

WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO KLASA IV

OBSZARY PODLEGAJĄCE OCENIE

Systematyczność - Systematyczne uczestniczenie w zajęciach jest ważnym elementem realizacji procesu wychowania fizycznego. Udział w zajęciach ma wdrażać ucznia do systematycznego podejmowania aktywności fizycznej w życiu codziennym. Dopuszczalny jest niewielki procent nieobecności z powodów losowych. Uczeń na każdej lekcji powinien mieć odnotowywane, czy w niej czynnie uczestniczy, czy posiada odpowiedni strój. Zaznaczane są również zwolnienia od rodzica lub lekarza oraz nieobecności. Każdy przypadek braku stroju sportowego lub braku odpowiedniego obuwia, spóźnienia i ucieczki nauczyciel zaznacza w swoim zeszycie.

Aktywność na lekcji - Aktywność ucznia na zajęciach wychowania fizycznego zaznaczana jest przy pomocy znaków (+) i (-). Każdy uczeń, który na danej lekcji nie otrzymał minusa, otrzymuje plus. Plusy uczniowie otrzymują za przejawy zaangażowania, stosunek do przedmiotu, wykonywanie ćwiczeń w sposób zbliżony do swoich maksymalnych możliwości, aktywny udział w zajęciach, pełnienie funkcji kapitana zespołu czy sędziego, stosowanie zabiegów higienicznych, dbanie o bezpieczeństwo swoje i innych, przestrzeganie regulaminów, zasad bhp, zasad czystej gry, poszanowanie mienia szkolnego, obowiązkowość, sumienność, zdyscyplinowanie i życzliwy stosunek do innych. Minusy uczniowie otrzymują za niechętny i negatywny stosunek do zajęć z uwzględnieniem wyżej wymienionych elementów.

Wiedza i umiejętności - Przy wiedzy i umiejętnościach ruchowych oceniana jest technika wykonania elementów gier zespołowych, gimnastycznych, tanecznych i innych. Brane są pod uwagę również inne umiejętności niż ruchowe, np. prowadzenia rozgrzewki, sędziowania, organizacji zawodów, imprez itp. W tym obszarze ocenie polegać będzie również praktyczne stosowanie wiedzy.

Aktywność dodatkowa uwzględnia reprezentowanie szkoły w zawodach międzyszkolnych, uczestnictwo w zajęciach pozalekcyjnych lub pozaszkolnych potwierdzonych zaświadczeniem oraz udział ucznia w organizacji imprez szkolnych o charakterze rekreacyjnym, prowadzeniu kroniki, gazetki, strony WWW itp.

Kryteria oceny z wychowania fizycznego z poszczególnych obszarów:

1. Systematyczność – jedna ocena w miesiącu.
2. Aktywność na lekcji – jedna podsumowująca ocena w miesiącu.
3. Wiedza i umiejętności – zgodnie z ustaleniami z uczniami po ocenie poziomu umiejętności grupy.
4. Aktywność dodatkowa – ilość uzależniona od podejmowanych aktywności.

Ocena śródroczna lub roczna jest wypadkową oceną z tych trzech lub czterech obszarów.

Poniżej PZO w ujęciu tabelarycznym:

***WYMAGANIA EDUKACYJNE W ZAKRESIE WIEDZY**

Uczeń:

1. rozpoznaje wybrane zdolności motoryczne człowieka;
2. rozróżnia pojęcie tętna spoczynkowego i powysiłkowego;
3. wymienia cechy prawidłowej postawy ciała.
4. opisuje sposób wykonywania poznawanych umiejętności ruchowych;
5. opisuje zasady wybranej regionalnej zabawy lub gry ruchowej;
6. rozróżnia pojęcia technika i taktyka;
7. wymienia miejsca, obiekty i urządzenia w najbliższej okolicy, które można wykorzystać do aktywności fizycznej;
8. wyjaśnia co symbolizują flaga i znicz olimpijski, rozróżnia pojęcia olimpiada i igrzyska olimpijskie.
9. zna regulamin sali gimnastycznej i boiska sportowego;
10. opisuje zasady bezpiecznego poruszania się po boisku;
11. wymienia osoby, do których należy zwrócić się o pomoc w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia.
12. opisuje jakie znaczenie ma aktywność fizyczna dla zdrowia;
13. opisuje piramidę żywienia i aktywności fizycznej;
14. opisuje zasady zdrowego odżywiania;
15. opisuje zasady doboru stroju do warunków atmosferycznych w trakcie zajęć ruchowych.

***WYMAGANIA - INDYWIDUALNE UMIEJĘTNOŚCI RUCHOWE UCZNIA**

Ocena za umiejętności ruchowe wystawiana jest po zrealizowaniu odpowiedniego etapu nauczania. Kontroli i ocenie będą podlegać umiejętności z następujących grup:

- technika i taktyka wykonania poszczególnych elementów nauczanych dyscyplin i konkurencji z gier zespołowych, gimnastyki, lekkoatletyki,
- podczas wykonywania elementów technicznych oceniane będą : estetyka, płynność , tempo i poprawność wykonania danego ćwiczenia/zadania.

Ocenie mogą podlegać umiejętności z dyscyplin sportowych:

piłki nożnej - prowadzenie piłki nogą, strzał do bramki
koszykówki - kozłowanie piłki w miejscu i ruchu
siatkówki - odbicie piłki oburącz sposobem górnym
piłki ręcznej – rzut piłki jednorącz z miejsca
lekkoatletyki – bieg krótki ze startu wysokiego
gimnastyki - przewrót w przód