

Wymagania edukacyjne niezbędne do uzyskania poszczególnych śródrocznych i rocznych ocen klasyfikacyjnych, sposoby sprawdzania osiągnięć edukacyjnych oraz warunki i tryb uzyskiwania wyższej niż przewidywana roczna ocena klasyfikacyjna z wychowania fizycznego w Szkole Podstawowej w Chabówce.

Opracowany w oparciu o:

1. Program nauczania wychowania fizycznego w klasach 4-8 w szkole podstawowej „Wartości i aktualizacje. Autorski program nauczania wychowania fizycznego dla klas IV – VIII szkoły podstawowej”.
2. Program nauczania wychowania fizycznego w gimnazjum „Odpowiedzialny to zdrowy i sprawny. Autorski program nauczania – wychowanie fizyczne w gimnazjum.”

Opracowali: Monika Babiarz - Makowska oraz Wojciech Czyszczon - nauczyciele wychowania fizycznego.

TREŚCI PRZEDMIOTU WYCHOWANIE FIZYCZNE KLASA III gimnazjum stara podstawa programowa są zawarte w podstawie programowej kształcenia ogólnego. Program nauczania dla kl.3 gimnazjum jest zgodny z założeniami podstawy programowej opracowanej przez Ministerstwo Edukacji Narodowej, zawartymi w załączniku nr 4 do rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej z 27 sierpnia 2012r.

(Dz.U z 2012r.,poz.977).

TREŚCI PRZEDMIOTU WYCHOWANIE FIZYCZNE KLASY IV - VIII są zawarte w podstawie programowej kształcenia ogólnego. Program nauczania geografii w kl. 5, 7 i 8 są zgodne z założeniami podstawy programowej opracowanej przez Ministerstwo Edukacji Narodowej, zawartymi w rozporządzeniu Ministra Edukacji Narodowej z 14 lutego 2017r. (Dz.U z 2017r.,poz.356).

CELE KSZTAŁCENIA - WYMAGANIA OGÓLNE

1. Kształtowanie umiejętności rozpoznawania i oceny własnego rozwoju fizycznego oraz sprawności fizycznej.
2. Zachęcanie do uczestnictwa w rekreacyjnych i sportowych formach aktywności fizycznej.
3. Poznawanie i stosowanie zasad bezpieczeństwa podczas aktywności fizycznej.
4. Kształtowanie umiejętności rozumienia związku aktywności fizycznej ze zdrowiem oraz praktykowania zachowań prozdrowotnych.
5. Kształtowanie umiejętności osobistych i społecznych sprzyjających całonocnej aktywności fizycznej.

**Wymagania niezbędne do uzyskania poszczególnych śródrocznych i rocznych ocen klasyfikacyjnych
z wychowania fizycznego w klasach IV – VIII szkoły podstawowej i klasie III gimnazjum**

Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który:

- Uczeń jest daleki od spełnienia wymagań stawianych przez program.
- Posiada bardzo niską sprawność motoryczną.
- Wykonuje jedynie najprostsze ćwiczenia z rażącymi błędami.
- Charakteryzuje się niewiedzą w zakresie kultury fizycznej.
- Ma lekceważący stosunek do zajęć i nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu.
- Na zajęciach wychowania fizycznego wykazuje duże braki w zakresie kultury osobistej.

Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który:

- Uczeń nie opanował materiału programowego w stopniu dostatecznym i ma poważne braki.
- Jest mało sprawny fizycznie.
- Ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi.
- Posiada mało wiadomości z zakresu kultury fizycznej.
- Nie jest pilny i wykazuje małe postępy w usprawnianiu.
- Na zajęciach wychowania fizycznego przejawia poważne braki w zakresie wychowania społecznego, ma niechętny stosunek do ćwiczeń.

Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który spełnia wymagania na ocenę dopuszczającą oraz:

- Uczeń opracował materiał programowy na przeciętnym poziomie ze znacznymi lukami.
- Dysponuje przeciętną sprawnością motoryczną.
- Ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie i z większymi błędami technicznymi.
- Wykazuje małe postępy w usprawnianiu motorycznym.
- Przejawia braki w zakresie wychowania społecznego i stosunku do kultury fizycznej.

Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który spełnia wymagania na ocenę dostateczną oraz:

- Uczeń w zasadzie opanował materiał programowy.
- Dysponuje dobrą sprawnością motoryczną.
- Ćwiczenia wykonuje prawidłowo, lecz nie dość dokładnie, z małymi błędami technicznymi.
- Posiadane wiadomości potrafi wykorzystać w praktyce przy pomocy nauczyciela.
- Nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnianiem.
- Jego postawa społeczna i stosunek do kultury fizycznej nie budzi większych zastrzeżeń.
- Nie bierze udziału w zajęciach pozalekcyjnych.

Ocenę bardzo dobrą uzyskuje uczeń, który spełnia wymagania na ocenę dobrą oraz:

- Uczeń całkowicie opanował materiał programowy.
- Jest bardzo sprawny fizycznie.
- Ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, pewnie, w odpowiednim tempie i dokładnie, zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie.
- Posiada duże wiadomości w zakresie kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu.
- Systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu.
- Jego postawa społeczna, przestrzeganie zasady fair – play, zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego nie budzą najmniejszych zastrzeżeń.
- Bierze w miarę możliwości udział w pozalekcyjnych zajęciach sportowych.

Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą oraz:

- Uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą.
- Aktywnie uczestniczy w życiu sportowym na terenie szkoły, bądź też w innych formach działalności związanych z kulturą fizyczną.
- Bierze udział i zajmuje punktowane miejsca w zawodach międzyszkolnych i na wyższych szczeblach rywalizacji sportowej.

- Osiąga sukcesy trenując w klubie i indywidualnie – miejsca I-III w zawodach gminnych, zawodnik mistrzostw powiatowych i wyżej (potrafi udokumentować osiągnięcia: dyplom, zaświadczenie organów klubu, wycinki prasowe)

UCZEŃ aspirujący do oceny celującej nie może odmówić udziału w zawodach, do których wytypuje go nauczyciel – reprezentacja szkoły.

Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego w szczególności brany jest pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć.

DLA UCZNIÓW POSIADAJĄCYCH OPINIĘ PORADNI PSYCHOLOGICZNO - PEDAGOGICZNEJ WYMAGANIA EDUKACYJNE SĄ DOSTOSOWANE DO ICH POZIOMU UMIEJĘTNOŚCI I MOŻLIWOŚCI.

Jawność ocen - oceny są jawne dla ucznia i jego rodziców. Ocena może być uzasadniona na prośbę ucznia lub rodzica.

Wystawienie oceny śródrocznej i rocznej - przy ustalaniu śródrocznych i rocznych ocen klasyfikacyjnych brane będą pod uwagę wszystkie stopnie, jakie otrzymał uczeń w danym półroczu.

Obszary podlegające ocenie z w-f

Ocenie podlegają:

- osiągnięcia uczniów w kształtowaniu własnej sprawności fizycznej,
- praca ucznia nad poprawianiem swoich umiejętności i wyników sportowych,

- wysiłek wkładany przez ucznia w wykonanie ćwiczeń,
- udział w szkolnych, poza szkolnych i klubowych zajęciach i imprezach rekreacyjno - sportowych (pełnienie roli zawodnika, sędziego, kibica)

- wykonywanie prac związanych z kulturą fizyczną,

- inne konkursy.

Formy sprawdzania i oceniania:

- próby sprawnościowe, rozgrzewka, zajęcia fakultatywne,

- konkursy, mistrzostwa różnych szczebli, zajęcia klubowe.

Dyrektor szkoły zwalnia ucznia z zajęć wychowania fizycznego na podstawie **opinii** o ograniczonych możliwościach uczestniczenia ucznia w tych zajęciach, wydanej przez **lekarza** oraz na czas określony w tej opinii.

W przypadku **zwolnienia ucznia** z całego semestru lub rocznego z zajęć wychowania fizycznego w dokumentacji przebiegu nauczania **zamiast oceny** klasyfikacyjnej pisze się „**zwolniony**”.

Jeżeli uczeń jest **zwolniony** z zajęć wychowania fizycznego, a jego klasa ma lekcję w-f na pierwszej lub ostatniej godzinie lekcyjnej, wówczas rodzice mogą wystąpić do Dyrektora szkoły o **zwolnienie z lekcji**.

Ocena postawy ciała, rozwoju fizycznego i sprawności fizycznej

- 2x w roku szkolnym: wrzesień/październik – I semestr, maj/czerwiec – II semestr,

- postawa ciała,

- pomiar wagi i wzrostu,

- Międzynarodowy Test Sprawności Fizycznej,
- Test Coopera,
- samoocena postępów (porównanie wyników: wiosną z jesieni, jesienią z wiosny – karta postępów) każdego ucznia.

Konkursy sprawnościowe

| I semestr | | Termin | II semestr | | Termin |
|---------------------|---------------------------------------|--------|--|-----------------------|--------|
| L.A. | Bieg 40-60m | IX | Mini piłka koszykowa | Rzuty z 3 – 5 pozycji | III |
| | Skok w dal z rozbiegu lub z miejsca | | | Rzuty w ciągu 60 s | |
| | Rzut piłką rzutową | | | | |
| Mini piłka ręczna | Rzuty o ścianę | X | Mini piłka nożna | Koperta | IV |
| | Rzut na bramkę | | | Żonglerka | |
| Mini piłka siatkowa | Łączone odbicia oburącz górne i dolne | XI | L.A. | Bieg 60m | V |
| | | | | Biegi długie | |
| | Zagrywka | | | Skok w dal z rozbiegu | |
| Gimnastyka | Skok przez kozła | XII/I | W przypadku gier zespołowych uczniów wybiera jeden konkurs z dwóch propozycji, w przypadku L.A. wybiera jedną z dyscyplin technicznych, bieg jest obowiązkowy | | |
| | Przewrót w przód i w tył | | | | |

Uczeń wykonuje zawsze dwie próby z danej dyscypliny – uwzględniany jest lepszy wynik.

Ocenę celującą z konkursów sprawnościowych otrzymuje uczeń, który uzyska rekord.

Rekord grupy przyznawany jest uczniowi, który uzyskał najlepszy wynik w danej dyscyplinie, w danej grupie uczniów i spełniający warunki na ocenę bardzo dobrą. Rekord grupy otrzymuje najlepszy chłopiec i najlepsza dziewczynka. Jeżeli klasa nie jest dzielona na grupy liczą się dwa najlepsze wyniki wśród dziewcząt i chłopców. W przypadku braku rywali danej płci w grupie, brane są pod uwagę obie grupy tej samej klasy.

1. Konkursy sprawnościowe

LEKKA ATLETYKA:

- BIEG NA CZAS NA DYSTANSIE 60m, a w klasie IV w I semestrze na dystansie 40m:
- RZUT PIŁECZKĄ RZUTOWĄ Z ROZBIEGU:

GIMNASTYKA:

- SKOK PRZEZ KOZŁA
- PRZEWRÓT W PRZÓD I W TYŁ

MINI PIŁKA SIATKOWA do wyboru:

- ZAGRYWKA
- ŁĄCZONE ODBICIA OBURĄCZ GÓRNE I DOLNE

MINI PIŁKA KOSZYKOWA do wyboru:

- RZUTY DO KOSZA Z DOWOLNEJ POZYCJI W CIĄGU 60 SEKUND (oburącz sprzed klatki piersiowej lub jednorącz):
- RZUTY DO KOSZA Z POZYCJI: kl. IV z 3, kl. V z 4, kl. VI z 5, kl. VII ,VIII, i III G z 5 pozycji

MINI PIŁKA NOŻNA do wyboru:

- PROWADZENIE PIŁKI NA CZAS PO „KOPERCIE” o wymiarach 5mx5m
- ŻONLERKA PIŁKĄ NOŻNĄ:

MINI PIŁKA RĘCZNA do wyboru:

- RZUTY O ŚCIANĘ
- RZUTY NA BRAMKĘ

2. Zawody pozaszkolne.

Za udział w zawodach pozaszkolnych uczeń otrzymuje:

- za zajęcie czołowych miejsc - 1-5- ocenę celującą
- za udział w zawodach - ocenę bardzo dobrą

3. Rozgrzewka

Aby otrzymać ocenę uczeń powinien przeprowadzić 2 rozgrzewki w semestrze(oceny 2 razy w roku szkolnym I, VI). **Ocenę celującą** otrzymuje uczeń, który opracował i przeprowadził **rozgrzewkę autorską**, zaakceptowaną przez nauczyciela w-f.

| Prowadzenie rozgrzewki | Ocena |
|---|--------------|
| Przeprowadził autorską rozgrzewkę uwzględniając ćwiczenia na wszystkie grupy mięśni i stawów po poprzednim przedstawieniu scenariusza n-lowi (14 dni przed prowadzeniem rozgrzewki) | 6 |
| Przeprowadził rozgrzewkę uwzględniając ćwiczenia na wszystkie grupy mięśni i stawów. | 5 |
| Odmówił prowadzenia rozgrzewki | 0 |

4. Zajęcia fakultatywne

Uwzględniane są:
- **systematyczny i aktywny** udział w zajęciach
- osiągnięcia uczniów w kształtowaniu własnej sprawności fizycznej,
- wysiłek wkładany przez ucznia w wykonanie ćwiczeń,
(1 ocena w semestrze).

5. Pozalekcyjne zajęcia klubowe

| | |
|--|------------------------------|
| Uwzględniany jest systematyczny udział w zajęciach UKS, innych klubów sportowych, zajęciach na basenie, potwierdzony na piśmie przez trenera, instruktora z pieczętą klubu lub instytucji (1x w semestrze). | Ocena 6 |
|--|------------------------------|

WARUNKI I TRYB UZYSKIWANIA OCENY ROCZNEJ WYŻSZEJ NIŻ PRZEWDYWANA PRZEZ NAUCZYCIELA

WARUNKI

Uczeń może podwyższyć sobie ocenę roczną z przedmiotu najwyżej o jeden stopień od tej, jaką uzyskał w normalnym trybie jej wystawienia, jeśli spełni następujące warunki:

1. Posiada nie mniej niż 80% obecności podczas lekcji (wyjątek: długotrwała choroba potwierdzona opinią lekarską).
2. Ma wszystkie usprawiedliwione nieobecności na lekcjach wychowania fizycznego..
3. Uczeń może poprawić ocenę dopuszczającą na dostateczną wtedy, gdy średnia wszystkich jego ocen jest równa 2,5 do 2,74. Z oceny dostatecznej na ocenę dobrą, gdy średnia wszystkich jego ocen jest równa 3,5 do 3,74. Z oceny dobrej na bardzo dobrą, gdy średnia wszystkich jego ocen jest równa 4,5 do 4,74. Z oceny bardzo dobrej na celującą, gdy średnia wszystkich jego ocen jest równa 5,5 do 5,74.

TRYB ubiegania się o ocenę wyższą niż przewidywana określa statut szkoły.

ZASADY INFORMOWANIA UCZNIÓW I RODZICÓW O POSTĘPACH W UCZENIU SIĘ.

1. Nauczyciel na początku roku szkolnego informuje uczniów oraz rodziców (opiekunów) o wymaganiach edukacyjnych wynikających z realizowanego przez siebie programu nauczania oraz o sposobach sprawdzania osiągnięć uczniów.
2. Oceny są jawne zarówno dla ucznia, jak i jego rodziców (opiekunów).
3. Rodzice (opiekunowie) informowani są o wynikach pracy ucznia przez nauczyciela na bieżąco poprzez e - dziennik, podczas tzw. wywiadówek śródkresowych, na spotkaniach indywidualnych (po wcześniejszym umówieniu się z nauczycielem).
4. Na prośbę ucznia lub jego rodzica (opiekuna) nauczyciel, ustalając ocenę, powinien ją uzasadnić.
5. Przewidywane oceny roczne nauczyciel podaje do wiadomości ucznia i rodzica zgodnie z zapisami statutu szkoły.