

WYCHOWANIE FIZYCZNE KL. IV

WYMAGANIA EDUKACYJNE NIEZBĘDNE DO OTRZYMANIA PRZEZ UCZNIA POSZCZEGÓLNYCH ŚRÓDROCZNYCH i OCEN KLASYFIKACYJNYCH

Szczegółowe warunki i sposób oceniania (Przedmiotowe Zasady Oceniania z wychowania fizycznego)

- Zgodnie z Ustawą o systemie oświaty z 7 września 1991 roku (Dz. U. 2018.1457) Roz.3 Ocenianie, klasyfikowanie i promowanie uczniów w szkołach publicznych;
- Ustawa z dnia 14 grudnia 2016 r. Prawo oświatowe;
- Rozporządzenie MEN z dnia 22 lutego 2019 r. w sprawie oceniania , klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych Roz. 2, § 9.1,2;
- Statut szkoły, który określa szczegółowe zasady wewnątrzszkolnego oceniania uczniów.

Ocenenie osiągnięć edukacyjnych ucznia polega na rozpoznawaniu przez nauczycieli poziomu i postępów w opanowaniu przez ucznia wiadomości i umiejętności w stosunku do wymagań określonych w podstawie programowej kształcenia ogólnego oraz wymagań edukacyjnych wynikających z realizowanych w szkole programów nauczania. Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego należy brać przede wszystkim wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć także systematyczność udziału ucznia w zajęciach oraz aktywność ucznia w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej. Wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się obowiązków wynikających ze specyfiki wychowania fizycznego rozumiany jest nie jako wysiłek fizyczny lecz całokształt starań ucznia na rzecz przedmiotu tj. z umiejętności, wiedzy, systematyczności i aktywności. Ocena z wychowania fizycznego wystawiana jest dwa razy w ciągu roku szkolnego (pierwsze półrocze oraz na koniec roku szkolnego), zgodnie z podanymi w PSO zasadami w skali od 1 do 6.

Ocenianie ma na celu:

1. poinformowanie ucznia o poziomie jego osiągnięć edukacyjnych i postępach w tym zakresie;
2. umożliwienie uczniowi samorealizacji i planowania rozwoju poprzez poznanie własnych sprawności i umiejętności;
3. motywowanie ucznia do dalszej pracy, wysiłku, samodoskonalenia się;

4. dostarczanie rodzicom i nauczycielom rzetelnej i szczegółowej informacji o postępach, trudnościach i specjalnych uzdolnieniach ucznia;
5. umożliwienie nauczycielowi kontroli rozwoju ucznia, doskonalenie organizacji i metod pracy dydaktyczno-wychowawczej;

Ocenianie jest:

- rzetelne
- trafne
- jasne i zrozumiałe
- obiektywne i zindywidualizowane
- jawne

Ocena ma charakter wspierający. Jej celem nie jest porównywanie uczniów czy wskazywanie braków, lecz podkreślanie tego, co uczeń już opanował i zdobył.

Ocena jest wypadkową czterech składowych:

- **chęci**, to znaczy wysiłku wkładanego w wywiązywanie się z zadań
- **postępu**, czyli poziomu osiągniętych zmian w stosunku do diagnozy początkowej
- **postawy**, czyli stosunku do partnera, przeciwnika, zaangażowania w przebieg zajęć i stosunku do własnej aktywności
- **rezultatu**, czyli informacji o osiągniętych wynikach, dokładności wykonania zadania, poziomu zdobytej wiedzy

Zasady oceniania

I. Skala ocen:

- 6-celujący
- 5-bardzo dobry
- 4-dobry

3-dostateczny

2-dopuszczający

1-niedostateczny

II. Przedmiot oceny

Podstawą oceny jest wysilek włożony przez ucznia, wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć.

III Kryteria ocen

Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który: wykazuje bardzo dużą aktywność i zaangażowanie na lekcjach, jest zawsze przygotowany do zajęć (zawsze posiada strój sportowy), wkłada bardzo dużo wysiłku w wykonywane zadania, powierzone mu zadania wykonuje sumiennie i starannie, systematycznie uczęszcza na zajęcia, ewentualnie nieobecności ma usprawiedliwione, regularnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych, pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego, charakteryzuje się wysokim poziomem kultury osobistej, używa właściwych sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela oraz innych pracowników szkoły, w sposób bezwzględny stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego, zna i stosuje wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych i zespołowych, szanuje powierzony mu sprzęt sportowy

Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który: na zajęciach jest aktywny i zaangażowany, jest przygotowany do zajęć (dopuszcza się dwukrotnie brak stroju w semestrze), starannie i sumiennie wykonuje powierzone mu zadania, systematycznie uczęszcza na zajęcia pozalekcyjnych, przestrzega zasad fair play na boisku, dość regularnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych, pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego, charakteryzuje się właściwym poziomem kultury osobistej, używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela oraz innych pracowników szkoły, stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego, zna i stosuje prawie wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych i zespołowych, szanuje powierzony mu sprzęt sportowy

Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który: nie zawsze jest aktywny i zaangażowany na zajęciach, z reguły jest przygotowany do zajęć, dość często jest nieobecny na zajęciach, potrzebuje motywacji podczas wykonywania zadań ruchowych, w zajęciach pozalekcyjnych uczestniczy nieregularnie, charakteryzuje się właściwym poziomem kultury osobistej, nie zawsze używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela oraz innych pracowników szkoły, nie zawsze stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego, stosuje prawie wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych i zespołowych, zdarza mu się nie szanować powierzzonego mu sprzętu sportowego

Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który: nie wykazuje szczególnej aktywności na zajęciach, bywa często nieprzygotowany do zajęć, często jest nieobecny na zajęciach, powierzone mu zadania wykonuje niestarannie i niedbale, nie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych, nie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego i nie szanuje powierzzonego mu sprzętu sportowego, charakteryzuje się przeciętnym poziomem kultury osobistej, często używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela oraz innych pracowników

szkoły, często nie stosuje zasad bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego, stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych i zespołowych

Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który: na zajęciach nie wykazuje żadnej aktywności, regularnie jest nieprzygotowany do zajęć, bardzo często opuszcza zajęcia, powierzone mu zadania wykonuje bardzo niestarannie, okazując lekceważący stosunek do tego, co robi, nie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych, nie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego i nie szanuje powierzonego mu sprzętu sportowego, charakteryzuje się niskim poziomem kultury osobistej, bardzo często używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela oraz innych pracowników szkoły, nie stosuje zasad bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego, stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych i zespołowych

Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który: na zajęciach nie wykonuje i nie chce wykonywać żadnych powierzonych mu zadań, wykazuje skrajnie lekceważący stosunek do przedmiotu, do zajęć nigdy nie jest przygotowany, samowolnie i nagminnie opuszcza zajęcia, charakteryzuje się niskim poziomem kultury osobistej, zachowuje się wulgarnie w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela oraz innych pracowników szkoły, nie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych, nie zalicza sprawdzianów umiejętności ruchowych oraz testów sprawności, nie zna i nie stosuje zasad bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego, nie zna i nie stosuje przepisów i zasad sportów indywidualnych i zespołowych

Ocenianiu podlegają także, takie obszary jak:

Systematyczność.

Uczestniczenie w zajęciach jest ważnym elementem realizacji procesu wychowania fizycznego. Udział w zajęciach ma wdrażać ucznia do systematycznego podejmowania aktywności fizycznej w życiu codziennym. Systematyczność oceniana jest co 16 jednostek lekcyjnych. O ocenie z tego obszaru decyduje liczba: nieobecności, niećwiczenia, braków stroju i spóźnień. Nieobecność 2-tygodniowa (tylko na podstawie zwolnienia lekarskiego) skutkuje otrzymaniem oceny bardzo dobrej w danym miesiącu. Nieobecność powyżej 3 tygodni powoduje brak oceny z tego obszaru. Zgodnie z realizacją obowiązku szkolnego, rodzic może zwolnić dziecko z lekcji wychowania fizycznego sporadycznie.

Aktywność.

O ocenie z tego obszaru decyduje liczba (-) za brak zaangażowania, pracę poniżej swoich możliwości lub za niewykonanie poleceń nauczyciela.

Umiejętności i wiadomości w ujęciu praktycznym.

W tym obszarze stosujemy indywidualizację dostosowaną do potrzeb i możliwości ucznia. Korzystamy z karty samooceny.

Aktywność dodatkowa uwzględnia reprezentowanie szkoły w zawodach międzyszkolnych, uczestnictwo w zajęciach pozalekcyjnych lub pozaszkolnych potwierdzonych zaświadczeniem oraz udział ucznia w organizacji imprez szkolnych o charakterze rekreacyjnym, prowadzeniu kroniki, gazetki, strony WWW itp. W tym obszarze uczeń otrzymuje ocenę bardzo dobrą lub celującą.

Wymagania edukacyjne(szczegółowe) – wychowanie fizyczne

klasa IV

Dział I. Ćwiczenia ogólnorozwojowe

Uczeń:

- wykonuje co najmniej cztery ćwiczenia zwinnościowo–akrobatyczne,
- wykonuje ćwiczenia wzmacniające mięśnie brzucha i poprawiające ruchomość kręgosłupa,
- dobiera i wykonuje ćwiczenie kształtujące wybraną zdolność motoryczną,
- wykonuje ćwiczenia wspomagające utrzymanie prawidłowej postawy ciała,
- wykonuje co najmniej dwa ćwiczenia poprawiające równowagę i koordynację wzrokowo–ruchową.

Dział II. Gry zespołowe i rekreacyjne

Uczeń:

- opanowuje podstawowe elementy techniczne w grach zespołowych:
 - koszykówka – przyjęcie postawy, kozłowanie, podania, rzuty,
 - piłka nożna – prowadzenie piłki, podania, strzały,
 - piłka ręczna – kozłowanie, podania, rzuty,

- siatkówka – przyjęcie postawy, odbicia, rzucanka siatkarska,
- uczestniczy w dwóch innych grach zespołowych (zgodnie z warunkami szkoły i preferencjami),
- uczestniczy w zabawach i grach ruchowych.

Dział III. Lekkoatletyka

Uczeń:

- poprawnie wykonuje bieg i chód,
- uczestniczy w grach i zabawach sztafetowych,
- wykonuje pchnięcie i rzut lekkim przyborem z miejsca i rozbiegu,
- wykonuje bieg krótki ze startu wysokiego,
- skacze w dal z miejsca,
- uczestniczy w marszobiegach i grach wytrzymałościowych.

Dział IV. Taniec

Uczeń:

- tworzy i wykonuje dowolny układ taneczny przy muzyce, korzystając z własnej ekspresji ruchowej.

Dział V. Relaksacja i odprężenie

Uczeń:

- wykonuje ćwiczenia oddechowe i rozciągające wspierające regenerację i poprawę samopoczucia.

Dział VI. Monitorowanie aktywności i sprawności fizycznej

Uczeń:

- rozpoznaje podstawowe zdolności motoryczne człowieka,
- wymienia cechy prawidłowej postawy ciała,

- mierzy tętno przed i po wysiłku, z pomocą nauczyciela interpretuje wyniki.

Dział VII. Bezpieczeństwo

Uczeń:

- zna regulamin sali gimnastycznej i boiska,
- zna zasady bezpiecznego poruszania się i zachowania podczas zajęć,
- wie, do kogo zwrócić się o pomoc w przypadku urazu,
- wybiera bezpieczne miejsce zabawy i odpowiedni strój sportowy,
- prawidłowo używa przyborów sportowych,
- wykonuje elementy samoasekuracji przy upadkach,
- omawia zasady bezpieczeństwa nad wodą, w górach i na terenach zielonych.

Dział VIII. Kompetencje społeczne

Uczeń:

- zna ideę olimpizmu i zasadę fair play,
- uczestniczy w rywalizacji zgodnie z zasadą fair play,
- okazuje szacunek przeciwnikowi, sędziemu i współuczestnikom,
- współpracuje w grupie i komunikuje się w trakcie gier i ćwiczeń,
- pełni rolę organizatora, sędziego i kibica,
- wyjaśnia zasady kulturalnego kibicowania,
- rozwiązuje problemy w sposób kreatywny,
- rozpoznaje emocje związane z wygraną i przegraną,
- wspiera innych, przeciwdziała wykluczeniu,

- wzmacnia poczucie własnej wartości i buduje pozytywny obraz siebie poprzez aktywność fizyczną.

Tabela wymagań edukacyjnych i kryteriów oceniania – WF klasa IV

Dział / Wymagania	Ocena 6 – celująca	Ocena 5 – bardzo dobra	Ocena 4 – dobra	Ocena 3 – dostateczna	Ocena 2 – dopuszczająca	Ocena 1 – niedostateczna
Ćwiczenia ogólnorozwojowe (akrobatyka, równowaga, mięśnie brzucha, postawa)	Wykonuje ćwiczenia ponadprogramowe, np. trudniejsze elementy akrobatyczne; dba o poprawność postawy, pokazuje ćwiczenia innym.	Wykonuje wszystkie wymagane ćwiczenia poprawnie i starannie.	Wykonuje ćwiczenia z drobnymi błędami, koryguje je.	Wykonuje tylko podstawowe ćwiczenia, część z błędami, wymaga wsparcia.	Wykonuje najprostsze elementy przy pomocy nauczyciela lub kolegów.	Odmawia wykonania ćwiczeń lub nie potrafi ich wykonać nawet z pomocą.
Gry zespołowe i rekreacyjne	Zna i stosuje elementy techniczne kilku gier, dodatkowo rozwija swoje zainteresowania (np. nowe sporty).	Poprawnie stosuje elementy techniczne koszykówki, piłki nożnej, ręcznej i siatkówki.	Radzi sobie z większością elementów, ale popełnia błędy techniczne.	Stosuje elementy gier tylko częściowo, wymaga wsparcia.	Biernie uczestniczy, wykonuje tylko najprostsze zadania.	Nie podejmuje aktywności, łamie zasady gry.
Lekkoatletyka (bieg, skok, rzut, sztafety, marszobiegi)	Wykazuje dużą sprawność, samodzielnie poprawia technikę, chętnie podejmuje	Biega, rzuca i skacze zgodnie z techniką; aktywnie	Wykonuje większość ćwiczeń z drobnymi	Wykonuje ćwiczenia w stopniu podstawowym, z	Wykonuje tylko najprostsze formy ruchu.	Odmawia wykonania ćwiczeń.

	dodatkowe zadania.	uczestniczy w zabawach.	błędami.	pomocą nauczyciela.		
Taniec	Tworzy i prezentuje rozbudowane układy taneczne; wykazuje dużą kreatywność.	Wykonuje układ taneczny zgodnie z rytmem i muzyką.	Wykonuje układ z drobnymi błędami.	Wykonuje prosty układ taneczny przy wsparciu.	Wykonuje tylko fragmenty układu.	Nie podejmuje próby wykonania układu.
Relaksacja i odprężenie	Zna i stosuje różne techniki relaksacyjne, proponuje ćwiczenia innym.	Poprawnie wykonuje ćwiczenia oddechowe i rozciągające.	Wykonuje ćwiczenia z drobnymi błędami.	Wykonuje tylko część ćwiczeń z pomocą.	Wykonuje ćwiczenia niechętnie i niedokładnie.	Odmawia wykonania ćwiczeń.
Monitorowanie aktywności (zdolności motoryczne, postawa, tętno)	Samodzielnie mierzy tętno, interpretuje wyniki i wyciąga wnioski; aktywnie analizuje swoją sprawność.	Zna cechy prawidłowej postawy, potrafi zmierzyć tętno i omówić wyniki.	Mierzy tętno z pomocą nauczyciela, zna część cech postawy.	Wymaga stałego wsparcia w pomiarach i analizie.	Wykonuje tylko najprostsze działania (np. mierzy, ale nie rozumie wyników).	Nie podejmuje żadnych prób monitorowania aktywności.
Bezpieczeństwo	Samodzielnie inicjuje działania na rzecz bezpieczeństwa, przypomina zasady innym.	Zna i stosuje wszystkie zasady bezpieczeństwa w różnych sytuacjach.	Zna zasady, ale czasem o nich zapomina.	Zna zasady w podstawowym zakresie, wymaga przypominania.	Często łamie zasady, wymaga stałej kontroli.	Lekceważy zasady, stwarza zagrożenie dla siebie i innych.
Kompetencje społeczne	Jest liderem w grupie, motywuje innych, angażuje się w życie sportowe szkoły.	Zawsze przestrzega fair play, współpracuje w grupie, okazuje szacunek innym.	Współpracuje, ale czasem wymaga przypomnienia o zasadach fair play.	Czasami uczestniczy biernie, nie zawsze szanuje zdanie innych.	Rzadko współpracuje, zdarzają się przejawy braku szacunku	