

SZKOŁA PODSTAWOWA W MANIOWACH
WYCHOWANIE FIZYCZNE
KLASY IV-VIII - CHŁOPCY

Wymagania edukacyjne niezbędne do otrzymania przez ucznia poszczególnych śródrocznych i rocznych ocen klasyfikacyjnych. Sposoby sprawdzania osiągnięć edukacyjnych uczniów. Warunki i tryb otrzymania wyższej niż przewidywana rocznej oceny klasyfikacyjnej.

- I. OGÓLNE ZASADY OCENIANIA UCZNIÓW**
- II. SPOSOBY SPRAWDZANIA OSIĄGNIĘĆ EDUKACYJNYCH UCZNIÓW**
- III. KRYTERIA WYSTAWIANIA OCENY ŚRÓDROCZNEJ I ROCZNEJ**
- IV. ZASADY UZUPEŁNIANIA BRAKÓW I POPRAWIANIA OCEN**
- V. ZASADY BADANIA WYNIKÓW NAUCZANIA**
- VI. WYMAGANIA NA POSZCZEGÓLNE OCENY**
- VII. WARUNKI I TRYB OTRZYMANIA WYŻSZEJ NIŻ PRZEWIDYWANA ROCZNEJ OCENY KLASYFIKACYJNEJ**
- VIII. ZASADY DOSTOSOWANIA WYMAGAŃ EDUKACYJNYCH DO POTRZEB PSYCHOFIZYCZNYCH I EDUKACYJNYCH UCZNIÓW**

I. OGÓLNE ZASADY OCENIANIA UCZNIÓW

- informowanie o poziomie sprawności ruchowej ucznia, o postępach w motoryce i umiejętnościach ruchowych ucznia, o trudnościach i specjalnych uzdolnieniach
- motywowanie ucznia do dalszej pracy nad podnoszeniem swojej sprawności ruchowej
- diagnozowanie rozwoju fizycznego ucznia- określenie indywidualnych potrzeb i przyczyn trudności każdego dziecka
- wdrażanie do samokontroli i samooceny
- wspieranie – wspomaganie harmonijnego rozwoju psychofizycznego uczniów
- rozwijanie poczucia odpowiedzialności za zdrowie swoje i innych
- Uczeń zostaje zapoznany z przedmiotowymi zasadami oceniania na początku roku szkolnego, na pierwszej lekcji organizacyjnej.

II. KRYTERIA OCENIANIA POSZCZEGÓLNYCH FORM AKTYWNOŚCI

1. Aktywność i postawa
2. Przygotowanie do zajęć
3. Umiejętności ruchowe
4. Postęp sprawności

Ad. 1 Aktywność i postawa

Oceniana co miesiąc. Oceną bazową jest ocena 4. Uczniowie za pożądane zachowania otrzymują „+”, które podnoszą ocenę bazową o pół stopnia oraz „-” za zachowania niepożądane, które obniżają ocenę bazową o jeden stopień.

Zachowania na „+”:

- przeprowadzona rozgrzewka
- przygotowanie pomocy do zajęć
- systematyczny udział w zajęciach pozalekcyjnych
- systematyczny udział w zajęciach pozaszkolnych
- udział w zawodach
- głoszenie aktywności pozalekcyjnej w ramach konkursu “Zaproszenie do aktywności”**

Zachowania na „-”

- niewykonywanie polecenia nauczyciela
- nieprzestrzeganie przepisów i zasad bezpieczeństwa
- umyślne stwarzanie zagrożenia innym uczniom
- brak aktywności na lekcji
- wulgarne słownictwo

Nauczyciel wystawia ocenę raz w miesiącu na podstawie obserwacji ucznia podczas lekcji (notatki w dzienniku n-la) informując go słownie, omawia z uczniem postępy i udziela wskazówek do dalszej pracy. Warunkiem otrzymania oceny miesięcznej jest czynne uczestnictwo ucznia w powyżej 50% lekcji wychowania fizycznego w danym miesiącu.

Ad. 2 Przygotowanie do zajęć (strój sportowy)

Każdego ucznia obowiązuje odpowiednie przygotowanie do zajęć wychowania fizycznego. Oceniane raz w miesiącu.

Odpowiednie przygotowanie do zajęć:

- strój sportowy (spodenki lub spodnie dresowe, sportowa koszulka (premiowana biała), obuwie zastępcze
- punktualne przybycie
- upięte włosy
- zdjęta biżuteria

Nieodpowiednie przygotowanie do zajęć:

- brak stroju
- brak przyborów lub pomocy naukowych
- spóźnienie
- żucie gumy
- nieupięte włosy
- niezdjęta biżuteria : kolczyki , wisiorki, pierścionki, zegarki i inne

Uczniowie otrzymują „+” za odpowiednie przygotowanie do zajęć z białą koszulką. Za zgromadzenie „+” za wszystkie zajęcia uczeń otrzymuje ocenę celującą. Za nieodpowiednie przygotowanie do zajęć uczeń otrzymuje „-”, które obniżają ocenę o pół stopnia.

Za każdą uwagę wpisaną do dziennika klasowego dotyczącą palenia papierosów lub zażywania substancji psychoaktywnych uczeń dostaje ocenę cząstkową niedostateczną.

Ad. 3 Umiejętności ruchowe

W tym obszarze uczniowie oceniani są za stopień opanowania umiejętności sportowo-rekreacyjnych, użytecznych i zdrowotnych zgodnie z planem pracy. Nauczyciel wystawiając ocenę za wybrane ćwiczenie powinien wziąć pod uwagę:

- poprawność wykonania elementu technicznego
- płynność przebiegu ćwiczenia
- stopień trudności - indywidualny postęp osiągnięć uczniów w opanowaniu danego elementu - predyspozycje ucznia i wkład jego pracy

Propozycje ocen:

O c e n a	Klasa				
	IV	V	VI	VII	VIII
Piłka siatkowa Ocena na podstawie gry sprawdzającej lub sprawdzian dobić piłki w formie żonglerki Odbicia naprzemienne górą i dołem z kłaśnięciem z tyłu po każdym odbiciu					
6	15	20	25	30	45
5	14-11	19-15	24-18	29-23	44-32
4	10-8	14-10	17-12	22-16	31-20
3	7-4	9-5	11-6	15-8	19-10
2	3kt	4	5	7	9
Piłka nożna Sprawdzian umiejętności technicznych lub ocena na podstawie gry sprawdzającej oraz panowanie nad piłką w formie żonglerki					
6	15	20	30	50	80
5	14-12	19-15	29-22	49-39	79-55
4	11-8	14-10	21-14	28-18	54-30
3	7-4	9-5	13-7	17-9	29-11
2	3	4	6	8	10
Piłka koszykowa Sprawdzian umiejętności technicznych lub ocena na podstawie gry sprawdzającej.					
Piłka ręczna Sprawdzian umiejętności technicznych lub ocena na podstawie gry sprawdzającej.					
Gimnastyka Sprawdzian umiejętności technicznych					

Ad.4 Postęp sprawności

Na początku każdego roku szkolnego we wrześniu przeprowadzana jest diagnoza sprawności ogólnej - I sprawdzian (cztery próby: siły mięśni brzucha – skłony tułowia w przód z leżenia, mocy – skok w dal z miejsca, gibkości – skłon tułowia w przód o nogach prostych, wytrzymałości „delfinki”). Każdy uczeń otrzymuje ocenę średnią z czterech prób jako ocenę sprawności ogólnej (tylko w pierwszym półroczu).

O c e n a	Klasa				
	IV	V	VI	VII	VIII
Gibkość cm					
6	10	11	14	15	16
5	9-5	10-6	13-8	14-10	15-12
4	4-0	5-1	7-3	9-5	11-7
3	-1-(-5)	0-(-3)	2-(-1)	4-0	6-2
2	-6-(-8)	-3-(-7)	-2-(-6)	-1(-5)	1-(-3)
Moc cm					
6	187	192	205	215	230
5	186-168	191-174	204-185	214-201	229-215
4	167-147	173-155	184-162	200-182	214-195
3	146-123	154-133	161-141	181-161	194-175
2	122-101	132-110	140-124	160-146	174-160
Siła n-ilość powtórzeń w 30sek					
6	28	30	31	33	34
5	27-25	29-27	30-28	32-30	33-31
4	24-21	26-23	27-24	29-26	30-27
3	20-17	22-19	23-20	25-21	26-23
2	16-12	18-14	19-15	20-15	22-18
Wytrzymałość n-ilość powtórzeń w 30sek					
6	x	x	18	19	20
5	x	x	17	18	19
4	x	x	16-14	17-15	18-16
3	x	x	13-11	14-13	15-14
2	x	x	10-8	12-10	13-11

Wyniki tych prób są punktem odniesienia przy II sprawdzianie przeprowadzonym pod koniec I półrocza. Celem każdego ucznia jest poprawienie wyniku I sprawdzianu, za co uczeń otrzymuje ocenę postępu sprawności w I półroczu. Pod koniec każdego roku szkolnego uczniowie zaliczają III sprawdzian. Tym razem celem ucznia jest poprawa wyników z II sprawdzianu i otrzymanie oceny za postęp sprawności w roku szkolnym.

Schemat ustalenia oceny za postęp sprawności w I i II półroczu:

- za poprawioną próbę uczeń otrzymuje 3pkt.
- za utrzymaną na tym samym poziomie otrzymuje 1pkt.
- za pogorszoną próbę 0pkt.
- łącznie uczniowie klas VI-VIII mogą otrzymać 12pkt, natomiast klas IV i V 9pkt.

Ocena	Klasy IV,V	Klasy VI,VII,VIII
	pkt	pkt
6	9*	12*
5	9,7*	12,10*
4	7-5, 6 - 4*	10 - 8, 7 - 5*
3	4 - 3	7 - 4
2	2 - 0	4 - 0

*ocena sprawności ogólnej za I sprawdzian 6 lub 5

Dwa razy w roku szkolnym uczniowie spróbują zaliczyć bieg długi 1000m.

O c e n a	Klasa				
	IV	V	VI	VII	VIII
Bieg długi 1000m					
6	4;05	3;50	3;40	3;30	3;20
5	4;06;4;26	3;51;4;09	3;41;3;59	3;31;3;45	3;21;3;35
4	4;27;5;00	4;10;4;35	4;00;4;25	3;46;4;01	3;36;3;50
3	5;01;5;35	4;36;5;05	4;26;4;50	4;02;4;28	3;51;4;19
2	5;35	5;06	4;50	4;29	4;20

Jeżeli uczeń poprawi w drugim semestrze wynik ze sprawdzianu wytrzymałości (1000m), to ocena za wykonaną próbę zostanie podniesiona o jeden stopień a w przypadku znacznej poprawy nawet o dwa.

UWAGA - za wszystkie sprawdziany sprawności uczniów, który w ocenie nauczyciela wykonał próbę na miarę swoich możliwości otrzyma ocenę minimum dobrą. W przypadku braku zaangażowania w wykonanie próby uczeń otrzyma ocenę według przedstawionych zakresów. Ocenę niedostateczną może otrzymać tylko uczeń, który bez uzasadnionego powodu odmówi wykonania ćwiczenia.

III. KRYTERIA WYSTAWIANIA OCENY PÓLROCZNEJ ORAZ KOŃCOWOROCZNEJ

Ocena na półroczu i koniec roku szkolnego jest średnią oceną z ocen za poszczególne obszary oceniania:

- I. Aktywność i postawa
- II. Przygotowanie do zajęć
- III. Umiejętności ruchowe
- IV. Postęp sprawności

Na zajęciach z edukacji zdrowotnej uczniowie będą oceniani tylko w obszarze 1 i 2.

Nauczyciel ma prawo do podniesienia oceny z wychowania fizycznego o jeden stopień w przypadku, gdy uczeń osiąga znaczące wyniki w zawodach sportowych na szczeblu województwa i powyżej.

Zwolnienia z lekcji wychowania fizycznego :

- Uczeń z wadami (postawy, wzroku, układu krążenia i oddechowego i inne) ma obowiązek w pierwszym miesiącu nauki (do końca września) dostarczyć nauczycielowi informację o stanie zdrowia, ewentualnym zwolnieniu (zarówno z poszczególnych ćwiczeń jak i zwolnieniu okresowym)
- Uczeń i rodzice zobowiązani są do poinformowania nauczyciela o wszelkich przeciwwskazaniach do wykonywania ćwiczeń (przebyte choroby, urazy) w zeszycie kontaktowym lub w e-dzienniku przed rozpoczęciem lekcji w-f.

W uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego na czas określony. Decyzję o zwolnieniu ucznia z zajęć podejmuje dyrektor szkoły na podstawie opinii lekarza o ograniczonych możliwościach uczestniczenia w tych zajęciach.

IV. ZASADY UZUPEŁNIANIA BRAKÓW I POPRAWIANIA OCEN

- Przystąpienie do sprawdzianów jest obowiązkowe, a ich niezaliczenie w wyznaczonym terminie jest równoznaczne z oceną niedostateczną. W przypadku usprawiedliwionej nieobecności uczeń ma 2 tygodnie na zaliczenie sprawdzianu.
- Uczeń ma prawo do jednokrotnego poprawienia oceny ze sprawdzianów umiejętności ruchowych w formie ustalonej przez nauczyciela, w ciągu miesiąca. W przypadku uzyskania w takiej sytuacji oceny niższej nie będzie ona brana pod uwagę.

V. ZASADY BADANIA WYNIKÓW NAUCZANIA

Wyniki nauczania określane są na podstawie postępu sprawności fizycznej. Badanie wyników nauczania to pomiar cech motorycznych ucznia z uwzględnieniem progresji wyników. Sprawność fizyczna określona jest trzy razy w roku za pomocą wybranych testów, zaliczeń, prób (jesień, zima, wiosna). Uczeń po przeprowadzonych próbach dokonuje samooceny swojej sprawności. Przystępując do pierwszych prób uczeń swoim pierwszym wynikiem ustala swój poziom możliwości. Kolejne dwa testy to próba poprawienia własnych wyników niezależnie od ich poziomu i za tę poprawę otrzymuje ocenę.

VI. WYMAGANIA NA POSZCZEGÓLNE OCENY

OCENA CELUJĄCA (6) – wymagania wykraczające

- Uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą, a ponadto:
- Posiada zakres umiejętności i wiadomości wykraczający poza program nauczania danej klasy
- Systematycznie i aktywnie uczestniczy w dodatkowych zajęciach sportowych
- Prezentuje postawę Fair Play, jest wzorem dla innych uczniów
- Bierze udział w zawodach sportowych lub zajmuje wysoką lokatę w konkursie “Zaproszenie do aktywności ”**
- Do otrzymania oceny celującej uczeń musi spełnić wszystkie powyższe wymagania

OCENA BARDZO DOBRA (5) – wymagania dopełniające

- Uczeń opanował pełen zakres umiejętności i wiedzy określony wymaganiami edukacyjnymi programu nauczania przedmiotu w danej klasie
- Jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do kultury fizycznej nie budzą najmniejszych zastrzeżeń
- Jest aktywny, wkłada maksymalny wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego
- Systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu
- Jest zawsze przygotowany do zajęć, dba o higienę osobistą

OCENA DOBRA (4) – wymagania rozszerzające

- Uczeń opanował umiejętności ruchowe, zawarte w programie nauczania, na poziomie podstawowym wykonując ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie
- Wykazuje dość dobre postępy w osobistym usprawnianiu
- Posiadane wiadomości potrafi wykorzystać w praktyce przy pomocy nauczyciela
- Cechuje go pozytywny stosunek do przedmiotu i aktywna postawa na lekcji
- Zna i stosuje zasady higieny osobistej
- Nie wykazuje rażących błędów w zakresie wychowania społecznego (jest koleżeński i zdyscyplinowany)

OCENA DOSTATECZNA (3) – wymagania podstawowe

- Uczeń opanował materiał programowy na przeciętnym poziomie ze znacznymi brakami
- Wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy
- Posiada niepełne wiadomości z zakresu kultury fizycznej i nie potrafi ich wykorzystać w praktycznym działaniu
- Jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do kultury fizycznej budzi zastrzeżenia
- Nie wykazuje aktywności na lekcjach

OCENA DOPUSZCZAJĄCA (2) – wymagania konieczne

- Uczeń nie opanował materiału w stopniu dostatecznym i ma poważne braki
- Ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi
- W minimalnym stopniu opanował wiadomości z zakresu kultury fizycznej
- Jest często nieprzygotowany do zajęć i wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu
- Jego postawa społeczna budzi poważne zastrzeżenia

OCENA NIEDOSTATECZNA (1)

- Uczeń nie opanował podstawy programowej z w-f
- Jego stosunek do przedmiotu jest lekceważący
- Nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu
- Uczeń jest notorycznie nieprzygotowany do lekcji w-f

VII. WARUNKI I TRYB OTRZYMANIA WYŻSZEJ NIŻ PRZEWIDYWANA ROCZNEJ OCENY KLASYFIKACYJNEJ

1. Przewidywana roczna ocena z zajęć edukacyjnych może być zmieniona w następującym trybie:

1) rodzic ucznia w kolejnym dniu po otrzymaniu ocen przewidywanych (środa w przedostatnim tygodniu nauki) zgłasza do nauczyciela przedmiotu pisemny wniosek o umożliwienie uczniowi ubiegania się o ocenę wyższą od przewidywanej, określając, o jaką ocenę chce się ubiegać.

2) nauczyciel przedmiotu określa termin i sposób sprawdzenia opanowania przez ucznia wymagań edukacyjnych na daną ocenę:

a) termin - do 2 dni od przyjęcia wniosku,

b) sposób - biorąc pod uwagę, że przy ustalaniu oceny klasyfikacyjnej z wychowania fizycznego, nauczyciel w szczególności bierze pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć, a także systematyczność udziału ucznia w zajęciach oraz jego aktywność w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej, sprawdzian opanowanych wymagań edukacyjnych przeprowadzony zostanie w formie zadań praktycznych.

VIII. ZASADY DOSTOSOWANIA WYMAGAŃ EDUKACYJNYCH DO POTRZEB PSYCHOFIZYCZNYCH I EDUKACYJNYCH UCZNIÓW

Występujące u uczniów specyficzne trudności i deficyty rozwojowe są podstawą do obniżania wymagań edukacyjnych oraz dostosowania poziomu wiedzy czy umiejętności sprawdzanych do możliwości indywidualnych ucznia – zgodnie z opinią Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej. Oceniając tych uczniów bierze się pod uwagę:

1. Postęp uczniów i ich psychofizyczne możliwości (efekty pracy a nie popełniane błędy).
2. Wysiłek włożony w usprawnianie się i wywiązywanie się z podejmowanych przez nich zadań.
3. Sumienność i aktywność na lekcjach wychowania fizycznego

Dostosowanie wymagań edukacyjnych z wychowania fizycznego dla uczniów ze specyficznymi trudnościami w nauce	
<i>Objawy zaburzeń funkcji słuchowo-językowych oraz wzrokowo- przestrzennych, integracji percepcyjno-motorycznej i lateralizacji:</i>	<i>Formy, metody, sposoby dostosowania wymagań edukacyjnych</i>
- mylenie prawej i lewej strony - trudności z opanowaniem układów gimnastycznych (sekwencje ruchowe zorganizowane w czasie i przestrzeni)	- podczas stawiania wymagań uwzględniać trudności ucznia - w miarę możliwości pomagać, wspierać, dodatkowo instruować, naprowadzać, pokazywać na przykładzie - dzielić dane zadanie na etapy i zachęcać do wykonywania małutkimi „kroczkami”

<ul style="list-style-type: none"> - trudności w bieganiu, ćwiczeniach równoważnych - trudności w opanowaniu gier wymagających użycia piłki (piłka nożna, tenis stołowy, siatkówka, koszykówka, badminton) - niechęć do uprawiania sportów wymagających dobrego poczucia równowagi (skoki, biegi) 	<ul style="list-style-type: none"> - nie zmuszać na siłę do wykonywania ćwiczeń sprawiających uczniowi trudność - podkreślać znaczenie i sens wykonywania ćwiczeń dla własnego rozwoju ich znaczenie korekcyjne - dawać więcej czasu na opanowanie danej umiejętności, cierpliwie udzielać instruktażu - nie krytykować, nie oceniać negatywnie wobec klasy - podczas oceniania brać przede wszystkim pod uwagę stosunek ucznia do przedmiotu, jego chęci, wysiłek, przygotowanie do zajęć w materiały, niezbędne pomoce itp. włączać do rywalizacji podkreślając, że nie ona jest najważniejsza, a jest tylko pretekstem do tego, aby zrobić coś więcej
<p>Dostosowanie wymagań edukacyjnych z wychowania fizycznego dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną.</p>	
<p><i>Symptomy trudności w zakresie wychowania fizycznego w przypadku inteligencji niższej niż przeciętna</i></p>	<p><i>Dostosowania wymagań edukacyjnych do potrzeb psychofizycznych i edukacyjnych uczniów</i></p>
<ul style="list-style-type: none"> - niezborność ruchowa i trudności w wykonywaniu niektórych ćwiczeń (potrzeba dłuższego treningu, aby opanować dane ćwiczenie, rzucanie do celu itp.), - trudności w zrozumieniu zasad i reguł różnych gier, 	<ul style="list-style-type: none"> - zapewnienie większej ilości ćwiczeń, aby uczeń opanował daną sprawność (w razie potrzeby zwolnienie z wykonania ćwiczeń przerastających możliwości ruchowe ucznia), - wielokrotne tłumaczenie i wyjaśnianie zasad i reguł gier sportowych, - w ocenianiu zwracać większą uwagę na wysiłek włożony w wykonanie zadania niż jego ostateczny efekt

OCENIANIE NAUKI ZDALNEJ

Zadaniem ucznia w ramach lekcji zdalnej jest:

1. Odczytać wiadomość/zadanie (notuję to plusem (+) jako przygotowanie do lekcji).
2. Wykonać zadanie zgodnie z treścią.
3. Odpowiedzieć na wiadomość/zadanie zgodnie z treścią (notuję to plusem (+) jako aktywność na lekcji).

Uczniowie będą oceniani w trzech obszarach:

- I. Przygotowanie do zajęć.
- II. Aktywność.
- III. Sprawność i umiejętności.

Przygotowanie i aktywność będzie oceniane raz w miesiącu. Ocenę wystawię na podstawie zgromadzonych plusów.

- I. Przygotowanie do zajęć.
91-100% plusów – bardzo dobry
75-90% plusów - dobry
50 -74 % plusów – dostateczny
49-25% plusów – dopuszczający
24-0% plusów – niedostateczny

- II. Aktywność.
91-100% plusów – bardzo dobry
75-90% plusów - dobry
50 -74 % plusów – dostateczny
49-25% plusów – dopuszczający
24-0% plusów – niedostateczny

Istnieje możliwość zgromadzenia plusów dodatkowych. Jeśli uczeń wykaże dodatkową aktywnością w ramach konkursu "Zaproszenie do aktywności"*, to za każde zgłoszenie aktywności otrzyma plusa, który podniesie w pierwszej kolejności o pół stopnia ocenę z aktywności, a gdy ta będzie już na poziomie celującej, to kolejne plusy podnoszą ocenę z obszaru przygotowanie do zajęć.

- III. Sprawność i umiejętności.

Za przystąpienie do każdej z aktywności wymienionych w regulaminie konkursu "Zaproszenie do aktywności"* uczeń otrzyma jednorazowo ocenę celującą za sprawność i umiejętności.

Zadania techniczne będą oceniane w miarę możliwości według kryteriów zawartych w ogólnych zasadach oceniania po konsultacji z rodzicem/opiekunem lub na podstawie przedstawionego nagrania.

[*Regulamin konkursu "Zaproszenie do aktywności 2023/2024"](#)

[**Aktualne wyniki konkursu "Zaproszenie do aktywności 2023/2024"](#)