

# **WYMAGANIA EDUKACYJNE Z PRZEDMIOTU JUDO** **W KLASACH IV -VIII**

Podstawą oceny jest wysiłek włożony przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć.

Na ocenę z przedmiotu JUDO na koniec semestru i na koniec roku szkolnego składa się:

## **1 Umiejętności**

Opanowanie i doskonalenie podstawowych elementów techniki JUDO zawartej w programie nauczania

## **2 Motoryczność**

Kształtowanie sprawności ogólnej i ukierunkowanej :

- szybkość,
- gibkość,
- skoczność,
- wytrzymałość,
- siła,
- zwinność,
- koordynacja ruchowa.

## **3 Wiadomości**

- przestrzeganie zasad BHP podczas zajęć na sali JUDO, korytarzu szkolnym, szatni,
- przestrzeganie podstawowych zasad higieny osobistej,
- poznanie i stosowanie podstawowych przepisów walki w JUDO

- poznanie i doskonalenie zasad samoochrony, asekuracji i pomocy współwiczającemu,
- poznanie i odpowiedni dobór ćwiczeń potrzebnych w rozgrzewce, ćwiczeń wzmacniających i rozciągających mięśnie,
- stosowanie odpowiedniego nazewnictwa,
- samoocena poziomu sprawności fizycznej na podstawie osiągniętych wyników,
- nauka pomiaru czasu, odległości, tętna.

#### **4. Działania wychowawcze**

- przestrzeganie dyscypliny podczas zajęć,
- kształtowanie poczucia odpowiedzialności za bezpieczeństwo własne i współwiczającego oraz pomoc uczniom mało sprawnym,
- uświadomienie efektów współpracy w zespole,
- poszanowanie przeciwnika w walce sportowej i przestrzeganie zasady fair play,
- respektowanie decyzji sędziego,
- kształtowanie kultury zawodnika JUDO i kibica
- aktywizacja do pokonywania własnej słabości i zmęczenia,
- dbałość o własne rzeczy, kolegów i sprzęt szkolny.

#### **5. Stopień opanowania wymagań programowych:**

- Postęp umiejętności ruchowych
- Poziom wiedzy
- Postęp w usprawnianiu

#### **6. Aktywność**

- Zaangażowanie w wykonywanie ćwiczeń i zadań
- Inwencję twórczą
- Aktywny udział w zajęciach i współuczestnictwo w ich organizacji
- Udział w zawodach w różnorodnych rolach
- Udział w zajęciach pozalekcyjnych

#### **7. Frekwencja**

- Spóźnienia
- Nieobecności nieusprawiedliwione
- Nieobecności usprawiedliwione

- Jednostkowe zwolnienia z ćwiczeń
- Ucieczki z zajęć

### **Kryteria oceniania Celujący (6):**

1. Uczeń osiągnął wysoki poziom umiejętności i wiedzy, znakomicie opanował materiał programowy.
2. Wszystkie techniki JUDO ujęte w programie nauczania potrafi zademonstrować na prawa i lewa stronę w ruchu , potrafi je nazwać nomenklaturą japońską.
3. Znakomicie opanował materiał programowy z zakresu JUDO,
4. Jest wyjątkowo sprawny ruchowo.
5. Wykracza poza program w zakresie wykonywania ćwiczeń
6. Aktywnie uczestniczył we wszystkich lekcjach JUDO – 80-100% frekwencji,
7. Zawsze jest zaangażowany w wykonywanie ćwiczeń i zadań
8. Wykazuje inwencję twórczą
9. Zna przepisy i zasady mini gier sportowych W JUDO,
10. Rozumie sens uprawiania ćwiczeń ruchowych i ich wpływ na rozwój organizmu,
11. Posiadał nawyki dbałości o higienę stroju, osobistą i estetykę miejsca ćwiczeń,
12. Uczęszcza na zajęcia pozalekcyjne o charakterze sportowym i godnie reprezentuje szkołę na zawodach sportowych, uczestniczy w turniejach JUDO
13. Jest kulturalny na imprezie sportowej i obiektywny w samoocenie i ocenianiu innych.

### **Bardzo dobry (5):**

1. 80-90% technik JUDO ujętych w programie nauczania potrafi zademonstrować na prawa i lewa stronę w ruchu , potrafi je nazwać nomenklaturą japońską.
2. Bardzo dobrze opanował materiał programowy z zakresu JUDO,
3. Jest bardzo sprawny ruchowo
4. Ćwiczenia wykonuje bardzo dobrze właściwą techniką i w odpowiednim tempie.
5. Aktywnie uczestniczył w lekcjach JUDO – 80-100% frekwencji,
6. Jest zaangażowany w wykonywanie ćwiczeń i zadań
7. Uczeń opanował zakres wymaganych wiadomości i umiejętności,
8. Aktywnie uczestniczył w lekcjach JUDO,

9. Rozumie i stosuje zasady higieniczno- zdrowotne podczas nauki i wypoczynku,
10. Uczęszcza na zajęcia pozalekcyjne o charakterze sportowym,
11. Reprezentuje szkołę na zawodach sportowych, uczestniczy w turniejach JUDO
12. Przestrzega zasady „fair- play”,
13. Jest koleżeński i kulturalny w szkole i w życiu codziennym.

#### **Dobry (4):**

1. 70-80% technik JUDO ujętych w programie nauczania potrafi zademonstrować na prawa i lewa stronę w ruchu , potrafi je nazwać nomenklaturą japońską.
2. Dobrze opanował materiał programowy zakresu JUDO,
3. Dysponuje dużą sprawnością ruchową.
4. Ćwiczenia wykonuje prawidłowo lecz niezbyt dokładnie z niewielkimi błędami.
5. Aktywnie uczestniczył w lekcjach JUDO – 70-80% frekwencji,
6. Stara się być zaangażowany w wykonywanie ćwiczeń i zadań
7. Uczeń prezentuje dobrą sprawność fizyczną,
8. Troszczy się o higienę osobistą,
9. Opanował wiadomości i umiejętności obejmujące podstawowe elementy wiedzy o zajęciach ruchowych,
10. Potrafi dokonywać obiektywnej samooceny sprawności swojej i kolegów,
11. Jest opanowany, koleżeński, kulturalny w szkole, na imprezie sportowej. Reprezentuje szkołę na zawodach sportowych, uczestniczy w turniejach JUDO
12. Reprezentuje szkołę na zawodach sportowych, uczestniczy w turniejach JUDO

#### **Dostateczny (3):**

1. 50-70% technik JUDO ujętych w programie nauczania potrafi zademonstrować na prawa i lewa stronę w ruchu , potrafi je nazwać nomenklaturą japońską.
2. Przeciętnie opanował materiał programowy zakresu JUDO,
3. Dysponuje przeciętną sprawnością ruchową
4. Ćwiczenia wykonuje niepewnie i zdarzają się większe błędy .

5. Aktywnie uczestniczył w lekcjach JUDO – 60-70% frekwencji,
6. Uczeń systematycznie pracuje na zajęciach JUDO,
7. Opanował podstawowe wymagania z wiadomości, umiejętności i motoryczności w zakresie umożliwiającym postęp w dalszym kontynuowaniu zajęć JUDO,
8. Posiada nawyki higieniczno- zdrowotne,
9. Jest koleżeński i uczynny
10. Reprezentuje szkołę na zawodach sportowych, uczestniczy w turniejach JUDO

### **Dopuszczający (2):**

1. 40-50% technik JUDO ujętych w programie nauczania potrafi zademonstrować na prawa lub lewa stronę ,
2. Na słabym poziomie opanował materiał programowy z zakresu JUDO,
3. Dysponuje niską sprawnością ruchową.
4. Ćwiczenia wykonuje na bardzo słabym poziomie z dużą ilością błędów.
5. Uczestniczył w lekcjach JUDO – 50-60% frekwencji
6. Uczeń w minimalnym stopniu spełnia podstawowe wymagania programowe lub jest bliski ich spełnienia,
7. Wykazuje niską aktywność na zajęciach JUDO lub często je opuszcza,
8. W ograniczonym stopniu opanował nawyki higieniczno- zdrowotne,
9. Nie uczestniczy w organizacji imprez rekreacyjnych przez zespół klasowy.

### **Niedostateczny (1):**

1. Potrafi zademonstrować mniej niż 40% technik JUDO ujętych w programie nauczania,
2. Dysponuje bardzo niską sprawnością ruchową.
3. Mniej niż 50% frekwencji na lekcjach JUDO
4. Uczeń nie spełnia podstawowych wymagań programowych,
5. Nie jest pilny i systematyczny na zajęciach JUDO, często je opuszcza, nie dba o fizyczny rozwój swego organizmu i nie czyni żadnych postępów w sprawności fizycznej,
6. Wykazuje znaczące braki w integracji zespołowej i wychowaniu społecznym oraz zdrowotnym

### **Na ocenę semestralną lub roczną dodatni wpływ mogą mieć:**

1. Wzorowa postawa na wszystkich zajęciach lekcyjnych, pozalekcyjnych (w tym zawodach sportowych),
2. Propagowanie zdrowego stylu życia w szkole i poza szkołą,
3. Uczestnictwo w pozaszkolnych formach kultury fizycznej (kluby sportowe),
4. Pomoc w organizacji pozaszkolnych imprez rekreacyjno– sportowych,
5. Prace na rzecz szkoły (plakaty, gazetki, kronika, plansze).

### **Na ocenę semestralną lub roczną ujemny wpływ mogą mieć:**

1. Niepożądane zachowania w obrębie kultury fizycznej i zdrowia (niewłaściwe zachowanie na imprezach rekreacyjno –sportowych w szkole lub poza szkołą),
2. Nieusprawiedliwione nieobecności na zajęciach,
3. Nadużywanie zwolnień z czynnego uczestnictwa w lekcji.
4. Obniżenie wymagań edukacyjnych, zwolnienie z zajęć JUDO, egzaminy sprawdzające i poprawkowe:

Nauczyciel jest zobowiązany na podstawie pisemnej opinii stosownej poradni specjalistycznej obniżyć wymagania edukacyjne w stosunku do ucznia, u którego stwierdzono specyficzne trudności w uczeniu się lub deficyty rozwojowe, uniemożliwiające sprostanie wymaganiom edukacyjnym wynikającym z programu nauczania.

W uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony z zajęć JUDO. Decyzję o zwolnieniu ucznia z zajęć podejmuje dyrektor szkoły na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach uczestniczenia w tych zajęciach, wydanej przez lekarza specjalistę lub poradnię psychologiczno -pedagogiczną albo inną poradnię specjalistyczną. W przypadku zwolnienia ucznia z zajęć w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się "zwolniony(a)".