

**WYMAGANIA EDUKACYJNE I KRYTERIA OCENIANIA
Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO I ZDROWOTNEGO
DLA KLASY DRUGIEJ- rok szkolny 2014/2015**

Ocena z wychowania fizycznego i zdrowotnego powinna być wypadkową w odniesieniu do:

- wysiłku ucznia wkładanego w usprawnianie się i wywiązanie z podejmowanych zadań.
- postępu ucznia , czyli poziomu zmian w stosunku do diagnozy początkowej i jego psychofizycznych predyspozycji oraz możliwości,
- postawy , czyli stosunku do partnera , przeciwnika, zaangażowania w przebieg zajęć, stosunku do własnej aktywności,
- rezultatu, czyli informacji o osiągniętych wynikach , dokładności wykonywanych zadań, poziomu zdobytej wiedzy z zakresu wychowania zdrowotnego.

Właściwie pojęta kontrola i ocena procesu wychowania fizycznego i zdrowotnego powinna służyć:

- rozpoznawaniu poziomu rozwoju psychomotorycznego uczniów,
- wdrażaniu uczniów do systematycznej pracy, samokontroli i samooceny własnych umiejętności ruchowych, sprawności fizycznej, rozwoju fizycznego, wiedzy z zakresu kultury fizycznej, zdrowotnej , zachowań i postaw,
- zainteresowaniu uczniów aktywnością ruchową,
- obiektywnemu pomiarowi osiągnięć uczniów,
- zwiększeniu zainteresowania rodziców problemem zdrowia, stanu rozwoju fizycznego własnych dzieci.

WYMAGANIA EDUKACYJNE WYNIKAJĄCE Z PROGRAMU NAUCZANIA

Wymagania edukacyjne – kryteria określające, jakie są warunki uzyskania przez ucznia określonej oceny z wychowania fizycznego:

1. Stopień rozwoju umiejętności ruchowych.
2. Poziom i zakres wiedzy z kultury fizycznej oraz umiejętność wykorzystania jej:
 - rola i wpływ aktywności ruchowej na organizm człowieka, jego zdrowie, higienę życia,
 - umiejętność samodzielnej kontroli, samooceny i działania na rzecz rozwoju fizycznego,
 - wiadomości ogólne z zakresu kultury fizycznej,
 - kultura uczestników walki sportowej i widzów oraz historia kultury fizycznej,
 - formy aktywności ruchowej, przepisy, rozgrywanie zawodów sportowych.
3. Postęp w rozwoju sprawności ruchowej.

4. Zachowania dotyczące stosunku ucznia do zadań edukacyjnych i zdrowotnych:

- postawa ucznia dotycząca zachowań prozdrowotnych,
- udział ucznia w różnorodnych zajęciach z zakresu promocji zdrowia.
- rozumienie potrzeby zdrowego stylu życia.

5. Aktywność fizyczna, praca, wypoczynek, żywienie, dbałość o ciało, choroby cywilizacyjne oraz rozwój fizyczny w okresie dojrzewania.

I. KRYTERIA OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Ocena celująca – „6” Uczeń:

- spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą,
- jego umiejętności wykraczają poza program nauczania,
- aktywnie i chętnie uczestniczy w życiu sportowym szkoły i zajęciach pozaszkolnych,
- jest reprezentantem szkoły w zawodach sportowych,
- rozumie, zna oraz świadomie i systematycznie stosuje zasady zdrowego stylu życia,
- jest wzorem na zajęciach wychowania fizycznego, w szkole i w środowisku.

Ocena bardzo dobra – „5”

Uczeń:

- aktywnie i systematycznie uczestniczy w zajęciach,
- całkowicie opanował materiał programowy,
- posiada bardzo wysoką sprawność fizyczną i wykazuje duże postępy w usprawnianiu, - zadania i ćwiczenia wykonuje pewnie, dokładnie, właściwą techniką zgodną z nauczaniem, wykazuje dużą samodzielność i pomysłowość podczas zajęć,
- potrafi dokonać samooceny różnymi próbami i testami,
- jego zaangażowanie i stosunek do przedmiotu nie budzą żadnych zastrzeżeń, a swoją postawą zachęca innych do udziału w aktywności ruchowej, - bierze aktywny udział w zajęciach pozalekcyjnych,
- posiada duży zakres wiadomości z kultury fizycznej i umiejętnie je stosuje,
- zna zasady zdrowego stylu życia. **Ocena dobra – „4”**

Uczeń:

- jest obecny na zajęciach, a nieobecności ma usprawiedliwione,
- sprawność motoryczną utrzymuje na względnie stałym poziomie,
- opanował prawie cały materiał programowy,

- podejmuje próby oceny własnej sprawności fizycznej i umiejętności,
- zadania i ćwiczenia wykonuje z małymi błędami,
- posiada wiadomości, które potrafi wykorzystać w praktyce, ale z pomocą nauczyciela,
- jego postawa i stosunek do przedmiotu nie budzą większych zastrzeżeń,
- ma motywację do pracy nad usprawnianiem i rozumie potrzebę zdrowego stylu życia. **Ocena dostateczna – „3”**

Uczeń:

- opuszcza zajęcia sporadycznie ,
- dysponuje przeciętną sprawnością fizyczną, która wykazuje niewielki spadek lub utrzymuje się na tym samym poziomie,
- zadania i ćwiczenia wykonuje niepewnie i z dużymi błędami, ćwiczy niechętnie,
- posiada mały zakres wiedzy, której nie potrafi wykorzystać praktycznie,
- potrafi (wybiórczo)dokonać samooceny sprawności fizycznej i umiejętności ruchowych ,
- wykazuje brak nawyków higienicznych,

Ocena dopuszczająca – „2” Uczeń:

- w zajęciach uczestniczy niesystematycznie, bywa nieobecny bez usprawiedliwienia,
- strój sportowy nosi sporadycznie i ma lekceważący stosunek do przedmiotu,
- posiada bardzo niską sprawność motoryczną i nie wykazuje chęci usprawnienia,
- wykonuje jedynie najprostsze ćwiczenia, ale niechętnie i z dużymi błędami,
- opanował materiał programowy w niewielkim stopniu i ma duże braki,
- zna zdrowy styl życia ale go nie stosuje , celowo unika zajęć z wychowania zdrowotnego.

Ocena niedostateczna – „1”

Uczeń:

- ma lekceważący stosunek do przedmiotu, nauczyciela, kolegów,
- w zajęciach uczestniczy wybiórczo i jest nieprzygotowany (brak stroju)
- swoją postawą negatywnie wpływa na klasę
- nie reaguje na polecenia i prośby nauczyciela
- nie chce wykonywać żadnych ćwiczeń, prób i testów pomimo prawidłowego rozwoju psychofizycznego i motywacji nauczyciela,
- nie wykazuje postępów w usprawnianiu.

II. SZCEGÓŁOWE KRYTERIA OCENIANIA.

1. Ocena za umiejętności:

Celująca (6) – spełnia warunki na ocenę „5”. Pomaga kolegom, potrafi asekurować oraz zachęca innych do ćwiczeń. Potrafi wykonywać elementy wykraczające poza podstawowe umiejętności nauczania objęte programem.

Bardzo dobra (5) – uczeń wykonuje ćwiczenia samodzielnie, bez błędów technicznych w odpowiednim tempie, dokładnie i pewnie. Wykazuje gotowość do podejmowania działań indywidualnych i zespołowych z wychowania fizycznego.

Dobra (4) – uczeń wykonuje ćwiczenia samodzielnie, prawidłowo, lecz nie dość dokładnie i pewnie, z małymi błędami technicznymi. Wykazuje się przeciętnym zaangażowaniem w działaniach z zakresu wychowania fizycznego.

Dostateczna (3) – uczeń wykonuje ćwiczenia niepewnie, z dużymi błędami technicznymi, z małą płynnością, wymaga pomocy nauczyciela. Brak zaangażowania w działania z zakresu zajęć fizycznych.

Dopuszczająca (2) – ćwiczenie wykonywane bardzo niechętnie, z dużymi błędami technicznymi, uczeń wymaga ciągłej pomocy i korekty ze strony nauczyciela. W czasie lekcji, na których nauczano i doskonalono dane ćwiczenie, nie wykazywał zaangażowania i wysiłku w jego nauczanie.

Niedostateczna (1) – uczeń przystępując do sprawdzianu nie powinien otrzymać takiej oceny, ponieważ wszystkie działania nauczyciela winny mobilizować ucznia. Ocenę „1” stawiamy wówczas, gdy uczeń pomimo prawidłowego rozwoju psychofizycznego i motywacji, zachęty ze strony nauczyciela nie chce przystąpić do sprawdzianu lub w trakcie zadania przerywa wykonywanie, nie chcąc go dalej kontynuować lub ponowić.

2. Ocena za postęp w sprawności fizycznej:

Cechy motoryczne podlegające ocenie:

- siła,
- szybkość,
- skoczność, - gibkość.

Ocena celująca (6) – wybitna poprawa wyniku lub utrzymanie wyniku na poziomie pozwalającym na udział w zawodach.

Ocena bardzo dobra (5) – uczeń uzyskuje wynik lepszy od osiągniętego wcześniej lub podtrzymuje wysoki wynik.

Ocena dobra (4) – uczeń jest zaangażowany w wykonanie zadania, jednak uzyskuje wynik na poziomie poprzednim lub nieznacznie osiąga wynik lepszy w jednej z prób testowych. **Ocena**

dostateczna (3) – uczeń utrzymuje wynik na poziomie kontrolnym.

Ocena dopuszczająca (2) – uczeń uzyskuje wynik słabszy od poprzedniego, spowodowany lekceważącym podejściem do sprawdzianu, bez zaangażowania i wysiłku.

Ocena niedostateczna (1) – uczeń przystępujący do sprawdzianu nie otrzymuje oceny niedostatecznej. Uczeń może jednak otrzymać ocenę „1” w przypadku odmowy wykonania

zadania pomimo motywacji ze strony nauczyciela i prawidłowego rozwoju psychofizycznego lub w trakcie zadania przerywa jego wykonywanie, nie chcąc go kontynuować lub ponowić.

3. Ocena za wiadomości.

Ocena celująca (6) – uczeń posiada wiadomości ponadprogramowe z zakresu kultury fizycznej oraz wykorzystuje je w praktyce.

Ocena bardzo dobra (5) – uczeń posiada bardzo dużą wiedzę z zakresu kultury fizycznej oraz stosuje ją w praktyce.

Ocena dobra (4) – uczeń posiada podstawowe wiadomości z zakresu kultury fizycznej oraz umie wykorzystać je w praktyce z pomocą nauczyciela.

Ocena dostateczna (3) – uczeń posiada braki w wiadomościach z zakresu kultury fizycznej, a posiadanej wiedzy nie potrafi wykorzystać w praktyce.

Ocena dopuszczająca (2) – uczeń posiada znikome wiadomości z zakresu kultury fizycznej.

Ocena niedostateczna (1) – uczeń charakteryzuje się niewiedzą z zakresu kultury fizycznej, a w ciągu roku nie podejmuje żadnych działań w celu jej zdobycia.

4. Ocena za frekwencję i gotowość do zajęć.

Uczeń ma prawo do trzech nie przygotowań (brak stroju) w ciągu semestru. Każdy następny brak stroju skutkuje oceną niedostateczną. Za nieprzygotowanie uważa się brak odpowiedniego stroju zgodnie z regulaminem sali gimnastycznej tj. koszulka + spodenki lub dres sportowy i odpowiednie, zmienione, czyste obuwie sportowe na miękkiej podszewie.

Aktywność i systematyczny udział na zajęciach w systemie klasowo- lekcyjnym w ramach lekcji wychowania fizycznego będzie podlegał dodatkowej punktowej ocenie:

-2 punkty otrzymuje uczeń za udział w lekcji, uczeń jest przebrany, ćwiczy i bierze aktywny udział w lekcji, oraz uczeń, który zgłosił regulaminowy brak stroju,

-1 punkt otrzymuje uczeń niećwiczący (zwolnienie rodziców, zwolnienie Pani higienistki szkolnej, inny usprawiedliwiony powód niećwiczenia), pomagający nauczycielowi przy przygotowaniu sprzętu sportowego, reagujący na polecenia nauczyciela; uczeń ćwiczący, ale nieprzestrzegający obowiązujących na lekcjach zasad (brak zaangażowania w lekcje, nie wykonywanie poleceń nauczyciela, nie przestrzeganie zasad bezpieczeństwa),

-0 punktów otrzymuje uczeń, który zwolnił się do domu z ostatniej lekcji, a był to w f oraz uczeń, który nie ćwiczy zgłaszając trzeci lub kolejny brak stroju.

W przypadku gdy uczeń posiada zwolnienie lekarskie w danym miesiącu, należy uzyskaną liczbę punktów podzielić przez liczbę lekcji nie biorąc pod uwagę lekcji, które obejmuje zwolnienie lekarskie- zmniejszamy liczbę lekcji maksymalnych. W innych zaistniałych przypadkach, których nie jesteśmy w stanie przewidzieć pisząc program, decyzję podejmuje nauczyciel uczący po wcześniejszej rozmowie z uczniem.

Nauczyciel uczący w danej klasie dokonuje podsumowania punktów raz w miesiącu, a następnie punkty są przeliczane na procent. Suma punktów przez ilość lekcji w danym miesiącu.

powyżej 90% bardzo dobry

80%-89% + dobry

70%-79% dobry

60%- 69% + dostateczny

40%-59% dostateczny

30%-39% dopuszczający

29% i mniej niedostateczny

5. Ocena za udział w zawodach sportowych.

Uczeń ma możliwość uzyskania ocen cząstkowych za uczestnictwo w zawodach sportowych.

Ocenę wystawia się po zakończeniu cyklu rozgrywek z danej dyscypliny.

SPOSOBY OCENIANIA

Ogólne zalecenia wystawiania ocen:

1. Uczniowie powinni znać kryteria oceniania.
2. Ocenianie uczniów jest systematyczne.
3. Nauczyciele stosują pełną skalę ocen od „1” do „6”.
4. Każdej ocenie powinien towarzyszyć komentarz słowny.
5. Ocenianie powinno wskazywać uczniom mocne i słabe strony ich pracy.
6. Przy pracy grupowej wszyscy członkowie oceniani są jednakowo.
7. Rodzice są informowani o postępach i ocenach swoich dzieci.
8. Ocena powinna motywować ucznia do dalszej pracy i samodoskonalenia.

Umiejętności.

Nauczyciel wystawiając ocenę za wybrane ćwiczenie powinien wziąć pod uwagę:

- poprawność wykonywania elementu technicznego,
- indywidualny postęp osiągnięć uczniów w opanowaniu danego elementu, - możliwości ucznia i wkład jego pracy.

Każdy uczeń ma prawo do dwóch prób podczas oceniania w zależności od trudności elementu technicznego. Oceniana jest zawsze próba lepsza.

Sposoby sprawdzania osiągnięć:

- sprawdzian umiejętności technicznych z danej dyscypliny,

- zadania kontrolno – oceniające,
- obserwacja ucznia,
- testy sprawności ogólnej.

Sprawność fizyczna.

Uczeń po przeprowadzonych próbach powinien umieć dokonać samooceny swojej sprawności i porównać wyniki z przyjętymi normami.

Wiadomości.

Wiadomości ucznia oceniamy na bieżąco w trakcie realizacji określonych zadań:

- sędziowanie,
- prowadzenie rozgrzewki,
- rozmowa, obserwacja,
- wykonanie gazetki, plakatów o tematyce sportowej.

Postawa ucznia wobec kultury fizycznej:

- aktywność,
- frekwencja,
- udział w zawodach i działaniach zdrowotnych,
- udział ucznia w innych formach kultury fizycznej poza szkołą.

Samokontrola i samoocena.

Nauczyciel w ciągu całego roku wdraża uczniów do samokontroli i samooceny. Samokontrola i samoocena ucznia obejmuje:

- poziom wiedzy z zakresu kultury fizycznej, zmiana postaw i nawyków.