WYMAGANIA NA POSZCZEGÓLNE STOPNIE

# Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

**w Szkole Podstawowej w Dachnowie**

PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA UCZNIÓW

# Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 3 sierpnia 2017r. w sprawie oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych sugeruje, że:

 „Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego, należy przede wszystkim brać pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć, a także systematyczność udziału ucznia w zajęciach oraz aktywność ucznia w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej”.

Powyższe zasady oceniania są spójne z Wewnątrzszkolnym Systemem Oceniania.

**I. Cele kształcenia i wychowania w wychowaniu fizycznym:**

- przygotowanie ucznia do całożyciowej aktywności ruchowej i czynnego

 uczestnictwa w kulturze fizycznej,

- wyrobienie w uczniu trwałych nawyków higieniczno – zdrowotnych,

- kształtowanie umiejętności działania na rzecz zdrowia rozumianego

 w aspekcie sfer wzajemnie się przenikających: fizycznej, intelektualnej,

 emocjonalnej, społecznej, osobistej i duchowej,

- zrozumienie przez uczniów powodów i sensu starań o ciało, sprawność

 fizyczną, zdrowie, urodę,

- wdrażanie uczniów do autoedukacyjnej aktywności w celu wyrównania

 niedoborów sprawności fizycznej,

- rozbudzenie zainteresowań różnymi formami aktywności ruchowej: zdrowotnej,

 utylitarnej, sportowej, rekreacyjno -hedonistycznej,

* wyrobienie prawidłowej i pożądanej postawy, zręczności i estetyki ruchu,
* stymulowanie różnorodnych form aktywności fizycznej uczniów,
* udostępnianie uczniom zasobu wiadomości na temat charakteru związków między ciałem człowieka z jednej strony, a zdrowym stylem życia, zapobiegania chorobom i racjonalnie prowadzonej gimnastyki z drugiej,
* zapoznanie uczniów z problemem stosowania niedozwolonych środków w sporcie i aktywności ruchowej,
* wdrażanie ucznia do systematycznej samokontroli i samooceny,
* rozwijanie wytrwałości w dążeniu do celu, kształtowanie ambicji,
* rozwijanie odpowiedzialności za siebie i innych, samodzielności i samodyscypliny
* doskonalenie sprawności kondycyjnej i koordynacyjnej,
* pogłębianie wiedzy i umiejętności z zakresu bezpieczeństwa i udzielania pierwszej pomocy,
* poznanie zasad kulturalnego kibicowania i dopingowania swoich faworytów.

**II. Cele oceniania z wychowania fizycznego:**

* sprawdzenie stopnia przyswojenia wiadomości i umiejętności ruchowych ucznia,
* poinformowanie ucznia o poziomie jego osiągnięć edukacyjnych i postępach w tym zakresie,
* dostarczenie rodzicom i nauczycielom rzetelnej i szczegółowej informacji o postępach, trudnościach i specjalnych uzdolnieniach ucznia,
* pomoc uczniowi w samodzielnym planowaniu swojego rozwoju,
* rozwijanie kreatywnej postawy wobec własnego zdrowia i własnej sprawności fizycznej,
* wdrażanie do systematycznej samokontroli i samooceny zachowań prozdrowotnych,
* umożliwienie nauczycielowi kontroli rozwoju ucznia, doskonalenie organizacji i metod pracy dydaktyczno – wychowawczej.

**III. Wystawiając oceny, nauczyciel wychowania fizycznego kieruje się następującymi zasadami:**

- indywidualizacji,

- obiektywizmu,

- jawności,

- motywującego i wychowawczego wpływu na postawę wobec kultury fizycznej.

**IV. Przy klasyfikacji ucznia z wychowania fizycznego ocenie podlega:**

1. Stopień opanowania materiału programowego

- postępy w usprawnianiu,

- wiadomości o wychowaniu fizycznym i zdrowiu,

- umiejętności ruchowe i sprawność motoryczna,

2. Postawa wobec przedmiotu ( wysiłek )

- zaangażowanie, aktywny udział w zajęciach,

- frekwencja,

- właściwe przygotowanie do zajęć,

- rozwój społeczny.

3. Działalność sportowa pozalekcvina.

**V. Ocena śródroczna i roczna.**

Odrębnie ocenia się dwa różne zakresy kompetencji: sprawność fizyczną i umiejętności a wiec wykonanie - wynik oraz zaangażowanie ucznia - wysiłek. Na ocenę śródroczną i roczną nauczyciel wystawia średnią z ocen zgodnie z rozporządzeniem szczególny nacisk kładąc na wysiłek ucznia niż kompetencje ruchowe.

**VI. Oceny cząstkowe z wychowania fizycznego:**

1. Zadania kontrolno - oceniające:

 ocenie podlega poziom i postęp sprawności fizycznej

**a.** technika ( estetyka, płynność, poprawność ) wykonywanego ćwiczenia podlegającego sprawdzianowi

**b.** skuteczność wykonywanego ćwiczenia ( celność, ilość, odległość )

**c.** zagadnienia pisemne o tematyce sportowej ( jeśli względy zdrowotne lub inne przyczyny usprawiedliwione uniemożliwiają zaliczenie sprawdzianu praktycznego)

Każdy uczeń zobowiązany jest do zaliczenia wszystkich zadań sprawdzających wyznaczonych przez nauczyciela prowadzącego.

W przypadku nie spełnienia powyższego punktu, zaliczenia uzupełniające odbywać będą się w terminie ustalonym przez prowadzącego nauczyciela.

**A.** w przypadku przystąpienia ucznia do sprawdzianu, nie może on

otrzymać oceny niedostatecznej

 **B**. ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który nie przystąpi do sprawdzianu i nie wykorzysta możliwości zaliczenia w dodatkowym terminie.

**2**. Frekwencja na zajęciach.

Każdą nieobecność na zajęciach uczeń ma obowiązek usprawiedliwić w porozumieniu z wychowawcą klasy, u nauczyciela wychowania fizycznego na najbliższej lekcji. W przypadku choroby lub kontuzji wymagane jest zwolnienie pisemne z ćwiczeń. Dyrektor szkoły zwalnia ucznia z wykonywania określonych ćwiczeń na zajęciach, na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach wykonywania przez ucznia tych ćwiczeń wydanej przez lekarza, na czas określony w tej opinii i wypisane przez rodzica lub lekarza. Uczeń zwolniony z określonych ćwiczeń:

- wykonuje ćwiczenia dostosowane do jego możliwości

- pomaga w sędziowaniu,

- organizuje lub pomaga w organizacji zajęć ruchowych,

- wywiązuje się z roli kibica,

- angażuje się i pomaga w przygotowaniu imprezy sportowej na terenie szkoły

 lub poza nią,

- pomaga w redagowaniu ściennej gazetki sportowej.

Dyrektor szkoły zwalnia ucznia z realizacji zajęć wychowania fizycznego na podstawie opinii o braku możliwości uczestniczenia ucznia w tych zajęciach wydanej przez lekarza, na czas określony w tej opinii. Jeżeli okres zwolnienia ucznia z realizacji zajęć z wychowania fizycznego uniemożliwia ustalenie śródrocznej lub rocznej oceny klasyfikacyjnej w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się „zwolniony” albo „zwolniona”.

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

**3**. Przygotowanie do zajęć z wychowania fizycznego.

Strój gimnastyczny wymagany na zajęcia wychowania fizycznego:

* Koszulka biała z krótkim rękawkiem, której długość sięga co najmniej do linii bioder ( tak by można było włożyć ją w spodenki );
* spodnie dresowe - sportowe długie lub krótkie,
* obuwie do wyboru: typu ,,adidas", trampki, tenisówki. Bezpieczne i zdrowe obuwie jest sznurowane lub zapinane na przylepce, podeszwa jest miękka, tępa.

Wymagany jest czysty i schludny strój sportowy. Każdorazowo strój należy zmienić po zajęciach.

Dopuszczalna jest nie większa liczba nieprzygotowań jak 3 razy w semestrze:

Za każdy kolejny brak stroju wystawiana jest ocena niedostateczna.

**4**. Zaangażowanie, postawa społeczna, wiadomości.

Uczeń:

- aktywnie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego prowadzonych

 w różnych warunkach

- wykazuje duży wysiłek do podnoszenia sprawności, zdobywania

 umiejętności i wiadomości w sposób zbliżony do swoich

 maksymalnych możliwości fizycznych, kondycyjnych i koordynacyjnych

- pomaga w sędziowaniu

- organizuje lub pomaga w organizacji zajęć ruchowych

- prowadzi ćwiczenia kształtujące

- samodzielnie przeprowadza zabawy

- wywiązuje się z roli kibica

- angażuje się i pomaga w przygotowaniu imprezy sportowej na terenie szkoły

 lub poza nią

- ma pozytywny stosunekdo przedmiotu i postawę wobec ćwiczeń ruchowych

- jest życzliwy w stosunku do innych a swoją postawą zachęca innych do

 ćwiczeń ruchowych

- stosuje zasadę ,,fair play"

- jest zdyscyplinowany

- podporządkowuje się ustalonym zasadom i regułom

- przestrzega zasad bezpieczeństwa, regulaminów i obowiązków uczniowskich

- nie spóźnia się na zajęcia

- pomaga w redagowaniu ściennej gazetki sportowej

**5**. Działalność sportowa pozalekcyjna.

Na podniesienie oceny z wychowania fizycznego wpływ ma aktywność pozalekcyjna i pozaszkolna w zakresie wychowania fizycznego i sportu gdy:

- uczeń reprezentuje szkołę w różnego rodzaju zawodach i imprezach sportowych

- uczeń bierze aktywny i systematyczny udział w sportowych zajęciach pozalekcyjnych na terenie szkoły

**6.** Częstotliwość oceniania.

Częstotliwość sprawdzania i oceniania jest uzależniona od tematyki realizowanej podczas zajęć wychowania fizycznego.

Stopnie informujące o poziomie sprawności i umiejętności ruchowych wystawiane są po przeprowadzeniu testów kontrolno - sprawdzających.

Wszelkie informacje dotyczące aktywności ( + i -), przygotowania ucznia do zajęć,wyniki testów sprawnościowych, zawarte są w prowadzonej przez nauczyciela wychowania fizycznego odrębnej dokumentacji.

**VII. Osiągnięcia ucznia.**

 **Uczeń:**

- dba o zdrowie, prawidłową postawę i estetyczną sylwetkę, zna zasady higieny osobistej i hartowania organizmu, racjonalnego żywienia i aktywnego wypoczynku,

- opanował wiedzę i umiejętności umożliwiające uczestnictwo w wybranych sportowo – rekreacyjnych formach aktywności ruchowej dostosowanych do własnych możliwości, potrzeb i zainteresowań,

- wykazuje się samodzielnością w organizowaniu wybranych indywidualnych i zespołowych form rekreacyjno – sportowych i turystycznych,

- zna sposoby samoochrony i ochrony przy wykonywaniu trudniejszych ćwiczeń

- opanował umiejętności samokontroli i samooceny rozwoju fizycznego, wydolności fizycznej za pomocą dowolnie wybranego testu,

- potrafi przyjąć odpowiedzialność za siebie i innych

- zna historię, symbole i idee igrzysk olimpijskich,

- dostrzega nieprawidłowości i negatywne zjawiska w sporcie współczesnym, potrafi im się przeciwstawić,

- wie jak przygotować organizm do wysiłku fizycznego,

- zna największe sławy poszczególnych dyscyplin sportowych, w tym osiągnięcia polskich sportowców,

- przestrzega zasad uczciwej, sportowej rywalizacji także w życiu codziennym,

- zna zasady współdziałania zespołowego,

- wie jak zachować się kibicując na zawodach sportowych,

- wie jaką wartość dla zdrowia ma czynny wypoczynek.

**VIII. Wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego**

**Ocena celująca – wybitna. Uczeń:**

- spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą,

- aktywnie uczestniczy w życiu sportowym na terenie szkoły bądź też

 w innych formach działalności związanej z wychowaniem fizycznym,

- reprezentuje szkołę na różnego rodzaju zawodach i imprezach sportowych,

- bierze aktywny udział w sportowych zajęciach pozalekcyjnych na terenie szkoły lub poza nią, jest to działalność systematyczna,

- wykazał wysoki poziom z zadań dotyczących uczestnictwa i zaangażowania w lekcji wychowania fizycznego otrzymując stopnie celujące z aktywności,

- jest zawsze przygotowany do zajęć z wychowania fizycznego

**Ocena bardzo dobra. Uczeń:**

- jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do zajęć nie budzą najmniejszych zastrzeżeń ( uzyskując oceny cząstkowe bardzo dobre ),

- systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu,

- przystąpił do wszystkich zadań kontrolno – oceniających,

- posiada duże wiadomości z zakresu wychowania fizycznego i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu,

- bierze aktywny udział w sportowych zajęciach pozalekcyjnych i zawodach sportowych ( nie jest to jednak działalność systematyczna ),

- całkowicie opanował materiał programowy.

- jest sprawny fizycznie, ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, pewnie, w odpowiednim tempie i dokładnie, zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie.

**Ocena dobra. Uczeń:**

- wykazał się średnim poziomem z poszczególnych zadań dotyczących uczestnictwa i zaangażowania w lekcji wychowania fizycznego ( oceny dobre ),

- swoją postawą społeczną, stosunkiem do kultury fizycznej nie budzi większych zastrzeżeń,

- wykazał się średnim poziomem opanowania wiadomości,

- przystąpił do wszystkich zadań kontrolno – sprawdzających,

- podczas sprawdzianów wykazał się średnim opanowaniem elementów technicznych, które tylko w większej części potrafi wykorzystać w praktycznym działaniu,

- z drobnymi niedociągnięciami potrafi zdiagnozować własny rozwój fizyczny, wydolność fizyczną i sprawność fizyczną za pomocą testu obowiązującego na lekcji wychowania fizycznego i z pomocą nauczyciela interpretuje wyniki.

**Ocena dostateczna. Uczeń:**

- wykazał się przeciętnym poziomem z zadań dotyczących uczestnictwa i zaangażowania w lekcji wychowania fizycznego ( oceny dostateczne ),

- wykazał się przeciętnym poziomem opanowania wiadomości z zakresu wychowania fizycznego

- przystąpił do wszystkich zadań kontrolno – oceniających,

- opanował materiał programowy na przeciętnym poziomie.

**Ocena dopuszczająca. Uczeń:**

- jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do zajęć budzą duże zastrzeżenia,

- przystąpił do wszystkich zadań kontrolno – sprawdzających

- podczas sprawdzianów wykazał się niskim poziomem opanowania umiejętności technicznych, których nie potrafi wykorzystać w praktycznym działaniu.

- Wykazał się niskim poziomem opanowania wiadomości z zakresu wychowania fizycznego.

**Ocena niedostateczna. Uczeń:**

- jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do zajęć budzą duże zastrzeżenia ( uzyskując oceny cząstkowe niedostateczne ),

- jest nieprzygotowany do zajęć więcej niż dwa razy w semestrze,

- nie przystąpił do zadań kontrolno – sprawdzających,

- nie przywiązuje wagi do własnej sprawności fizycznej,

- wykazał się bardzo słabym poziomem opanowania wiadomości z zakresu wychowania fizycznego.

1. **Procedury osiągania celów**

- w realizacji programu na każdych zajęciach nauczyciel dobiera treści ze wszystkich działów,

- dobór środków dydaktycznych zależy od potrzeb, możliwości i zainteresowań uczniów, a zakres ich stosowania od warunków i możliwości szkoły,

- metody i formy organizacyjne dostosowane są do faktycznych potrzeb i możliwości rozwojowych ucznia,

- w toku lekcyjnym stosowana jest indywidualizacja oddziaływań dydaktyczno – wychowawczych,

- zajęcia prowadzone są w korelacji z innymi przedmiotami,

- na lekcji stawiane są przed uczniami różnorodne zadania, obejmujące różne sfery aktywności,

- uwzględniane są potrzeby dzieci o słabej koordynacji ruchowej, z wadami postawy, z problemami nadwagi i o bardzo niskiej sprawności,

- na zajęciach stosowana jest muzyka,

- uświadamianie uczniom celowości wykonywania poszczególnych ćwiczeń,

- rozwijanie inwencji twórczej ucznia,

- zapewnienie uczniom bezpieczeństwa, odpowiednich warunków higienicznych,

- przygotowanie uczniów do samooceny i samokontroli.

Opracował:

Nauczyciel wychowania fizycznego

Piotr Bielko