

Wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego w Zespole Szkół w Graboszycach

Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 7 września 2004r. w sprawie warunków i sposobu oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy oraz przeprowadzania egzaminów i sprawdzianów w szkołach publicznych sugeruje, że:

„przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego (...) należy w szczególności brać pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć”.

Powyższe zasady oceniania są spójne ze Statutem Szkoły oraz z Wewnątrzszkolnym Systemem Oceniania w Szkole Podstawowej i Gimnazjum w Graboszycach

I. Cele kształcenia i wychowania w wychowaniu fizycznym:

- przygotowanie ucznia do całonocnej aktywności ruchowej i czynnego uczestnictwa w kulturze fizycznej,
- wyrobienie w uczniu trwałych nawyków higieniczno – zdrowotnych,
- kształtowanie umiejętności działania na rzecz zdrowia rozumianego w aspekcie sfer wzajemnie się przenikających: fizycznej, intelektualnej, emocjonalnej, społecznej, osobistej i duchowej,
- zrozumienie przez uczniów powodów i sensu starań o ciało, sprawność fizyczną, zdrowie, urodę,
- wdrażanie uczniów do autoedukacyjnej aktywności w celu wyrównania niedoborów sprawności fizycznej,
- rozbudzenie zainteresowań różnymi formami aktywności ruchowej: zdrowotnej, użytecznej, sportowej, rekreacyjno -hedonistycznej,
- wyrobienie prawidłowej i pożądanej postawy, zręczności i estetyki ruchu,
- stymulowanie różnorodnych form aktywności fizycznej uczniów,
- udostępnianie uczniom zasobu wiadomości na temat charakteru związków między ciałem człowieka z jednej strony, a zdrowym stylem życia, zapobiegania chorobom i racjonalnie prowadzonej gimnastyki z drugiej,
- zapoznanie uczniów z problemem stosowania niedozwolonych środków w sporcie i aktywności ruchowej,
- wdrażanie ucznia do systematycznej samokontroli i samooceny,
- rozwijanie wytrwałości w dążeniu do celu, kształtowanie ambicji,
- rozwijanie odpowiedzialności za siebie i innych, samodzielności i samodyscypliny
- doskonalenie sprawności kondycyjnej i koordynacyjnej,
- pogłębianie wiedzy i umiejętności z zakresu bezpieczeństwa i udzielania pierwszej pomocy,
- poznanie zasad kulturalnego kibicowania i dopingowania swoich faworytów.

II. Cele oceniania z wychowania fizycznego:

- sprawdzenie stopnia przyswojenia wiadomości i umiejętności ruchowych ucznia,
- poinformowanie ucznia o poziomie jego osiągnięć edukacyjnych i postępach w tym zakresie,
- dostarczenie rodzicom i nauczycielom rzetelnej i szczegółowej informacji o postępach, trudnościach i specjalnych uzdolnieniach ucznia,
- pomoc uczniowi w samodzielnym planowaniu swojego rozwoju,
- rozwijanie kreatywnej postawy wobec własnego zdrowia i własnej sprawności fizycznej,
- wdrażanie do systematycznej samokontroli i samooceny zachowań prozdrowotnych,
- umożliwienie nauczycielowi kontroli rozwoju ucznia, doskonalenie organizacji i metod pracy dydaktyczno – wychowawczej.

III. Wystawiając oceny, nauczyciele wychowania fizycznego kierują się następującymi zasadami:

- indywidualizacji,
- obiektywizmu,
- jawności,
- motywującego i wychowawczego wpływu na postawę wobec kultury fizycznej.

IV. Przy klasyfikacji ucznia z wychowania fizycznego ocenie podlega:

1. Stopień opanowania wymagań programowych :

podstawowych ponadpodstawowych

- Właściwe wykorzystanie zdolności koordynacyjno – kondycyjnych
- Poziom umiejętności ruchowych
- Poziom wiedzy
- Postęp w usprawnianiu

2. Aktywność i postawa ucznia

3. Przygotowanie do zajęć

4. Frekwencja – uczestnictwo w zajęciach

SZCZEGÓŁOWE KRYTERIA OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO W ZESPOLE SZKÓŁ W GRABOSZYCACH

I. LEKCJE W SYSTEMIE KLASOWYM

Na dwóch godzinach lekcyjnych obowiązkowego wymiaru zajęć w systemie klasowym uczeń jest oceniany z następujących obszarów:

CECHY MOTORYCZNE I POSTĘPY W OSOBISTYM USPRAWNIANIU

Ocenę z tego obszaru uzyskuje się po zaliczeniu następujących prób sprawnościowych:

- Indeks Sprawności Fizycznej – na początku i końcu roku szkolnego
- Bieg na dystansie: 100 m lub 60 m – mierzony jest czas
1000 m chłopcy i 600 m dziewczęta – mierzony jest czas
Bieg wahadłowy 4x10 m – mierzony jest czas
- Rzut 3 kg piłką lekarską/Pchnięcie kulą – mierzona jest odległość
- Skłony w przód z leżenia tyłem („brzuski”) – mierzona jest liczba skłonów w ciągu 30 s
- Ugięcia ramion w podporze przodem („pompki”) – mierzona jest liczba ugięć
- Skok w dal z rozbiegu – mierzona jest odległość

Uzyskane rezultaty porównywane są z tabelą wyników i na jej podstawie wystawiane są oceny z poszczególnych prób, a ich średnia arytmetyczna jest oceną końcową z tego obszaru.

W przypadku Indeksu Sprawności Fizycznej porównywany jest wynik 6 prób wykonanych na początku i na końcu roku szkolnego.

Uczniowie, którzy z przyczyn od siebie niezależnych nie mogli zaliczyć danej próby w wyznaczonym terminie (nieobecność usprawiedliwiona lub zwolnienie lekarskie z ćwiczeń), muszą to zrobić w ciągu dwóch tygodni od przyścia do szkoły bądź zakończenia zwolnienia (dotyczy to również poprawek).

Uczniowie robią to na własną prośbę na lekcji lub na zajęciach pozalekcyjnych.

W przypadku nieobecności ucznia gimnazjum lub liceum w dniu sprawdzianu, uczeń może uzupełnić test w następujący sposób:

- Wykonuje test w terminie ustalonym z nauczycielem w.f. do 2 tygodni, (w przypadku długotrwałej choroby)
- Wykonuje test w terminie ustalonym z nauczycielem w.f. do 2 tygodni(w przypadku nieobecności nieusprawiedliwionej, lub nie przygotowania)

UMIEJĘTNOŚCI

Ocenę z tego obszaru uzyskuje się po zaliczeniu wybranych elementów technicznych z różnych dyscyplin sportowych tj.:

Gry zespołowe

- a) piłka nożna – prowadzenie piłki , strzał na bramkę, przyjęcia, zwody .
- b) piłka siatkowa :
 - odbicia piłki sposobem dolnym
 - odbicia piłki sposobem górnym
 - zagrywka górna i dolna
- c) piłka koszykowa:
 - kozłowanie piłki RP i RL slalomem
 - rzut do kosza z dwutaktu
 - rzut do kosz po zatrzymaniu na jedno i dwa tempa
- d) piłka ręczna – kozłowanie zakończone rzutem do bramki z wyskoku

Gimnastyka

- przewrót w przód i w tył z postawy stojącej
- stanie na rękach przy ścianie
- skok kuczny przez skrzynię,

Elementy te są wcześniej nauczone i doskonalone na lekcjach. Oceniana jest poprawność, skuteczność oraz estetyka wykonania danego ćwiczenia. Ocenę końcową z tego obszaru stanowi średnia arytmetyczna ocen z poszczególnych zaliczeń.

Uczniowie, którzy z przyczyn od siebie niezależnych nie mogli zaliczyć danego ćwiczenia w wyznaczonym terminie (nieobecność usprawiedliwiona lub zwolnienie lekarskie z ćwiczeń), muszą to zrobić w ciągu dwóch tygodni od przyścia do szkoły bądź zakończenia zwolnienia (dotyczy to również poprawek). Uczniowie robią to na własną prośbę na lekcji lub na zajęciach pozalekcyjnych.

Osoby, które nie zaliczyły danego ćwiczenia z własnej winy, nie mogą z tego obszaru uzyskać oceny wyższej od oceny dostatecznej!

AKTYWNOŚĆ I POSTAWA UCZNIĄ

W tym obszarze na koniec każdego miesiąca oceniane są wszelkie przejawy aktywności ucznia oraz jego stosunek do przedmiotu. Oceną wyjściową jest ocena dobra. Na lekcjach za swoją postawę uczeń może otrzymać plusy lub minusy. Trzy plusy podwyższają ocenę, trzy minusy obniżają ją. Dotyczy to zarówno uczniów ćwiczących jak i niećwiczących (zwolnionych oraz nieposiadających stroju).

Uczeń może otrzymać plusy za:

- Chętne wykonywanie zadań poleconych przez nauczyciela
- Wykonywanie ćwiczeń w sposób zbliżony do swoich maksymalnych możliwości
- Postawa „fair play” podczas lekcji
- Wzorową pracę na rzecz swojego zdrowia

- Wzorowe zdyscyplinowanie
- Pomoc w organizacji lekcji (np. ustawianie i sprzątanie przyrządów, prowadzenie rozgrzewki)
- Wykonywanie prac użytecznych dla szkoły
- Reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych
- Udział w zajęciach pozalekcyjnych (UKS/LKS, kółka sportowe)
- Uprawianie sportu wyczynowo(uzyskanie znaczących osiągnięć) - właściwe przygotowanie do zajęć
- Inwencję twórczą w sytuacji zadań problemowych
- Współpraca z grupą
- Wykazanie się znajomością treści teoretycznych przekazanych przez nauczyciela podczas lekcji
- Inne

Uczeń może otrzymać minusy za:

- Niechętny, bądź negatywny stosunek do uczestnictwa w zajęciach
- Brak dyscypliny,
- Naruszanie zasad bezpieczeństwa na zajęciach
- Łamanie regulaminu korzystania z obiektów sportowych,
- Nie stosowanie zasad „fair play” podczas lekcji
- Przeszkadzanie w uczestnictwie w zajęciach lub zagrażanie zdrowiu innym uczniom
- Odmawianie pomocy w organizacji lekcji
- Brak znajomości treści teoretycznych przekazanych przez nauczyciela podczas lekcji
- Brak szacunku i dbałości o szkolny sprzęt sportowy oraz wykorzystanie go niezgodnie z przeznaczeniem
- Inne

PRZYGOTOWANIE DO ZAJĘĆ

Obszar ten ocenia ucznia pod względem jego przygotowania do zajęć, a więc posiadania właściwego stroju sportowego. Na lekcji uczeń winien posiadać sportową koszulkę i sportowe spodenki oraz odpowiednie obuwie. Może to również być dres. **Strój do ćwiczeń musi być używany wyłącznie na lekcji wychowania fizycznego. Niedopuszczalne jest ćwiczenie w tym samym stroju noszonym podczas innych lekcji!** Oceną wyjściową z tego obszaru jest ocena celująca. Za każdy brak stroju ocena ta jest obniżana o jeden stopień. I tak:

2 razy w półroczu uczeń może zgłosić nieprzygotowanie do zajęć bez konsekwencji.

- Ocena celująca – uczeń zawsze posiada właściwy strój
- Ocena bardzo dobra – 3 razy brak stroju
- Ocena dobra – 4 razy brak stroju
- Ocena dostateczna – 5 razy brak stroju
- Ocena dopuszczająca – 6 razy brak stroju

W przypadku ciągłej usprawiedliwionej nieobecności w szkole lub dłuższego zwolnienia z ćwiczeń (powyżej dwóch tygodni) uczeń nie uzyskuje oceny z tego obszaru w danym miesiącu.

Częste zwolnienia z ćwiczeń wystawiane przez rodziców mogą obniżyć ocenę z tego obszaru (zwolnienia takie będą konsultowane z rodzicami na comiesięcznych konsultacjach)

Niedyspozycja nie zwalnia z lekcji wychowania fizycznego. W przypadku niedyspozycji dziewcząt, powinny przebierać się w strój sportowy i wykonywać ćwiczenia pozbawione przyspieszeń, skoków, obciążających mięśnie brzucha lub pomagać nauczycielowi w prowadzeniu lekcji w.f.u. wykonują prace zastępcze (np.: porządkowanie sprzętu sportowego). Zwolnienia od rodziców uwzględniane tylko w zeszytach do korespondencji.

Zwolnienia z zajęć wychowania fizycznego

- uczeń ze względu na złe samopoczucie – przed lekcją
- rodzice (prawni opiekunowie) – na pisemną prośbę (zwolnienia od rodziców uwzględniane tylko w zeszytach do korespondencji)
- lekarz – zaświadczenie lekarskie.

FREKWENCJA

W obszarze tym wymagana jest punktualności i systematyczne uczęszczanie na lekcje. Przy ocenie z frekwencji nie ma znaczenia czy nieobecność była usprawiedliwiona czy nieusprawiedliwiona. W uzasadnionych indywidualnych przypadkach (np. kontuzja sportowa) nauczyciel nie będzie wliczał tej nieobecności w ogólną frekwencję.

<i>Stopień/ilość pkt.</i>	<i>ilość obecności na zajęciach wychowania fizycznego w %</i>
<i>6 /- wybitny</i>	<i>100% + udział w zajęciach pozalekcyjnych 80 %</i>
<i>5 /</i>	<i>95% + udział w zajęciach pozalekcyjnych 60 %</i>
<i>4 /</i>	<i>76% - 94%</i>
<i>3 /</i>	<i>63% - 75%</i>
<i>2 /</i>	<i>50% - 62%</i>
<i>Nieklasyfikacja</i>	<i>poniżej 50%</i>

W przypadku ciągłej usprawiedliwionej nieobecności w szkole lub dłuższego zwolnienia z ćwiczeń (powyżej dwóch tygodni) uczeń nie uzyskuje oceny z tego obszaru w danym miesiącu.

OCENA Z ZAJĘĆ W SYSTEMIE LEKCYJNYM

Oceną końcową z tej części zajęć wychowania fizycznego jest średnia arytmetyczna z ocen z poszczególnych obszarów. Pozwala to nawet uczniom mniej sprawnym fizycznie uzyskać ocenę bardzo dobrą z tej części zajęć.

Jeżeli uczeń uzyska ocenę niedostateczną z jakiegoś obszaru, ocena końcowa z tej części zajęć nie może być wyższa od oceny dobrej.

II . LEKCJE W SYSTEMIE ZAJĘĆ DO WYBORU

Na dwóch godzinach lekcyjnych obowiązkowego wymiaru zajęć w systemie zajęć do wyboru uczeń jest oceniany z aktywnego uczestniczenia w lekcjach.

AKTYWNY UDZIAŁ

Uczeń aktywnie ćwiczy na lekcji jeżeli:

- Posiada właściwy strój i obuwie sportowe
- Chętnie uczestniczy w zajęciach
- Ćwiczy na miarę swoich możliwości fizycznych i umiejętności technicznych
- W razie dolegliwości zdrowotnych (np. złe samopoczucie, przeziębienie, lekka kontuzja) wykonuje przynajmniej niektóre ćwiczenia i pomaga w organizacji lekcji

Uczeń nie będzie miał zaliczonego aktywnego udziału w lekcji w przypadku:

- Nieobecności (nie dotyczy całodziennej usprawiedliwionej nieobecności w szkole)
- Braku właściwego sportowego stroju
- Odmowie wykonywania ćwiczeń
- Niewypełniania poleceń nauczyciela związanych z organizacją lekcji
- Łamania regulaminu zajęć lub obiektów sportowych

OCENA Z ZAJEĆ DO WYBORU

Oceną wyjściową z tej części zajęć jest ocena celująca. Za brak aktywnego udziału w lekcji ocena ta jest obniżana wg następującej skali:

- Ocena 6/- uczeń aktywnie ćwiczy na wszystkich lekcjach
- Ocena 5 – brak aktywnego udziału na jednej lekcji
- Ocena 4/ – brak aktywnego udziału na 4 lub 5 lekcjach
- Ocena 3 – brak aktywnego udziału na 6 lub 7 lekcjach
- Ocena 2, – brak aktywnego udziału na 10 lub 11 lekcjach

OCENA SEMESTRALNA

1. Ocena końcowa semestralna (zarówno w pierwszym jak i w drugim semestrze) jest wypadkową dwóch ocen – oceny z zajęć w systemie klasowym oraz oceny z zajęć do wyboru. Rodzice informowani są o wynikach w nauce na miesiąc przed klasyfikacją semestralną i roczną.
2. Ocena semestralna i roczna wynika z uzyskanych ocen/punktów i wyrażona jest oceną: celujący, bardzo dobry, dobry, dostateczny, dopuszczający, niedostateczny. Przeliczanie punktów na oceny odbywa się wg podanej skali.
Ocenę celującą mogą uzyskać tylko ci uczniowie, którzy reprezentują szkołę w imprezach sportowych na szczeblu powiatowym- miejsca I – VI sporty indywidualne (powiat)i dalej, sporty drużynowe miejsc I – IV (powiat)

3. Ocena końcowo-roczna jest oceną I i II semestru danego roku szkolnego.
4. W uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego. Decyzję o zwolnieniu ucznia z zajęć podejmuje dyrektor szkoły na podstawie opinii wydanej przez lekarza specjalisty lub poradnię psychologiczno-pedagogiczną. W przypadku zwolnienia ucznia z zajęć w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się „zwolniony”.
5. Uczeń, który z powodu usprawiedliwionej nieobecności będącej wynikiem długotrwałej choroby nie może być klasyfikowany ma prawo do egzaminu klasyfikacyjnego
6. Uczeń jest zapoznany ze szczegółowymi wymaganiami edukacyjnymi na poszczególne stopnie na początku roku szkolnego i w czasie prób i testów.

Poziom umiejętności ruchowych sprawności fizycznej podlega ocenie w skali sześciostopniowej (1-6).

Celująca (6) - Uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą . wyniki znacznie przewyższają normy cech motorycznych na ocenę bardzo dobrą. Osiąga duży postęp w usprawnianiu się (np. poprawa we wszystkich próbach). Poziom opanowania umiejętności technicznych znacznie przewyższa wymagania. Zastosowanie umiejętności w praktycznym działaniu: jest doskonały we wszystkich dyscyplinach i konkurencjach. Poziom wiedzy wykraczający poza program danej klasy. Potrafi praktycznie wykorzystać wiedzę w konkurencjach, zawodach, tworzeniu nowych rozwiązań. Jest bardzo zaangażowany na lekcjach. Rozwija swoje uzdolnienia. Aktywnie uczestniczy w życiu sportowym szkoły, bądź też w innych formach aktywności związanych z wychowaniem fizycznym. Systematycznie reprezentuje szkołę w rozgrywkach sportowych. Osiąga sukcesy na szczeblu powiatowym i wojewódzkim.

Bardzo dobra (5) - Uczeń jest bardzo sprawny fizycznie; osiąga wyniki wg norm na ocenę bardzo dobrą. Ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, zna przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie. Osiąga wyniki lepsze od diagnozy. Osiąga poprawę w większości prób. Systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu. Doskonale opanował większość umiejętności. Bardzo dobrze sobie radzi w większości dyscyplin, posiada ogromny zasób wiedzy. Umie zastosować wiedzę w samodzielnym rozwiązywaniu zadań. Podejmuje duży wysiłek, systematycznie

stara się. Reprezentuje szkołę w rozgrywkach sportowych, bierze udział w mistrzostwach szkoły, w zajęciach treningu SKS-u lub w innym klubie sportowym - osiągając dobre wyniki sportowe. Jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do zajęć nie budzi najmniejszych zastrzeżeń.

Dobra (4) - Uczeń dysponuje dobrą sprawnością motoryczną. Ćwiczenia wykonuje prawidłowo lecz nie dość dokładnie, z małymi błędami technicznymi. Wykazuje tendencje do poprawy wyników. Brak stałej poprawy ale pojedyncze próby poprawione. Nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnianiem, wykazuje stałe i dość dobre postępy w tym zakresie. Opanował większość umiejętności lecz w różnym stopniu. Radzi sobie w różnych dyscyplinach sportowych. Zna większość zagadnień i pojęć. Sprawnie posługuje się wiedzą. Jego postawa społeczna i stosunek do kultury fizycznej nie budzi większych zastrzeżeń. Podejmuje wysiłek, stara się - jednak niesystematycznie.

Dostateczna (3) - Uczeń dysponuje przeciętną sprawnością motoryczną. Osiąga wyniki wg norm na ocenę dostateczną. Posiada tylko podstawowe umiejętności. Ćwiczenia wykonuje niepewnie z większymi błędami technicznymi. Wykazuje małe postępy w usprawnianiu. Nie bardzo daje sobie radę w kilku dyscyplinach. Zna podstawowe pojęcia i zagadnienia. Nie bierze udziału w zajęciach pozalekcyjnych. Sporadycznie wykorzystuje wiedzę do rozwiązywania problemów. Uczestniczy w lekcji, mało się stara. Przeszkadza kolegom. Przejawia pewne braki w zakresie postawy społecznej i w stosunku do kultury fizycznej.

Dopuszczająca (2) - Uczeń posiada słabą sprawność fizyczną. Osiąga wyniki znacznie poniżej oceny dostatecznej. Opanował minimalną ilość wiadomości. Nie radzi sobie w większości dyscyplin. Ćwiczenia wykonuje niepewnie z dużymi błędami technicznymi. Wykazuje bardzo małe postępy w usprawnianiu motorycznym. Ma minimalny zasób pojęć i wiadomości. Nie potrafi samodzielnie zastosować wiedzy w praktyce. Nie wkłada wysiłku, nie stara się. Sporadycznie ćwiczy. Przejawia duże braki w zakresie postawy społecznej i stosunku do wychowania fizycznego.

