**SZKOŁA PODSTAWOWA IM.POWSTAŃCÓW 1863 ROKU W ZABOROWIE**

**WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**

**DLA I i II ETAPU EDUKACYJNEGO**

**ROK SZKOLNY 2021/22**

**Wymagania edukacyjne opracowane na podstawie autorskiego**

**programu nauczania z wychowania fizycznego dla ośmioletniej szkoły**

**podstawowej - I i II etapu edukacyjnego autorstwa Krzysztofa Warchoła**

 ROBERT ROKOSZ

Nauczyciel wychowania fizycznego

**„Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego należy w szczególności brać pod uwagę wysiłek, zaangażowanie i systematyczność wkładane przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć”.**

**Obszary ocenienia:**

**1.** Przygotowanie do zajęć

**2.** Postawa aktywność i zaangażowanie

**3.** Umiejętności i wiadomości

**4.** Sprawność fizyczna

**5.**Aktywność dodatkowa

**PRZYGOTOWANIE DO ZAJĘĆ**

**1) podczas zajęć w szkole (sala gimnastyczna) każdego ucznia obowiązuje:**

- koszulka, spodenki sportowe ( dresy ) lub legginsy dla dziewcząt

- czyste obuwie sportowe na jasnej podeszwie z przeznaczeniem na halę

**Strój zaleca się przechowywać w indywidualnych szafkach ucznia w szkole**

**2) podczas zajęć odbywających się na dworze w okresie wiosenno - jesiennym (chłodniejsze dni) uczniów obowiązują dodatkowo:**

**- buty sportowe przeznaczone do ćwiczeń na dworze inne niż na halę, oraz dres sportowy, który zaleca się przechowywać w indywidualnych szafkach przydzielonych uczniom**

**3) podczas zajęć uczniowie posiadający długie włosy są zobowiązani do związywania ich gumką dla własnego bezpieczeństwa;**

**4) uczniów obowiązuje zdjęcie bransoletek z nadgarstków, zegarków i luźno wiszących kolczyków z uszu oraz łańcuszków w celu zapewnienia sobie bezpieczeństwa.**

**Uczeń może zgłosić 3 razy nieprzygotowanie (np.) do zajęć w semestrze. Za każdy kolejny brak stroju wystawiana jest ocena niedostateczna**

**Uczeń, który był zawsze przygotowany do zajęć z wychowania fizycznego otrzymuje na koniec każdego semestru ocenę cząstkową: celującą**

**Uczniowie są zobowiązani do skompletowania regulaminowego stroju w wyznaczonym przez nauczyciela czasie.**

**POSTAWA, AKTYWNOŚĆ I ZAANGAŻOWANIE**

**Działania podejmowane przez ucznia na lekcji oceniane są poprzez wystawienie przy pomocy znaków (+) i (-). Suma uzyskanych plusów po upływie miesiąca stanowi kryterium do wystawienia oceny cząstkowej z aktywności, postawy i zaangażowania.**

Każdy zdobyty plus niweluje minus, każdy uzyskany minus niweluje plus.

**Za uzyskanie w miesiącu:**

 **6 plusów bez jakiegokolwiek uzyskanego minusa (nawet niwelującego) - celujący**

**5 plusów - bardzo dobry**

**4 plusy - dobry**

**Uzyskanie w miesiącu:**

**3 minusów - dopuszczający**

**4 minusów – niedostateczny**

**Zanim nauczyciel wpisze minus (-) upomina ucznia, jeśli ostrzerzenie nie przyniosło poprawy postępowania nauczyciel zapisuje minus (-) do dziennika**

**PLUSY(+) - uczniowie mogą otrzymać za:**

 aktywny udział w lekcji, przejawy zaangażowania

przygotowanie lub prowadzenie części lekcji, np. rozgrzewkę

 sumienność, zdyscyplinowanie i życzliwy stosunek do innych.

wykonywanie ćwiczeń w sposób zbliżony do swoich maksymalnych możliwości

 kulturalne kibicowanie,

 pomoc nauczycielowi w organizacji zajęć lub zawodów szkolnych

 reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych

 za wiedzę z dziedziny sportu lub gier zespołowych

 wykonanie dodatkowych prac i zadań zaproponowanych przez nauczyciela

**MINUSY (-): uczniowie mogą otrzymać za:**

**Jeżeli uczeń wykazuje brak zaangażowania na lekcji, odmawia wykonywania ćwiczeń,** oszukuje nauczyciela, niszczy sprzęt sportowy**,** przeszkadza w lekcji, samowolnie wykonuje ćwiczenia bez zgody nauczyciela, ma lekceważący stosunek do nauczyciela i kolegów z klasy, zachowuje się, nieodpowiednio, niezgodnie z regulaminem zachowania w sali gimnastycznej, szatni i na boisku szkolnym, **nauczyciel odnotowuje ten fakt w dzienniku jako minus (-)**

**UMIEJĘTNOŚCI I WIADOMOŚCI :**

Ocenie podlega:

 Poprawność wykonania określonych elementów technicznych gier indywidualnych i zespołowych, ćwiczeń gimnastycznych, lekkoatletyki, oraz wiedzy ujętej w programie

**Podczas wykonywania elementów technicznych oceniamy przede wszystkim estetykę, dynamikę, płynność i poprawność wykonania ćwiczenia.**

**SPRAWNOŚĆ FIZYCZNA**

Ocenie podlega:

 Poziom i postęp sprawności fizycznej oceniamy 2 razy w roku szkolnym

**Nie wystawia się oceny niedostatecznej za próby sprawności fizycznej z wyjątkiem sytuacji w której uczeń nie podejmuje się wykonania próby lub rezygnuje z niej.**

**Aktywność dodatkowa:**

**Uczeń może otrzymać ocenę cząstkową celującą lub bardzo dobrą (w zależności od frekwencji i zaangażowania) raz w semestrze za:**

**- uczestnictwo w zajęciach SKS**

**- udział w zawodach sportowych i osiąganie znaczących wyników**

**- za potwierdzony udział (zaświadczenie z podpisem trenera - celujący) w różnego rodzaju aktywności fizycznej w zajęciach pozaszkolnych np. klubach sportowych i aktywny udział w nich.**

**KRYTERIA OCENIANIA**

Ocena celująca (6):

 spełnia kryteria na ocenę bardzo dobrą;

 był obecny na wszystkich zajęciach wychowania fizycznego (ma wszystkie godziny nieobecne

usprawiedliwione;

przewyższa znacznie poziomem sprawności , umiejętności i wiedzy rówieśników z klasy

 ma pozaliczane w terminie wszystkie testy , sprawdziany i zadania z wf, nosi zawsze strój sportowy

 reprezentował szkołę na zawodach sportowych i osiągał dobre wyniki

 regularnie uczestniczył w zajęciach sportowych pozalekcyjnych lub pozaszkolnych

ma oceny celujące z plusów z działu aktywności, postawy i zaangażowania

 pełni rolę organizatora, sędziego, widza w wybranych dyscyplinach sportowych;

 czyni postępy w samodzielnym usprawnianiu się;

 rozwija własne uzdolnienia o charakterze rekreacyjno-sportowym.

Ocena bardzo dobra (5):

 uczeń całkowicie opanował materiał programowy;

 zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie;

 posiada duże wiadomości z zakresu dbałości o prawidłową postawę ciała umiejętnie je wykorzystuje w

praktycznym działaniu;

 ma pozaliczane w terminie większość testów, sprawdzianów i zadań z wf, nosi prawie zawsze strój sportowy

 reprezentował szkołę na zawodach sportowych i osiągał dobre wyniki

 regularnie uczestniczył w zajęciach sportowych pozalekcyjnych lub pozaszkolnych

ma oceny bardzo dobre i celujące z plusów z działu aktywności, postawy i zaangażowania

 pełni rolę organizatora, sędziego, widza w wybranych dyscyplinach sportowych;

 potrafi zdiagnozować własną sprawność fizyczną i umiejętności ruchowe;

 systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną, hartuje organizm, dba o higienę

i zdrowie;

 jego postawa, zaangażowanie i stosunek do przedmiotu nie budzi zastrzeżeń;

 w wyjątkowych i uzasadnionych sytuacjach nie posiada stroju sportowego (2 razy) lecz wykazuje chęć pomocy podczas zajęć (funkcje asekuracyjne, porządkowe, sędziego)

Ocena dobra (4):

 uczeń opanował materiał programowy;

 posiadane wiadomości potrafi wykorzystać w praktyce przy pomocy nauczyciela;

 zna zasady funkcjonowania organizmu, regeneracji sił i czynnego odpoczynku;

 nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnianiem się, wykazuje stałe i dość

dobre postępy;

 jego postawa i stosunek do kultury fizycznej nie budzi większych zastrzeżeń;

 zdarza mu się nie posiadać stroju sportowego

Ocena dostateczna (3):

 uczeń opanował materiał programowy na przeciętnym poziomie ze znacznymi lukami;

 wykazuje małe postępy w usprawnianiu motorycznym;

 w jego wiadomościach z zakresu kultury fizycznej są znaczne luki, a wiedzy którą ma nie potrafi

wykorzystać w praktyce;

 często nie posiada stroju sportowego.

Ocena dopuszczająca (2):

 uczeń nie pracuje nad swoją sprawnością fizyczną oraz nie wykazuje postępów w tym zakresie;

 nie wykazuje postępów w zakresie umiejętności i wiadomości;

 nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną;

 ma niechętny stosunek do ćwiczeń fizycznych;

 wykazuje poważne braki w zakresie wychowania fizycznego.

Ocena niedostateczna (1):

 nie wykazuje żadnych postępów w zakresie umiejętności i wiadomości;

 wykazuje brak nawyków higienicznych;

 ma lekceważący stosunek do zajęć wychowania fizycznego;

 systematycznie jest nieprzygotowany do zajęć wychowania fizycznego (nie posiada stroju gimnastycznego.

**OCENA UMIEJĘTNOŚCI W KLASIE IV**

**GIMNASTYKA:**

(G) Przewrót w przód z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego z pomocą nauczyciela

(G) Przewrót w tył z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego z pomocą nauczyciela

(G) Skok rozkroczny przez kozła z pomocą nauczyciela

(G) Przewrót w przód z półprzysiadu lub uniku podpartego z pomocą nauczyciela

(G) Leżenie przewrotne lub przerzutne z pomocą nauczyciela

(G) Przejście równoważne po ławeczce z pomocą nauczyciela

 (G)Waga przodem na ławeczce z pomocą nauczyciela

**LEEKKOATLETYKA:**

(LA) Technika startu niskiego i bieg na 60m, 100m i 300m

(LA)Bieg na dystansie 600m

(LA) Technika skoku w dal techniką naturalną

(LA) Technika rzutu piłką palantową

(LA) Technika przekazania pałeczki sztafetowej – postawa przyjmującego

**GRY ZESPOŁOWE:**

(PN) Podanie i przyjęcie piłki w miejscu i w ruchu.

(PN) Strzał na bramkę z miejsca i z biegu.

(PS) Technika odbicia piłki sposobem górnym bez ograniczonego pola,.

(PS) Technika Zagrywki sposobem dolnym z 3m.

(PK) Kozłowanie piłki w miejscu i w ruchu.

(PK) Podania piłki oburącz w miejscu i w ruchu.

(PR) Podania jednorącz i chwyt pilki oburącz w miejscu

(PR) Kozłowanie piłki w ruchu.

(U) Podania i przyjęcia piłeczki w miejscu - technika

**OCENA UMIEJĘTNOŚCI W KLASIE VI**

**GIMNASTYKA:**

(G) Przewrót w przód z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego

(G) Przewrót w tył z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego

(G) Skok rozkroczny przez kozła

(G) Przewrót w przód z półprzysiadu lub uniku podpartego

(G) Leżenie przewrotne lub przerzutne

(G) Przejście równoważne po ławeczce

 (G)Waga przodem na ławeczce

**LEEKKOATLETYKA:**

(LA) Start niski i bieg na 60m, 100m i 300m. - technika + szybkość biegowa.

(LA) Skoku w dal techniką naturalną .- technika + długość skoku

(LA) Rzut piłką palantową – technika + długość rzutu

 (LA) Technika przekazania pałeczki sztafetowej w strefie zmian

**GRY ZESPOŁOWE:**

(PN) Podanie i przyjęcie piłki w miejscu i w ruchu.

(PN) Strzał na bramkę z miejsca i z biegu.

(PS) Technika odbicia piłki sposobem górnym bez ograniczonego pola.

(PS) Technika Zagrywki sposobem dolnym z 7m.

(PK) Kozłowanie piłki w miejscu i w ruchu.

(PK) Podania piłki oburącz w miejscu i w ruchu.

(PR) Podania jednorącz i chwyt pilki oburącz w miejscu

(PR) Kozłowanie piłki w ruchu.

(U) Prowadzenie piłeczki slalomem zakończone strzałem

**OCENA UMIEJĘTNOŚCI W KLASIE VII**

**GIMNASTYKA:**

(G) Przewroty w przód i w tył z różnych pozycji wyjściowych i końcowych

(G) Skok kuczny przez skrzynię

(G) Prosty układ gimnastyczny.

(G) Przewrót w przód do rozkroku

(G) Przewrót w tył do rozkroku

(G) Leżenie przewrotne lub przerzutne

(G) Przejście równoważne po ławeczce

 (G)Waga przodem na ławeczce

**LEKKOATLETYKA:**

(LA) Start niski i bieg na 60m, 100m i 300m - technika + szybkość biegowa.

(LA) Skoku w dal techniką naturalną .- technika + długość skoku

(LA) Rzut piłką palantową – technika + długość rzutu.

(LA) Bieg na dystansie 600m.

LA) Technika przekazania pałeczki sztafetowej w strefie zmian

**GRY ZESPOŁOWE:**

(PN) Prowadzenie piłki wybranym sposobem

(PN) Strzały do bramki różnymi sposobami .

(PS) Technika odbicia piłki sposobem górnym w polu 9x9m

(PS) Odbicia piłki sposobem górnym i dolnym w polu 9x9m

(PS) Zagrywka sposobem dolnym lub górnym z 9m.

(PK) Kozłowanie piłki w biegu ze zmianą ręki kozłującej.

(PK) Prowadzenie piłki w biegu ze zmianą kierunku ruchu.

(PR) Podania jednorącz półgórne i chwyt oburącz w marszu i w biegu.

(PR) Rzut do bramki z przeskoku

(U) Prowadzenie piłeczki slalomem zakończone strzałem

**UWAGI KOŃCOWE**

**.**

1. Ocenianie osiągnięć edukacyjnych ucznia z przedmiotu wychowanie fizyczne polega na rozpoznawaniu przez nauczyciela poziomu i postępów w opanowywaniu przez niego umiejętności i wiadomości w stosunku do wymagań edukacyjnych wynikających z podstaw programowych.

2. Nauczyciel na początku roku szkolnego informuje uczniów, rodziców (prawnych opiekunów)o wymaganiach edukacyjnych wynikających z realizowanego przez siebie programu nauczania oraz o sposobach sprawdzania umiejętności i wiedzy.

3. Oceny są jawne dla uczniów jak i jego rodziców (prawnych opiekunów).

4. W uzasadnionych przypadkach (choroba, stany pochorobowe) ucznia może zwolnić rodzic (prawny opiekun), z 1 tygodnia zajęć. Zwolnienie musi być przedstawione nauczycielowi w formie pisemnej lub telefonicznej.

 5. Decyzję o zwolnieniu ucznia z ćwiczeń na zajęciach z wychowania fizycznego podejmuje dyrektor szkoły na podstawie opinii wydanej przez lekarza, poradnię psychologiczno-pedagogiczną albo inną poradnię specjalistyczną.

6. W przypadku całkowitego zwolnienia ucznia z zajęć w dokumentacji przebiegu nauczania wpisujemy „zwolniony” zamiast oceny klasyfikacyjnej

 7. Do 30 września należy złożyć wniosek do Dyrektora szkoły o zwolnienie całkowite z lekcji wychowania fizycznego jeżeli są takie wskazania zdrowotne.

8. Uczestnik uskarżający się nadolegliwości zdrowotne, jest zwalniany z wykonywania ćwiczeń w danym dniu.

9. Uczennice maja możliwość zgłoszenia niedyspozycji – w zależności od samopoczucia są zwalniane lub wykonują w tym dniu ćwiczenia nie wymagające większego wysiłku.

10. Uczniowie niećwiczący na danych zajęciach przebywają pod opieką nauczyciela wychowania fizycznego, nie przeszkadzaj nikomu podczas lekcji, zajmują miejsce na ławeczce, mogą pomagać w organizacji lekcji poproszeni o to przez nauczyciela.

11. Jeśli zajęcia odbywają się na boisku szkolnym, uczniowie niećwiczący z powodu złego samopoczucia lub rekonwalescencji po chorobie, przebywają z klasą na boisku ubrani odpowiednio do warunków pogodowych;

12. Szatnię otwierają i zamykają dyżurni lub przedstawiciel z samorządu klasowego (lub wytypowani przez nauczyciela na początku roku uczniowie) odbierając przed lekcją i odnosząc po lekcji klucze do nauczyciela wf. Uczniowie wchodzą do szatni i przebierają się po dzwonku.

13. Za przedmioty wartościowe pozostawione i niezabezpieczone przez uczniów w szatni szkoła nie ponosi odpowiedzialności;

14. Do hali sportowej nie wnosimy jedzenia oraz plecaków.

**KLASYFIKOWANIE I OCENIANIE**

1. Klasyfikacji dokonuje się dwa razy w roku szkolnym – po pierwszym i po drugim semestrze.

2. Uczeń może zostać nie klasyfikowany, wtedy gdy jego nieobecności (powyżej 50%) uniemożliwiają wystawienie stopnia.

3. Uczeń niesklasyfikowany z powodu usprawiedliwionej nieobecności może zdawać egzamin klasyfikacyjny. Rodzice (prawni opiekunowie) takiego ucznia powinni napisać wniosek o przeprowadzenie takiego egzaminu do Rady Pedagogicznej.

4. Uczeń mający ograniczenia z niektórych zadań (częściowe zwolnienie lekarskie) lub posiadający obniżone wymagania programowe bierze udział w sprawdzianach wskazanych przez nauczyciela i jest oceniany za swoje postępy.

5. Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który odmówi przystąpienia do sprawdzianu bez uzasadnienia lub opuści lekcję bez usprawiedliwia (ucieczka).

6. Za przystępnie do sprawdzianu uczeń otrzymuje ocenę dopuszczającą nawet wtedy, gdy wykonanie rażąco odbiega od wymagań na ocenę pozytywną.

7. Jeżeli z przyczyn losowych uczeń opuścił sprawdzian, powinien w pierwszym tygodniu po powrocie do szkoły uzgodnić z nauczycielem termin zaliczenia, nie dłuższy jednak niż dwa tygodnie. Po upływie tego czasu, w wyniku nie przystąpienia do zaliczenia, otrzymuje ocenę niedostateczną.

8. Uczeń może przystąpić do poprawy oceny jeden raz, w tym przypadku stawiamy lepszą ocenę.

9. Ocenę celującą może otrzymać uczeń, który spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą i dodatkowo spełnia co najmniej 2 z poniższych warunków:

 przewyższa znacznie poziomem sprawności , umiejętności i wiedzy rówieśników z klasy

 ma pozaliczane w terminie wszystkie testy , sprawdziany i zadania z wf, nosi zawsze strój sportowy

 reprezentował szkołę na zawodach sportowych i osiągał dobre wyniki

 regularnie uczestniczył w zajęciach sportowych pozalekcyjnych lub pozaszkolnych

ma oceny celujące z plusów z działu aktywności, postawy i zaangażowania

11. Ocenę śródroczną i roczną ustala się w stopniach wg następującej skali:

 Celujący – 6

 Bardzo dobry – 5

 Dobry – 4

 Dostateczny – 3

 Dopuszczający – 2

 Niedostateczny – 1

Oceny bieżące odnotowuje się w dzienniku lekcyjnym wg przyjętej skali - zgodnie

z wzorem:

 stopień celujący: 6

 stopień celujący z minusem: 6-

 stopień bardzo dobry z plusem: 5+

 stopień bardzo dobry: 5

 stopień bardzo dobry z minusem: 5-

 stopień dobry z plusem: 4+

 stopień dobry: 4

 stopień dobry z minusem: 4-

 stopień dostateczny z plusem: 3+

 stopień dostateczny: 3

 stopień dostateczny z minusem: 3-

 stopień dopuszczający z plusem: 2+

 stopień dopuszczający: 2

 stopień dopuszczający z minusem: 2-

 stopień niedostateczny z plusem: 1+

 stopień niedostateczny:

12. **Wagi ocen dla poszczególnych form pracy ucznia na lekcji oraz aktywność sportową dodatkowa.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Formy aktywności** | **Waga ocen** |
| Aktywność, postawa i zaangażowanie na lekcji | 3 |
| Przygotowanie do lekcji (np. brak zmiennego stroju sportowego) | 2 |
| Umiejętności ruchowe (np. testy i sprawdziany z gier zespołowych, gimnastyki, LA, gier rekreacyjnych) | 2 |
| Sprawność fizyczna (testy sprawnościowe) | 1 |
| Udział w zawodach szkolnych. | 3 |
| Udział w zajęciach dodatkowych szkolnych (SKS,) klubów przyszkolnych. | 3 |
| Udział w zawodach pozaszkolnych i w innych formach współzawodnictwa | 2 |
| Udział w zajęciach dodatkowych pozaszkolnych. | 2 |
| Sprawdzian wiadomości w formie pisemnej bądź ustnej | 2 |

13. Ocenianie odbywa się za pomocą:

 Obserwacji ucznia: przygotowanie do lekcji – strój sportowy,

 Testów sprawności fizyczne - oceniamy postęp

 Sprawdzianów wiadomości w formie pisemnej bądź ustnej

 Sprawdzianów umiejętności ruchowych

 Aktywności na zajęciach, postawy i zaangażowania

 Udziałów w zawodach sportowych

 Udziału w zajęciach pozalekcyjnych

14. Ocenę z wychowania fizycznego na pierwsze półroczę stanowi wypadkowa ocen z 5 obszarów oceniania. Ocenę końcowo roczną stanowi wypadkowa ocen z pięciu obszarów z pierwszego oraz drugiego półrocza.

**Warunki i tryb uzyskania wyższych niż przewidywane rocznych ocen klasyfikacyjnych z zajęć edukacyjnych**

1. Uczeń lub jego rodzice mają prawo w ciągu trzech dni roboczych od wystawienia przewidywanych ocen zwrócić się do nauczyciela przedmiotu o zmianę oceny na stopień wyższą niż przewidywana.

2. O warunkach i trybie uzyskania wyższej niż przewidywana rocznej oceny klasyfikacyjnej nauczyciel przedmiotu informuje ustnie ucznia i jego rodziców.

3. Uczeń może uzyskać wyższą niż przewidywana roczną ocenę klasyfikacyjną z obowiązkowych i dodatkowych zajęć edukacyjnych pod warunkiem wykonania wskazanych przez nauczyciela przedmiotu prac w określonej formie i terminie: