

SZKOŁA PODSTAWOWA NR 10

IM. MIKOŁAJA KOPERNIKA

W GŁOGOWIE

***PRZEDMIOTOWE ZASADY
OCENIANIA
Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO
DLA KLAS IV-VII***

Głogów 2017r.

SPIS TREŚCI

- I. OGÓLNE ZASADY OCENIANIA UCZNIÓW
- II. KRYTERIA OCENIANIA POSZCZEGÓLNYCH FORM AKTYWNOŚCI
- III. KRYTERIA WYSTAWIANIA OCENY PO I SEMESTRZE ORAZ NA KONIEC ROKU SZKOLNEGO
 - a) zasady oceniania uczniów z trudnościami edukacyjnymi i psychofizycznymi
 - b) zasady oceniania uczniów uczęszczających do klasy o profilu sportowym (klasa pływacka)
- IV. ZASADY UZUPEŁNIANIA BRAKÓW I POPRAWIANIA OCEN
- V. ZASADY BADANIA WYNIKÓW NAUCZANIA
- VI. WYMAGANIA NA POSZCZEGÓLNE OCENY
- VII. ZASADY PRYZNAWANIA SREBRNEJ TARCZY „Wzorowy uczeń i sportowiec”
- VIII. ZASADY DOSTOSOWANIA WYMAGAŃ EDUKACYJNYCH DO POTRZEB PSYCHOFIZYCZNYCH I EDUKACYJNYCH UCZNIÓW

I. OGÓLNE ZASADY OCENIANIA UCZNIÓW

- informowanie o poziomie sprawności ruchowej ucznia, o postępach w motoryce i umiejętnościach ruchowych ucznia, o trudnościach i specjalnych uzdolnieniach
- motywowanie ucznia do dalszej pracy nad podnoszeniem swojej sprawności ruchowej
- diagnozowanie rozwoju fizycznego ucznia- określenie indywidualnych potrzeb i przyczyn trudności każdego dziecka
- wdrażanie do samokontroli i samooceny
- wspieranie – wspomaganie harmonijnego rozwoju psychofizycznego uczniów
- rozwijanie poczucia odpowiedzialności za zdrowie swoje i innych

Uczeń zostaje zapoznany z przedmiotowym systemem oceniania na początku roku szkolnego

II. KRYTERIA OCENIANIA POSZCZEGÓLNYCH FORM AKTYWNOŚCI

1. Zachowanie i postawa (ocena miesięczna)
2. Aktywność
3. Przygotowanie do zajęć
4. Frekwencja
5. Umiejętności ruchowe
6. Wiadomości z zakresu kultury fizycznej

Ad. 1 *Zachowanie i postawa (ocena miesięczna)*

- Przestrzeganie zasad higieny osobistej
- Zdyscyplinowanie w czasie trwania zajęć oraz przed i po (dotyczy również pobytu w szatni)

- Przestrzeganie regulaminów, przepisów i obowiązków ucznia (stosunek do ćwiczeń, podporządkowanie się pracy zespołowej, zachowanie bezpieczeństwa podczas zajęć)
- Stosunek do przedmiotu, współwiczającego, przeciwnika, nauczyciela, sędziego
- Przestrzeganie zasad fair-play

Ocena miesięczna – nauczyciel wystawia ocenę w każdym miesiącu na podstawie obserwacji ucznia podczas lekcji (notatki w dzienniku) informując go słownie, omawia z uczniem comiesięczne postępy i udziela wskazówek do dalszej pracy. Aby wystawić ocenę miesięczną uczeń ma obowiązek uczestnictwa w powyżej 50% lekcji wychowania fizycznego w danym miesiącu.

Ad. 2 Aktywność

W obszarze aktywności uczniowie zdobywają „+” i „-“ bieżąco na lekcjach. Udział w zajęciach pozalekcyjnych to możliwość podniesienia oceny o jeden stopień na koniec roku szkolnego.

Plusy stawiane są za:

- Aktywność na zajęciach lekcyjnych i pozalekcyjnych (zaangażowanie, wysiłek wkładany w rozwój sprawności, udział w życiu sportowym klasy i szkoły)
- Udział w konkursach, akcjach, programach ogólnopolskich
- Wykonywanie prac plastycznych o tematyce sportowo-rekreacyjno-zdrowotnej
- Pomoc przy organizacji zawodów, imprez o charakterze sportowo-rekreacyjnym
- Pełnienie roli sędziego
- Przeprowadzenie i organizacja gry lub zabawy
- Prowadzenie rozgrzewki
- Pomoc uczniom mniej sprawnym przy wykonywaniu zadań
- Wykonywanie innych zadań na rzecz kultury fizycznej i promocji zdrowia
- Inwencja twórcza ucznia
- Pomoc przy organizacji lekcji

Minusy stawiane są za:

- Powtarzające się zachowanie uznane przez nauczyciela za naganne, negatywne, rażące lub wulgarne
- Brak aktywności na lekcji
- Niekompletny strój
- Nie wykonywanie poleceń nauczyciela
- Żucie gumy
- Nie upięte włosy
- Nie zdjętą biżuterię: kolczyki, wisiorki, pierścionki itp.

Ad. 3 *Przygotowanie do zajęć (strój sportowy)*

Każdego ucznia obowiązuje strój sportowy na lekcję wychowania fizycznego (biała koszulka, spodenki, obuwie sportowe z jasną podeszwą oraz lekcje pływania (czepek, klapki, kąpielówki lub strój kąpielowy)

Dopuszczalne są dwa nieprzygotowania ucznia do lekcji w semestrze, za trzeci i kolejny brak stroju uczeń otrzymuje ocenę niedostateczną (1).

Dodatkowo uczeń otrzymuje jedną ocenę w semestrze za przygotowanie do zajęć

100% posiadanie stroju sportowego – ocena celująca (6)

1 brak stroju – ocena bardzo dobra (5)

2 braki stroju – ocena dobra (4)

Ad. 4 *Frekwencja*

W obszarze frekwencji uczniowie otrzymują na koniec semestru ocenę celującą (6) za uczestnictwo we wszystkich zajęciach.

Ad. 5 *Umiejętności ruchowe*

W tym obszarze uczniowie oceniani są za stopień opanowania umiejętności sportowo-rekreacyjnych, utylitarnych i zdrowotnych zgodnie z planem pracy

Nauczyciel wystawiając ocenę za wybrane ćwiczenie powinien wziąć pod uwagę:

- poprawność wykonania elementu technicznego
- płynność przebiegu ćwiczenia
- stopień trudności
- indywidualny postęp osiągnięć uczniów w opanowaniu danego elementu
- predyspozycje ucznia i wkład jego pracy

Sprawdzian umiejętności – nauczyciel ocenia wykonanie przez ucznia określonego zadania lub ćwiczenia na „+” lub na „-“ (po zakończonych działach)

Brak minusów – ocena bardzo dobra (5)

Jeden minus – ocena dobra (4)

Dwa minusy – ocena dostateczna (3)

Trzy minusy – ocena dopuszczająca (2)

Cztery minusy i więcej – ocena niedostateczna (1)

Nauczyciel ma prawo wystawić ocenę celującą uczniowi, który osiągnął wybitny wynik na sprawdzianie umiejętności lub wyróżnił się najlepszym wynikiem na tle klasy

Uczeń ma prawo do dwóch lub trzech prób podczas oceniania w zależności od trudności elementu technicznego. Oceniana jest zawsze lepsza próba.

Ad.6 *Wiadomości z zakresu kultury fizycznej*

Nauczyciel ocenia:

- Znajomość tematyki: rozwój fizyczny, rozwój sprawności fizycznej, zdrowy styl życia, higiena, hartowanie organizmu, bezpieczeństwo i pierwsza pomoc, używki i ich wpływ na organizm ludzki
- Znajomość i przestrzeganie zasad bezpieczeństwa na obiektach sportowych i rekreacyjnych
- Znajomość regulaminów, przepisów i zasad poznanych dyscyplin sportowych

Sprawdzian wiadomości – nauczyciel ocenia stopień opanowania wiadomości z zakresu kultury fizycznej i sportu (kartkówka, test, odpowiedź ustna – po zakończonych działach)

III. KRYTERIA WYSTAWIANIA OCENY PO I SEMESTRZE ORAZ NA KONIEC ROKU SZKOLNEGO

Podstawą oceny semestralnej z wychowania fizycznego są:

1. Oceny miesięczne ucznia (min. 4 w semestrze)
2. Ocena za aktywność
3. Ocena za przygotowanie do zajęć (min. 1 w semestrze)
4. Ocena ze sprawdzianów umiejętności ruchowych (min. 2 w semestrze)
5. Ocena ze sprawdzianów wiadomości ucznia (min. 1 w semestrze)

Najistotniejszy wpływ na ocenę semestralną i końcoworoczną będą miały tzw. „oceny miesięczne”(ich charakterystyka w rozdziale II, pkt.1).

Nauczyciel informuje rodziców o proponowanej ocenie semestralnej wpisem w dzienniczku ucznia na tydzień przed posiedzeniem Rady Pedagogicznej Klasyfikacyjnej.

Zwolnienia z lekcji wychowania fizycznego :

- Uczniowie z wadami (postawy, wzroku, układu krążenia i oddechowego) mają obowiązek w pierwszym miesiącu nauki (do końca września) dostarczyć nauczycielowi zwolnienie od lekarza specjalisty (zarówno z poszczególnych ćwiczeń jak i okresowe)
- Uczeń i rodzice zobowiązani są do zgłaszania nauczycielowi wszelkich przeciwwskazań do wykonywania ćwiczeń (przebyte choroby, urazy). Każda niedyspozycja ucznia musi być potwierdzona przez lekarza na piśmie (za wyj. nagłych wypadków). W innym przypadku będzie uznawana za brak stroju.
- Uczennica ma prawo raz w miesiącu zgłosić niedyspozycję (nieliczoną jako brak udziału w lekcji)
- W uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego na czas określony. Decyzję o zwolnieniu ucznia z zajęć podejmuje dyrektor szkoły na podstawie opinii lekarza o ograniczonych możliwościach uczestniczenia w tych zajęciach. W przypadku zwolnienia z zajęć wychowania fizycznego w dokumentacji przebiegu nauczania wpisuje się zwolniony
- Zwolnienie ucznia z określonych ćwiczeń fizycznych na podstawie opinii lekarza nie zwalnia z obowiązku posiadania stroju sportowego na lekcję wf. Uczeń jest obowiązany uczestniczyć w zajęciach wf

a) zasady oceniania uczniów z wychowania fizycznego z trudnościami edukacyjnymi

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 Psychologiczno - Pedagogicznej. Oceniając tych uczniów nauczyciel wychowania fizycznego bierze pod uwagę:

1. Postęp uczniów i ich psychofizyczne 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

b) zasady oceniania uczniów uczęszczających do klasy o profilu sportowym (klasa pływacka)

1. Ocena z pływania jest oceną cząstkową z wychowania fizycznego
2. Obecności i aktywność na zajęciach lekcyjnych oceniana jest na zasadach ogólnych ujętych w regulaminie oceniania z wychowania fizycznego
3. Wyniki sprawdzianów i uzyskiwane na zawodach są odzwierciedleniem pracy na lekcji i wpływają w 50% na ocenę z pływania
4. Ocenę celującą z pływania może otrzymać osoba spełniająca ogólne warunki dotyczące obecności i aktywności na lekcji ujęte w regulaminie oceniania z w -f i uczestniczy aktywnie w zawodach i zajęciach pozalekcyjnych

IV. ZASADY UZUPEŁNIANIA BRAKÓW

I POPRAWIANIA OCEN

- ✓ Przystąpienie do sprawdzianów jest obowiązkowe, a ich niezaliczenie w wyznaczonym terminie jest równoznaczne z oceną niedostateczną. W przypadku usprawiedliwionej nieobecności uczeń ma 2 tygodnie na zaliczenie sprawdzianu
- ✓ Uczeń ma prawo do jednokrotnego poprawienia oceny w formie ustalonej przez nauczyciela, w ciągu miesiąca. W przypadku uzyskania w takiej sytuacji oceny niższej, uczeń pozostaje przy ocenie wyższej

V. ZASADY BADANIA WYNIKÓW NAUCZANIA

Wyniki nauczania określone są na podstawie postępu sprawności fizycznej. Badanie wyników nauczania to pomiar cech motorycznych ucznia z uwzględnieniem progresji wyników. Sprawność fizyczna określona jest dwa razy w roku za pomocą wybranych testów, zaliczeń, prób (jesień, wiosna). Uczeń po przeprowadzonych próbach dokonuje samooceny swojej sprawności. Przystępując do pierwszych prób uczeń swoim pierwszym wynikiem ustala swój standard(poziom możliwości).

Testy są wskaźnikiem dalszego postępowania ucznia w usprawnianiu

ocena	poziom
6	Wybitna poprawa wyniku
5	Lepszy wynik od diagnozy wstępnej
4	Tendencja do poprawy, brak stałej poprawy
3	Wynik utrzymany na podstawie diagnozy wstępnej
2	Wynik słabszy od diagnozy wstępnej
1	Odszukać przyczyn tak słabych wyników

VI. WYMAGANIA NA POSZCZEGÓLNE OCENY

OCENA CELUJĄCA (6) – wymagania wykraczające

- Uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą
- Posiada zakres umiejętności wykraczający poza program nauczania danej klasy
- Aktywnie uczestniczy w życiu sportowym na terenie szkoły, bądź też w innych formach działalności związanej z kulturą fizyczną
- Prezentuje postawę Fair Play, jest wzorem dla innych uczniów
- Zajmuje punktowane miejsce w zawodach ogólnopolskich lub wojewódzkich

OCENA BARDZO DOBRA (5) – wymagania dopełniające

- Uczeń opanował pełen zakres umiejętności i wiedzy określony wymaganiami edukacyjnymi programu nauczania przedmiotu w danej klasie
- Jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego nie budzą najmniejszych zastrzeżeń
- Jest aktywny, wkłada maksymalny wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego, wykazuje pozytywny stosunek do przedmiotu

- Ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie, zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie
- Posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu
- Systematycznie doskonali są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu
- Jest zawsze przygotowany do zajęć, dba o higienę osobistą

OCENA DOBRA (4) – wymagania rozszerzające

- Uczeń opanował umiejętności ruchowe, zawarte w programie nauczania, na poziomie podstawowym wykonując ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie
- Wykazuje dość dobre postępy w osobistym usprawnianiu
- Posiadane wiadomości potrafi wykorzystać w praktyce przy pomocy nauczyciela
- Cechuje go pozytywny stosunek do przedmiotu i aktywna postawa na lekcji
- Zna i stosuje zasady higieny osobistej
- Nie wykazuje rażących błędów w zakresie wychowania społecznego (jest koleżeński i zdyscyplinowany)

OCENA DOSTATECZNA (3) – wymagania podstawowe

- Uczeń opanował materiał programowy na przeciętnym poziomie ze znacznymi brakami
- Wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy
- Ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi
- Posiada niepełne wiadomości z zakresu kultury fizycznej i nie potrafi ich wykorzystać w praktycznym działaniu
- Przejawia braki w zakresie wychowania społecznego, w postawie i stosunku do przedmiotu
- Sporadycznie jest nieprzygotowany do lekcji

- Nie wykazuje aktywności na lekcjach
- Uczestniczy w minimum 70% zajęć

OCENA DOPUSZCZAJĄCA (2) – wymagania konieczne

- Uczeń nie opanował materiału w stopniu dostatecznym i ma poważne braki
- Ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi
- Jego wiadomości z przedmiotu są niewystarczające
- Niesystematycznie bierze udział w zajęciach (min. ilość obecności 50%) i wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu
- Jest często nieprzygotowany do zajęć
- Jego postawa społeczna budzi poważne zastrzeżenia

OCENA NIEDOSTATECZNA (1)

- Uczeń jest daleki od spełniania wymagań stawianych w podstawie programowej
- Najprostsze ćwiczenia wykonuje z rażącymi błędami
- Często świadomie odmawia wykonania ćwiczeń
- Charakteryzuje się niewiedzą z zakresu kultury fizycznej
- Jego stosunek do przedmiotu jest lekceważący, a postawa na lekcji nieodpowiednia – utrudniająca sprawne i bezpieczne prowadzenie zajęć
- Nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu

VII. ZASADY PRYZNAWANIA SREBRNEJ TARCZY „Wzorowy uczeń i sportowiec”

Wymagania:

1. Uczeń wzorowo wywiązuje się ze swoich obowiązków szkolnych w obszarze wychowania fizycznego
2. Spełnia wszystkie kryteria i wymogi zawarte w PSO (Przedmiotowym systemie Oceniania) na najwyższą ocenę
3. Systematycznie i aktywnie uczestniczy w dodatkowych zajęciach sportowych
4. Godnie reprezentuje szkołę na zawodach sportowych

VIII. ZASADY DOSTOSOWANIA WYMAGAŃ EDUKACYJNYCH
DO POTRZEB PSYCHOFIZYCZNYCH I EDUKACYJNYCH
UCZNIÓW

1.	<p style="text-align: center;"><u><i>Uczniowie z nadpobudliwością</i></u> <u><i>(charakterystyka)</i></u></p> <ul style="list-style-type: none"> - problemy z impulsywnością (wydaje się, że nie słucha kiedy do ucznia mówimy) - zaburzenia koncentracji uwagi - gadulstwo lub ciągle powtarzanie słów -nieprzewidywalność -nadmierna ruchliwość 	<p style="text-align: center;"><u><i>Dostosowanie wymagań</i></u></p> <ul style="list-style-type: none"> - wszystkie konsekwencje negatywne i pozytywne wyciągać natychmiast - 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 - akcentować każdy sukces - na zakończenie lekcji prowadzić ćwiczenia wyciszające - ustalać dopuszczalne formy rozładowania napięcia, np. określony okrzyk, bieg wyznaczona trasą skakanie po materacach, kopanie piłka, itp. - wzmacniać pozytywnie (chwalić)
2.	<p style="text-align: center;"><u><i>Uczniowie z dysleksją</i></u> <u><i>(charakterystyka)</i></u></p> <ul style="list-style-type: none"> - zaburzenia procesu lateralizacji, przez co mają trudności w odróżnianiu stron, kierunków prawy/lewy oraz rąk i nóg, 	<p style="text-align: center;"><u><i>Dostosowanie wymagań</i></u></p> <ul style="list-style-type: none"> - stosować ćwiczenia naprzemianstronne, - okazywać uczniowi dużo

	<ul style="list-style-type: none"> - zaburzenia koordynacyjno-przestrzenne, dlatego mają zachwiania równowagi, lęki wysokości, lęk przed przyborem, słabo rozwinięta wyobraźnia przestrzenna, - zaburzenia percepcji, które utrudniają odróżnienie pojęć : góra-dół, wyżej – niżej, w prawo – w lewo -zaburzenia percepcji słuchowej, które zaburzają rozumienie poleceń, gdyż docierają one do nich zniekształcone. 	<p>cierpliwości,</p> <ul style="list-style-type: none"> - stosować ćwiczenia równoważne, - wydawać proste polecenia, - dokładnie objaśniać polecenia i dokonywać pokazu.
3.	<p><u><i>Uczniowie z opinią o obniżeniu wymagań edukacyjnych</i></u> (charakterystyka)</p> <ul style="list-style-type: none"> - wolniejsze rozumienie poleceń, - nieprawidłowe wykonywanie zadań. 	<p><u><i>Dostosowanie wymagań</i></u></p> <ul style="list-style-type: none"> - wydłużać czas nauki lub wykonania ćwiczenia, - pomoc koleżeńska lub nauczyciela, - chwalenie postępów, - wydawanie prostych poleceń, - dokładnie objaśniać i dokonywać pokazu, - egzekwować proste formy ruchowe.
4.	<p><u><i>Uczniowie z dysfunkcją małej i dużej motoryki</i></u> (charakterystyka)</p> <p><i>Motoryka duża</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - ogólna niezręczność ciała (ruchy mało płynne, nieskoordynowane) - nienadążanie w bieganiu za innymi dziećmi - problemy z wykonywaniem 	<p><u><i>Dostosowanie wymagań</i></u></p> <ul style="list-style-type: none"> - wydłużać czas nauki lub wykonania ćwiczenia, - pomoc koleżeńska lub nauczyciela, - chwalenie za każdą próbę podjęcia działania

	<p>najprostszych ćwiczeń</p> <ul style="list-style-type: none"> - ruchy sztywne i pozbawione naturalnej swobody, mogą być gwałtowne lub bardzo powolne <p><i>Motoryka mała</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - osłabiona precyzja ruchów palców i dłoni - niewłaściwa koordynacja obu rąk (często posługiwanie się tylko jedną ręką) - mogą występować synkinezje czyli tzw. współruchy np. machanie nogami, wysuwanie języka 	<ul style="list-style-type: none"> - wydawanie prostych poleceń, - dokładnie objaśniać i dokonywać pokazu, - egzekwować proste formy ruchowe, - liberalizacja wymagań. <ul style="list-style-type: none"> - oceniać przygotowanie ucznia do zajęć, jego zaangażowanie <ul style="list-style-type: none"> - dostosować ćwiczenia do możliwości dziecka
5.	<p><u><i>Uczniowie o inteligencji niższej niż przeciętna</i></u></p> <p><i>(charakterystyka)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - niezborna ruchowo 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. 	<p><u><i>Dostosowanie wymagań</i></u></p> <ul style="list-style-type: none"> - zapewnienie większej ilości ćwiczeń, aby uczeń opanował daną sprawność (w razie potrzeby zwolnienie z wykonania ćwiczeń przerastających możliwości ruchowe ucznia), - wielokrotne tłumaczenie i wyjaśnienie zasad i reguł gier sportowych, - w ocenianiu zwracanie większej uwagi na wysiłek włożony w wykonanie zadania, nie jego ostateczny efekt.

6.	<p><u><i>Uczniowie z deficytami rozwoju fizycznego, alergicznych, asteników i z nadwagą</i></u></p> <p><i>(charakterystyka)</i></p> <p>a) uczniowie z wadami postawy – plecy krągłe będą zwalniani z następujących ćwiczeń</p> <p>b) uczniowie z bocznym skrzywieniem kręgosłupa będą zwalniani</p> <p>c) uczniowie, którzy posiadają zniekształcone kończyny dolne, zwalniani będą</p> <p>d) uczniowie asteniczni zwalniani będą</p> <p>e) uczniowie z alergią</p> <p>f) uczniowie z nadwagą</p>	<p><u><i>Dostosowanie wymagań</i></u></p> <p>- leżenie tyłem łukiem (mostek),</p> <p>- leżenie przodem łukiem (foka),</p> <p>- z wszelkiego rodzaju opadów (ćwiczeń na drążkach, poręczach).</p> <p>- ze skoków,</p> <p>- przewrotów,</p> <p>- stania na rękach,</p> <p>- z dźwigania,</p> <p>- biegów wytrzymałościowych.</p> <p>- z chodu na zewnętrznych krawędziach stóp – dotyczy kolan szpotawych,</p> <p>- długotrwałego stania,</p> <p>- dźwigania dużych ciężarów,</p> <p>- zeskoków i skoków biernych na twarde podłoże,</p> <p>- z dużych rozkroków w pozycji stojącej.</p> <p>- z wysiłków o charakterze statycznym,</p> <p>- z długotrwałych ćwiczeń o charakterze wysiłkowym,</p> <p>- stosowane będą ograniczenia w wykonywaniu : zwisów, wspinania, skoków</p>
----	---	--

		<ul style="list-style-type: none"> - ograniczenia w wykonywaniu ćwiczeń powodujących duszności - stosowane będą ograniczenie w wykonywaniu ćwiczeń wysiłkowych statycznych, dynamicznych, skokach.
7.	<p><u><i>Uczniowie z objawami zaburzeń funkcji słuchowo-językowych, wzrokowo- przestrzennych, integracji percepcyjno-motorycznej i lateralizacji</i></u></p> <ul style="list-style-type: none"> - mylenie prawej i lewej strony, - trudności z opanowaniem układów gimnastycznych (sekwencje ruchowe zorganizowane w czasie i przestrzeni), - trudności w bieganiu, ćwiczeniach równoważnych, - trudności w opanowaniu gier wymagających użycia piłki, - niechęć do uprawiania sportów wymagających dobrego poczucia równowagi (np. gimnastyka, jazda na rowerze). 	<p><u><i>Dostosowanie wymagań</i></u></p> <ul style="list-style-type: none"> - podczas stawiania wymagań uwzględniać trudności ucznia, -w miarę możliwości pomagać, wspierać, dodatkowo instruować, naprowadzać na przykładzie, - dzielić dane zadania na etapy i zachęcać do ich wykonania, - nie zmuszać do wykonywania ćwiczeń sprawiających uczniowi trudności, - dawać więcej czasu na opanowanie danej umiejętności, cierpliwie udzielać instruktażu, - nie krytykować, nie oceniać negatywnie wobec klasy, - podczas oceniania brać pod uwagę przede wszystkim stosunek ucznia do przedmiotu, jego chęci, wysiłek, przygotowanie do zajęć, - włączać do rywalizacji tylko tam, gdzie uczeń ma szansę.