

PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO DLA SZKOŁY PODSTAWOWEJ

I. PODSTAWA PROGRAMOWA KSZTAŁCENIA OGÓLNEGO DLA SZKOŁY PODSTAWOWEJ – WYCHOWANIE FIZYCZNE.

Cele edukacyjne

1. Wspomaganie harmonijnego rozwoju psychofizycznego uczniów.
2. Rozwijanie i doskonalenie sprawności ruchowej i tężyzny fizycznej uczniów.
3. Rozwijanie poczucia odpowiedzialności za zdrowie własne i innych.

Zadania szkoły

1. Stymulowanie i umożliwianie uczniom podejmowania aktywności ruchowej i wyrażania własnych przeżyć w zabawach, grach, tańcach.
2. Tworzenie warunków do doskonalenia sprawności i kondycji fizycznej.
3. Zapoznavanie uczniów z podstawowymi formami rekreacji, turystyki oraz z podstawowymi zasadami uprawiania wybranych przez uczniów dyscyplin sportowych.
4. Doskonalenie oceny postawy ciała i poziomu sprawności ucznia wraz z monitorowaniem rozwoju psychomotorycznego.

Treści

1. Ćwiczenia kształtujące postawę ciała oraz stymulujące rozwój układów: ruchowego, oddechowego, krążeniowego, nerwowego.
2. Formy ruchu stwarzające możliwości doskonalenia koordynacji wzrokowo – ruchowej oraz wzmocnienia kondycji fizycznej.
3. Ćwiczenia zwinnościowo – akrobatyczne oraz skoki.
4. Podstawowe elementy techniki i taktyki gier zespołowych, konkurencji lekkoatletycznych, gier rekreacyjnych, tańców, pływania, oraz wybranych sportów zimowych.
5. Ćwiczenia i zabawy według inwencji uczniów uwzględniające zasady współdziałania, respektowania przepisów, zasad i ustaleń.
6. Przepisy i zasady organizacji zajęć ruchowych uwzględniając troskę o zdrowie.
7. Badanie i ocena rozwoju oraz sprawności funkcjonowania organizmu.
8. Zasady sportowego współzawodnictwa.
9. Propozycje spędzania czasu wolnego z wykorzystaniem gier, zabaw, form turystycznych i sportowych.

Osiągnięcia

1. Organizowanie i uczestniczenie w rekreacji, turystyce, zawodach sportowych z przestrzeganiem obowiązujących zasad (np. zasada „ czystej gry” w sporcie).
2. Hartowanie organizmu i dbałość o higienę.
3. Dbłość o prawidłową postawę ciała.

II. WYMAGANIA PROGRAMOWE NA POSZCZEGÓLNE STOPNIE SZKOLNE.

KRYTERIA OCEN Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

SZKOŁA PODSTAWOWA (klasy IV – VI)

Na ocenę wpływa :

- a) zaangażowanie i aktywny udział w lekcji dostosowany do możliwości każdego ucznia
- b) strój sportowy (biała koszulka [może być z logo lub napisem w innym kolorze] , dowolne spodenki sportowe oraz obuwie sportowe)- uczeń może trzy razy w semestrze nie ćwiczyć.
- c) udział w zajęciach SKS,

- d) udział w zawodach sportowych organizowanych na terenie szkoły,
- e) reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych,
- f) średnia ocen ze sprawdzianów umiejętności i wiadomości z zakresu :
 - lekkoatletyki (biegi na 60 m, 300 m, 600 m (dz.), 1000 m (chł.), test Coopera, skok w dal sposobem naturalnym, skok wzwyż sposobem nożycowym (naturalnym), rzut piłeczką palantową, pchnięcie kulą (3 kg), start niski, zmiana pałeczki sztafetowej)
 - gimnastyki podstawowej,
 - gier zespołowych (piłka nożna (chł.), siatkówka, koszykówka, piłka ręczna)
- g) podnoszenie własnej sprawności fizycznej,
- h) systematyczność udziału w zajęciach wychowania fizycznego

KRYTERIA OCEN

I. Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który:

1. Osiągnął sprawność znacznie wykraczającą poza program nauczania.
2. Bierze czynny udział w zajęciach pozalekcyjnych (SKS).
3. Wykazuje duże zaangażowanie i aktywność na lekcjach w-f.
4. Swoją postawą i stosunkiem do przedmiotu nie budzi zastrzeżeń.
5. Wykazał się znajomością przepisów sportowych w zakresie wszystkich dyscyplin sportowych uprawianych w szkole.
6. Osiąga sukcesy w zawodach sportowych na szczeblu powiatu (miejsca I-III) i wyżej.

II. Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który:

1. Osiąga duży postęp w rozwoju cech motorycznych (szybkość, siła, wytrzymałość).
2. Opanował pełny zakres umiejętności określonych programem nauczania na danym szczeblu nauki.
3. Osiąga postęp w rozwoju cech motorycznych i umiejętności na miarę swoich możliwości fizycznych, ale wykazuje dużą aktywność i zaangażowanie w czasie lekcji wychowania fizycznego.
4. Wykazuje się znajomością przepisów w zakresie dyscyplin uprawianych w szkole.
5. Jest zawsze przygotowany do lekcji.
6. Nie uchyla się od czynnego udziału w zawodach , w których trzeba reprezentować szkołę.
7. Wykazuje duże zaangażowanie w czasie lekcji w-f.
8. Systematycznie podnosi swoje wiadomości i umiejętności z zakresu wychowania fizycznego.

III. Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który:

1. Opanował umiejętności oraz zdobył wiadomości z zakresu w-f na poziomie przekraczającym wymagania zawarte w podstawie programowej.
2. W niewielkim stopniu osiąga postęp w rozwoju swojej sprawności fizycznej.
3. Rzadko opuszcza zajęcia wychowania fizycznego.
4. Wykazuje dobrą znajomość przepisów dwóch wybranych gier zespołowych.
5. Jest zdyscyplinowany na lekcjach w-f.
6. Czasem uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych.

IV. Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który:

1. Opanował wiadomości i umiejętności z zakresu wychowania fizycznego określone podstawą programową na danym etapie nauki.
2. Wykazuje brak zaangażowania na lekcjach w-f.
3. Wykazuje brak poprawy sprawności fizycznej.
4. Nie bierze udziału w zajęciach sportowo – rekreacyjnych organizowanych na terenie szkoły.
5. Wykonuje ćwiczenia i zadania w czasie lekcji poniżej swoich możliwości fizycznych.
6. Często nie bierze udziału w zajęciach w-f.
7. Wykazuje braki w znajomości wybranych przez siebie przepisów gier zespołowych.

V. Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który :

1. Wykazuje braki w opanowaniu wiadomości i umiejętności z zakresu wychowania fizycznego na poziomie podstaw programowych.
2. Ledwie spełnia wymagania sprawnościowe lub jest bliski ich spełnienia.
3. Często (kilkanaście razy) opuszcza lekcje w-f.
4. Wykazuje brak zaangażowania oraz dyscypliny na lekcjach.
5. Wykonuje ćwiczenia niedbale, niedokładnie i niechętnie.

VI. Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który :

1. Nie opanował wiadomości i umiejętności z zakresu wychowania fizycznego w stopniu określonym przez podstawę programową.
2. Nie pracuje nad podnoszeniem sprawności fizycznej.
3. Nie wykonuje ćwiczeń i zadań w czasie lekcji mimo swoich możliwości fizycznych.
4. Wykazuje lekceważący stosunek do zajęć i nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu.
5. Bardzo często (wielokrotnie) nie ćwiczy na lekcjach z powodu ucieczki lub braku stroju.
6. Odmawia wykonywania ćwiczeń. Nie wykonuje poleceń nauczyciela.
7. Wykazuje rażące braki w znajomości zasad i przepisów gier zespołowych.

Opracował - Zbigniew Sos

Kryteria oceniania z wychowania fizycznego dla klasy VII i VIII szkoły podstawowej .

Kryteria ocen mają charakter punktowy. Suma punktów przyznawanych w poszczególnych obszarach decyduje o końcowej ocenie semestralnej lub końcoworocznej.

Punktacja w poszczególnych obszarach.

1. Przygotowanie do zajęć (posiadanie odpowiedniego stroju do ćwiczeń fizycznych).
Za każdy przypadek braku stroju uczeń otrzymuje jeden minus. Ilość minusów przelicza się na punkty w następujący sposób :

0 – 4 minusów – 2 pkt.

5 minusów – 1,5 pkt.

6 – 7 minusów – 1 pkt.

8– 9 minusów – 0,5 pkt.

powyżej 9 minusów – 0 pkt.

1. Postawa ucznia , stosunek do wychowania fizycznego oraz zaangażowanie w krzewienie kultury fizycznej (aktywność na zajęciach w-f, systematyczne dążenie do poprawy swojej sprawności fizycznej, stosunek do zajęć sportowych, zaangażowanie ucznia na rzecz kultury fizycznej – np. naprawa i konserwacja sprzętu, obiektów i urządzeń sportowych, pomoc w organizacji imprez sportowych, wykonanie prostych przyborów itp.). Uczeń oceniany jest przez nauczyciela po zajęciach lub po wykonanej pracy poprzez stawianie plusów albo minusów. Stosunek plusów do minusów decyduje o przyznanych punktach :

12 i więcej plusów – 6 pkt.

8 – 11 plusów – 5 pkt.

6 – 7 plusów – 3 pkt.

1 – 5 plusów – 2 pkt.

równowaga (0) – 1 pkt.

1 – 2 minusów – 0,5 pkt.

powyżej 2 minusów – 0 pkt.

3. **Motoryczność** (na podstawie testu sprawności), **umiejętności ruchowe** (ocena umiejętności z poszczególnych działów nauczania zawartych w programie nauczania danej klasy) i **wiadomości** (wiadomości z zakresu kultury fizycznej). Średnia ocen ze sprawności, umiejętności i wiadomości określa odpowiednią liczbę uzyskanych punktów (np. średnia ocen 3, 5 daje 3,5 pkt.).

4. Udział w zajęciach nadobowiązkowych (SKS) oraz w zawodach sportowych. Udział w zajęciach SKS, w zawodach sportowych (SIS) oraz zajęcie określonych miejsc na zawodach sportowych daje możliwość uzyskania punktów :

Miejsca I – III w zawodach wojewódzkich – 4 pkt.

Udział w zawodach wojewódzkich – 3,5 pkt.

Miejsca I – IV w zawodach strefowych – 3,0 pkt.

Udział w zawodach strefowych – 2,5 pkt.

Miejsca I – III w zawodach powiatowych – 2,5 pkt.

Systematyczny udział w zajęciach SKS – 2 pkt.

Udział w zawodach powiatowych – 1,5 pkt.

Udział w zawodach szkolnych ,gminnych – 1 pkt.

Ocena końcowa (semestralna)

Suma punktów z czterech obszarów – ocena

15, 5 – 18 – celująca (6)

12 – 15 – bardzo dobra (5)

10 – 11,5 – dobra (4)

8 – 9,5 – dostateczna (3)

6 – 7,5 – dopuszczająca (2)

0 – 5,5 – niedostateczna (1)

Opracował – Zbigniew Sos