WYMAGANIA EDUKACYJNE

Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO – SZKOŁA PODSTAWOWA KL. I-III

## Założenia ogólne

1. Ocenianie z wychowania fizycznego jest integralną częścią wewnątrzszkolnego systemu oceniania szkoły.
2. Ocena semestralna lub roczna w klasach I-III, jest oceną opisową
3. Ocena semestralna lub roczna ustalana jest na podstawie ocen cząstkowych za określony poziom wiadomości, umiejętności i kompetencji społecznych w procesie szkolnego wychowania fizycznego.
4. Przy ustalaniu oceny semestralnej i rocznej uwzględnia się przede wszystkim wysiłek ucznia, wynikający z realizacji programu nauczania oraz systematyczny i aktywny udział w lekcjach wychowania fizycznego.
5. Na ocenę z wychowania fizycznego mają również wpływ oceny z dodatkowych aktywności ucznia, np. udział w zajęciach rekreacyjno-sportowych, zawodach sportowych, turniejach i rozgrywkach pozaszkolnych, konkursach plastycznych i literackich o tematyce sportowej.
6. Ocenę za dodatkową aktywność ucznia nauczyciel wystawia dwa razy w roku szkolnym – na koniec pierwszego i drugiego semestru.
7. Szkolne ocenianie z wychowania fizycznego ma być czynnikiem motywującym uczniów do aktywności fizycznej w wymiarze teraźniejszym i przyszłościowym.
8. Uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego decyzją administracyjną dyrektora szkoły na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach uczestniczenia w tych zajęciach, wydanej przez lekarza, na czas określony w tej opinii
9. W przypadku zwolnienia ucznia z zajęć wychowania na okres unie- umożliwiający wystawienie oceny semestralnej lub klasyfikacyjnej na koniec roku szkolnego, zamiast oceny nauczyciel wychowania fizycznego wpisuje „zwolniony” albo

„zwolniona”

1. Oceny cząstkowe za określony poziom wiadomości, umiejętności i kompetencji społecznych będą realizowane według następującej skali ocen:
   1. – dopuszczający
   2. – dostateczny

+3 – plus dostateczny

* 1. – dobry

+4 – plus dobry

* 1. – bardzo dobry

5+ – plus bardzo dobry

* 1. – celujący

## Wymagania szczegółowe – edukacja wczesnoszkolna klas I–III szkoły podstawowej

Ocena w edukacji wczesnoszkolnej jest opisowa, czyli nauczyciel pro- wadzący określony rodzaj zajęć edukacyjnych nie wystawia stopni na koniec semestru czy roku szkolnego, tylko opisuje uzyskany przez ucznia poziom efektów edukacyjnych w określonym obszarze. Sytuacja ta dotyczy również wychowania fizycznego. W ocenie opisowej należy wskazać, w których aspektach rozwoju fizycznego, motorycznego, nauczaniu i doskonaleniu podstawowych umiejętności ruchowych czy aktywności fizycznej uczeń uzyskał postęp, które pozostały bez zmian, a które wymagają zdecydowanej poprawy.

## W klasach I–III przedmiot kontroli i oceny powinien obejmować:

1) postawę ucznia i jego kompetencje społeczne,

2)systematyczny udział i aktywność w trakcie zajęć,

1. umiejętności ruchowe
2. wiadomości – podstawowe zasady gier i zabaw ruchowych oraz zasady fair-play

# PRZEWIDYWANE UMIEJETNOŚCI UCZNIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO PO KLASIE I

## Uczeń:

* 1. Wykonuje podstawowe umiejętności gimnastyczne przewrót w przód, w tył,

„mostek”;

* 1. Wykonuje krótkie biegi na czas
  2. chwyta piłkę, rzuca nią do celu i na odległość, toczy ją i kozłuje, uczy się odbijać piłkę nad sobą,
  3. skacze na skakance obunóż
  4. pokonuje przeszkody naturalne i sztuczne;
  5. wykonuje ćwiczenia równoważne;
  6. prawidłowo siedzi w ławce, przy stole itp.;
  7. zgodnie współdziała z innymi uczniami;
  8. przestrzega zasad gier i zabaw, zasad fair-play.

# PRZEWIDYWANE UMIEJETNOŚCI UCZNIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO PO KLASIE II

## Uczeń:

1. Wykonuje podstawowe umiejętności gimnastyczne przewrót w przód, w tył,

„mostek”, stanie na rękach przy drabinkach, przeskok kuczny przez 3 części skrzyni,

1. Uczestniczy w zabawach, zajęciach ruchowych i mini grach drużynowych; wykonuje ćwiczenia ogólnorozwojowe z przyborami;
2. Chwyta piłkę̨, rzuca nią̨ do celu i na odległość́, odbija, toczy ją i kozłuje;
3. Rzuca do celu stałego i ruchomego;
4. Pokonuje przeszkody naturalne i sztuczne;
5. Wykonuje skoki jednonóż i obunóż; skacze na skakance;
6. Przyjmuje na sygnał określoną̨ pozycję wyjściową;
7. Realizuje marsz, bieg, trucht, krótkie marszobiegi;
8. Wykonuje ćwiczenia równoważne;
9. Stara się̨ zachować́ prawidłową postawę̨ ciała podczas wykonywania ćwiczeń́, podczas siedzenia w ławce, przy stole itp.;
10. Bierze udział w rywalizacji sportowej;
11. Zgodnie współdziała z innymi uczniami;
12. Przestrzega zasad gier i zabaw, zasad fair-play.

# PRZEWIDYWANE UMIEJETNOŚCI UCZNIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO PO KLASIE III

Uczeń́:

1. Wykonuje podstawowe umiejętności gimnastyczne przewrót w przód, w tył, mostek, stanie na rękach przy drabinkach, przerzut bokiem, przeskok kuczny przez 3 części

skrzyni, naskok na kozła.

1. Wykonuje biegi krótkie i długie na czas
2. Realizuje marszobieg trwający co najmniej 15 minut;
3. Umie wykonać́ siłę̨ mięśni brzucha oraz próbę̨ gibkości dolnego odcinka kręgosłupa;
4. Przyjmuje pozycje wyjściowe i ustawienia do ćwiczeń́;
5. Skacze przez skakankę̨ w przód i w tył wykonuje przeskoki jednonóż i obunóż nad niskimi przeszkodami;
6. Wykonuje ćwiczenia równoważne bez przyboru, z przyborem i na przyrządzie;
7. Posługuje się̨ piłką: rzuca, chwyta, kozłuje, odbija i prowadzi ją;
8. Bierze udział w zabawach, mini grach, grach terenowych, zawodach sportowych;
9. Respektuje reguły i podporządkowuje się̨ decyzjom sędziego;
10. Właściwie zachowuje się̨ w sytuacjach zwycięstwa i porażki;
11. Przestrzega zasad bezpiecznego zachowania się̨ w trakcie zajęć́ ruchowych;
12. Posługuje się̨ przyborami sportowymi zgodnie z ich przeznaczeniem;
13. Potrafi wybrać́ bezpieczne miejsce do zabaw i gier ruchowych.
14. Zna krótkie zasady mini-gier sportowych i zasady fair-play