

**WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO DLA KLAS 4-8**  
**W ZESPOLE SZKOLNO- PRZEDSZKOLNYM W BALICACH W ROKU SZKOLNYM 2019/2020**

**I. Skala ocen**

Bieżące, śródroczne i roczne oceny klasyfikacyjne z zajęć wychowania fizycznego w klasach 4-8 ustala się w stopniach wg skali:

- 1- stopień niedostateczny
- 2- stopień dopuszczający
- 3- stopień dostateczny
- 4- stopień dobry
- 5- stopień bardzo dobry
- 6- stopień celujący

**II. Ogólne zasady obowiązujące podczas oceniania:**

- Podstawą oceny jest wysiłek włożony przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć.
- Do oceniania każdego ucznia podchodzi się indywidualnie mając na uwadze jego wysiłek i możliwości.
- Wystawiając oceny nauczyciel wychowania fizycznego kieruje się następującymi zasadami: indywidualizmu, obiektywizmu, jawności, motywującego i wychowawczego wpływu na postawę wobec kultury fizycznej.
- Wymagania edukacyjne dla uczniów z dysfunkcjami, częściowymi zwolnieniami lekarskimi oraz niskim poziomem sprawności fizycznej są dostosowane do ich indywidualnych możliwości psychoruchowych.

**III. W ocenianiu brana jest pod uwagę wiedza i umiejętności dotycząca:**

- Rozwoju fizycznego i sprawności fizycznej
- Aktywności fizycznej
- Bezpieczeństwa w aktywności fizycznej
- Edukacji zdrowotnej

**IV. Obszary podlegające ocenianiu:**

**1. Postawa ucznia:**

- a) **Przygotowanie do lekcji .**

Przez przygotowanie do zajęć lekcji wychowania fizycznego rozumie się posiadanie przez ucznia czystego, odpowiedniego stroju sportowego. W okresie jesienno – zimowym i zimowo – wiosennym uczeń zobowiązany jest do posiadania dresu sportowego lub cieplejszej odzieży na zajęcia lekcyjne w terenie. Należy zwrócić szczególną uwagę na higienę i właściwe przeznaczenie stroju (tylko do ćwiczeń fizycznych) – biała podkoszulka, spodenki krótkie lub długie, skarpetki, obuwie sportowe zmienne z białą podeszwą lub z podeszwą z napisem ‘non marking’ tzn. nie rysującą nawierzchni sali. Uczeń 2 razy w okresie może zgłosić nieprzygotowanie do uczestnictwa w zajęciach (np. brak stroju sportowego, brak zwolnienia od rodzica czy zwolnienia lekarskiego. Każde następne zgłoszenie nieprzygotowania może powodować obniżenie oceny śródrocznej lub rocznej).

**b) Aktywność na lekcji**

Sumienne wykonywanie zadań, zaangażowanie, chęć do ćwiczeń, przygotowania sprzętu do zajęć, pomoc innym ćwiczącym, przygotowanie dodatkowych ćwiczeń i materiałów

**d) Systematyczność uczestnictwa w lekcjach**

Premiowanie uczniów, którzy aktywnie uczestniczą w lekcjach wychowania fizycznego. Uczeń, który miał 100% obecności na zajęciach w danym okresie otrzymuje cząstkową ocenę celującą.

**c) Przestrzeganie zasad bezpieczeństwa oraz regulaminu korzystania z obiektów sportowych**

**d) Postawa ‘fair play’ podczas lekcji**

**e) Dyscyplina podczas zajęć**

**f) Stosunek do kolegów i koleżanek**

**g) Kultura osobista**

**h) Systematyczne usprawnianie (dążenie do poprawy swojej sprawności).**

**i) Stosunek do zajęć sportowych (zaangażowanie w wykonywanie ćwiczeń i zadań zbliżone do maksymalnych swoich możliwości).**

**j) Współpraca z grupą.**

**k) Społeczne zaangażowanie w krzewieniu kultury fizycznej - forma społecznego zaangażowania ucznia na rzecz kultury fizycznej i sportu może być różna (np. wykonywanie prostych przyborów, redagowanie gazetki sportowej, pomoc w organizacji imprez sportowych, przygotowanie referatu itp.) - w zależności od pomysłowości nauczyciela i uczniów. Społeczne zaangażowanie ucznia możemy oceniać przed zakończeniem każdego okresu.**

**2. Postępy uczniów**

**a) Umiejętności ruchowe**

Oceniane są na podstawie zadań kontrolno – oceniających pozwalających na ustalenie poziomu opanowania tych umiejętności.

W obszarze poziomu umiejętności ruchowych ocenie podlegają te formy aktywności fizycznej oraz ich postęp, które realizowane były w danym semestrze podczas lekcji wychowania fizycznego, elementy techniki i taktyki różnych dyscyplin sportowych, umiejętności rekreacyjne, zdrowotne i twórcze.

**b) Sprawność fizyczna**

Uczniowie otrzymują ocenę za próby określające poziom poszczególnych zdolności motorycznych (testy sprawności fizycznej) służące śledzeniu postępu i regresu tych zdolności. Ocena wystawiona jest za postęp i starania podczas wykonania próby. Z tego powodu w drugim okresie nauki nauczyciel winien wziąć pod uwagę w szczególności stan sprawności motorycznej ucznia w stosunku do stanu wyjściowego uzyskanego w pierwszym okresie. Za poprawę osiągniętego wyniku należy podwyższyć uzyskaną ocenę o pół stopnia, a w przypadku dużej poprawy wyniku o cały jeden stopień. W odwrotnym przypadku, ocena jest obniżana na tych samych zasadach. Ocena ma pełnić funkcję diagnostyczną i kontrolną.

Uczeń po wykonaniu zaliczeń powinien dokonać samooceny swojej sprawności i porównać swoje wyniki z przyjętymi normami, z którymi uczniowie są zapoznani na początku roku szkolnego przez nauczyciela.

**c) Wiadomości z zakresu kultury fizycznej i zdrowotnej**

Znajomość przepisów gier zespołowych i rekreacyjnych i sposobów przeprowadzania rozgrywek sportowych, znajomość zagadnień z edukacji zdrowotnej, znajomość zagadnień z zakresu kultury fizycznej, jakość przygotowanych prezentacji, plakatów, wypowiedzi – umiejętność wykorzystania w praktycznym działaniu.

**3. Aktywność pozalekcyjna**

**a) Udział w zawodach sportowych** ( udział w zawodach międzyszkolnych, w rozgrywkach sportowych , międzyklasowych)

**b) Aktywność pozalekcyjna** ( udział w SKS, w innych formach rekreacyjno – sportowych na terenie szkoły)

**c) Organizacja sportowo – rekreacyjna** ( udział i organizacja akcji sportowych, pomoc w organizacji rozgrywek, zawodów szkolnych, porządkowanie sprzętu, sprawozdania z zawodów, wprowadzanie informacji o zawodach na stronę internetową, realizacja projektów edukacyjnych związanych z kultura fizyczną )

**d) Uprawianie sportu wyczynowo** (uzyskiwanie znaczących osiągnięć). Uczeń, który uprawia dowolną dyscyplinę sportu w klubie sportowym, bądź reprezentuje szkołę w zawodach sportowych może otrzymać ocenę śródroczną lub roczną wyższą o jeden stopień. Uczeń trenujący zobowiązany jest dostarczyć nauczycielowi zaświadczenie z klubu o swoich sukcesach. Uczeń, który uprawia dowolną dyscyplinę sportu w sposób rekreacyjny, może otrzymać podwyższenie oceny śródrocznej lub rocznej. Każdorazowo za udział w zawodach i zajęcie miejsca punktowego tzn. (w konkurencjach zespołowych miejsca I-III, w indywidualnych zależnie od rangi zawodów) uczeń winien otrzymać ocenę „6” cząstkową. Aby ubiegać się o ocenę celującą na koniec okresu uczeń powinien minimum trzykrotnie w ciągu jednego półrocza zająć miejsca punktowe.

**Aktywność pozalekcyjna może mieć wpływ na podniesienie oceny z wychowania fizycznego gdy:**

- uczeń reprezentuje szkołę w różnego rodzaju zawodach i imprezach sportowych

- uczeń bierze aktywny i systematyczny udział w sportowych zajęciach pozalekcyjnych na terenie szkoły i poza nią, ale warunkiem podstawowym jest nienaganne realizowanie wymagań edukacyjnych na zajęciach lekcyjnych.

**V. Zasady poprawiania ocen bieżących.**

- Poprawianie ocen bieżących może wystąpić tylko wówczas, gdy uczniowie będą realizowali podobne treści programowe tj., gdy wystąpią ku temu odpowiednie warunki lokalowo – sprzętowe (np. poprawienie oceny wymaga ponownego rozstawienia odpowiedniego specjalistycznego sprzętu).
- Chęć poprawy danej oceny należy zgłosić nauczycielowi wychowania fizycznego.
- Nauczyciel wyznacza termin i sposób poprawy oceny.
- Daną ocenę można poprawić tylko jeden raz.

**VI. Zwolnienia z ćwiczeń**

Uczeń może być zwolniony z ćwiczeń częściowo lub całkowicie na dany okres, krótszy niż 1 miesiąc, na podstawie zwolnienia lekarskiego lub od

rodziców. Uczniowie, którzy ze względu na stan zdrowia nie mogą w pełni brać udziału w zajęciach wychowania fizycznego, zobowiązani są do przedstawienia odpowiedniego zaświadczenia lekarskiego nauczycielowi prowadzącemu. W w/w zaświadczeniu winno być określone jakich czynności/ćwiczeń, uczeń nie może wykonywać. Nie oznacza to całkowitego zwolnienia ucznia z zajęć. Uczeń ze zwolnieniem lekarskim powinien być obecny na lekcji i być przygotowany do zajęć. Uczeń, który nie ćwiczy 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 prowadzeniu strony internetowej dot. spraw sportowych. W przypadku zwolnienia nauczyciel może ucznia ocenić w innej formie niż pozostałych uczniów. O sposobie oceniania zadecyduje sam uczeń może to być forma (ustna, pisemna, lub pokaz z objaśnieniem), na prośbę ucznia nauczyciel może również poczekać z oceną do momentu uzyskania pełnej sprawności przez ucznia o ile jest to możliwe. W przypadku, gdy zwolnienia z ćwiczeń na lekcjach wychowania fizycznego na prośbę rodziców przekroczą 60% wszystkich zajęć w danym okresie - uczeń zobowiązany jest przedstawić opinię lekarza, w przeciwnym razie może być nieklasyfikowany. Dziewczeta w czasie niedyspozycji zwalniane są z wykonywania intensywnego wysiłku fizycznego, natomiast obowiązują je aktywne uczestnictwo w zajęciach.

## **VII. Sposoby dokumentowania ocen**

Oceny ze sprawności motorycznej, umiejętności ruchowych, wiadomości oraz innych komponentów dokumentowane będą w dokumentacji nauczyciela prowadzącego zajęcia (zeszyt pomocniczy nauczyciela, karta ucznia „Moje osiągnięcia” oraz dzienniku lekcyjnym).

## **VIII. Częstotliwość sprawdzania i oceniania**

- Częstotliwość sprawdzania i oceniania jest uzależniona od tematyki realizowanej podczas zajęć wychowania fizycznego. Przyjmuje się, że:
- sprawność motoryczną ocenia się dwa razy w roku szkolnym (w I i II okresie),
- umiejętności ruchowe od 3 do 6 razy w okresie,
- wiadomości – co najmniej raz w roku szkolnym
- inne komponenty ocenia się w zależności od potrzeb i możliwości, na bieżąco,

## **IX. Jeżeli istnieje wątpliwość przy wystawieniu oceny, nauczyciel kieruje się dobrem ucznia.**

## Wymagania do oceny śródrocznej i rocznej

a) **Umiejętności** – ocenia się stopień opanowania nauczanych umiejętności ruchowych. Nie ma to jednak decydującego wpływu na ocenę końcową.

Na ocenę umiejętności składają się poszczególne sfery:

- Opanowanie umiejętności ruchowych
- Technika wykonywanych ćwiczeń
- Wykorzystanie techniki w praktyce ( grze zespołowej).
- Przyczynianie się do zdobywania punktów przez drużynę.
- Samodzielne sędziowanie rozgrywek klasowych.
- Realizowanie założeń taktycznych i przepisów dyscyplin sportowych

	<b>OCENA DOPUSZCZAJĄCA</b>	<b>OCENA DOSTATECZNA</b>	<b>OCENA DOBRA</b>	<b>OCENA BARDZO DOBRA</b>	<b>OCENA CELUJĄCA</b>
<b>Umiejętności ruchowe</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń nie opanował większości umiejętności ruchowych.</li> <li>2. Ćwiczenia wykonuje z dużymi błędami technicznymi.</li> <li>3. Nabyte umiejętności nie przedkładają się na wyniki.</li> <li>4. Poziom opanowania umiejętności technicznych ćwiczeń, gier i zabaw jest bardzo niski.</li> <li>5. Nie wykorzystuje nabytych umiejętności w praktyce.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń nie opanował wszystkich umiejętności ruchowych</li> <li>2. Ćwiczenia wykonuje z większymi błędami technicznymi.</li> <li>3. Ma problemy z wykorzystaniem nabytych umiejętności w grze.</li> <li>4. Wkłada mały wysiłek w wykonywanie poszczególnych ćwiczeń.</li> <li>5. Wykazuje małą samodzielność w wykonywaniu ćwiczeń.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń opanował umiejętności ruchowe z małymi błędami.</li> <li>2. Przyczynia się do zdobywania punktów przez drużynę.</li> <li>3. Dobrze realizuje założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych.</li> <li>4. Wykazuje niepełną samodzielność w wykonywaniu ćwiczeń</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń opanował wszystkie umiejętności ruchowe zawarte w programie nauczania dla danej klasy.</li> <li>2. Ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, pewnie, w odpowiednim tempie i dokładnie, wkładając duży wysiłek w osiągnięcie celu.</li> <li>3. Bardzo dobrze realizuje założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych</li> <li>4. Próbuje sędziować rozgrywki klasowe.</li> <li>5. Przyczynia się do zdobywania punktów przez drużynę.</li> <li>6. Stosuje wyuczone umiejętności w grze zespołowej.</li> <li>7. Wykazuje pełną samodzielność w wykonywaniu ćwiczeń</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń opanował wszystkie umiejętności ruchowe zawarte w programie nauczania dla danej klasy.</li> <li>2. Ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, bezbłędnie, płynnie.</li> <li>3. Potrafi wykorzystać poznane elementy w praktyce (gry zespołowe)</li> <li>3. Uczeń w dużym stopniu przyczynia się do zdobywania punktów przez drużynę.</li> <li>4. Potrafi samodzielnie sędziować rozgrywki klasowe.</li> <li>5. Wykazuje inwencje twórczą w czasie zajęć.</li> <li>6. Wkłada wiele wysiłku w trakcie trwania zajęć.</li> </ol>

**b) Postęp w rozwoju fizycznym**

- Sprawność fizyczna
- Dokonywanie samooceny sprawności fizycznej na podstawie testów sprawności fizycznej.
- Postępy w osobistym usprawnianiu

	<b>OCENA DOPUSZCZAJĄCA</b>	<b>OCENA DOSTATECZNA</b>	<b>OCENA DOBRA</b>	<b>OCENA BARDZO DOBRA</b>	<b>OCENA CELUJĄCA</b>
<b>Postęp w rozwoju fizycznym</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń osiągnął sprawność fizyczną spełniającą stawiane wymagania na ocenę dopuszczającą.</li> <li>2. Nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną sprawności fizycznej.</li> <li>3. Wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu motorycznym.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń osiągnął sprawność fizyczną spełniającą stawiane wymagania na ocenę dostateczną.</li> <li>2. Potrzebuje dużej pomocy w określeniu własnej sprawności fizycznej.</li> <li>3. Wykazuje niewielkie postępy w usprawnianiu motorycznym.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń osiągnął sprawność fizyczną spełniającą stawiane wymagania na ocenę dobrą.</li> <li>2. Uczeń wykorzystuje test sprawności fizycznej do określenia swojej sprawności fizycznej z niewielką pomocą.</li> <li>3. Wykazuje postępy w usprawnianiu motorycznym.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń osiągnął sprawność fizyczną spełniającą stawiane wymagania na ocenę bardzo dobrą.</li> <li>2. Uczeń samodzielnie wykorzystuje test sprawności fizycznej do określenia swojej sprawności fizycznej.</li> <li>3. Doskonali swoją sprawność fizyczną.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń osiągnął sprawność fizyczną przekraczającą wymagania na ocenę bardzo dobrą.</li> <li>2. Uczeń potrafi samodzielnie dokonać samooceny sprawności fizycznej na podstawie testów sprawności fizycznej.</li> <li>3. Uczeń poczynił znaczne postępy w podnoszeniu własnej sprawności fizycznej. Wykazuje się wynikami wyższymi od stawianych wymagań w dyscyplinach realizowanych na lekcji.</li> </ol>

c) **Wiadomości** z zakresu kultury fizycznej sprawdzane są w trakcie różnych zajęć wychowania fizycznego poprzez zadawanie pytań.

	<b>OCENA DOPUSZCZAJĄCA</b>	<b>OCENA DOSTATECZNA</b>	<b>OCENA DOBRA</b>	<b>OCENA BARDZO DOBRA</b>	<b>OCENA CELUJĄCA</b>
<b>Wiadomości</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń wykazuje minimalną znajomość wiadomości określonych w programie nauczania</li> <li>2. Na pytania nauczyciela odpowiada z jego dużą pomocą lub w ogóle.</li> <li>3. W minimalnym stopniu zna zasady sędziowania oraz zasady taktyki. Przepisy gier, zabaw ruchowych zna bardzo pobieżnie, z dużą pomocą nauczyciela.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. W małym stopniu opanował wiadomości określone w programie nauczania.</li> <li>2. W jego wiadomościach z zakresu przepisów dyscyplin sportowych uprawianych na lekcjach są duże błędy.</li> <li>3. Na pytania nauczyciela odpowiada z jego pomocą.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń opanował wiadomości określone w programie nauczania z niewielkimi błędami.</li> <li>2. Zna podstawowe przepisy i zasady taktyki dyscyplin sportowych realizowanych na lekcjach z małymi błędami. Posiada wiadomości z zakresu sędziowania.</li> <li>3. Nie zna odpowiedzi na wszystkie odpowiedzi nauczyciela.</li> <li>4. Nie zna wszystkich zasad treningu sportowego oraz właściwego stosowania wysiłku fizycznego.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń opanował wiadomości określone w programie nauczania.</li> <li>2. Na pytania nauczyciela odpowiada samodzielnie, prawidłowo i wyczerpująco.</li> <li>3. Zna przepisy i zasady sędziowania oraz taktykę dyscyplin sportowych realizowanych na lekcjach.</li> <li>4. Określa wszystkie zasady treningu sportowego.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń opanował wiadomości określone w programie nauczania oraz wykraczające poza te wymagania.</li> <li>2. Uczeń bezbłędnie określa przepisy i mechanikę sędziowania oraz taktykę z poszczególnych dyscyplin sportowych uprawianych w szkole podstawowej.</li> <li>3. Posiada duże wiadomości z zakresu wychowania fizycznego, sportu, zdrowia ( wiadomości sportowe lokalne, krajowe i światowe).</li> </ol>

Opracowali nauczyciele wychowania fizycznego

mgr Agnieszka Raszevska  
mgr Krzysztof Marszałek