

Wymagania edukacyjne niezbędne do otrzymania przez ucznia poszczególnych śródrocznych i rocznych ocen klasyfikacyjnych z wychowania fizycznego

Wymagania na oceny śródroczne i oceny roczne uwarunkowane są dostępem do obiektów sportowych i warunków pogodowych

I Założenia ogólne przedmiotowych zasad oceniania.

Przedmiotowe zasady oceniania mają na celu:

1. Informowanie ucznia o poziomie osiągnięć edukacyjnych i postępach w tym zakresie.
2. Pomoc uczniowi w samodzielnym planowaniu swojego rozwoju poprzez poznanie własnego poziomu sprawności fizycznej i umiejętności.
3. Motywowanie ucznia do dalszej pracy, wysiłku i samodoskonalenia się.
4. Dostarczenie rodzicom i nauczycielom rzetelnej i szczegółowej informacji o postępach, trudnościach i uzdolnieniach ucznia.
5. Umożliwienie nauczycielowi kontroli rozwoju ucznia, doskonalenie organizacji i metod pracy dydaktyczno – wychowawczej.
6. Uświadomienie uczniom braków w zakresie umiejętności i wiedzy oraz wdrażanie do samokontroli.
7. Zapewnienie bezpieczeństwa wynikające z niezmienności i zgodności ze standardami.

Ocenianie przedmiotowe obejmuje:

1. Formułowanie przez nauczycieli wymagań edukacyjnych oraz informowanie o nich uczniów i rodziców.
2. Formułowanie trybu oceniania.
3. Bieżące, śródroczne, końcowe ocenianie i klasyfikowanie według skali i w formie przyjętej w szkole jak również warunki poprawiania.
4. Przeprowadzanie egzaminów klasyfikacyjnych.

Nauczyciel we wrześniu informuje uczniów o wymaganiach edukacyjnych oraz zasadach i sposobach sprawdzania umiejętności i wiadomości z przedmiotu, obowiązujących w danym roku szkolnym.

Przy wystawianiu oceny z wychowania fizycznego należy w szczególności 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.

II Obszary podlegające ocenie.

Ocena semestralna i roczna obejmuje:

Stopień opanowania wymagań edukacyjnych:

a) w zakresie kształtowania umiejętności:

- wykorzystania zdolności koordynacyjno – kondycyjnych,
- działania na rzecz zdrowia,
- doskonalenia sprawności fizycznej i pomiaru indywidualnego postępu osiągnięć ucznia,
- ruchowych (technicznych i taktycznych) nabytych w toku nauczania,
- organizacji i prowadzenia zajęć ruchowych przez uczniów,
- organizacji i sędziowania współzawodnictwa sportowego.

b) w zakresie zdobywania, przekazywania i wykorzystania wiadomości:

- z Edukacji Zdrowotnej,
- o organizacji różnych zajęć ruchowych,
- o historii sportu i olimpizmu,
- o walorach turystycznych i rekreacyjnych naszego regionu.

Aktywność, a w tym:

- zaangażowanie w wykonywanie ćwiczeń i zadań lekcyjnych zbliżone do maksymalnych swoich możliwości,
- ruchową i organizacyjną inwencję twórczą,
- aktywny udział w zajęciach i współuczestnictwo w ich organizacji,
- uczestnictwo w zajęciach pozalekcyjnych (kołach sportowo-rekreacyjnych) i pozaszkolnych formach aktywności fizycznej (np.: klubach sportowych),
- zaangażowanie w działalność związaną z szeroko pojętą kulturą fizyczną,
- reprezentowanie klasy, szkoły w zawodach (lub innych formach) sportowych i rekreacyjnych,
- uzyskiwanie znaczących osiągnięć sportowych (uprawiając sporty wyczynowo).
- każdy uczeń przygotowuje i przeprowadza rozgrzewkę na ocenę
- przygotowanie lekcji pokazowych dotyczących ulubionej dyscypliny sportowej (np. osoby trenujące sporty walki, taniec nowoczesny itp.).

Postawę ucznia, a w tym:

- zaangażowanie ucznia w lekcję oraz wysiłek włożony w osiągnięcie sprawności i umiejętności dostosowany do jego możliwości,
- poczucia odpowiedzialności za życie i zdrowie własne oraz innych,
- przestrzegania regulaminów korzystania z obiektów sportowych,

- współdziałania i wzajemnej współodpowiedzialności, stosowanie zasad „fair play”, kultura kibicowania,
- samokontroli i samooceny,
- higieny stroju i ciała,
- ruchową inwencję ucznia.

Uczestnictwo w zajęciach, a w tym:

- punktualność przychodzenia na zajęcia,
- systematyczność uczęszczania na zajęcia,
- przygotowanie do zajęć.

Przygotowanie do zajęć z wychowania fizycznego, a w tym:

- Wymagany jest czysty i schludny strój sportowy, zmienne obuwie sportowe.

III Sposoby sprawdzania osiągnięć i postępów ucznia.

a) Obowiązująca skala ocen:

- celujący – 6 - cel
- bardzo dobry – 5 - bdb
- dobry – 4 – db
- dostateczny – 3 – dst
- dopuszczający – 2 - dop
- niedostateczny – 1 – ndst
- powyższe oceny mogą być wspomagane plusem „+” i minusem „-” przy ocenie zasadniczej np. 3+, 4-, itp. (dotyczą tylko ocen bieżących)
- w przypadku całkowitego zwolnienia ucznia z ćwiczeń lub zwolnienia z uczestnictwa w zajęciach, w dokumentacji wpisuje się odpowiednio na koniec semestru lub roku szkolnego odpowiednio: „zwolniony”, „zwolniona”.

b) Stosowane formy kontroli:

- uczestnictwo w zajęciach,
- obserwacja wkładu pracy oraz postawy ucznia podczas realizacji bieżących zajęć; testy sprawności fizycznej i umiejętności (pomiar wyników, ocena techniki i taktyki wykonywanych zadań) – porównywanie wyników pod kątem dokonanych postępów;
- rozmowy, pogadanki, dyskusje na tematy objęte wymaganiami edukacyjnymi;
- wyznaczone prace domowe, opracowania;
- wykonywane (wcześniej przygotowane) zadania kontrolne, np.: prowadzenie wybranych ćwiczeń, części lekcji, organizacja współzawodnictwa, tworzenie gazetek ściennych itd.;
- monitorowanie udziału ucznia w zajęciach pozalekcyjnych i zaangażowania we współzawodnictwie sportowym;
- analiza osiągnięć i wyników sportowych ucznia.

c) Klasyfikacja semestralna (śródroczna) i roczna:

„Art. 44f. Ustawy o systemie oświaty [Klasyfikacja ucznia]

1.

Uczeń podlega klasyfikacji:

1)

śródrocznej i rocznej;

2)

końcowej.

2.

Klasyfikacja śródroczna polega na okresowym podsumowaniu osiągnięć edukacyjnych ucznia z zajęć edukacyjnych i zachowania ucznia oraz ustaleniu śródrocznych ocen klasyfikacyjnych z tych zajęć i śródrocznej oceny klasyfikacyjnej zachowania. Klasyfikację śródroczną przeprowadza się co najmniej raz w ciągu roku szkolnego, w terminie określonym w statucie szkoły.

3.

Klasyfikacja roczna polega na podsumowaniu osiągnięć edukacyjnych ucznia z zajęć edukacyjnych i zachowania ucznia w danym roku szkolnym oraz ustaleniu rocznych ocen klasyfikacyjnych z tych zajęć i rocznej oceny klasyfikacyjnej zachowania.”

IV Wymagania na poszczególne oceny.

Lekkoatletyka:

Bieg krótki – 100m

płeć	cel	bdb	db	dst	dop	ndst
dziewczęta	<15s	15s – 16s	16s – 17s	17s – 18s	18s- 19s	>19s
chłopcy	<13s	13s – 14s	14s – 15s	15s – 16s	16s – 17s	>17s

Biegi średnie – chłopcy 1000m, dziewczęta 800m

płeć	cel	bdb	db	dst	dop	ndst
dziewczęta	<3:10	3:11 – 3:30	3:31-4:00	4:01-4:40	4:41-6:00	>6:00
chłopcy	<3:10	3:11 – 3:30	3:31-4:00	4:01-4:40	4:41-5:30	>5:30

Skok w dal:

płeć	cel	bdb	db	dst	dop	ndst
dziewczęta	>4,20m	3,90-4,19m	3,40-3,89m	2,70-3,39m	2,00-2,69m	<2,00m
chłopcy	>5,10	4,60-5,09m	4,20-4,59m	3,75-4,19m	3,35-3,74m	<3,35m

Pchnięcie kulą:

płeć	cel	bdb	db	dst	dop	ndst
dziewczęta	>7m	6,00-6,99m	4,50-5,49m	3,50-4,49m	2,50-3,49m	<2,50m
chłopcy	>9m	8,50-8,99m	8,00-8,49m	7,50-7,99m	7,00-7,49m	<7m

Pozostałe próby i opracowania: Test Coopera, Beep Test, MTSF

Piłka koszykowa:

Rzuty osobiste: chłopcy i dziewczyny 10 prób (skuteczność):

płeć	cel	bdb	db	dst	dop	ndst
Ch/dz	6->6	5	4	3	2	1-<1

Próba rzutów z różnych miejsc, z półdystansu:

Dziewczęta (próba 5 rzutów):

płeć	cel	bdb	db	dst	dop	ndst
dziewczęta	<30s	31s-45s	46s-1:00	1:01-1:15	1:16-1:30	>1:30

Chłopcy (próba 10 rzutów):

płeć	cel	bdb	db	dst	dop	ndst
chłopcy	<1:00	1:01-1:20	1:21-1:40	1:41-2:10	2:11-3:00	>3:00

Ćwiczenia złożone – kozłowanie, dwutakty, podania, chwyt, zwody, rzut z biegu, zbiórka, rzut z półdystansu – w zależności od techniki wykonania.

Piłka siatkowa:

Zagrywka - 5 zagrywek + we wskazane miejsce

płeć	cel	bdb	db	dst	dop	ndst
Ch/dz	5 + we wskazane miejsce	5	4	3	2	1-<1

Odbicia sposobem dolnym, górnym - w zależności od techniki wykonania.

Piłka nożna:

Prowadzenie piłki, strzał na bramkę, podania, przyjęcie piłki - w zależności od techniki wykonania.

Piłka ręczna:

Rzuty na bramkę, zwody, podania piłki - w zależności od techniki wykonania.

Taniec:

Aerobik, step aerobic, tabata, joga, stretching, pilates - w zależności od opanowania choreografii / układów / zestawów ćwiczeń.

Gimnastyka:

Piramidy, skok przez kozła, skok przez skrzynie, przewroty w przód i w tył, ćwiczenia na równoważni, stanie na głowie i rękach, układy ćwiczeń wolnych, ćwiczenia na drążku - w zależności od techniki wykonania.

Przepisy gier zespołowy, dyscyplin sportowych:

Piłka nożna, piłka ręczna, piłka siatkowa, piłka koszykowa, lekkoatletyka – znajomość zasad, sędziowanie.

Edukacja zdrowotna:

Opracowanie i przedstawienie wskazanego zagadnienia, testy wiedzy.

Wymagania edukacyjne w poszczególnych klasach

klasy I

lekkoatletyka:

dziewczęta: 100m, 800m

chłopcy: 100m, 1000m, skok w dal

piłka siatkowa:

dziewczęta: odbicia sposobem dolnym

chłopcy: odbicia sposobem górnym i dolnym

piłka koszykowa:

dziewczęta: dwutakt, rzuty spod kosza (ilościelnych i skutecznych rzutów w serii), rzuty z 5 wskazanych miejsc (czas)

chłopcy: rzut z biegu po kozłowaniu, rzuty osobiste (x 10 – celność i skuteczność)

gimnastyka:

chłopcy: układ ćwiczeń wolnych, skok rozkroczny przez kozła

dziewczęta : przewroty w przód oraz w tył, mostek, piramidy, układy taneczne.

równoważnia - waga przodem

klasy II

lekkoatletyka:

dziewczęta: 100m, 800m

chłopcy: 100m, 1000m, skok w dal

piłka siatkowa:

dziewczęta: odbicia sposobem górnym

chłopcy: odbicia sposobem górnym i dolnym przez siatkę

piłka koszykowa:

dziewczęta: rzuty spod kosza (ilościelnych i skutecznych rzutów w serii), rzuty z 5 wskazanych miejsc (czas)

chłopcy: podania w parach w biegu zakończone rzutem, rzuty osobiste (x 9-celność i skuteczność)

gimnastyka:

chłopcy:wymyk i odmyk na drążku, skok rozkroczny przez skrzynię
dziewczęta : piramidy,układy taneczne, stanie na głowie z asekuracją, równoważnia-waga przodem
wymyk/odmyk

klasy III

lekkoatletyka:

dziewczęta: 100m, 800m

chłopcy: 100m, 1000m, pchnięcie kulą

piłka siatkowa:

dziewczęta: odbicia sposobem górnym i dolnym

chłopcy:indywidualne odbicia sposobem górnym i dolnym, zagrywka (skuteczność)

piłka koszykowa:

dziewczęta: rzuty spod kosza (ilośćcelnych i skutecznych rzutów w serii), rzuty z 5 wskazanych miejsc (czas)

chłopcy:rzut z półdystansu, rzuty osobiste (x 8-celność i skuteczność)

gimnastyka:

chłopcy:układ ćwiczeń wolnych, skok kuczny przez skrzynię

dziewczęta : układy taneczne, stanie na głowie z asekuracją,stanie na rękach z asekuracją, skok kuczny przez skrzynię,skok przez kozła,równoważnia-waga przodem,wymyk/odmyk

klasy IV

lekkoatletyka:

dziewczęta: 100m, 800m

chłopcy: 100m, 1000m,

piłka siatkowa:

dziewczęta: zagrywka

chłopcy: :indywidualne odbicia sposobem górnym i dolnym (koło 3,6m), zagrywka (skuteczność)

piłka koszykowa:

dziewczęta: rzuty spod kosza (ilośćcelnych i skutecznych rzutów w serii), rzuty z 5 wskazanych miejsc (czas)

chłopcy:ćwiczenie złożone (kozłowanie, podanie, chwyt, zwód, rzut z biegu, zbiórka, rzut z miejsca)

gimnastyka:

chłopcy: układ ćwiczeń wolnych,

dziewczęta :układy taneczne, stanie na głowie z asekuracją,stanie na rękach z asekuracją skok kuczny przez skrzynię, skok przez kozła, równoważnia - waga przodem, wymyk/odmyk

V Przedmiotowy regulamin oceniania.

- Warunkiem wystawienia oceny semestralnej/końcoworocznej z wychowania fizycznego jest aktywne uczestnictwo w zajęciach.
- Uczniowie zgłaszają swoje nieprzygotowanie do zajęć przed lekcją.

- Uczeń ma prawo zgłosić nieprzygotowanie do zajęć (brak stroju sportowego) 2 razy w danym semestrze. Każdy kolejny brak stroju skutkuje oceną niedostateczną.
- Obowiązkiem ucznia jest poinformowanie o zwolnieniu lekarskim nauczyciela wychowania fizycznego i przedstawienie stosownego dokumentu.
- W uzasadnionych przypadkach uczniowie zwolnieni z ćwiczeń na podstawie zaświadczeń lekarskich, mogą być zwolnieni z obowiązku obecności na lekcji i udziału w niej wyłącznie za zgodą dyrektora szkoły. Decyzję o zwolnieniu z udziału w lekcji dyrektor szkoły podejmuje na podstawie pisemnej prośby oraz przedstawionej, odpowiedniej dokumentacji lekarskiej.
- Planowany sprawdzian lub test poprzedzony jest lekcjami przygotowawczymi.
- Uczeń, który jest nieobecny na sprawdzianie, bądź do niego nie przystępuje w ustalonym planem pracy terminie, ma obowiązek przystąpić do niego w okresie 2 tygodni od przybycia do szkoły lub, w szczególnych przypadkach, w terminie wyznaczonym przez nauczyciela z uwzględnieniem warunków lokalowych i pogodowych.
- Uczeń może dostać ocenę niedostateczną ze sprawdzianu umiejętności, jeżeli odmówił przystąpienia do sprawdzianu. Ocenę tę uczeń może poprawić.
- Warunki poprawy oceny ze sprawdzianów:
 - Po otrzymaniu oceny niezadowolającej ze sprawdzianu uczeń ma możliwość jej poprawy.
 - Uczeń może poprawić każdą ocenę ze sprawdzianu po konsultacji z nauczycielem, nie później niż 14 dni od momentu otrzymania oceny z uwzględnieniem warunków lokalowych i pogodowych.
- Uczniowie posiadający czasowe częściowe lub stałe częściowe zwolnienie lekarskie z wykonywania określonych ćwiczeń fizycznych, w celu uzyskania oceny z określonego zadania, wynikającego z założeń planu pracy:
 - wykonują, ustalone przez nauczyciela, inne, zastępcze, zadania ruchowe lub organizacyjne.
 - mogą uzyskać ocenę z teorii tej dyscypliny, której zadań fizycznie wykonać nie mogą.
- Uczniowie osiągający sukcesy sportowe szkolne/klubowe pretendujący do podwyższenia oceny na koniec semestru lub roku, zobowiązani są do udokumentowania osiągniętych sukcesów.

VI PROCEDURA UZYSKIWANIA ZWOLNIEŃ Z REALIZACJI ZAJĘĆ WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Zwolnienie doraźne:

- 1) W wyjątkowych sytuacjach (np. chwilowa niedyspozycja zdrowotna, zdarzenie losowe) uczeń może być zwolniony z realizacji pojedynczych zajęć wychowania fizycznego po przedłożeniu zwolnienia wystawionego przez pielęgniarkę szkolną.
- 2) Decyzję o zwolnieniu ucznia z ćwiczenia na zajęciach podejmuje nauczyciel wychowania fizycznego po uzyskaniu informacji od ucznia o zaistniałej sytuacji losowej czy zdrowotnej.
- 3) Uczeń ma obowiązek przebywać na tych zajęciach pod opieką nauczyciela.

Zwolnienia długoterminowe:

- 1) Dłuższe zwolnienie ucznia z realizacji zajęć wychowania fizycznego musi być poparte odpowiednim zaświadczeniem wystawionym przez lekarza.
- 2) Zaświadczenie lekarskie wystawione na okres dłuższy niż 1 miesiąc należy zgłosić nauczycielowi wychowania fizycznego oraz złożyć wraz z odpowiednimi dokumentami u pielęgniarki szkolnej.
- 3) 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.
- 4) W przypadku zwolnienia ucznia z realizacji zajęć wychowania fizycznego przez cały semestr lub rok szkolny w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się „zwolniony/zwolniona”.
- 5) Obowiązkiem ucznia jest uczęszczanie na zajęcia wychowania fizycznego dopóki nie zostanie dostarczone zwolnienie lekarskie oraz zostaną załatwione wszelkie formalności z tym związane.
- 6) Uczeń posiadający zwolnienie lekarskie jest zobowiązany do obecności na zajęciach wychowania fizycznego, jeżeli są to jego „środkowe” lekcje.
- 7) W szczególnych przypadkach, gdy zajęcia te są pierwszymi i/lub ostatnimi w danym dniu, uczeń może być zwolniony z tego obowiązku na podstawie złożonego pisemnego oświadczenia rodzica (opiekuna prawnego) i uzyskaniu zgody dyrektora szkoły.

Zwolnienia z wykonywania określonych ćwiczeń:

- 1) Zaświadczenie lekarskie, wskazujące ograniczone możliwości wykonywania ćwiczeń na zajęciach wychowania fizycznego należy przedstawić nauczycielowi wychowania fizycznego.