

KRYTERIA OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO DLA KLAS I-III

1. Określenie przedmiotu oceny.

- Wiadomości-przepisy wybranych zabaw i gier rekreacyjnych oraz mini gier zespołowych, znajomość przeznaczenia podstawowego sprzętu sportowego, zasady bezpieczeństwa zabaw na śniegu, lodzie i wodzie nawyki higieniczne. Umiejętność współpracy w grupie świadomość potrzeby aktywności fizycznej i rozwoju.
- Umiejętności-wybrane elementy gier zespołowych, lekkiej atletyki, gimnastyki oraz łyżwiarstwa, saneczkarstwa, gier uzupełniających; w poszczególnych grupach wiekowych badanie wybranych cech motorycznych poprzez sprawdziany według rozkładu materiału.
- Motoryka-pomiary cech motorycznych z uwzględnieniem progresji wyników.
- Postawa wobec kultury fizycznej i zdrowego ciała-aktywność na zajęciach, zasady higieny, stosunek do nauczyciela i rówieśników, poszanowanie mienia szkolnego, prace społeczne na rzecz szkoły, kultura osobista w czasie przerw i zajęć, gotowość do zajęć, bieżąca ocena postaw ucznia według przyjętych kryteriów:
 - Długoterminowe zwolnienia lekarskie-nauczyciel może zwolnić ucznia z zajęć lekcyjnych w przypadku pierwszej bądź ostatniej godziny po pisemnym oświadczeniu rodzica o wyrażeniu zgody.
 - Jeżeli uczeń nie uczestniczy w zajęciach powyżej 30% (zajęcia usprawiedliwione) może uzyskać za dany semestr najwyżej ocenę dobrą.
 - Uczeń może bez podania przyczyny dwa razy nie brać udziału w zajęciach lekcyjnych.

ZAKRES SPRAWDZIANÓW DLA CHŁOPCÓW W GIMNAZJUM

Sprawdzian z zakresu motoryczności zawiera próby:

- Szybkości.
- Wytrzymałości.
- Skoczności.
- Siły.
- Umiejętności techniczne z poszczególnych gier zespołowych i gimnastyki

Podczas sprawdzianów będzie uwzględniana przede wszystkim technika poszczególnych konkurencji oraz wynik pomiaru.

Konkurencje dla chłopców:

- Bieg na dystansie 60 m (szybkość).
- Bieg na dystansie 1000 m (wytrzymałość).
- Skok w dal (skoczność).
- Rzut piłką lekarską w tył przez głowę (siła).
- Sprawdziany z poszczególnych gier zespołowych i gimnastyki

UMIEJĘTNOŚCI BRANE POD UWAGĘ PRZY OCENIANIU UCZNIÓW

KOSZYKÓWKA

Klasa I gimnazjum

I semestr

- Podania i chwytaki piłki po kozłowaniu.
- Prowadzenie piłki w dwójkach.
- Obrona "Každy Swego".
- Zwód rękami i piłką.
- Rzut piłką do kosza z biegu z podania partnera (dwutakt).

II semestr

- Podania jednoręcz kozłem w miejscu i ruchu.
- Prowadzenie piłki w trójkach.
- Obrona stref.
- Zastosowanie zwodu rękami i piłką w grze.
- Podstawowe przepisy koszykówki.

Klasa II gimnazjum

- Podania i chwytaki piłki po kozłowaniu.
- Prowadzenie piłki w dwójkach.
- Obrona "Každy Swego".
- Zwód rękami i piłką.
- Rzut piłką do kosza z biegu z podania partnera (dwutakt).

- Podania jednoręcz kozłem w miejscu i ruchu.
- Prowadzenie piłki w trójkach.
- Obrona stref.
- Zastosowanie zwodu rękami i piłką w grze.
- Podstawowe przepisy koszykówki.

- Obrona kombinowana.
- Rzut za 3 pkt.
- Kontratak.
- Przepisy gry w koszykówkę.

Klasa III gimnazjum

- Gra bez kozła.
- Atak 2x1 i 3x2.
- Zwód pojedynczy i podwójny.
- Zbiórka piłki po rzucie.

- Zasłony.
- Zastawianie.
- Atak pojedynczy.
- Doskonalenie poznanych elementów.

- Gra rozgrywającego.
- Gra centra.
- Gra skrzydłowego.
- Ataki kombinacyjne.

PIŁKA SIATKOWA

Klasa I gimnazjum

I semestr

- Odbicia piłki sposobem oburącz górnym i dolnym
- Odbicia piłki w postawie górnej i dolnej w wyznaczonym obwodzie
- Wystawienie i zbitcie piłki nad siatką
- Obrona przez zestawienie pojedyncze
- Rozegranie piłki w trójkach oraz gra właściwa

II semestr

- Zagrywki (różne sposoby) - ocenianie na dokładność zagrania
- "Kiwnięcie" rąk blokujących
- Organizacja gry i sędziowanie
- Gra właściwa

Klasa II gimnazjum

- Odbicia piłki sposobem oburącz górnym i dolnym
- Odbicia piłki w postawie górnej i dolnej w wyznaczonym obwodzie
- Wystawienie i zbitcie piłki nad siatką
- Obrona przez zestawienie pojedyncze
- Rozegranie piłki w trójkach oraz gra właściwa

- Zagrywki (różne sposoby) - ocenianie na dokładność zagrania
- "Kiwnięcie" rąk blokujących
- Organizacja gry i sędziowanie
- Gra właściwa

- Kierowanie piłki na wolne pole
- Gra w obronie
- Zastawienie podwójne

Klasa III gimnazjum

- Gra w opłu obrony
- Wymiana pozycji
- Przepisy i sędziowanie

- Zagrywka tenisowa w wyskoku
- Wystawianie bokiem i tyłem
- Gra właściwa
- Przepisy gry

- Zbitcie z piłki krótkiej.
- Gra libero.
- Gra właściwa.

PIŁKA NOŻNA

Klasa I gimnazjum

I semestr

- Prowadzenie piłki w parach (podania wewnętrzną częścią stopy)
- Prowadzenie piłki slalomem zakończone strzałem na bramkę podbiciem prostym
- Gra szkolna

II semestr

- Prowadzenie piłki w trojkach ze zmianą miejsc od piłki i za piłką
- Przyjęcie piłki udem i wewnętrzną częścią stopy
- Strzały na bramkę z różnych pozycji-gra bramkarza
- Zwody z piłką i bez piłki
- Gra właściwa

Klasa II gimnazjum

- Prowadzenie piłki w parach (podania wewnętrzną częścią stopy)
- Prowadzenie piłki slalomem zakończone strzałem na bramkę podbiciem prostym
- Gra szkolna

- Prowadzenie piłki w trojkach ze zmianą miejsc od piłki i za piłką
- Przyjęcie piłki udem i wewnętrzną częścią stopy
- Strzały na bramkę z różnych pozycji-gra bramkarza
- Zwody z piłką i bez piłki
- Gra właściwa

- Strzały do bramki po podaniu prostopadłym
- Strzały głową
- Rzuty wolne bezpośrednie

Klasa III gimnazjum

- Strzał podbiciem zewnętrznym
- Przyjęcie piłki podbiciem prostym, zewnętrznym i wewnętrznym
- Kontratak

- Gra bez piłki (wymiana pozycji)
- Gra obrony
- Dośrodkowanie
- Gra właściwa

- Pozycja rozgrywającego i napastnika
- Rzuty wolne pośrednie
- Gra poszczególnych formacji
- Zgrywanie formacji
- Gra właściwa

GIMNASTYKA-chłopcy

Klasa I gimnazjum

I semestr

- Łączone przewroty w tył i w przód
- Zwis przewrotny i przerzutny na drabinkach
- Stanie na rękach z zamachu jednoonóż
- Skok kuczny przez kozła

II semestr

- Przerzut bokiem wymyk do podporu przodem
- Skok zawrotny o nogach prostych przez skrzynię

Klasa II gimnazjum

- Łączone przewroty w tył i w przód
- Zwis przewrotny i przerzutny na drabinkach
- Stanie na rękach z zamachu jednoonóż
- Skok kuczny przez kozła

- Przerzut bokiem wymyk do podporu przodem
- Skok zawrotny o nogach prostych przez skrzynię

- Skok odwrotny
- Przewroty w tył do rozkroku
- Własny układ gimnastyczny

Klasa III gimnazjum

- Przewrót w przód do rozkroku
- Łączone przewroty w przód i w tył do rozkroku

- Przewroty w tył o nogach prostych
- Wymyk na drążku wysokim

- Przewrót w przód o nogach prostych
- Łączone przewroty w tył i przód o nogach prostych
- Własny układ gimnastyczny

PIŁKA RĘCZNA

Klasa I gimnazjum

I semestr

- Podanie piłki w trójkach ze zmianą miejsc od piłki i za piłką
- Podania i chwytów sytuacyjnych
- Gra bramkarza
- Obrona "Każdy Swego"
- Gra właściwa

II semestr

- Rzuty na bramkę w wyskoku i z biegu z utrudnieniem
- Taktyka gry w obronie strefą 6:0 i 5:1
- Podstawowe przepisy piłki ręcznej
- Gra właściwa

Klasa II gimnazjum

- Podanie piłki w trójkach ze zmianą miejsc od piłki i za piłką
- Podania i chwytów sytuacyjnych
- Gra bramkarza
- Obrona "Każdy Swego"
- Gra właściwa

- Rzuty na bramkę w wyskoku i z biegu z utrudnieniem
- Taktyka gry w obronie strefą 6:0 i 5:1
- Podstawowe przepisy piłki ręcznej
- Gra właściwa

- Rzut w biegu
- Gra rozgrywającego
- Gra skrzydłowego
- Gra właściwa

Klasa III gimnazjum

- Zwód pojedynczy i podwójny
- Gra na kole
- Przepisy gry i sędziowanie
- Gra właściwa

- Kontratak
- Małe gry
- Gra właściwa

- Rzuty sytuacyjne
- Doskonalenie poznanych elementów techniki i taktyki
- Gra właściwa

Tenis stołowy, gry zespołowe i zajęcia na basenie będą realizowane w ramach zajęć dodatkowych dla zainteresowanych uczniów.

Krzysztof Turecki

Nauczyciel WF

Niepubliczne Gimnazjum im. Św. Wojciecha w Staniątkach.

RYTERIA OCEN WYCHOWANIE FIZYCZNE – GIMNAZJUM KLAS I - III

1. Stopień opanowania wymagań programowych :

podstawowych ponadpodstawowych

- Właściwe wykorzystanie zdolności koordynacyjno – kondycyjnych
- Poziom umiejętności ruchowych
- Poziom wiedzy
- Postęp w usprawnianiu

2. Aktywność

- Zaangażowanie w wykonywanie ćwiczeń i zadań zbliżone do maksymalnych swoich możliwości
- Inwencję twórczą
- Aktywny udział w zajęciach i współuczestnictwo w ich organizacji
- Reprezentowanie szkoły w zawodach
- Udział w zajęciach pozalekcyjnych (SKS, kółka sportowe)
- Uprawianie sportu wyczynowo(uzyskanie znaczących osiągnięć)

3. Frekwencja – uczestnictwo w zajęciach

- Spóźnienia
- Nieobecności nieusprawiedliwione
- Nieobecności usprawiedliwione
- Jednostkowe zwolnienia z ćwiczeń
- Uciezki z zajęć

4. Postawa ucznia

- Dyscyplina podczas zajęć
- Przestrzeganie zasad bezpieczeństwa podczas lekcji
- Przestrzeganie regulaminu korzystania z obiektów sportowych
- Postawa „fair play” podczas lekcji
- Higiena ciała i stroju
- Współpraca z grupą

Celująca-(6) Uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą . wyniki znacznie przewyższają normy cech motorycznych na ocenę bardzo dobrą.. Osiąga duży postęp w usprawnianiu się (np. poprawa we wszystkich próbach). Poziom opanowania umiejętności technicznych znacznie przewyższa wymagania.. Zastosowanie umiejętności w praktycznym działaniu: jest doskonały we wszystkich dyscyplinach i konkurencjach. Poziom wiedzy wykraczający poza program danej klasy. Potrafi praktycznie wykorzystać wiedzę w konkurencjach, zawodach, tworzeniu nowych rozwiązań. Jest bardzo zaangażowany na lekcjach. Rozwija swoje uzdolnienia. Aktywnie uczestniczy w życiu sportowym szkoły, bądź też w innych formach aktywności związanych z wychowaniem fizycznym. Systematycznie reprezentuje szkołę w rozgrywkach sportowych. Osiąga sukcesy na szczeblu wojewódzkim i ogólnopolskim.

Bardzo dobra (5)- Uczeń jest bardzo sprawny fizycznie; osiąga wyniki wg norm na ocenę bardzo dobrą. Ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką , zna przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie. Osiąga wyniki lepsze od diagnozy .Osiąga poprawę w większości prób. Systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu. Doskonale opanował większość umiejętności. Bardzo dobrze sobie radzi w większości dyscyplin, posiada ogromny zasób wiedzy . Umie zastosować wiedzę w samodzielnym rozwiązywaniu zadań. Podejmuje duży wysiłek , systematycznie stara się. Reprezentuje szkołę w rozgrywkach sportowych , bierze udział w mistrzostwach szkoły, w zajęciach treningu SKS-u lub w innym klubie sportowym- osiągając dobre wyniki sportowe. Jego postawa społeczna , zaangażowanie i stosunek do zajęć nie budzi najmniejszych zastrzeżeń.

Dobra (4)- Uczeń dysponuje dobrą sprawnością motoryczną. Ćwiczenia wykonuje prawidłowo lecz nie dość dokładnie, z małymi błędami technicznymi. Wykazuje tendencje do poprawy wyników. Brak stałej poprawy ale pojedyncze próby poprawione. Nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnianiem, wykazuje stałe i dość dobre postępy w tym zakresie. Opanował większość umiejętności lecz w różnym stopniu. Radzi sobie w różnych dyscyplinach sportowych. Zna większość zagadnień i pojęć. Sprawnie posługuje się wiedzą. Jego postawa społeczna i stosunek do kultury fizycznej nie budzi większych zastrzeżeń. Podejmuje wysiłek, stara się - jednak niesystematycznie.

Dostateczna (3)- Uczeń dysponuje przeciętną sprawnością motoryczną. Osiąga wyniki wg norm na ocenę dostateczną. Posiada tylko podstawowe umiejętności. Ćwiczenia wykonuje niepewnie z większymi błędami technicznymi. Wykazuje małe postępy w usprawnianiu. Nie bardzo daje sobie radę w kilku dyscyplinach. Zna podstawowe pojęcia i zagadnienia. Nie bierze udziału w zajęciach pozalekcyjnych. Sporadycznie wykorzystuje wiedzę do rozwiązywania problemów. Uczestniczy w lekcji, mało się stara. Przeszkadza kolegom. Przejawia pewne braki w zakresie postawy społecznej i w stosunku do kultury fizycznej.

Dopuszczająca (2)- Uczeń posiada słabą sprawność fizyczną. Osiąga wyniki znacznie poniżej oceny dostatecznej. Opanował minimalną ilość wiadomości. Nie radzi sobie w większości dyscyplin. Ćwiczenia wykonuje niepewnie z dużymi błędami technicznymi. Wykazuje bardzo małe postępy w usprawnianiu motorycznym. Ma minimalny zasób pojęć i wiadomości. Nie potrafi samodzielnie zastosować wiedzy w praktyce. Nie wkłada wysiłku, nie stara się. Sporadycznie ćwiczy. Przejawia duże braki w zakresie postawy społecznej i stosunku do wychowania fizycznego.

Niedostateczna (1)- Uczeń posiada bardzo słabą sprawność fizyczną. Nie przystępuje lub nie kończy prób mimo możliwości. Ćwiczenia wykonuje z bardzo dużymi błędami technicznymi lub nie potrafi ich wykonać. Nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu się. Nie posiada żadnych umiejętności wymaganych dla danej klasy. Nie umie wystąpić w żadnej z dyscyplin. Nie bierze udziału w zajęciach pozalekcyjnych, nie uczestniczy w życiu sportowym szkoły. Nie rozróżnia pojęć. Nawet przy pomocy nauczyciela nie potrafi rozwiązać problemu, zadania sprawnościowego. Nie wykonuje ćwiczeń i poleceń. Stosunek ucznia do kultury fizycznej i jego postawa społeczna są negatywne.

Krzysztof Turecki

Nauczyciel WF

Niepubliczne Gimnazjum im. Św. Wojciecha w Staniątkach.