

Wymagania edukacyjne – wychowanie fizyczne

Klasa IV

Ocena celująca:

W zakresie rozwoju fizycznego i sprawności fizycznej rozpoznaje wszystkie zdolności motoryczne, potrafi rozróżnić pojęcia tętna spoczynkowego oraz powysiłkowego, potrafi zmierzyć tętno spoczynkowe i powysiłkowe, wymienia cechy prawidłowej postawy ciała, zna ćwiczenia na wybrane zdolności motoryczne.

W zakresie aktywności fizycznej rozróżnia pojęcia techniki i taktyki, potrafi omówić wybraną technikę wykonania ćwiczenia, w ponad bardzo dobrym stopniu umiejętności kozłowania w miejscu i ruchu, prowadzenia piłki nogą, podania piłki oburącz i jednorącz, rzutu piłki do kosza z miejsca, odbicia sposobem górnym, przewrotu w przód z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego, wykonuje przewrót w przód z różnych pozycji wyjściowych, wyjaśnia co symbolizuje flaga i znicz olimpijski, potrafi rozróżnić i omówić pojęcia olimpiady oraz igrzysk olimpijskich, wykonuje dowolny układ taneczny lub gimnastyczny, wykonuje ponad bardzo dobrze wszystkie elementy lekkoatletyczne.

W zakresie bezpieczeństwa aktywności fizycznej, respektuje zasady bezpiecznego zachowania się podczas zajęć ruchowych, posługuje się przyborami sportowymi zgodnie z ich przeznaczeniem, pomaga innym uczniom, zna i stosuje się do wszystkich regulaminów i zasad, w tym również do gier zespołowych i zabaw sportowych.

W zakresie edukacji zdrowotnej, opisuje całą piramidę żywienia i aktywności fizycznej, opisuje zasady doboru stroju do warunków atmosferycznych, przestrzega zasad higieny i czystości odzieży.

Uczeń spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą, dobrą, dostateczną, dopuszczającą.

Ocena bardzo dobra:

W zakresie rozwoju fizycznego i sprawności fizycznej zna wszystkie zdolności motoryczne, wie czym jest tętno spoczynkowe i powysiłkowe, wymienia cechy prawidłowej postawy ciała, mierzy tętno przed i po wysiłku

W zakresie aktywności fizycznej, zna i rozróżnia pojęcia techniki i taktyki, potrafi wykonać start wysoki i niski w wybranych biegach, w bardzo dobrym stopniu opanował umiejętności kozłowania w miejscu i ruchu, prowadzenia piłki nogą, podania piłki oburącz i jednorącz, rzutu piłki do kosza z miejsca, odbicia sposobem górnym, przewrotu w przód z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego, wyjaśnia co symbolizuje flaga i znicz olimpijski, rozróżnia pojęcia

olimpiady oraz igrzysk olimpijskich, wykonuje dowolny układ gimnastyczny, wykonuje skok w dal z miejsca z zachowaniem wszystkich technicznych założeń.

W zakresie bezpieczeństwa w aktywności fizycznej, zna regulamin Sali gimnastycznej oraz boiska sportowego, opisuje zasady bezpiecznego poruszania się po boisku, bardzo dobrze wykonuje elementy samoochrony przy upadku lub skoku.

W zakresie edukacji zdrowotnej, opisuje zasady zdrowego odżywiania, potrafi opisać piramidę żywienia, przestrzega zasad higieny i czystości odzieży, przyjmuje prawidłową postawę ciała w różnych sytuacjach.

Uczeń spełnia wymagania na ocenę dobrą, dostateczną, dopuszczającą.

Ocena dobra:

W zakresie aktywności fizycznej, zna pojęcie techniki i taktyki, potrafi wykonać start wysoki w biegach krótkich, w dobrym stopniu opanował umiejętności kozłowania w miejscu i ruchu, prowadzenia piłki nogą, podania piłki oburącz i jednorącz, rzutu piłki do kosza z miejsca, odbicia sposobem górnym, przewrotu w przód z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego, wie czym jest flaga olimpijska, zna pojęcia olimpiady oraz igrzysk olimpijskich.

W zakresie bezpieczeństwa w aktywności fizycznej, zna zasady bezpiecznego poruszania się po boisku, zna w większości regulamin Sali gimnastycznej, prawidłowo posługuje się przyborami sportowymi, potrafi się sam zaasekurować przy upadku bądź skoku.

W zakresie edukacji zdrowotnej wie, że aktywność fizyczna ma dobry wpływ na zdrowie, potrafi z pomocą nauczyciela powiedzieć jakie są zasady zdrowego odżywiania, przestrzega zasady higieny osobistej, stara się przyjmować prawidłową postawę ciała.

Uczeń spełnia wymagania na ocenę dostateczną, dopuszczającą.

Ocena dostateczna:

W zakresie rozwoju fizycznego i sprawności fizycznej, zna przynajmniej dwie cechy motoryczne, potrafi z pomocą nauczyciela powiedzieć czym jest tętno spoczynkowe, potrafi zinterpretować pomiary wysokości i masy ciała.

W zakresie aktywności fizycznej, zna pojęcia techniki lub taktyki, wie czym jest start wysoki w biegach, w małym stopniu opanował umiejętności kozłowania w miejscu i ruchu, prowadzenia piłki nogą, podania piłki oburącz i jednorącz, rzutu piłki do kosza z miejsca, odbicia sposobem górnym, przewrotu w przód z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego.

W zakresie bezpieczeństwa w aktywności fizycznej, nie do końca zna regulamin sali gimnastycznej i boiska sportowego, posługuje się przyborami gimnastycznymi zgodnie z ich przeznaczeniem, wykonuje elementy samoochrony przy upadku lub skoku.

W zakresie edukacji zdrowotnej wie czym jest aktywność fizyczna, nie do końca potrafi opisać piramidę żywienia.

Uczeń spełnia wymagania na ocenę dopuszczającą.

Ocena dopuszczająca

W zakresie rozwoju fizycznego i sprawności fizycznej, nie rozpoznaje wszystkich zdolności motorycznych, nie zna pojęć tętna spoczynkowego, nie potrafi zinterpretować pomiarów masy i wysokości ciała. W zakresie aktywności fizycznej, nie rozróżnia pojęć technika i taktyka, myli pojęcia startu niskiego i wysokiego. Wykonuje poprawnie kozłowanie w miejscu, prowadzeni piłkę nogą, podaje piłkę oburącz i jednorącz w miejscu, wykonuje rzut piłki do kosza z miejsca, odbicia sposobem górnym, przewrotu w przód z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego. W niewielkim stopniu przestrzega zasad higieny i czystości odzieży. Nie potrafi opisać jakie znaczenie ma aktywność fizyczna dla zdrowia, w większości nie stosuje się do zasad bezpieczeństwa, nie zna wszystkich zasad i reguł obowiązujących na grach.

Wymagania z wychowania fizycznego dla uczniów z dostosowaniami ujętymi w orzeczeniu.

- 1) Nauczyciel dostosowuje wymagania edukacyjne do indywidualnych potrzeb psychofizycznych i edukacyjnych ucznia posiadającego opinie PPP .
- 2) Nauczyciel wychowania fizycznego wdraża indywidualne zalecenia poradni w stosunku do opiniowanych uczniów, przede wszystkim:
 - a) Zachęca ucznia do działania i motywuje do wykonania ćwiczeń
 - b) dzieli zadanie na etapy i zachęca do podejmowania nowego wyzwania
 - c) ocenianie przede wszystkim wysiłku wkładanego w dane ćwiczenie lub zadanie
 - d) zachęcać do rywalizacji wtedy, kiedy uczeń ma szansę rywalizować z uczniami
 - e) dużo czasu poświęcić na pokaz danego ćwiczenia
 - f) starać się wspierać ucznia na każdym kroku
 - g) ukierunkowywać w działaniu
 - h) oceniać pozytywne zachowania

- i) wdrożenie większej ilości ćwiczeń w celu lepszego przyswojenia złożonego zadania przed ucznia
- j) częste tłumaczenie i wyjaśnianie
- k) w ocenianiu zwracanie większej uwagi na zaangażowanie i wysiłek włożony w wykonane zadanie, niż ostateczny efekt.