

Szkoła Podstawowa nr 4 im. Bolesława Chrobrego w Goleniowie

WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO DLA KLASY I **zgodne z nową podstawą programową (alfabetyzacja ruchowa)** **Szkoła Podstawowa nr4 w Goleniowie**

Ocenianie w klasie I ma charakter przede wszystkim wspierający, motywujący i diagnostyczny. Zgodnie z nową podstawą programową oparta na koncepcji alfabetyzacji ruchowej, ocena nie może opierać się na wynikach testów sprawnościowych czy porównywaniu dzieci między sobą. Głównym celem jest budowanie u dziecka pozytywnego stosunku do aktywności fizycznej, poczucia własnej wartości oraz rozwijanie fundamentalnych umiejętności ruchowych.

I. OBSZARY PODLEGAJĄCE OCENIE

ZAANGAŻOWANIE I POSTAWA

- Aktywny udział w zabawach, podejmowanie prób wykonania każdego zadania, przygotowanie stroju sportowego.

POSTĘP I ROZWÓJ INDYWIDUALNY

- Rozwój fundamentalnych umiejętności (skoki, rzuty, biegi) względem własnego poziomu startowego.

KOMPETENCJE SPOŁECZNE I WSPÓŁPRACA

- Współpraca w parach i grupach, przestrzeganie zasad bezpieczeństwa, brak zachowań agresywnych.

WIEDZA I KOMPETENCJE ZDROWOTNE

- Rozróżnianie postawy prawidłowej od nieprawidłowej, bezpiecznego korzystania ze sprzętu, znajomość zasad higieny (zmiana koszulki, mycie rąk).

II. TESTY SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ

W ramach zajęć wychowania fizycznego realizuje się treści nauczania związane z diagnozowaniem i interpretowaniem rozwoju fizycznego i sprawności fizycznej uczniów. Testy sprawnościowe są przeprowadzane w każdej klasie w okresie od lutego do kwietnia. Wyniki testów sprawnościowych mogą być wykorzystywane wyłącznie do planowania ćwiczeń i aktywności fizycznych pomagających w rozwoju sprawności fizycznej. Powyższe testy nie będą wpływać na ocenę z wychowania fizycznego. Testy sprawnościowe obejmują:

- Bieg wahadłowy 10x5m
- Beep-test (bieg wahadłowy na odc. 20 metrów zgodnie z protokołem Eurofit) - mierzący wytrzymałość biegową,
- Plank. Podpór leżąc przodem na przedramionach (deska) - mierzący siłę i wytrzymałość całego ciała,
- Skok w dal z miejsca - mierzący skoczność i siłę.

III. KLUCZOWE KOMPETENCJE RUCHOWE

Nauczyciel w klasie I monitoruje, obserwuje rozwój następujących umiejętności (bez

Szkoła Podstawowa nr 4 im. Bolesława Chrobrego w Goleniowie

oceniania surowego wyniku numerycznego):

- Umiejętności lokomocyjne: sprawne chodzenie, bieganie, skakanie obunóż i jedenonóż, czworakowanie, krok odstawno-dostawny.
- Umiejętności manipulacyjne: rzucanie i chwytanie przyborów (piłki, woreczki), toczenie, kopanie, kozłowanie w miejscu.
- Stabilizacja i równowaga: stanięcie na jednej nodze, obroty, bezpieczne lądowanie po zeskoku, przechodzenie po niskiej ławeczce.
- Świadomość przestrzeni i ciała: reagowanie na sygnały dźwiękowe/wzrokowe, zmiana kierunku biegu na komendę, zachowanie bezpiecznej odległości.

IV. DOSTOSOWANIE WYMAGAŃ I ZWOLNIENIA

Nauczyciel dostosowuje wymagania do indywidualnych potrzeb psychofizycznych uczniów na podstawie opinii/orzeczeń poradni psychologiczno-pedagogicznych oraz zaświadczeń lekarskich.

Zwolnienie częściowe. W przypadku posiadania przez ucznia opinii lekarza o ograniczonych możliwościach wykonywania określonych ćwiczeń fizycznych, Dyrektor Szkoły, na wniosek rodzica ucznia, zwalnia ucznia z wykonywania określonych ćwiczeń fizycznych na lekcjach wychowania fizycznego na czas określony w tej opinii wg zasady:

- uczeń jest obowiązany uczestniczyć w zajęciach wychowania fizycznego;
- nauczyciel prowadzący zajęcia z wychowania fizycznego dostosowuje wymagania edukacyjne do możliwości ucznia.

Zwolnienie długoterminowe. W przypadku posiadania przez ucznia opinii lekarza o braku możliwości uczestniczenia ucznia w zajęciach wychowania fizycznego, Dyrektor Szkoły zwalnia ucznia z realizacji zajęć wychowania fizycznego wg zasad:

- uczeń jest obowiązany przebywać na zajęciach pod opieką nauczyciela, chyba że rodzice ucznia złożą oświadczenie o zapewnieniu dziecku opieki na czas trwania lekcji wychowania fizycznego (zwolnienia z pierwszych i ostatnich lekcji w planie zajęć).
- w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się „zwolniony” albo „zwolniona”.
- uczeń nabiera prawo do zwolnienia z określonych ćwiczeń fizycznych lub zwolnienia z zajęć wychowania fizycznego po otrzymaniu decyzji Dyrektora Szkoły.
- Uczeń zwolniony z pierwszych lub ostatnich zajęć wychowania fizycznego ma odznaczane w dzienniku zwolniony/zwolniona.

Zwolnienie krótkotrwale w przypadku choroby, niedyspozycji. Uczeń w uzasadnionych przypadkach (przeziębienie, choroba, niedyspozycja itp.) może być zwolniony z ćwiczeń na lekcji wychowania fizycznego na podstawie zwolnienia napisanego przez rodzica/opiekuna prawnego. Zwolnienie należy przysyłać poprzez dziennik elektroniczny do nauczyciela wychowania fizycznego uczącego w danej klasie przed rozpoczęciem lekcji, której ono dotyczy. Niedyspozycja uczennic nie zwalnia ich z czynnego uczestnictwa w zajęciach (wyjątkiem są wskazania medyczne potwierdzone zaświadczeniem lekarskim). Długość zwolnienia od rodzica/opiekuna nie może przekraczać 4 następujących po sobie godzin lekcyjnych. Brak przestrzegania tej zasady będzie miał wpływ na ocenę z obszaru systematyczności.

- uczeń zwolniony jest obecny na lekcjach a na prośbę nauczyciela pomaga w ich realizacji.

V. ZASADY OBOWIAZUJĄCE UCZNIÓW NA LEKCJACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Uczeń zobowiązany jest do:

1. Zapoznania się i przestrzegania regulaminu boisk zewnętrznych.

Szkoła Podstawowa nr 4 im. Bolesława Chrobrego w Goleniowie

2. Zapoznania się i przestrzegania zasad BHP na lekcji.
3. Odpowiedniego przygotowania się do ćwiczeń. Uczeń ćwiczący posiada czyste zmienne obuwie sportowe na jasnej podeszwie lub kauczukowej, koszulkę sportową, spodenki sportowe, dres lub bluzę sportową w przypadku zajęć na boisku lub w terenie, włosy spięte gumką, krótkie paznokcie pozwalające zapewnić bezpieczeństwo sobie i innym uczestnikom lekcji. Uczeń ćwiczący nie może posiadać na lekcji ozdób tj. kolczyki, łańcuszki, zegarki, bransoletki itp.
4. Punktualnego przychodzenia na lekcję. Z uwagi na bezpieczeństwo i zdrowie uczniów, który spóźnił się na lekcję(powyżej 15 minut) i nie uczestniczył w rozgrzewce jest obecny – ale nie powinien czynnie uczestniczyć w dalszej części zajęć ze względu na niebezpieczeństwo odniesienia kontuzji chyba że wykona rozgrzewkę samodzielnie pod baczny nadzorem nauczyciela.
5. Systematycznego i aktywnego uczestnictwa w lekcjach wychowania fizycznego.
6. Stosowania się do poleceń nauczyciela i utrzymywania dyscypliny na lekcjach.
7. Informowania na bieżąco nauczyciela uczącego o kontuzjach lub dolegliwościach.
8. Dbania o mienie szkoły i jej estetyczny wygląd, utrzymywania czystości i porządku w miejscu ćwiczeń, szatniach oraz na boisku szkolnym.
9. Zabezpieczenia wartościowych przedmiotów przynoszonych do szkoły i pozostawianych w szatni. **Szkoła nie ponosi odpowiedzialności za przedmioty wartościowe przynoszone przez uczniów oraz rzeczy pozostawione w szatniach wychowania fizycznego**
10. Przestrzegania na lekcji zakazu **żucia gumy, jedzenia i picia (z wyjątkiem wody), a także zakazu używania i wnoszenia na zajęcia telefonów komórkowych i innych urządzeń elektronicznych** chyba, że telefon traktowany jest jako pomoc dydaktyczna a korzystanie odbywa się za zgodą nauczyciela.
11. Zgodnie z wymogami podstawy programowej kształcenia ogólnego z wychowania fizycznego dopuszcza się **całoroczne prowadzenie zajęć wychowania fizycznego na świeżym powietrzu**. W związku z tym uczeń zobowiązany jest do posiadania stroju sportowego dostosowanego do warunków pogodowych.
12. Do przestrzegania zakazu przebywania w szatni podczas przerwy.
13. **Brak stroju na lekcjach wychowania fizycznego**
 - uczeń, który nie przynosi stroju na lekcje otrzymuje wpis do dziennika np.- nieprzygotowany
 - uczeń, który posiada liczne wpisy o braku stroju musi wiedzieć, iż przy wystawianiu oceny rocznej będzie brane to pod uwagę i może skutkować jej obniżeniem
 - uczeń, który notorycznie nie przynosi stroju na lekcje, tym samym nie uczestniczy w zajęciach, nie uzyskuje ocen bieżących
 - brak ocen bieżących uniemożliwia uzyskanie oceny klasyfikacyjnej rocznej
 - brak klasyfikacji blokuje uzyskanie promocji lub ukończenie szkoły

Opracował zespół nauczycieli wychowania fizycznego