

SZCZEGÓŁOWE WYMAGANIA NA POSZCZEGÓLNE OCENY Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

KLASA VI

Bieg na 60 m - dziewczęta

KLASA	Ocena celująca (sek)	Ocena bardzo dobra (sek)	Ocena dobra (sek)	Ocena dostateczna (sek)	Ocena dop (sek)	Ocena ndst
Klasa VI	9,5	10,0	11,0	11,6	12,0	Nie przystąpił do zadania

Bieg na 60 m - chłopcy

KLASA	Ocena celująca minimum (sek)	Ocena bardzo dobra (sek)	Ocena dobra (sek)	Ocena dostateczna (sek)	Ocena dop (sek)	Ocena ndst
Klasa VI	8,9	9,5	10,0	10,5	11,0	Nie przystąpił do zadania

Rzut piłką ciężką (3 kg) - dziewczęta

KLASA	Ocena celująca minimum (m)	Ocena bardzo dobra minimum (m)	Ocena dobra minimum (m)	Ocena dostateczna (m)	Ocena dop (m)	Ocena ndst
Klasa VI	7,0	6,0	5,0	4,0	3,0	Nie przystąpił do zadania

Rzut piłką ciężką (3 kg) – chłopcy

KLASA	Ocena celująca (m)	Ocena bardzo dobra (m)	Ocena dobra (m)	Ocena dostateczna (m)	Ocena dop (m)	Ocena ndst
Klasa VI	10-8	7,0	6,0	5,0	4,0	Nie przystąpił do zadania

Bieg na 600m - dziewczęta

KLASA	Ocena celująca (min)	Ocena bardzo dobra (min)	Ocena dobra (min)	Ocena dostateczna (min)	Ocena dop (min)	Ocena ndst
Klasa VI	2,05	2,3	2,57	3,16	4,0	Nie przystąpił do zadania

Bieg na 1000m – chłopcy

KLASA	Ocena celująca (min)	Ocena bardzo dobra (min)	Ocena dobra (min)	Ocena dostateczna (min)	Ocena dop (min)	Ocena ndst
Klasa VI	4,00	4,30	4,45	5,0	5,30	Nie przystąpił do zadania

Umiejętności ruchowe – ocena umiejętności ruchowych ucznia jest adekwatna do zgodności wykonanych ćwiczeń z prawidłową techniką. Oceniając umiejętności ruchowe bierze się pod uwagę wkład pracy włożony przez ucznia, postępy do roku poprzedniego oraz warunki fizyczne ucznia.

Oceny cząstkowe za uczestnictwo w lekcji :

29%- 0%- ocena niedostateczna

45%-30% – ocena dopuszczająca ,

70%-46% – ocena dostateczna,

90%-71% – ocena dobra.

100%-91%– ocena bardzo dobra,

Postawa i aktywność na lekcji - na ocenę z postawy i aktywności ma wpływ stosunek do przedmiotu wyrażający się: systematycznym i aktywnym uczestnictwem na lekcjach :
Oceny cząstkowe za uczestnictwo w lekcji :

W uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony na czas określony z zajęć wf. Decyzję o zwolnieniu ucznia z zajęć wf podejmuje Dyrektor na podstawie podania rodziców i zwolnienia lekarskiego. W przypadku zwolnienia ucznia z ćwiczeń w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny wpisuje się „zwolniony”.

WYMAGANIA NA POSZCZEGÓLNE OCENY Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Ocena celująca:

- uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bdb,
- aktywnie uczestniczy w życiu sportowym na terenie szkoły bądź też w innych formach działalności związanych z kulturą fizyczną,
- systematycznie bierze aktywny udział w zajęciach pozalekcyjnych,

- bierze udział w zawodach sportowych reprezentując szkołę na zewnątrz.

Ocena bardzo dobra:

- uczeń całkowicie opanował materiał programowy,
- jest bardzo sprawny fizycznie,
- ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, pewnie, w odpowiednim tempie i dokładnie, zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie,
- posiada duże wiadomości w zakresie kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu,
- systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy

Ocena dobra:

- uczeń w zasadzie opanował materiał programowy,
- dysponuje dobrą sprawnością motoryczną,
- ćwiczenia wykonuje prawidłowo, lecz nie dość dokładnie z małymi błędami technicznymi,
- posiadane wiadomości potrafi wykorzystać w praktyce przy pomocy nauczyciela,
- nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnieniem, wskazuje stale i dość dobre postępy w tym zakresie,

Ocena dostateczna:

- uczeń opanował materiał programowy na przeciętnym poziomie ze znacznymi lukami,
- dysponuje przeciętną sprawnością motoryczną,
- ćwiczenia wykonuje niechętnie, w nieodpowiednim tempie i z większymi błędami technicznymi,
- wykazuje małe postępy w usprawnieniu motorycznym,
- w jego wiadomościach z zakresu kultury fizycznej są znaczne luki, a tych które ma nie potrafi wykorzystać w praktyce,

Ocena dopuszczająca:

- uczeń nie opanował materiału programowego w stopniu dostatecznym i ma poważne luki,
- jest mało sprawny fizycznie,
- ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi,
- posiada małe wiadomości z zakresu kultury fizycznej, nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną,
- na zajęciach w/w przejawia poważne braki w zakresie wychowania społecznego, ma niechętny stosunek do ćwiczeń,

Ocena niedostateczna:

- uczeń jest daleki od spełniania wymagań stawianych przez program,
- posiada bardzo niską sprawność motoryczną,
- wykonuje jedynie najprostsze ćwiczenia i w dodatku z rażącymi błędami,
- charakteryzuje się niewiedzą w zakresie kultury fizycznej,
- na zajęciach w/w wykazuje duże i rażące braki w zakresie wychowania społecznego, jego stosunek do przedmiotu jest niechętny,
- odmawia udziału w zajęciach w zakresie kultury fizycznej,
- ma lekceważący stosunek do zajęć i nie wykazuje żadnych postępów w usprawnieniu

Aspekty wychowawcze:

Klasa VI

- postępowanie indywidualne i zespołowe,
- kształtowanie umiejętności współdziałania w małej grupie,
- kształtowanie umiejętności współpracy ucznia z nauczycielem,
- zachowanie się w różnych zmiennych sytuacjach codziennego życia,
- higiena osobista i otoczenia w którym znajduje się uczeń-
- przestrzeganie regulaminu sali gimnastycznej, boiska i przepisów BHP.

Wiadomości.

Klasa VI

- postępowanie przy urazach – zranieniach, stłuczeniach, zwichnięciach,
- współdziałanie w małej grupie, w różnych formach aktywności ruchowej,
- dokonywanie wzajemnej kontroli i oceny zachowań,
- dokonywanie pomiaru szybkości różnymi sposobami,
- pomoc w prowadzeniu gier przez uczniów.

Ocena z umiejętności technicznych

Koszykówka

Kozłowanie piłki między pacholkami ze zmianą ręki:

- bdb – kozłowanie w szybkim biegu, technicznie prawidłowo, całkowicie panuje nad piłką ,
- db - panuje nad piłką, tempo zadowalające lecz nie maks. technicznie poprawnie
- dst – braki techniczne, tempo wolne, nie panuje nad piłką,
- dop – duże braki techniczne nie panuje nad piłką,
- ndst – nie przystąpił do zadania.

Rzuty wolne z linii rzutów(6x)

- cel –5-6 trafione, poprawnie technicznie,
- bdb – min 4 trafione, poprawnie technicznie,
- db – 3 rzuty trafione poprawnie technicznie.
- dst - 2 rzuty trafione
- dop – 1 rzutów przystąpienie do zadania,
- ndst – nie przystąpił do zadania.

Piłka siatkowa

Odbicia piłki sposobem górnym i dolnym w parach:

- cel-technicznie bardzo dobrze,
- bdb- technika poprawna, prawidłowa reakcja partnera,
- db- technika odbioru poprawna ciągłość utrzymana,
- dst- wyraźne błędy techniczne,
- dop- kłopoty z utrzymaniem piłki,
- ndst – nie przystąpił do zadania.

Zagrywka sposobem dowolnym góra, dół- 8X

- cel-8-6 zagrywek wykonanych poprawnie technicznie,
- bdb -5 poprawnych zagrywek,
- db- 4 poprawne zagrywki,
- dst – 3 poprawne zagrywki,
- dop – 2 poprawne zagrywki,
- ndst – nie przystąpił do zadania

Piłka nożna

Podania i przyjęcia piłki:

- bdb- poprawna technika, prawidłowe ułożenie stóp,
- db –technika poprawna ciągłość utrzymania ćwiczenia,
- dst –wyraźne błędy techniczne,
- dop – duże błędy techniczne, kłopoty z utrzymaniem piłki,
- ndst – nie przystąpił do zadania.

Piłka ręczna.

Podania do uczniów -6X

- cel- 6 celnych podań technika bardzo dobra, wykonanie dynamiczne,
- bdb-5,4 celne podania poprawna technika,
- db- 3 celne podania,
- dst – 2 celne podania błędy techniczne,
- dop- 1 celne podanie kłopoty z utrzymaniem piłki,
- ndst – nie przystąpił do zadania.

Gimnastyka:

Ocenie podlegają elementy gimnastyczne takie jak: przewrót w przód NN proste, przewrót w tył do przysiadu podpartego, przewrót w przód do rozkroku, leżenie przerzutne i przewrotne. Oceny uwzględniają pozycję wyjściową, technikę i płynność wykonania, wrażenie estetyczne, cechę gimnastyczną, zakończenie ćwiczenia. Chód równoważny przodem i półobrót.

Ponadto uczniowie będą oceniani podczas rywalizacji grupowej w grach zespołowych, w grach i zabawach ruchowych oraz takich dyscyplinach jak unihokej, tenis stołowy oraz z lekkiej atletyki (skok w dal, rzut piłeczką palantową, pięcioskok z miejsca). Ocena z umiejętności technicznych może ulec modyfikacji na danym poziomie klasy, gdyż brana pod uwagę będzie indywidualna sprawność ucznia i opanowanie poszczególnych elementów gier.