Wymagania ogólne na lekcjach wychowania fizycznego

Obowiązki ucznia na lekcjach wychowania fizycznego:

–przynoszenie stroju sportowego ( biała koszulka, granatowe lub czarne spodenki sportowe lub dres i obuwie sportowe na jasnej podeszwie) i przebranie się przed lekcją wf, higiena ciała i stroju

–aktywne uczestniczenie w lekcji

-terminowe przystępowanie do sprawdzianów, w razie nieobecności zaliczenie sprawdzianu w ciągu dwóch tygodni od powrotu do szkoły

–dostarczenie zwolnienia lekarskiego od lekarza specjalisty do końca września, w przypadku stałej niedyspozycji zdrowotnej (decyzję o zwolnieniu ucznia podejmuje dyrektor szkoły)

–dostarczenie zwolnienia lekarskiego od lekarza specjalisty do końca września, z wybranych ćwiczeń do nauczyciela wf

–przestrzeganie regulaminu korzystania z obiektów, przyrządów i przyborów

sportowych (używanie sprzętu zgodnie z przeznaczeniem, za zniszczony sprzęt odpowiada uczeń)

–przestrzeganie zasad BHP, fair play, zdyscyplinowanie, współpraca z grupą

–wykonywanie poleceń nauczyciela

–zakaz wnoszenia i korzystania z komórek i innych urządzeń (np. mp3) na lekcje wf

Kryteria oceny ucznia:

Postawa ucznia:

1.

Aktywność i zaangażowanie ucznia w procesie rozwijania własnej sprawności w

czasie lekcji.

Nauczyciel może również nagradzać ucznia za aktywną postawę na lekcji ocenami.

Nauczyciel może upomnieć ucznia minusem (oceną, uwagą) za negatywny stosunek do ćwiczeń nadanej lekcji, złe zachowanie, brak poszanowania sprzętu.

2.Jeżeli uczeń na lekcji kontrolnej nie ma stroju lub jest nieobecny musi uzupełnić sprawdzian

na najbliższej lekcji wf, lub w terminie wyznaczonym przez nauczyciela.

3. Aktywność pozalekcyjna

–Uczeń może być gratyfikowany oceną bardzo dobrą lub celującą za udział w

zajęciach pozalekcyjnych i reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych,

4. Umiejętności z zakresu programu nauczania

Ocenie podlegają:

1.umiejętności z zakresu programu nauczania

–technika wykonywania ćwiczeń z gimnastyki

–wybrane elementy gier zespołowych, lekkiej atletyki

–sprawność ogólna

2.

Poziom cech motorycznych

–sprawdziany: siły, szybkości, wytrzymałości, skoczności

3.

Wiedza z zakresu programu nauczania

–przepisy zespołowych gier sportowych

–przepisy bhp na lekcjach wf

–znajomość zasad fair play

–elementy higieny człowieka (związane z wf)

–prawidłowa terminologia w określaniu nazw przyrządów, przyborów

oraz ćwiczeń

KRYTERIA OCENY UCZNIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Celująca

Uczeń:

•spełnia wszystkie wymagania przynajmniej na ocenę bardzo dobrą (5)

•jego poziom opanowania umiejętności technicznych znacznie przewyższa wymagania

•regularnie bierze udział w lekcjach wychowania fizycznego, jest aktywny podczas lekcji, chętnie i z zaangażowaniem wykonuje powierzone mu zadania

•aktywnie uczestniczy w życiu sportowym na terenie szkoły lub też w innych formach działalności związanych z kulturą fizyczną

•godnie reprezentuje szkołę w zawodach sportowych

Bardzo dobra

Uczeń:

•zawsze posiada właściwy strój, dostosowany do wymogów lekcji wf i ustaleń nauczyciela

•regularnie bierze udział w lekcjach wychowania fizycznego, jest aktywny podczas lekcji, chętnie i z zaangażowaniem wykonuje powierzone mu zadania

•posiada prawidłowe nawyki higieniczno - zdrowotne

•szanuje i dba o szkolny sprzęt sportowy i potrafi wykorzystywać go zgodnie z

przeznaczeniem

•wykazuje się bardzo dobrą znajomością przepisów gier sportowych i umiejętnością pomocy przy ich organizacji

•całkowicie opanował materiał programowy

•jest bardzo sprawny fizycznie

•ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, pewnie, w odpowiednim tempie i dokładnie,

•bierze aktywny udział w zajęciach SKS i zawodach sportowych,

•przestrzega zawsze zasad BHP i „fair play”

Dobra

Uczeń:

•w dobrym stopniu 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

•szanuje i dba o sprzęt sportowy

•zawsze posiada właściwy strój na lekcji

•nie bierze udziału lub sporadycznie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych

Dostateczna

Uczeń:

•opanował materiał programowy na przeciętnym poziomie ze

znacznymi lukami

•dysponuje przeciętną sprawnością motoryczną

•ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie i z większymi błędami

technicznymi

•wykazuje małe postępy w usprawnieniu motorycznym

•przejawia pewne braki w zakresie wychowania społecznego, w postawie i stosunku do kultury fizycznej; jest mało zdyscyplinowany

•często nie posiada właściwego ubioru na lekcji

•nie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych

Dopuszczająca

Uczeń:

•nie opanował w dostatecznym stopniu materiału programowego

•jest mało sprawny fizycznie

•ćwiczenia wykonuje niechętnie, z dużymi błędami technicznymi

•wykazuje bardzo małe postępy w usprawnianiu

•ma niechętny stosunek do ćwiczeń

•nie uczestniczy w żadnych dodatkowych formach aktywności ruchowej w szkole

•bardzo często nie posiada właściwego ubioru na lekcji

Niedostateczna

Uczeń:

•w stopniu minimalnym opanował program

nauczania wf

•wykazuje niską sprawność motoryczną

•ma lekceważący stosunek do zajęć i nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu

•nie uczestniczy w żadnych formach aktywności ruchowej w szkole

•regularnie nie posiada właściwego ubioru na lekcji

•stosunek ucznia do kultury fizycznej i jego postawa społeczna są negatywne