

**Dostosowanie wymagań edukacyjnych
z wychowania fizycznego
dla klas IV-VIII**

Szkoła Podstawowa im. Marii Konopnickiej

w Sosnowicach

Rok szkolny 2018/2019

Opracował:

Przemysław Opyrchał

Wymagania edukacyjne w klasach IV-VIII

Wymagania z zakresu bezpieczeństwa i higieny pracy:

Obowiązujący strój – biała podkoszulka, krótkie spodenki, dres, buty sportowe.

Uczeń zobowiązany jest do przestrzegania zasad bezpieczeństwa własnego i innych w czasie zajęć wychowania fizycznego na sali gimnastycznej i na boisku szkolnym.

Uczeń może wykonywać ćwiczenia fizyczne i inne czynności tylko na polecenie nauczyciela wychowania fizycznego.

Nauczyciel wychowania fizycznego może zwolnić ucznia z zajęć tylko po okazaniu do 7 dni pisemnej prośby rodziców, prawnych opiekunów lub zwolnienia lekarskiego w czasie choroby lub niedyspozycji. Zwolnienie może dotyczyć określonych ćwiczeń. Ucznia może zwolnić, także dyrektor z zajęć wychowania fizycznego po przedłożeniu zaświadczenia lekarskiego.

Uczeń jest zobowiązany do odpowiedniego zachowywania się na lekcji wychowania fizycznego.

Uczeń na zajęciach wychowania fizycznego nie nosi: pierścionków, kolczyków, łańcuszków, zegarków.

Nauczyciel nie ponosi odpowiedzialności z pozostawione rzeczy na sali gimnastycznej i boisku szkolnym.

Uczeń dwa razy w semestrze może nie mieć stroju bez żadnego usprawiedliwienia

Uczeń na zajęciach wychowania fizycznego nie może spożywać pokarmów.

Uczniowie są zobowiązani reagować na sygnał dźwiękowy – gwizdek

Uczniowi, któremu zdarza się częste nie przynoszenie stroju na zajęcia nie przysługuje ocena wyższa niż dostateczny.

Do ubikacji wychodzimy tylko za pozwoleniem nauczyciela.

Wymagania z zakresu umiejętności techniczno – taktycznych poszczególnych dyscyplin sportowych oraz edukacji zdrowotnej:

Gimnastyka: zna podstawowe pozycje wyjściowe do ćwiczeń, potrafi się ustawić w szeregu, dwuszeregu, rzędzie i w parach, wykonuje prawidłowo ćwiczenia korekcyjne i kształtujące, wykonuje prawidłowo skoki jedno- i obunóż, skoki zawrotne przez ławeczkę,

Wychowanie zdrowotne: potrafi za pomocą nauczyciela dokonać pomiaru wzrostu i ciężaru ciała, przestrzega zasad higieny podczas zajęć, prawidłowo dobiera strój sportowy do warunków atmosferycznych, przestrzega zasad bezpieczeństwa w czasie zabaw rekreacyjnych, przy organizacji wycieczek pieszych i rowerowych.

Lekka atletyka: wykonuje poprawnie biegi na krótkich odcinkach, prawidłowo wykonuje starty wysoki, potrafi przygotować organizm do wysiłku, bezpiecznie wykonuje rzuty, skoki, porusza się po boisku biegiem przodem i tyłem.

Gry zespołowe:

Piłka nożna – prowadzenie piłki indywidualne, podania piłki dowolną częścią stopy prawą i lewą nogą, uderzenia na bramkę z bliskiej odległości, wykonuje wyrzut piłki z linii bocznej.

Piłka ręczna – podania piłki do partnera, rzut do bramki, kozłowanie piłki w marszu.

Piłka siatkowa – prawidłowa postawa siatkarska, poruszanie się po boisku, odbicia piłki sposobem górnym i dolnym oburącz, zagrywka sposobem dolnym,

Koszykówka – kozłowanie piłki w miejscu i w ruchu lepszą ręką, rzut do kosza oburącz sprzed klatki piersiowej z miejsca, podania piłki do partnera,

Tenis stołowy – zagrywka forhendowa i bekhendowa, uderzenia piłeczki forhendem i bekhendem, znajomość podstawowych przepisów, umiejętność sędziowania gry.

Zasady pracy na lekcji wychowania fizycznego z uczniami, którzy mają orzeczone dostosowanie wymagań edukacyjnych.

1. Uczniowie z nadpobudliwością stwierdzoną przez poradnię charakteryzują się:

- nadmierną ruchliwością,
- zaburzeniami koncentracji uwagi,
- gadulstwem lub ciągłym powtarzaniem słów,
- nieprzewidywalnością.

W pracy z dziećmi należy:

- ukierunkować nadmierną energię ruchową,
- skupiać uwagę na danej czynności ze względów bezpieczeństwa,
- formułować jasne i krótkie polecenia,
- przypominać obowiązujące zasady na lekcji,
- odwracać uwagę dziecka od własnej impulsywności poprzez wyznaczanie dodatkowych zadań,
- akcentowanie każdego sukcesu,
- na zakończenie lekcji prowadzić ćwiczenia wyciszające,
- ustalać dopuszczalne formy rozładowania napięcia, np. określony okrzyk, bieg wyznaczoną trasą, skakanie po materacach, kopanie piłką lub rzuty do celu itp.
- wzmocniać pozytywnie (chwalić).

2. Uczniowie z dysleksją charakteryzują się:

- zaburzeniami procesu lateralizacji, przez co mają trudności w odróżnianiu stron, kierunków prawy/lewy oraz rąk i nóg,
- zaburzeniami koordynacyjno-przestrzennymi, dlatego mają zachwiania równowagi, lęk wysokości, lęk przed przyborem, słabo rozwiniętą wyobraźnię przestrzenną,
- zaburzeniami percepcji wzrokowej, które utrudniają odróżnienie pojęć: góra-dół, wyżej-niżej, w prawo-w lewo,
- zaburzeniami percepcji słuchowej, które zaburzają rozumienie poleceń, gdyż docierają one do nich zniekształcone.

W pracy z dziećmi należy:

- stosować ćwiczenia naprzemianstronne,
- okazywać im dużo cierpliwości,
- stosować ćwiczenia równoważne,
- wydawać proste polecenia,
- dokładnie objaśniać polecenia i dokonywać pokazu.

3. Uczniowie z opinią o obniżeniu wymagań edukacyjnych, wykazują się:

- wolniejszym rozumieniem poleceń lub ich myleniem,
- nieprawidłowym wykonywaniem zadań.

W pracy z dziećmi należy:

- wydłużać czas nauki lub wykonywania ćwiczenia,
- pomocy koleżeńskiej lub nauczyciela,
- chwalenia postępów,
- wydawania prostych poleceń,
- dokładnie objaśniać i dokonywać pokazu,

-egzekwować proste formy ruchowe.

4. Uczniowie z zaburzeniami rozwoju ruchowego w zakresie sprawności manualnej wykazują się:

-ogólnie niską sprawnością fizyczną.

Wymagają:

-zastosowania zaleceń z pkt. 3

-liberalizacji wymagań.

5. Symptomy trudności w przypadku inteligencji niższej niż przeciętna:

-niezborność ruchowa i trudności w wykonywaniu niektórych ćwiczeń

(potrzeba dłuższego treningu, aby opanować dane ćwiczenie, rzucanie do celu itp.),

-trudności w zrozumieniu zasad i reguł różnych gier.

Wymagają:

-zapewnienia większej ilości ćwiczeń, aby uczeń opanował daną sprawność

(w razie potrzeby zwolnienie z wykonania ćwiczeń przerastających możliwości ruchowe ucznia).

-wielokrotne tłumaczenie i wyjaśnianie zasad i reguł gier sportowych.

-w ocenianiu zwracać większą uwagę na wysiłek włożony w wykonanie zadania, nie jego ostateczny efekt.

6. Wymagania edukacyjne dla uczniów z deficytami rozwoju fizycznego, alergicznych, asteników i z nadwagą.

a) Uczniowie, którzy posiadają wady postawy tzw. plecy okrągłe, zwalniani będą z następujących ćwiczeń na lekcji:

-z leżenia tyłem łukiem(mostek),

-z leżenia przodem łukiem(foka),

-z wszelkiego rodzaju opadów(ćwiczeń na drążkach, poręczach).

b) Uczniowie, którzy posiadają boczne skrzywienie kręgosłupa zwalniani będą z następujących ćwiczeń:

-skoków,

-przewrotów,

-ze stania na rękach,

-z dźwigania,

-biegów wytrzymałościowych.

c) Uczniowie, którzy posiadają zniekształcenie kończyn dolnych zwalniani będą z następujących ćwiczeń:

-z chodu na zewnętrznych krawędziach stóp-dotyczy kolan szpotawych,

-długotrwałego stania,

-dźwigania dużych ciężarów,

- zeskoków i skoków biernych na twarde podłoże,
- z dużych rozkroków w pozycji stojącej

- d) Uczniowie asteniczni zwalniani będą z następujących ćwiczeń:
- z wysiłków o charakterze statycznym,
 - z długotrwałych ćwiczeń o charakterze wysiłkowym,
 - stosowane będą ograniczenia w wykonywaniu: zwisów, odporów, wspinania, skoków.
- e) Wobec uczniów alergicznych stosowane będą ograniczenia w wykonywaniu ćwiczeń powodujących duszności.
- f) Wobec uczniów z nadwagą stosowane będą ograniczenia w wykonywaniu ćwiczeń wysiłkowych statycznych, dynamicznych, skokach.

Uczniowie, którzy w uzasadnionych przypadkach potwierdzonych przez lekarz (np. długotrwała choroba) nie będą mogli przystąpić do sprawdzianów praktycznych (motoryka, umiejętności ruchowe) otrzymują zadania alternatywne.

Uczniowie, którzy nie mogą przystąpić do sprawdzianów z przyczyn usprawiedliwionych, mają obowiązek ich zaliczenia w terminie ustalonym z nauczycielem.

Ocena uczniów z wychowania fizycznego, którzy mają orzeczone dostosowanie wymagań edukacyjnych.

Prawa ucznia ze specyficznymi trudnościami w nauce.

Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego, techniki, plastyki i muzyki należy brać pod uwagę wysiłek włożony przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć. (DZ.U. z 2004r., NR 199, poz.2046)

Występujące u uczniów specyficzne trudności i deficyty rozwojowe są podstawą do obniżania wymagań edukacyjnych oraz dostosowania poziomu wiedzy czy umiejętności sprawdzanych do możliwości indywidualnych ucznia – zgodnie z opinią poradni. Oceniając tych uczniów bierzemy pod uwagę:

1. Postępy uczniów i ich psychofizyczne i możliwości (efekty pracy a nie popełniane błędy).

2. Wysiłek włożony w usprawnianie się i wywiązywanie się z podejmowanych przez nich zadań.

3. Sumienność i aktywność na lekcjach wychowania fizycznego.

Można podwyższyć ocenę uczniowi, który z różnych powodów nie może realizować zadań wynikających z programu nauczania pod warunkiem, że: sumiennie i aktywnie uczestniczy na zajęciach wychowania fizycznego, jak i w zajęciach nadobowiązkowych, w miarę swoich możliwości podnosi swoją sprawność fizyczną – wykazuje stałe postępy w usprawnianiu.

**Dostosowanie wymagań z wychowania fizycznego
dla ucznia z upośledzeniem w stopniu lekkim
na rok szkolny 2018/2019**

Wymagania:

- zapewnienia większej ilości ćwiczeń, powtórzeń, aby uczeń opanował daną sprawność (w razie potrzeby zwolnienie z wykonania ćwiczeń przerastających możliwości ruchowe ucznia).
- wielokrotnie tłumaczyć i wyjaśniać zasady i reguły gier sportowych, dodatkowo naprowadzać, pokazywać na przykładzie, wspierać, pomagać, włączać do rywalizacji gdzie uczeń ma szansę.
- w ocenianiu zwracać większą uwagę na wysiłek włożony w wykonanie zadania, nie jego ostateczny efekt pracy.
- szczególną uwagę poświęcić promocji zdrowia i wskazaniu sposobu wykorzystania zdobytych umiejętności w organizacji wolnego czasu.

opracował nauczyciel w-f: