

PRZEDMIOTOWE ZASADY OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO
W SP 18 W ELBLĄGU NA ROK SZKOLNY 2022/2023

Ustalając ocenę z wychowania fizycznego należy brać pod uwagę przede wszystkim wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć. Do oceniania każdego ucznia podchodzi się indywidualnie mając na uwadze jego możliwości.

OCENA PRACY UCZNIĄ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

1. Skala ocen

Zarówno w ocenianiu bieżącym, śródrocznym, rocznym i końcowym stosuje się następujące stopnie i ich cyfrowe odpowiedniki:

1 – niedostateczny,

2 – dopuszczający,

3 – dostateczny,

4 – dobry,

5 – bardzo dobry,

6 – celujący

Dodatkowe oznaczenia -, +

Ocenianie ma na celu:

1. Poinformowanie ucznia o poziomie osiągnięć edukacyjnych i postępach w tym zakresie.
2. Pomoc uczniowi w samodzielnym rozwoju.
3. Motywowanie ucznia do dalszej pracy, wysiłku, samodoskonalenia się.
4. Dostarczenie rodzicom i nauczycielom rzetelnej i szczegółowej informacji o postępach, trudnościach i specjalnych uzdolnieniach ucznia.
5. Umożliwienie nauczycielowi kontroli rozwoju ucznia, doskonalenie organizacji i metod pracy dydaktyczno-wychowawczej.
6. Nauczyciel jest zobowiązany na podstawie pisemnej opinii poradni psychologiczno-pedagogicznej lub innej poradni specjalistycznej obniżyć wymagania edukacyjne w stosunku do ucznia, u którego stwierdzono specyficzne trudności w uczeniu się lub deficyty rozwojowe, uniemożliwiające sprostanie wymaganiom edukacyjnym wynikającym z programu nauczania.

1. Kryteria oceny śródrocznej i rocznej.

Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który:

1. Systematycznie uczestniczy w obowiązkowych zajęciach z wychowania fizycznego oraz jest zawsze przygotowany do lekcji (posiada wymagany strój sportowy).
2. Jest aktywny na lekcji.
3. Przestrzega zasad BHP w czasie trwania zajęć z wychowania fizycznego .
4. Dokładnie wykonuje ćwiczenia i zalecenia przekazywane przez nauczyciela, dba o bezpieczeństwo własne i kolegów.
5. Ma godną naśladowania postawę koleżeńską i sportową (pomoc słabszym i mniej sprawnym).
6. Reprezentuje szkołę w zawodach sportowych Stale poszerza swoje wiadomości z wychowania fizycznego.
7. Samodzielnie i twórczo rozwija własne uzdolnienia.

Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który:

1. Systematycznie uczestniczy w obowiązkowych zajęciach z wychowania fizycznego oraz jest zawsze przygotowany do lekcji (posiada wymagany strój sportowy).
2. Jest aktywny na lekcji.
3. Przestrzega zasad BHP w czasie trwania zajęć z wychowania fizycznego .
4. Dokładnie wykonuje ćwiczenia i zalecenia przekazywane przez nauczyciela, dba o bezpieczeństwo własne i kolegów.
5. Ma godną naśladowania postawę koleżeńską i sportową (pomoc słabszym i mniej sprawnym).
6. Uczeń robi systematyczne postępy.

Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który:

1. Systematycznie uczestniczy w obowiązkowych zajęciach z wychowania fizycznego oraz jest zawsze przygotowany do lekcji (posiada wymagany strój sportowy).
2. Jest aktywny na lekcji.
3. Przestrzega zasad BHP w czasie trwania zajęć z wychowania fizycznego .
4. Ma właściwą postawę koleżeńską i sportową (pomoc słabszym i mniej sprawnym).
5. Wykonuje elementy nauczane na ocenę, co najmniej dostateczną lub dobrą.
6. Uczeń robi postępy na miarę swoich możliwości.
7. Mało angażuje się w życie sportowe szkoły i klasy.

Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który:

1. Niesystematycznie uczestniczy w obowiązkowych zajęciach z wychowania fizycznego oraz nie zawsze jest przygotowany do lekcji (często nie posiada wymaganego stroju sportowego).
2. Jest mało aktywny na lekcji i ma kłopoty z przestrzeganiem zasad BHP.
3. Nie robi postępów mimo posiadanych możliwości.

Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który:

1. Bez usprawiedliwienia opuszcza obowiązkowe zajęcia z wychowania fizycznego , często nie jest przygotowany do lekcji (nie posiada wymaganego stroju sportowego).
2. Jest mało aktywny, nie przestrzega zasad BHP, ma lekceważący stosunek do zajęć.
3. Omawia przystąpienia do testów i sprawdzianów.
4. Narusza zasady dyscypliny w czasie trwania zajęć, nie dba o bezpieczeństwo własne i kolegów, nie wykonuje ćwiczeń i zaleceń przekazywanych przez nauczyciela.
5. Wykazał się słabym poziomem opanowania wiadomości i umiejętności mimo posiadanych możliwości.

Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który:

1. Notorycznie opuszcza zajęcia z wychowania fizycznego oraz nie jest przygotowany do lekcji .Ma lekceważący stosunek do przedmiotu, wykazuje brak aktywności na lekcji.
2. Rażąco narusza zasady dyscypliny w czasie trwania zajęć, nie dba o bezpieczeństwo własne i kolegów, nie wykonuje ćwiczeń i zaleceń przekazywanych przez nauczyciela. Wykazał się bardzo słabym poziomem opanowania wiadomości i umiejętności pomimo posiadanych możliwości.
3. Nie przystępuje do sprawdzianów i nie korzysta z możliwości poprawy mimo stworzonych warunków i możliwości.

GIMNASTYKA / LEKKA ATLETYKA

Ocena celująca:

prawidłowo i samodzielnie wykonuje ćwiczenia

Ocena bardzo dobra:

prawidłowo wykonuje ćwiczenia z minimalną pomocą nauczyciela.

Ocena dobra:

potrafi wykonać ćwiczenie z dużą pomocą nauczyciela.

Ocena dostateczna:

potrafi wykonać ćwiczenie w uproszczonej formie z pomocą nauczyciela.

Ocena dopuszczająca:

potrafi wykonać ćwiczenie w uproszczonej formie z dużą pomocą nauczyciela.

Ocena niedostateczna:

mimo wysiłku nauczyciela nie wykazuje zainteresowania w wykonaniu ćwiczenia.

GRY ZESPOŁOWE

Ocena celująca:

uczeń stosuje poznane umiejętności podczas gry, zna przepisy, potrafi zorganizować i sędziować zawody stosuje zasadę „fair play”, nie wymaga opieki i wsparcia nauczyciela.

Ocena bardzo dobra:

uczeń stosuje poznane umiejętności w grze, zna przepisy, potrafi zorganizować i sędziować zawody z pomocą nauczyciela.

Ocena dobra:

uczeń stosuje poznane umiejętności w grze.

Ocena dostateczna:

uczeń potrafi zastosować podstawowe umiejętności w grze.

Ocena dopuszczająca:

uczeń nie potrafi wykonać podstawowych umiejętności.

Ocena niedostateczna:

mimo wysiłku nauczyciela nie wykazuje zainteresowania wykonaniem ćwiczenia.

UWAGA

- Uczeń, którzy posiada opinię Poradni Lekarskiej i Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej, lub innej poradni specjalistycznej u którego stwierdzono specyficzne trudności w uczeniu się lub deficyty rozwojowe, uniemożliwiające sprostanie wymaganiom edukacyjnym wynikającym z programu nauczania

będzie miał obniżone wymagania edukacyjne. Ocenie będzie podlegać przede wszystkim;

Nauczyciel przy ocenie ucznia bierze pod uwagę:

- jego indywidualne możliwości.
- systematyczny udział w zajęciach wychowania fizycznego
- systematyczne noszenie stroju sportowego
- aktywność na lekcji wychowania fizycznego oraz postępy poczynione w miarę własnych możliwości motorycznych

1. Każdą ocenę uzyskaną na sprawdzianie uczeń może poprawić lub uzyskać w przypadku nieobecności na sprawdzianie - w terminie ustalonym z nauczycielem. Termin ten może ulec zmianie, jeśli nieobecność ucznia przedłuży się lub stan jego zdrowia albo warunki atmosferyczne nie pozwalają na udział w sprawdzianie. Każdą ocenę bieżącą uczeń może poprawić dozwoloną ilość razy (brana jest pod uwagę ocena lepsza). Jeżeli uczeń odmówił przystąpienia do sprawdzianu bez podanej przyczyny, nauczyciel wystawia ocenę niedostateczną. (kategoria – postawa wobec przedmiotu)

2. Uczeń, który nie przystąpił do testu/sprawdzianu (stan zdrowia i warunki atmosferyczne na to pozwalają) otrzymuje wpis do dziennika brak zadania(bz) i punkty ujemne zgodnie ze szkolnym regulaminem oceniania zachowania.

3. Dodatkowo uczeń otrzymuje ocenę celującą za reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych (każdorazowo).

4. Uczeń będzie gratyfikowany raz w semestrze oceną celującą za udział w zajęciach pozalekcyjnych organizowanych na terenie szkoły i poza szkołą,

PODSTAWY PRZEDMIOTOWYCH ZASAD OCENIANIA

1. Uczeń w ciągu roku szkolnego podlega systematycznej i obiektywnej ocenie zgodnie z jego indywidualnymi możliwościami i jest to co najmniej 6 ocen w przeciągu jednego półrocza
2. Nauczyciel wystawia ocenę biorąc pod uwagę oceny z poszczególnych obszarów(postawa wobec przedmiotu, postęp, umiejętności ruchowe, wiedza, przygotowanie do Na początku roku szkolnego nauczyciel zapoznaje uczniów z wymaganiami edukacyjnymi oraz przedmiotowymi zasadami oceniania, co nauczyciel potwierdza wpisem w dzienniku lekcyjnym

3. Przedmiotowe zasady oceniania i są dostępne do wglądu uczniów i rodziców przez cały rok szkolny u nauczycieli wychowania fizycznego oraz w dzienniku elektronicznym.
4. Oceny są jawne, nauczyciel uzasadnia je, oraz podaje sposoby poprawy.
5. O bieżącej sytuacji dydaktyczno – wychowawczej ucznia rodzice otrzymują informację w dzienniku elektronicznym oraz podczas zebrań z rodzicami.
6. Na miesiąc przed klasyfikacją roczną uczniów i jego rodzice (prawni opiekunowie) powinni być poinformowani o przewidywanych ocenach i zagrożeniu oceną niedostateczną lub nieklasyfikowaniem zajęć).
7. Uczniowie posiadający zwolnienie (oprócz całkowicie zwolnionych) mają być obecni na zajęciach wychowania fizycznego i będą uczestniczyć w innych działaniach na rzecz kultury fizycznej, np. sędziowanie, pomoc w organizacji lekcji, tworzenie plakatów, referatów.
8. Uczeń, który jest częściowo niezdolny do zajęć z powodu przeciwwskazań lekarskich będzie realizował program nauczania dostosowany do własnych możliwości, uwzględniających wskazania lekarskie.
9. W niektórych przypadkach zwolnienie ucznia z zajęć wychowania fizycznego może nastąpić również na podstawie jednorazowej pisemnej informacji od rodzica lub opiekuna prawnego. Najczęściej zwolnienia takie przedstawia się, gdy dolegliwości są chwilowe i niegroźne (np. miesiączka, rekonwalescencja po chorobie, przeziębieniu lub lekki uraz).

Obszary aktywności ucznia
związane z procesem uczenia się oraz sposoby ich oceniania

I - Postawa wobec przedmiotu

- aktywność i wysiłek wkładany przez ucznia
- zaangażowanie, kreatywność, twórcza ekspresja i inwencja (samodzielne prowadzenie przez ucznia ćwiczeń kształtujących , np. rozgrzewki)
- systematyczne usprawnianie (dążenie do poprawy swojej sprawności)
- stosunek do zajęć sportowych (zaangażowanie w wykonywanie ćwiczeń i zadań zbliżone do maksymalnych swoich możliwości)
- udział w zawodach sportowych na szczeblu szkolnym oraz pozaszkolnym
- udział w sportowych zajęciach pozalekcyjnych
- przestrzeganie zasad bezpieczeństwa podczas lekcji, oraz regulaminu korzystania z obiektów sportowych
- postawa "Fair play" podczas lekcji, oraz współpraca z grupą
- dbałość o higienę i prozdrowotny styl życia

Na podstawie obserwacji uczniów w trakcie zajęć z wychowania fizycznego nauczyciel może oceniać uczniów za aktywność, stawiając im ocenę w skali od 1-6. Uczeń może również otrzymać plus +, bądź minus -.(6 plusów - ocena celująca, 6 minusów ocena - niedostateczna)

II - Postęp

Poziom zdolności motorycznych

1. Określanie poziomu zdolności motorycznych odbywać się będzie dwukrotnie za pomocą testów sprawności motorycznej i sprawdzianów biegowych w I i w II półroczu. W pierwszym etapie (przełom września i października) uczniowie otrzymują ocenę wyjściową (narzędziem do tego służącym będą testy przygotowane przez nauczycieli w-f). W drugim etapie przeprowadzone zostaną powtórne testy (pod koniec każdego półrocza), a następnie nastąpi analiza i kolejna ocena postępu sprawności ucznia (uczeń oceniany jest za indywidualny postęp sprawności.)

ocena wystawiona uczniowi z testów i sprawdzianów jest oceną bieżącego poziomu jego sprawności i jednocześnie informacją nad czym uczeń musi jeszcze popracować. Nie decyduje ona o ocenie śródrocznej, , rocznej.

- Po nieobecności na teście, sprawdzianie uczeń ustala z nauczycielem termin zaliczenia.
- Dopuszcza się odstępstwa od w/w kryteriów jeśli obniżenie poziomu sprawności nastąpiło po kontuzji lub chorobie

III - Przygotowanie do zajęć

Przez przygotowanie do zajęć na lekcji wychowania fizycznego rozumie się posiadanie przez ucznia odpowiedniego stroju sportowego (biała koszulka gimnastyczna, spodenki sportowe, dres, getry, zmienne obuwie sportowe o jasnej nierysującej podeszwie). Ze względów bezpieczeństwa dziecko nie może ćwiczyć w łańcuszkach, zegarkach, pierścionkach i kolczykach wiszących wychodzących poza obręb ucha. Ponadto uczniowie z długimi włosami muszą mieć je związane. Uczeń może przed zajęciami zgłosić 2 razy w ciągu półrocza nieprzygotowanie do lekcji bez żadnych konsekwencji. Każde kolejne nieprzygotowanie będą skutkowało otrzymaniem ujemnych punktów z zachowania (w postaci -5 pkt).

IV. Wiedza

Wiadomości z zakresu wychowanie fizycznego obejmują:

- Przepisy zespołowych gier sportowych
- określonej tematyki o rozwoju fizycznym,
- rozwoju sprawności fizycznej
- zasad zdrowego stylu życia
- zasad bezpieczeństwa
- regulaminów i przepisów
- zasad czystej gry

- zasad kulturalnego kibicowania.
- stosowania ćwiczeń oddechowych, rozciągających i relaksacyjnych
- organizacji i sędziowania zawodów sportowych

Formą oceny są odpowiedzi ustne, testy, referaty, gazetki, plakaty, ulotki.

V .Umiejętności ruchowe

Wystawiane są oceny z różnych dyscyplin przez cały semestr.

Poziom umiejętności ruchowych – ocenie podlega przyswojenie właściwej techniki ruchu oraz dodatkowo taktyki w grach. Wyznacznikiem jest stopień i postęp opanowania czynności ruchowych zaobserwowanych podczas gry, zadań kontrolnych – oceniających, testów umiejętności ruchowych, sprawdzianów śródrocznych i końcowych. Pod uwagę brana będzie poprawność wykonywanych ćwiczeń i zadań ruchowych.

PRZEDMIOTOWE ZASADY OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO PODCZAS WARIANTU B(nauczanie hybrydowe) lub C (nauczanie zdalne)

PZO z wychowania fizycznego są zgodne z Rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 20 marca 2020 r. w sprawie szczególnych rozwiązań w okresie czasowego ograniczenia funkcjonowania jednostek systemu oświaty w związku z zapobieganiem, przeciwdziałaniem i zwalczaniem COVID-19 oraz Wewnątrzszkolnym Systemem Oceniania SP 18 w Elblągu

1. Przedmiotowe Zasady Oceniania z wychowania fizycznego w nauczaniu zdalnym ma charakter przejściowy.
2. Przedmiotowy System Oceniania z wychowania fizycznego w nauczaniu zdalnym wprowadza się w celu umożliwienia realizacji podstawy programowej oraz monitorowania postępów edukacyjnych uczniów w okresie, w którym tradycyjna forma realizacji zajęć jest niemożliwa do kontynuowania.
3. Praca zdalna w wychowaniu fizycznym realizowana będzie z podstawy programowej możliwej do realizacji w sposób zdalny i będzie dotyczyć wszystkich bloków tematycznych(rozwój fizyczny i sprawność fizyczna, aktywność fizyczna edukacja zdrowotna, bezpieczeństwo w aktywności fizycznej).
4. Wszystkie wiadomości będą przekazywane uczniom poprzez lekcję wideo oraz platformę librus.
5. Nauczyciel szczegółowo wskazuje zadania do wykonania, sposób ich realizacji, termin, oraz formę w jakiej należy przesłać efekty pracy.
6. Dzienny rozkład zajęć uczniów oraz dobór narzędzi pracy będą uwzględniać zalecenia medyczne, wiek uczniów i etap kształcenia oraz zalecenia dotyczące czasu korzystania z urządzeń umożliwiających zdalną pracę.
7. Wszelkie problemy ze sprzętem, czy niemożliwością wykonania zadania uczeń lub jego rodzic/opiekun prawny zgłasza nauczycielowi.

RODZAJE ZADAŃ DO WYKONANIA

- testy sprawnościowe i testy wiedzy;
- zagadnienia dotyczące edukacji zdrowotnej
- zestawy ćwiczeń przygotowane przez nauczycieli w-f , możliwe do wykonania w domu lub np. na osiedlowej siłowni na świeżym powietrzu w bezpiecznych warunkach;
- ruch na świeżym powietrzu (bieganie, jazda na rowerze, rolkach, hulajnodze, samodzielnie lub w towarzystwie czy pod opieką rodziców mierzony aplikacjami takimi jak krokomierz czy Endomondo (zgodnie z zaleceniami Sanepidu, Ministerstwa Zdrowia) ;
- ćwiczenia wykonywane odtwórczo z filmików w internecie, YouTube'a oraz innych źródeł, które poświęcone są aktywności fizycznej i uprawianiu sportu w ogóle.
w/w są formą dokumentacji pracy ucznia

KRYTERIA OCENY UCZNIĄ

- odpowiedź ustna – podczas lekcji wideo;
- zadania w formie elektronicznej - praca pisemna – na bieżąco;
- karta pracy – na bieżąco;
- testy sprawnościowe , testy wiedzy o sporcie i przepisach gier zespołowych
- prezentacja multimedialna, album, quiz, plakat, referat , projekt, zdjęcie, filmik (zdjęcie i filmik za zgodą rodziców)
- Każda inicjatywa ucznia zostanie również nagrodzona pozytywną oceną.
- uczeń ma prawo do poprawy bieżących ocen po ustaleniu formy i terminu z nauczycielem

1. Za odsyłanie prac po terminie ustalonym z nauczycielem uczeń otrzymuje wpis do dziennika elektronicznego - brak zadania (bz) oraz punkty ujemne zgodnie ze szkolnym systemem oceniania zachowania.

2. Za nieodesłanie pracy uczeń otrzymuje wpis do librusa -brak zadania (bz)

3. Do oceny przyjmować się będzie systematyczność(uczeń wykazuje gotowość do podejmowania zadań, wykonuje je w wyznaczonym czasie, stosuje samokontrolę itp..), terminowość, wkład pracy, zaangażowanie w wykonywanie powierzonych zadań jak również aktywność ucznia(uczeń wykazuje inicjatywę i kreatywność w doborze ćwiczeń, wykonuje diagnozę sprawności fizycznej i motorycznej, wykonuje ćwiczenia programowane) , wiadomości (uczeń utrwała wiadomości z zakresu edukacji

zdrowotnej, zasad i przepisów gier, olimpizmu, historii sportu itp. Nieodsyłanie prac, skutkować będzie obniżeniem oceny śródrocznej i rocznej.

4. Oceny na bieżąco są wpisywane do dziennika elektronicznego i są one jawne zarówno dla ucznia, jak i jego rodziców (opiekunów prawnych). Ocenie nie podlegają wyniki uzyskane przez ucznia

5. Nauczyciel wystawia ocenę śródroczną lub roczną, biorąc pod uwagę oceny wcześniej uzyskane w trakcie trwania zajęć w szkole oraz bieżące oceny .

PRZEWIDYWANE SPRAWDZIANY Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO (UMIEJĘTNOŚCI RUCHOWE)

W KLASIE IV

I semestr

KOSZYKÓWA

- kozłowanie slalomem między tyczkami / pachołkami (ze zmianą ręki kozłującej)

(ocena 2 – 6. Uczeń otrzymuje ocenę w zależności od płynności pokonania slalomu)

- podanie piłki oburącz i jednorącz (w zależności od umiejętności klasy)

PIŁKA SIATKOWA

- postawa siatkarska oraz poprawnie technicznie wykonane odbicia sposobem górnym

(ocena 2 – 6. Uczeń otrzymuje ocenę w zależności od poprawności i techniki odbić piłki)

GIMNASTYKA

- leżenie przewrotne i przerzutne, lub przewrót w przód z przysiadu podpartego do przysiadu .

LEKKA ATLETYKA

- bieg na 60 m
- bieg na 300 m
- bieg na 600 m
- rzut piłeczką palantową (technika rzutu)
- skok wzwyż (technika skoku)

II semestr

KOSZYKÓWKA

- Rzut do kosza znad głowy z wyznaczonego przez nauczyciela miejsca
(ocena od 2 – 6 w zależności od techniki wykonania i celności)

PIŁKA SIATKOWA

- Odbicia piłki sposobem dolnym
(ocena od 2 – 6 w zależności od techniki wykonania)

LEKKA ATLETYKA

- bieg na 60 m
- bieg na 300 m
- bieg na 600 m
- rzut piłeczką palantową (technika rzutu)
- skok wzwyż (technika skoku)

PRZEWIDYWANE SPRAWDZIANY Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO (umiejętności ruchowe)

W KLASIE V - VI

I semestr

LEKKA ATLETYKA

- bieg na 60 m
- bieg na 300 m
- bieg na 600 m
- rzut piłeczką palantową (technika rzutu)
- skok wzwyż (technika skoku)

KOSZYKÓWKA

Dwutakt z biegu po kozłowaniu z prawej strony zakończony rzutem do kosza:

klasa V

- 8 dw. + 3 trafienia – cel.
- 6 dw. + 2 trafienia – bdb.
- 5 dw. + 1 trafienia – db.
- 3 dw.+ 0 tr. – dst.

klasa VI

- 10 dw. + 3 trafienia – cel.
- 8 dw. + 3 trafienia – bdb.
- 6 dw. + 2 trafienia – db.
- 4 dw.+ 0 tr. – dst.

(Ocena 2 – 6, ocenie podlega równocześnie technika wykonania ćwiczenia. Jeżeli dwutakt jest źle wykonany technicznie trafienie do kosza nie jest brane pod uwagę).

PIŁKA SIATKOWA

Odbicia piłki sposobem górnym i dolnym indywidualnie lub w parach (w zależności od umiejętności klasy)

(ocena 2 – 6 w zależności od techniki wykonania)

GIMNASTYKA

Przewrót w przód, przewrót w tył, stanie na rękach, zwis przerzutny przy drabinkach. Nauczyciel dostosowuje sprawdziany do indywidualnych możliwości ucznia.

KOSZYKÓWKA

Dwutakt z biegu po kozłowaniu z prawej strony zakończony rzutem do kosza:

klasa V

- 8 dw. + 3 trafienia – cel.
- 6 dw. + 2 trafienia – bdb.
- 5 dw. + 1 trafienia – db.
- 3 dw.+ 0 tr. – dst.

klasa VI

- 10 dw. + 3 trafienia – cel.
- 8 dw. + 3 trafienia – bdb.
- 6 dw. + 2 trafienia – db.
- 4 dw.+ 0 tr. – dst.

(Ocena 2 – 6, ocenie podlega równocześnie technika wykonania ćwiczenia. Jeżeli dwutakt jest źle wykonany technicznie trafienie do kosza nie jest brane pod uwagę).

PIŁKA SIATKOWA

Zagrywka sposobem górnym lub dolnym – skierowana na boisko przeciwnika.

(ocena 2 – 6 w zależności od techniki i poprawności wykonania ćwiczenia)

GIMNASTYKA

Uczeń wykonuje układ ćwiczeń wolnych wybranych przez siebie:

- Przewrót w przód z naskoku, z odbicia obunóż.
- Przewrót w przód ze stania do stania,
- Leżenie przewrotne i przerzutne,
- Stanie na rękach

Nauczyciel dostosowuje sprawdziany do indywidualnych możliwości ucznia.

PRZEWIDYWANE SPRAWDZIANY Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO W KLASIE VII-VIII (umiejętności ruchowe)

Cały Rok szkolny

LEKKA ATLETYKA

- bieg na 60 m
- bieg na 300 m
- bieg na 800 m dz, 1000m chł
- rzut piłeczką palantową (technika rzutu)
- skok wzwyż (technika skoku)

KOSZYKÓWKA

Uczeń wykonuje tor przygotowany przez nauczyciela. Rozpoczyna kozłowanie slalomem z lewej strony sali zakończony dwutaktem z lewej strony kosza, po rzucie zbiera piłkę i wykonuje podanie do osoby stojącej w prawym rogu sali. Po podaniu obiega tyczkę ustawioną na linii środkowej boiska, biegnie w kierunku kosza i wykonuje dwutakt po podaniu od osoby z piłką (bez kozłowania). Po rzucie zbiera piłkę i kozłuje ją za pachółkiem przy linii rzutów wolnych. Wykonuje zatrzymanie na 1 lub 2 tempa i rzut do kosza z wyskoku

(Ocena od 2 – 6 w zależności od płynności wykonania ćwiczenia i celności rzutów)

PIŁKA SIATKOWA

Zagrywka sposobem górnym – skierowana w określone przez nauczyciela miejsce na boisko przeciwnika.

(ocena 2 – 6 w zależności od techniki i poprawności wykonania ćwiczenia)

GIMNASTYKA

-Skok przez kozła- Klasa VII

(ocena 2 – 6 w zależności od techniki wykonania)

-Skok przez skrzynię- Klasa VIII

-Stanie na głowie - Klasa VII, VIII

(ocena 2 – 6 w zależności od techniki wykonania)

-Stanie na rękach z pozycji stojącej przy drabinkach- Klasa VII - VIII

Nauczyciel dostosowuje sprawdziany do indywidualnych możliwości ucznia.

Uczeń, który mimo braków umiejętności, podejździe do sprawdzianu, otrzyma minimum ocenę dopuszczającą.

opracowali nauczyciele w-f

1. Beata Ostasz

2. Dorota Kryjom

3.Piotr Prokurat

4.Mariusz Sobolewski

5.Tomasz Gromalski