizycznego oraz sprawności fizycznej.
2. Zachęcanie do uczestnictwa w rekreacyjnych i sportowych formach
3. aktywności fizycznej.
4. Poznawanie i stosowanie zasad bezpieczeństwa podczas aktywności
5. fizycznej.
6. 4. Kształtowanie umiejętności rozumienia związku aktywności fizycznej ze
7. zdrowiem oraz praktykowania zachowań prozdrowotnych.
8. 5. Kształtowanie umiejętności osobistych i społecznych sprzyjających
9. całonocnej aktywności fizycznej.

KRYTERIA OCENY UCZNIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego należy przede wszystkim brać pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć, a także systematyczność udziału ucznia w zajęciach oraz aktywność ucznia w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej.

Ocenie podlegają:

- sumienne i staranne wywiązywanie się z obowiązków,
 - przygotowanie się do zajęć, właściwy ubiór, dostosowany do wymogów lekcji wychowania fizycznego,
 - postawa, aktywność i zaangażowanie na lekcji wychowania fizycznego (przestrzeganie regulaminu obiektów sportowych – hali, sali gimnastycznej, sali korekcyjnej, boisk zewnętrznych, szatni w/w i korzystania ze sprzętu sportowego zgodnie z jego przeznaczeniem, stosowanie się do zasad bezpieczeństwa podczas wykonywania ćwiczeń),
 - stosunek do partnera i przeciwnika (szacunek względem partnera oraz przestrzeganie zasady fair play w stosunku do przeciwników)
 - stosunek do własnego ciała,
- aktywność fizyczna,
- □ stopień opanowania wymagań programowych, osiągnięte wyniki w sportach wymiernych, dokładność wykonania zadań i poziom zdobytej wiedzy,
 - postęp w opanowaniu umiejętności i wiadomości przewidzianych dla poszczególnych klas zgodnie z indywidualnymi możliwościami i predyspozycjami.

SPOSOBY OCENIANIA:

- Ocenianie z wychowania fizycznego jest integralną częścią Wewnętrznskolnego Systemu Oceniania.
- Szczegółowe kryteria oceniania są zgodne z nową podstawą programową z wychowania fizycznego.
- Na początku roku szkolnego nauczyciele wychowania fizycznego informują uczniów i rodziców o ogólnych wymaganiach edukacyjnych i kryteriach oceniania z wychowania fizycznego
- Ocena półroczna lub roczna ustalana jest na podstawie ocen cząstkowych za określony poziom wiadomości, umiejętności i kompetencji społecznych w

procesie szkolnego wychowania fizycznego.

Przy ustalaniu oceny półrocznej i rocznej uwzględnia się przede wszystkim wysiłek ucznia, wynikający z realizacji programu nauczania oraz systematyczny i aktywny udział w lekcjach wychowania fizycznego.

- Oceny są jawne dla ucznia oraz jego opiekunów prawnych.
- Oceny bieżące oraz półroczne i roczne wyrażone są w stopniach wg następującej skali ocen: celujący 6, bardzo dobry 5, dobry 4, dostateczny 3, dopuszczający 2, niedostateczny 1.
- Nie wystawia się oceny niedostatecznej za próby sprawności fizycznej z wyjątkiem sytuacji, w której uczeń nie podejmuje się wykonania próby lub rezygnuje z niej w trakcie i nie ma to związku z jego złym samopoczuciem psychofizycznym lub urazem.
- Rodzice uczniów zobowiązani są do zgłaszania nauczycielowi wszelkich przeciwwskazań do wykonywania ćwiczeń (przebyte i obecne choroby, urazy).
- Podwyższenie oceny z wychowania fizycznego na koniec półrocza lub roku szkolnego może nastąpić wskutek systematycznego uczestnictwa ucznia w sportowych zajęciach pozalekcyjnych SKS oraz godnego reprezentowania szkoły w międzyszkolnych zawodach sportowych.
- Brak gotowości ucznia do aktywnego udziału w lekcji wychowania fizycznego oznacza: brak odpowiedniego stroju sportowego lub obuwia związanego z jasną podeszwą, zbyt długie paznokcie, biżuteria w przypadku dziewcząt, niezwiązane włosy.
- Uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego decyzją dyrektora szkoły na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach uczestniczenia w tych zajęciach, wydanej przez lekarza, na czas określony w tej opinii.
- W przypadku zwolnienia ucznia z zajęć wychowania na okres uniemożliwiający wystawienie oceny półrocznej lub klasyfikacyjnej na koniec roku szkolnego, zamiast oceny nauczyciel wychowania fizycznego wpisuje „zwolniony” albo „zwolniona”.

Ocenę celującą może otrzymać uczeń, który:

- Systematycznie uczestniczy w obowiązkowych zajęciach z wychowania fizycznego (klasy IV-V dotyczy również zajęć z nauki pływania).
- W ciągu półrocza zgłosił co najwyżej 3 razy brak gotowości do aktywnego udziału w lekcji.
- Wykazuje bardzo dużą aktywność i zaangażowanie podczas zajęć wychowania fizycznego.
- Zawsze jest zdyscyplinowany w czasie trwania zajęć z wychowania fizycznego oraz przed i po ich zakończeniu (dotyczy pobytu w szatni).

- Dokładnie wykonuje ćwiczenia i zalecenia przekazywane przez nauczyciela, dba o bezpieczeństwo własne i współtowarzyszących.
- Charakteryzuje się godną naśladowania postawą koleżeńską i sportową, pomaga słabszym i mniej sprawnym uczniom.
- Wykonuje elementy nauczane zgodnie z programem nauczania na ocenę bardzo dobrą i celującą. Posiada umiejętności wykraczające poza program nauczania w danej klasie.
- Umie przeprowadzić rozgrzewkę adekwatną do tematu lekcji.
- Zna przepisy obowiązujące w grach sportowych oraz ustosunkowuje się do nich podczas zajęć lekcyjnych.
- Stosuje prawidłową technikę w grach sportowych i rekreacyjnych.
- Dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego.
- Osiąga wysoki poziom postępu w osobistym usprawnianiu.
- Wykazuje się dużym zakresem wiedzy na temat rozwoju fizycznego i motorycznego.
- Powinien uczestniczyć regularnie w zajęciach pozalekcyjnych SKS oraz reprezentować szkołę w rozgrywkach międzyszkolnych.
- Zna zasady zdrowego stylu życia.

Ocenę bardzo dobrą może otrzymać uczeń, który:

- Systematycznie uczestniczy w obowiązkowych zajęciach z wychowania fizycznego (klasy IV-V dotyczy również zajęć z nauki pływania).
- W ciągu półrocza zgłosił co najwyżej 3 razy brak gotowości do aktywnego udziału w lekcji.
- Jest aktywny na lekcji.
- Jest zdyscyplinowany w trakcie zajęć z wychowania fizycznego oraz przed i po ich zakończeniu (dotyczy pobytu w szatni).
- Dokładnie wykonuje ćwiczenia i zalecenia przekazywane przez nauczyciela, stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć w stosunku do siebie i pozostałych ćwiczących.
- Umie poprowadzić rozgrzewkę ogólną.
- Ma godną naśladowania postawę koleżeńską i sportową.
- Wykonuje elementy nauczane zgodnie z programem nauczania na ocenę dobrą i bardzo dobrą.
- Regularnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych SKS.
- Systematycznie doskonali sprawność motoryczną i robi widoczne postępy.
- Posiada adekwatną do wieku wiedzę na temat rozwoju fizycznego i zdrowego trybu życia.

Ocenę dobrą może otrzymać uczeń, który:

- Systematycznie uczestniczy w obowiązkowych zajęciach z wychowania fizycznego (klasy IV-V dotyczy również zajęć z nauki pływania).
- W ciągu półrocza zgłosił co najwyżej 4-5 razy brak gotowości do aktywnego

udziału w lekcji.

- Jest aktywny na lekcji.
- Wykazuje zdyscyplinowanie w czasie trwania zajęć z wychowania fizycznego oraz przed i po ich zakończeniu (dotyczy pobytu w szatni).
- Ma właściwą postawę koleżeńską i sportową.
- Wykonuje elementy nauczane na ocenę, co najmniej dostateczną lub dobrą.
- Uczeń robi postępy na miarę swoich możliwości.
- Mało angażuje się w życie sportowe klasy i szkoły.
- Wykazuje się dobrym zakresem wiedzy na temat rozwoju fizycznego i motorycznego.

Ocenę dostateczną może otrzymać uczeń, który:

- Niesystematycznie uczestniczy w obowiązkowych zajęciach z wychowania fizycznego (klasy IV-V dotyczy również zajęć z nauki pływania).
- W ciągu półrocza zgłosił co najwyżej 6-7 razy brak gotowości do aktywnego udziału w lekcji.
- Jest mało aktywny na lekcji i ma kłopoty z dyscypliną, wymaga dodatkowej interwencji wychowawczej prowadzącego zajęcia.
- W stopniu dostatecznym przeprowadza rozgrzewkę.
- Nauczane elementy wykonuje poprawnie na ocenę dobrą lub dostateczną.
- Nie bierze udziału w życiu sportowym szkoły.
- Wykazuje się przeciętnym zakresem wiedzy przedmiotowej (rozwój fizyczny, zdrowy tryb życia, technika wykonywania poszczególnych elementów, podstawowe zasady gier sportowych).

Ocenę dopuszczającą może otrzymać uczeń, który:

- Często z własnej winy opuszcza obowiązkowe zajęcia z wychowania fizycznego (klasy IV-V dotyczy również zajęć z nauki pływania)
- W ciągu półrocza zgłosił co najwyżej 8-9 razy brak gotowości do aktywnego udziału w lekcji.
- Jest mało aktywny, niezdyscyplinowany, ma nieobecności nieusprawiedliwione oraz lekceważący stosunek do zajęć.
- Słabo wykonuje nauczane elementy (na ocenę dopuszczającą lub dostateczną).
- Narusza zasady dyscypliny w czasie trwania zajęć oraz przed i po ich zakończeniu, nie dba o bezpieczeństwo własne i kolegów, nie współpracuje z nauczycielem, nie wykonuje ćwiczeń i zaleceń przekazywanych przez nauczyciela.
- Nie uzyskuje żadnego postępu w próbach sprawnościowych.
- Posiada niewielką wiedzę w zakresie wychowania fizycznego.

Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który:

- Bez usprawiedliwienia opuszcza zajęcia z wychowania fizycznego oraz w ciągu półrocza zgłosił 10 lub więcej razy brak gotowości do aktywnego udziału w lekcji.

- Ma lekceważący stosunek do przedmiotu, wykazuje brak aktywności na lekcji.

- Rażąco narusza zasady dyscypliny w czasie trwania zajęć oraz przed i po ich zakończeniu, nie dba o bezpieczeństwo własne i kolegów, nie wykonuje ćwiczeń i zaleceń przekazywanych przez nauczyciela.

- Nie potrafi wykonać ćwiczeń nawet o bardzo niskim stopniu trudności.

☐ ☐ Posiada niedostateczną wiedzę w zakresie nauczanego przedmiotu