

# **Przedmiotowe Ocenianie z wychowania fizycznego w Szkole Podstawowej nr1 im. Ludzi Pojednania w Zespole Szkół Samorządowych w Witnicy**

## **Podstawa prawna :**

Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 10 czerwca 2015r. w sprawie szczegółowych warunków i sposobu oceniania , klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych.( Dz. U. poz. 843). Na podstawie art.44 zb ustawy z dnia 7 września 1991roku. o systemie oświaty. (Dz. U. z 2004r. Nr 256, poz 2572, z późn. zmianami.)

§ 5.1 ust. Dyrektor szkoły zwalnia ucznia z wykonywania określonych ćwiczeń fizycznych na zajęciach wychowania fizycznego, na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach wykonywania przez ucznia tych ćwiczeń wydanej przez lekarza, na czas określony w tej opinii.

## **Założenie:**

Każdemu uczniowi umożliwia się zdobycie oceny celującej, bowiem przy wystawianiu oceny z wychowania fizycznego brany jest pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się przez niego z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć. Każdy ma szansę wykazania się umiejętnościami ruchowymi, opanowaniem wiedzy o wychowaniu fizycznym i edukacji zdrowotnej oraz nabycie pozytywnych postaw do aktywności fizycznej.

**Uczniowie zwolnieni przez dyrektora szkoły z wykonywania określonych ćwiczeń fizycznych na zajęciach wychowania fizycznego, na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach wykonywania przez ucznia tych ćwiczeń, wydanej przez lekarza na czas określony w tej opinii, będą oceniani z przedmiotu indywidualnie.**

Każdy nauczyciel wychowania fizycznego mając na swojej lekcji ucznia z ograniczoną sprawnością ruchową i fizyczną, stanem zdrowia, ocenia ucznia z określonych ćwiczeń fizycznych, motorycznych, zgodnie z jego możliwościami, predyspozycjami ruchowymi i fizycznymi, za wkład, systematyczność, wysiłek w samo usprawnianie się oraz zaangażowanie w lekcję.

## **Szczegółowe wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego na poszczególne oceny**

### **1. Stosunek do zadań programowych lekcji:**

#### **α) postawa ucznia na zajęciach**

- stosunek do przedmiotu, frekwencja na zajęciach(spóźnienia, zwolnienia)
- pozytywna postawa wobec ćwiczeń ruchowych
- przestrzeganie zasad bezpieczeństwa, regulaminów, obowiązków ucznia

- właściwe, kulturalne zachowanie, postawa fair play ,(kontrola własnych negatywnych emocji, sposób wystawiania się, zachowanie się w grupie rówieśniczej, agresja słowna i fizyczna itp.)

- zaangażowanie,

- pomoc słabszym w trudnych sytuacjach

#### **b) aktywność na lekcji**

- aktywny, świadomy, systematyczny udział w zajęciach wychowania fizycznego

- wysiłek wkładany przez ucznia w usprawnianie się

- umiejętne wykorzystanie swoich możliwości oraz predyspozycji fizycznych

- współpraca z nauczycielami i uczniami

- organizowanie i pomoc w organizacji zajęć ruchowych

- prowadzenie rozgrzewki wg swojej inicjatywy

- dążenie do podnoszenia sprawności, zdobywania umiejętności i wiadomości w sposób zbliżony do swoich maksymalnych możliwości fizycznych, kondycyjnych i koordynacyjnych.

#### **c) wiadomości i umiejętności**

- umiejętności ocenia się dla orientacji ucznia i nauczyciela w jakim stopniu została opanowana dana czynność ruchowa

- wiadomości związane z kształtowaniem i oceną sprawności oraz zdrowia

- wiadomości zasad funkcjonowania organizmu, regeneracji sił, czynnym odpoczynkiem w szczególności w okresie dojrzewania

- wiadomości dotyczące organizowania i sędziowania zawodów sportowych, imprez rekreacyjnych i turystycznych

- umiejętność dokonywania pomiarów, odczytu i zapisu wyników,

- umiejętność stosowania wiadomości w różnych przejawach aktywności ruchowej

#### **d) umiejętności zdrowotne i organizacyjne**

- umiejętność działania na rzecz zdrowia, podnoszenia sprawności fizycznej

- umiejętności kształtujące i korygujące postawę ciała

- umiejętności utylitarne ( rozwijanie umiejętności życiowych)

- umiejętność bycia widzem i kibicem

## **2. Frekwencja i przygotowanie do zajęć:**

Obowiązkiem każdego ucznia jest obecność i przygotowanie do wszystkich zajęć wychowania fizycznego

**a) posiadanie czystego i odpowiedniego do warunków atmosferycznych stroju sportowego:**

- podczas zajęć w hali sportowej uczeń posiada koszulkę z krótkim rękawem, spodenki i obuwie zmienne (czyste),
- podczas zajęć na świeżym powietrzu w okresie chłódów i zimy, obowiązuje dres, kurtki czapki i rękawiczki,
- przez właściwe przygotowanie do lekcji rozumie się także : upięte włosy, brak biżuterii i zegarków oraz krótko obcięte paznokcie,

**b) brak stroju**

- 2 razy w roku szkolnym można zgłosić nieprzygotowanie do lekcji bez straty punktów z aktywności,
- każde kolejne nieprzygotowanie skutkuje odjęciem 2 punktów

**3. Postępy w usprawnianiu:**

Na pierwszej lekcji wychowania fizycznego uczniowie wybierają zaproponowany przez nauczyciela zestaw prób do oceny sprawności oraz jedną godzinę zajęć do wyboru –zajęcia rekreacyjne. Wyniki testów sprawnościowych przeprowadzonych jesienią i wiosną, posłużą uczniom w ocenie poziomu własnej sprawności fizycznej między innymi:

- dbałość o zdrowie, higienę i kondycję oraz prawidłową postawę ciała
- samokontrola i samoocena sprawności
- poziom i postęp sprawności fizycznej

**4. Formy oceny pracy ucznia**

- sprawdziany praktyczne - 5x10pkt w okresie - (50pkt) ,
- aktywność, systematyczność, przygotowanie do zajęć i zaangażowanie ucznia na lekcji wf - 5x10pkt w okresie (10pkt w miesiącu) - (50pkt),
- dodatkowe punkty uczeń **może** otrzymać za (maksymalnie 10pkt w okresie):
  - udział w zawodach szkolnych i pomoc w ich organizacji - do 5pkt w okresie,
  - udział w zawodach powiatowych - do 5pkt w okresie,
  - udział w zawodach wojewódzkich - do 10pkt w okresie,
  - udział w SKS-ach - do 5pkt w okresie,
  - udział w imprezach rekreacyjno sportowych - do 5pkt w okresie,
  - udział w pozaszkolnych organizacjach i klubach sportowych - do 5pkt w okresie,
  - prace na rzecz szkoły (plakaty, gazetki, plansze, przybory itp.) - do 5pkt w okresie,
  - prowadzenie rozgrzewki podczas zajęć – do 5pkt w okresie.
  - 100% przygotowanie do lekcji (strój) – do 5pkt w okresie.

### **Planowane sprawdziany z wychowania fizycznego:**

**LA** - skok w dal, skok wzwyż, biegi długie, rzut piłką lekarską.

**Gimnastyka** - ćwiczenia wolne, skoki, układy ćwiczeń, indeks sprawności fizycznej.

**Gry zespołowe** - Piłka koszykowa: dwutakt, technika rzutów, gra,

Piłka siatkowa: zagrywka sposobem górnym i dolnym, odbicia piłki sposobem górnym i dolnym, gra,

Piłka ręczna: rzuty do bramki, gra,

Piłka nożna: żonglerka, technika podań, gra.

**Gry rekreacyjne:** badminton, ringo, szachy, warcaby, tenis stołowy.

Sprawdziany będą dostosowane do poziomu możliwości i umiejętności grupy.

W sytuacji, w której uczeń nie jest przygotowany do lekcji, nie podejmuje się wykonania próby, rezygnuje z niej w trakcie i nie ma to związku z jego złym samopoczuciem psychofizycznym lub urazem otrzymuje Opkt bez możliwości poprawy.

Uczniowie, którzy z różnych uzasadnionych przyczyn (choroba, usprawiedliwiona nieobecność niedysponowanie) nie wezmą udziału w testach sprawnościowych oraz sprawdzianach umiejętności technicznych, zobowiązani są w terminie dwóch tygodni od daty sprawdzianu przystąpić do zaliczenia. W przeciwnym razie uczeń otrzymuje Opkt. W wyjątkowych przypadkach (przewlekła choroba, zdarzenia losowe) nauczyciel może wydłużyć termin zaliczenia.

### **5. Wymagania z edukacji zdrowotnej i wiadomości z zakresu kultury fizycznej.**

Zagadnienia realizowane z edukacji zdrowotnej dołączone są do rozkładu materiału z wychowania fizycznego. Nauczyciel pełni rolę inicjatora, wskazującego i prowadzącego uczniów w świat wiedzy o zdrowym stylu życia, oraz co należy robić, by utrzymać zdrowie i sprawności na długie lata.

### **6. Wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego na poszczególne oceny:**

#### **a) ocena celująca ( co najmniej 99 % )**

- uczeń na zajęciach jest aktywny i zaangażowany
- jest zawsze przygotowany do zajęć
- prezentuje postawę godną do naśladowania – jest koleżeński i życzliwy
- systematycznie podnosi swoją sprawność fizyczną
- zależy mu na opanowaniu jak największej ilości różnych umiejętności ruchowych
- dba o bezpieczeństwo swoje i innych
- unika zachowań zagrażających własnemu zdrowiu
- systematycznie i aktywnie uczestniczy w zajęciach w-f, pozalekcyjnych czy pozaszkolnych

- przestrzega zasad „fair-play” w sporcie i w życiu
- osiąga sukcesy w zawodach sportowych co najmniej na szczeblu gminnym
- chętnie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego
- nigdy nie używa przemocy wobec innych

**b) ocena bardzo dobra ( 85,0 %- 98,9% )**

- uczeń na zajęciach jest aktywny i zaangażowany
- jest przygotowany do zajęć
- podnosi swoją sprawność fizyczną
- stara się opanować najwięcej różnych umiejętności ruchowych
- przestrzega zasad bezpieczeństwa na lekcji
- chętnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i zawodach sportowych
- jest koleżeński i kulturalny wobec innych
- osiąga wysoką frekwencję na zajęciach
- unika zachowań zagrażających własnemu zdrowiu
- nie stosuje przemocy wobec innych
- przestrzega zasad fair-play w sporcie i w życiu
- dba o higienę osobistą i estetyczny wygląd zewnętrzny
- posiada duży zasób wiadomości dotyczących wychowania fizycznego

**c) ocena dobra ( 70,0 %- 84,9% )**

- z reguły jest przygotowany do zajęć (dopuszczalny jest trzykrotny brak stroju sportowego)
- czynnie bierze udział w zajęciach
- swoim zachowaniem nie budzi większych zastrzeżeń
- osiąga wysoka frekwencję – nie usprawiedliwia wszystkich nieobecności
- nieregularnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych, pozaszkolnych i zawodach sportowych
- stara się podnosić swoją sprawność fizyczną
- stara się opanować podstawowe umiejętności ruchowe
- stara się nie stosować przemocy wobec innych
- stara się unikać zachowań zagrażających zdrowiu własnemu i innych
- stara się dbać o higienę osobistą i wygląd stroju sportowego

**d) ocena dostateczna ( 50,0 %- 69,9% )**

- nie wykazuje specjalnej aktywności na zajęciach

- bywa często nieprzygotowany do zajęć
- w zajęciach uczestniczy nieregularnie i raczej niechętnie
- w większej mierze nie usprawiedliwia swoich nieobecności na zajęciach
- wykazuje pewne braki w zakresie wychowania społecznego – bywa niekoleżeński, wulgarny, zdarzają mu się przypadki agresji i użycia siły wobec innych
- nie wykazuje troski o postęp w rozwoju sprawności fizycznej
- nie stara się opanować podstawowych umiejętności ruchowych
- nie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych
- nie przejawia specjalnej troski o estetyczny wygląd i higienę osobistą

**e) ocenia dopuszczająca ( 35,0 %- 49,9% )**

- uczeń prawie zawsze nie bierze udziału w zajęciach lekcyjnych
- cechuje go agresja i nie koleżeństwo
- posiada małe wiadomości i umiejętności z zakresu wychowanie fizycznego
- nie dba o swoją higienę osobistą
- ma niechętny stosunek do przedmiotu
- zachowuje się nieodpowiedzialnie i stwarza sytuacje zagrażające własnemu zdrowiu i innych

**f) ocenia niedostateczna ( 0%- 34,9% )**

- notorycznie nie bierze udziału w zajęciach lekcyjnych
- rezygnuje z przystąpienia do sprawdzianów
- przeszkadza na lekcjach i nie wykonuje poleceń nauczyciela
- bardzo często jest nie przygotowany do zajęć
- cechuje go agresja i aspołeczna postawa
- nie wykazuje chęci do udziału w ćwiczeniach i sprawdzianach nawet przy pomocy nauczyciela
- odmawia przystąpienia do wszelkich zadań podczas zajęć lekcyjnych.

**Odwołanie się od oceny wychowania fizycznego** uczeń może ubiegać się o zmianę oceny częściowej na stopień wyższy, jeżeli:

- jest w stanie usprawiedliwić, dlaczego nie zaliczył określonego sprawdzianu w wyznaczonym terminie:
- zgłosi do nauczyciela prowadzącego chęć przystąpienia do ponownego sprawdzianu i wraz z nauczycielem ustali termin tego sprawdzianu (1-2 sprawdziany):

Uczeń może ubiegać się o zmianę oceny śródrocznej lub rocznej na stopień wyższy, jeżeli:

posiadał dłuższe zwolnienie lekarskie

- systematycznie uczestniczył w zajęciach wychowania fizycznego (nie ma nieobecności nieusprawiedliwionej na lekcji lub nieusprawiedliwionego nieprzygotowania do zajęć):
- zaliczył sprawdziany w wyznaczonym przez nauczyciela terminie:
- po spełnieniu w/w wymagań zgłosi do nauczyciela prowadzącego prośbę o zmianę oceny na stopień wyższy nie później jednak „jak na dwa tygodnie przed wystawieniem oceny śródrocznej lub rocznej zgodnie z WO, a następnie przystąpi do sprawdzianu umiejętności i wiadomości wg wymagań z podstawy programowej, z wybranych dyscyplin sportowych w terminie uzgodnionym z nauczycielem.

#### **UWAGI DO WYMAGAŃ EDUKACYJNYCH NA POSZCZEGÓLNE OCENY Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**

1. O jakości wystawionej oceny decyduje poziom jaki reprezentuje uczeń w zakresie poszczególnych kryteriów. Należy zwrócić uwagę na wysiłek jaki uczeń wkłada w czynione postępy oraz aktywną jego postawę.
2. Uczniowie zgłaszają swoje nieprzygotowanie na zbiórce.
3. Dziewczęta w czasie niedyspozycji zwalniane są z wykonywania intensywnego wysiłku fizycznego, natomiast obowiązuje je aktywne uczestnictwo w zajęciach.
4. Opracowane są procedury zwolnienia z zajęć wychowania fizycznego z którymi zapoznawani są uczniowie na pierwszej lekcji przez nauczycieli, a rodzice przez wychowawców na pierwszym zebraniu.
5. Należy zachęcać uczniów do oceny swoich działań (do samokontroli i kontroli wzajemnej).
6. W celu wywołania i wzmocnienia pozytywnej motywacji uczniów do aktywności ruchowej należy eksponować ich sukcesy. Nieudane próby zaliczenia określonej formy aktywności ruchowej nie mogą być przedmiotem krytycznych uwag.
7. Należy dążyć aby czynności kontroli i oceny przejmował stopniowo uczeń.
8. Uczniom trzeba stawiać konkretne wymagania, a w ocenianiu uwzględniać obiektywne możliwości fizyczne ucznia (rozwój fizyczny i stan zdrowia).