

Szkoła Podstawowa nr 4 im. Bolesława Chrobrego w Goleniowie

WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO DLA KLAS V-VIII **Szkoła Podstawowa nr4 w Goleniowie**

Podstawą do wystawienia oceny z wychowania fizycznego oprócz wiadomości i umiejętności jest w szczególności wysiłek włożony przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć, czyli systematyczność i regularność udziału ucznia w zajęciach oraz aktywność i zaangażowanie. Reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych oraz trenowanie w klubie sportowym nie jest równoznaczne z otrzymaniem oceny celującej na koniec roku. Ocena roczna jest wypadkową ocen końcowych ze wszystkich obszarów oceniania.

I OBSZARY PODLEGAJACE OCENIE:

AKTYWNOŚĆ I ZANGAŻOWANIE

- Uczeń może otrzymać ocenę za: aktywność i zaangażowanie w przebieg lekcji, przygotowanie do zajęć, pełnienie funkcji organizacyjnych w czasie lekcji w-f oraz podczas pozalekcyjnych zajęć sportowych (prowadzenie rozgrzewki, pełnienie roli kapitana zespołu lub sędziego itp.), stosunek do partnera i przeciwnika, przestrzeganie przepisów BHP, zasad fair-play, sumiennosc i staranność w wywiązywaniu się z obowiązków.
- Liczba niećwiczenia, nieobecności, braku stroju i spóźnień ma wpływ na oceny cząstkowe i roczne
- Informacja będzie potwierdzeniem i adekwatnym wpisem do dziennika elektronicznego.

UMIEJĘTNOŚCI RUCHOWE I INDYWIDUALNY POSTĘP

- Poziom i postęp umiejętności oceniany jest na podstawie przeprowadzanych sprawdzianów zgodnych z wymaganiami programowymi z zakresu indywidualnych i zespołowych form aktywności ruchowej.
- Podczas wykonywania elementów techniczno-taktycznych oceniana jest przede wszystkim technika, estetyka, płynność i poprawność danego ćwiczenia lub zadania, stopień trudności, skuteczność wykonywanego ćwiczenia (celność, ilość, odległość), możliwości psychofizyczne ucznia i wkład jego pracy.
- Umiejętności oceniane będą zgodnie ze standardami wymagań według kryteriów dla poszczególnych sprawdzianów, które przeprowadzane będą w ciągu całego roku szkolnego po zakończeniu danego cyklu tematycznego (w zależności od możliwości klasy, warunków atmosferycznych).
- Uczeń podczas oceny ma prawo do dwóch lub trzech prób w zależności od rodzaju ćwiczeń. Oceniana jest zawsze próba lepsza.

WIADOMOŚCI I KOMPETENCJE

Na bieżąco w trakcie realizacji określonych zadań lekcji oceniane będzie m.in. wykorzystanie w praktyce posiadanych przez ucznia wiadomości (przepisów gier zespołowych, prowadzenie rozgrzewki i posługiwanie się prawidłową terminologią). Oceniane będą również wiadomości wynikające z realizacji podstawy programowej. Znajomość zasad bezpieczeństwa. Wiedza dotycząca zdrowego stylu życia i aktywności fizycznej i higieny.

SYSTEMATYCZNE PRZYGOTOWANIE DO ZAJĘĆ

- Regularne uczestnictwo w lekcjach
- Przygotowanie i posiadanie stroju odpowiedniego na lekcje wf

Szkoła Podstawowa nr 4 im. Bolesława Chrobrego w Goleniowie

- Aktywny udział w ćwiczeniach

DODATKOWA AKTYWNOŚĆ UCZNIA

W tym obszarze uczeń może uzyskać dodatkową ocenę za:

- reprezentowanie szkoły w szkolnych i międzyszkolnych zawodach sportowych;
- sukcesy sportowe pozaszkolne w zawodach na szczeblu wojewódzkim i wyższym;
- wolontariat sportowy
- pozaszkolna udokumentowana działalność sportowa (min. 2 godz. w tygodniu). Ocena wystawiana jest raz na koniec roku szkolnego na podstawie zaświadczenia z klubu lub stowarzyszenia sportowego dostarczonego nauczycielowi uczącemu w formie papierowej lub elektronicznej.

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. KRYTERIA OCEN

Stopień celujący (6) otrzymuje uczeń, który:

- posiadał wiedzę i umiejętności obejmujące pełen zakres programu nauczania i wymagań programowych przedmiotu w danej klasie,
- biegle posługuje się zdobytymi umiejętnościami i wiadomościami z programu nauczania danej klasy, sprawnie posługuje się obowiązującą w przedmiocie terminologią,
- proponuje rozwiązania nietypowe lub wykonuje zadania wykraczające poza program nauczania lub uczestniczy i odnosi sukcesy w pozaszkolnych formach aktywności
- posiada wysoki, ponadprzeciętny stopień aktywności fizycznej, wkłada bardzo duży wysiłek i wykazuje wysokie zaangażowanie w rozwijanie własnej sprawności fizycznej lub prezentuje duże umiejętności w wybranej dyscyplinie sportu, odnosi znaczące sukcesy indywidualne lub zespołowe w międzyszkolnych zawodach sportowych lub pozaszkolnych zawodach sportowych na szczeblu ogólnopolskim i wyższym; aktywnie uczestniczy w życiu sportowym na terenie szkoły jak również w innych formach działalności związanej z kulturą fizyczną,

Stopień bardzo dobry (5) otrzymuje uczeń, który:

- opanował w stopniu bardzo dobrym zakres wiedzy i umiejętności określony programem nauczania w danej klasie,
- sprawnie posługuje się zdobytymi umiejętnościami i wiadomościami, potrafi zastosować posiadaną wiedzę i umiejętności w nowych sytuacjach,
- sprawnie posługuje się obowiązującą w przedmiocie terminologią, posiada wysoki

Szkoła Podstawowa nr 4 im. Bolesława Chrobrego w Goleniowie

stopień aktywności fizycznej, wkłada duży wysiłek i wykazuje zaangażowanie w rozwijanie własnej sprawności fizycznej, prezentuje duże umiejętności w wybranej dyscyplinie sportu lub odnosi sukcesy indywidualne lub zespołowe w międzyszkolnych zawodach sportowych lub pozaszkolnych zawodach sportowych na szczeblu ogólnopolskim i wyższym;

- swoją postawą społeczną, zaangażowaniem i stosunkiem do wychowania fizycznego nie budzi najmniejszych zastrzeżeń;
- ma wysokie umiejętności sportowe i systematycznie je rozwija.

Stopień dobry (4) otrzymuje uczeń, który:

- nie opanował w pełnym zakresie wiadomości i umiejętności określonych programem nauczania w danej klasie, ale opanował wymagania zawarte w podstawie programowej na poziomie dobrym, dysponuje dobrą sprawnością motoryczną i utrzymuje ją na stałym poziomie,
- wykonuje samodzielnie typowe zadania praktyczne, a w sytuacjach nietypowych z pomocą nauczyciela, posiadane wiadomości w zakresie kultury fizycznej i potrafi je wykorzystać w praktyce przy pomocy nauczyciela,
- stosuje podstawowe pojęcia właściwej dla wychowania fizycznego, jest aktywny fizycznie, wkłada duży wysiłek i wykazuje zaangażowanie w rozwijanie własnej sprawności fizycznej lub prezentuje umiejętności w wybranej dyscyplinie sportu lub odnosi osiągnięcia indywidualne lub zespołowe w międzyszkolnych zawodach sportowych;
- swoją postawą społeczną i stosunkiem do kultury fizycznej nie budzi zastrzeżeń, sporadycznie nie uczestniczy w zajęciach.

Stopień dostateczny (3) otrzymuje uczeń, który:

- opanował zakres materiału programowego ograniczony do treści podstawowych,
- jest przeciętnie aktywny fizycznie, wkłada umiarkowany wysiłek i wykazuje umiarkowane zaangażowanie w rozwijanie własnej sprawności fizycznej;
- dysponuje przeciętną sprawnością fizyczną i wykazuje małe postępy w usprawnianiu;
- w jego wiadomościach z zakresu kultury fizycznej są znaczne luki, a te które posiada nie potrafi wykorzystać w praktyce;
- często nie uczestniczy w zajęciach bez wyraźnego powodu.

Stopień dopuszczający (2) otrzymuje uczeń, który:

- posiada konieczne, niezbędne do kontynuowania nauki na dalszych etapach kształcenia umiejętności i wiadomości z zakresu wychowania fizycznego
- wkłada minimalny wysiłek w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć, nie bierze systematycznie udziału w zajęciach i innych formach promocji kultury fizycznej; ćwiczenia wykonuje niechętnie, wykazuje bardzo małe postępy w usprawnianiu
- ma niechętny stosunek do ćwiczeń i aktywności na lekcji, nie chce w nich uczestniczyć.

Stopień niedostateczny (1) otrzymuje uczeń, który:

- nie opanował wiadomości i umiejętności określonych podstawami programowymi, a braki w wiadomościach uniemożliwiają dalsze zdobywanie wiedzy,
- ma lekceważący stosunek do zajęć i nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu,
- nie jest w stanie wykonać zadań o niewielkim elementarnym stopniu trudności, nie wykorzystał szans na poprawę sprawności fizycznej i uzupełnienie wiedzy i

Szkoła Podstawowa nr 4 im. Bolesława Chrobrego w Goleniowie

umiejętności z zakresu w-f

- nie wkłada wysiłku w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć, nie bierze w nich udziału i w innych formach promocji kultury fizycznej.

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:

1. 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).
2. w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się „zwolniony” albo „zwolniona”.
3. uczeń nabiera prawo do zwolnienia z określonych ćwiczeń fizycznych lub zwolnienia z zajęć wychowania fizycznego po otrzymaniu decyzji Dyrektora Szkoły.
4. 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 ma prawo do 4 nie przygotowań w roku szkolnym bez konsekwencji (po dwa na półrocze). W przypadku nieobecności ucznia lub jego nieprzystąpienia do sprawdzianu lub testu nauczyciel wpisuje NB - nieobecny. Uczeń ma obowiązek podejść do zaliczenia w/w form w najbliższym lub uzgodnionym z nauczycielem terminie. Niezaliczenie ich może skutkować obniżeniem oceny rocznej.

Szkoła Podstawowa nr 4 im. Bolesława Chrobrego w Goleniowie

Uczeń zobowiązany jest do:

1. Zapoznania się i przestrzegania regulaminu boisk zewnętrznych.
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 uczeń, 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. Systematycznego dokumentowania własnej aktywności fizycznej.
7. Stosowania się do poleceń nauczyciela i utrzymywania dyscypliny na lekcjach.
8. Informowania na bieżąco nauczyciela uczącego o kontuzjach lub dolegliwościach.
9. Dbania o mienie szkoły i jej estetyczny wygląd, utrzymywania czystości i porządku w miejscu ćwiczeń, szatniach oraz na boisku szkolnym.
10. 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**
11. 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.
12. Zgodnie z wymogami podstawy programowej kształcenia ogólnego z wychowania fizycznego dopuszcza się **caloroczne prowadzenie zajęć wychowania fizycznego na świeżym powietrzu**. W związku z tym uczeń zobowiązany jest do posiadania stroju sportowego dostosowanego do warunków pogodowych.
13. **Do przestrzegania zakazu przebywania w szatni na przerwie.**
14. **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