

Przedmiotowy System Oceniania

W klasie V ocenie z wychowanie fizycznego podlega:

I semestr

MPR:

- podania jednoręcz w biegu zakończone rzutem do bramki.

Gimnastyka:

- przewrót w przód i w tył z różnych pozycji wyjściowych
- skok rozkroczny przez kozła.

Indeks sprawności fizycznej (K. Zuchory)

LA bieg na krótkim i długim dystansie

Pływanie: (I i II semestr)

- pływanie stylem grzbietowym bez deski
- pływanie stylem dowolnym z deską

II semestr

MPS:

- odbicia oburącz sp. górnym i dolnym przez siatkę z partnerem.

MPK:

- rzut do kosza z dwutaktu.

Gimnastyka:

- łączone przewroty w przód i w tył z różnych pozycji wyjściowych
- wymyk i odmyk z pomocą drabinek i z asekuracją

Indeks sprawności fizycznej (K. Zuchory).

LA bieg na krótkim i długim dystansie

Każdy uczeń zobowiązany jest do zaliczenia wszystkich zadań sprawdzających, zgodnie z programem nauczania. W razie nieobecności uczeń może zaliczać na zajęciach dodatkowych wyznaczonych przez nauczyciela, oraz może jeden raz próbować poprawić ocenę ze sprawdzianu w miarę swoich możliwości.

Uczeń podczas zajęć może za aktywność otrzymać plus.

Suma uzyskanych plusów(5 plusów ocena bdb cząstkowa)

Frekwencja na zajęciach.

Każdy uczeń w semestrze może 3razy zgłosić brak stroju(łącznie z basenem) za każdy następny brak stroju ocena ndst. cząstkowa.

W przypadku choroby lub kontuzji wymagane jest zwolnienie pisemne z ćwiczeń wypisane przez rodzica lub lekarza

Uczeń i rodzice zobowiązani są do zgłaszania nauczycielowi wszelkich przeciwwskazań do wykonywania jakichkolwiek ćwiczeń (przebyte choroby, urazy)

Z obecności na lekcji wychowania fizycznego nauczyciel zwalnia na podstawie zwolnienia lekarskiego i dostarczonej pisemnej prośby rodziców(na czas określony w opinii lekarza).Dotyczy to pierwszych i ostatnich godzin lekcyjnych. W przypadku wystąpienia choroby trwającej powyżej 1 miesiąca, konieczne jest uzyskanie zgody-administracyjnej decyzji Dyrektora Szkoły na podstawie wniosku rodziców i załączonego zwolnienia lekarskiego.

Przygotowanie do zajęć z wychowanie fizycznego.

Strój gimnastyczny wymagany na zajęcia wychowania fizycznego (biała koszulka z krótkim rękawem, ciemne spodenki lub getry, obuwie sportowe z jasną podeszwą. Może być dres sportowy, jeśli dziecku jest zimno.

Strój na basen: czepek chł. spodenki kąpielówki, dz. strój pływacki najlepiej jednocześnie zalecane są klapki (z przeznaczeniem tylko na basen), oraz okulary pływackie.

Strój na zajęcia sportowe ma być schludny i czysty, zmieniany po każdym zajęciach.