

Szkoła podstawowa nr 34 im. Stanisława Dubois w Warszawa

Przedmiotowy System Oceniania z Wychowania Fizycznego

Spis treści

I. Podstawa programowa Kształcenia Ogólnego dla Szkoły Podstawowej – wychowanie fizyczne.....	3
II. Stopnie i sposób informowania o stopniach.....	4
III. Wymagania edukacyjne na poszczególne stopnie szkolne.....	5
IV. Częstotliwość oceniania.....	7
V. Kryteria oceniania.....	8
VI. Kontakt z uczniem.....	9

I. Podstawa programowa Kształcenia Ogólnego dla Szkoły Podstawowej wychowanie fizyczne

Przedmiotowy system oceniania z wychowania fizycznego został opracowany na podstawie Rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej z dnia 22 lutego 2019 roku, dotyczącego zasad oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów oraz Wewnętrznego Systemu Oceniania Szkoły Podstawowej nr 34 im. Stanisława Dubois w Warszawie i jest zgodny z podstawą programową przedmiotu wychowanie fizyczne dla II etapu kształcenia.

Cele edukacyjne

Wspomaganie harmonijnego rozwoju psychofizycznego uczniów.

Rozwijanie i doskonalenie sprawności ruchowej i tężyzny fizycznej uczniów.

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. Stopnie i sposób informowania o stopniach

Stopnie są jasne i zrozumiałe, oparte na czytelnych kryteriach przedstawionych uczniom, uwzględniają indywidualne predyspozycje i możliwości. Mają charakter wspierający, podkreślają, co uczeń już opanował i zdobył. Mają za zadanie informować ucznia, motywować do dalszej pracy, wysiłku, samodoskonalenia. Mają umożliwić uczniowi samorealizację i planowanie rozwoju przez poznanie własnej sprawności i umiejętności. Są informacją dla nauczyciela i rodziców/prawnych opiekunów o postępach, trudnościach i specjalnych uzdolnieniach uczniów.

Nauczyciel, na początku roku szkolnego, informuje uczniów i rodziców/opiekunów prawnych o wymaganiach edukacyjnych, wynikających z realizowanej podstawy programowej oraz sposobach sprawdzania osiągnięć edukacyjnych uczniów.

O uzyskanych stopniach uczniowie są informowani na bieżąco, zaś rodzice/opiekunowie prawni na spotkaniach z rodzicami – „otwartych drzwiach”, w czasie indywidualnych rozmów.

O przewidywanych stopniach rocznych, czy okresowych oraz zagrożeniu stopniem niedostatecznym uczeń informowany jest ustnie, a jego rodzice/opiekunowie prawni w formie pisemnej na miesiąc przed posiedzeniem klasyfikacyjnej rady pedagogicznej. Za pisemne poinformowanie rodzica/opiekuna prawnego odpowiada wychowawca. Standardy wymagań zawarte w podstawie programowej w zakresie postaw, wiadomości i umiejętności na poszczególnych poziomach są integralną częścią niniejszych zasad.

III. Wymagania edukacyjne na poszczególne stopnie szkolne

Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który:

1. Systematycznie uczestniczy w obowiązkowych zajęciach z wychowania fizycznego oraz jest zawsze przygotowany do lekcji (posiada wymagany strój sportowy).
2. Jest aktywny na lekcji.
3. Wykazuje zdyscyplinowanie w czasie trwania zajęć z wychowania fizycznego oraz przed i po ich zakończeniu (dotyczy pobytu w szatni).
4. Dokładnie wykonuje ćwiczenia i zalecenia przekazywane przez nauczyciela, dba o bezpieczeństwo własne i kolegów.

5. Ma godną naśladowania postawę koleżeńską i sportową (pomoc słabszym i mniej sprawnym).
6. Wykonuje elementy nauczane zgodnie z programem nauczania na ocenę bardzo dobrą i celującą.
7. Reprezentuje szkołę w zawodach na szczeblu gminy i powiatu.

Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który:

1. Systematycznie uczestniczy w obowiązkowych zajęciach z wychowania fizycznego oraz jest zawsze przygotowany do lekcji (posiada wymagany strój sportowy).
2. Jest aktywny na lekcji.
3. Wykazuje zdyscyplinowanie w czasie trwania zajęć z wychowania fizycznego oraz przed i po ich zakończeniu (dotyczy pobytu w szatni).
4. Dokładnie wykonuje ćwiczenia i zalecenia przekazywane przez nauczyciela, dba o bezpieczeństwo własne i kolegów.
5. Ma godną naśladowania postawę koleżeńską i sportową (pomoc słabszym i mniej sprawnym).
6. Wykonuje elementy nauczane zgodnie z programem nauczania na ocenę dobrą i bardzo dobrą.
7. Uczeń robi systematyczne postępy.

Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który:

1. Systematycznie uczestniczy w obowiązkowych zajęciach z wychowania fizycznego jest przeważnie przygotowany do lekcji (maksymalna ilość braków stroju w semestrze szkolnym wynosi 3).
2. Jest aktywny na lekcji.
3. Wykazuje zdyscyplinowanie w czasie trwania zajęć z wychowania fizycznego oraz przed i po ich zakończeniu (dotyczy pobytu w szatni).
4. Ma właściwą postawę koleżeńską i sportową (pomoc słabszym i mniej sprawnym).
5. Wykonuje elementy nauczane na ocenę, co najmniej dostateczną lub dobrą.
6. Uczeń robi systematyczne postępy na miarę swoich możliwości.
7. Mało angażuje się w życie sportowe szkoły i klasy.

Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który:

1. Niesystematycznie uczestniczy w obowiązkowych zajęciach z wychowania fizycznego oraz nie zawsze jest przygotowany do lekcji (często nie posiada wymaganego stroju sportowego).
2. Jest mało aktywny na lekcji i ma kłopoty z dyscypliną.
3. Poprawnie wykonuje elementy nauczane na ocenę dobrą i dostateczną.

Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który:

1. Często z własnej winy opuszcza obowiązkowe zajęcia z wychowania fizycznego oraz często nie jest przygotowany do lekcji (nie posiada wymaganego stroju sportowego).
2. Jest mało aktywny, niezdyscyplinowany, ma nieusprawiedliwione nieobecności oraz lekceważący stosunek do zajęć.
3. Słabo wykonuje nauczone elementy (na ocenę dopuszczającą i dostateczną).
4. Narusza zasady dyscypliny w czasie trwania zajęć oraz przed i po ich zakończeniu, nie dba o bezpieczeństwo własne i kolegów, nie wykonuje ćwiczeń i zaleceń przekazywanych przez nauczyciela.

Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który:

1. Bez usprawiedliwienia opuszcza zajęcia z wychowania fizycznego oraz nie jest przygotowany do lekcji.
2. Ma lekceważący stosunek do przedmiotu, wykazuje brak aktywności na lekcji.
3. Rażąco narusza zasady dyscypliny w czasie trwania zajęć oraz przed i po ich zakończeniu, nie dba o bezpieczeństwo własne i kolegów, nie wykonuje ćwiczeń i zaleceń przekazywanych przez nauczyciela.

IV. Częstotliwość oceniania

1. Minimalna ilość ocen w semestrze (zgodnie z WSO).
2. Aktywność na każdej lekcji (udział w zajęciach pozalekcyjnych na koniec semestru lub roku).
3. Frekwencja sprawdzana na każdej lekcji (ocena na koniec semestru lub roku).
4. Postęp sprawności fizycznej (2 razy w roku).
5. Umiejętności, nie mniej niż jeden raz w miesiącu.
6. Wiadomości, na bieżąco.

V. Kryteria oceniania

Postawa – uczeń jest oceniany za :

- Przygotowanie do lekcji – systematyczne noszenie stroju (uczeń po trzecim braku stroju i za każdy następny otrzymuje ocenę niedostateczną).
- Uczestnictwo w lekcji – ocena wybranego ucznia za zaangażowanie i aktywność na lekcji.

Sprawność motoryczna – poziom zdolności motorycznych oceniany za pomocą prób:

- szybkość – dziewczęta bieg na 60m, chłopcy bieg na 60m
- wytrzymałość – dziewczęta bieg na 600m/1000m, chłopcy bieg na 1000m/1500m

- siła MM brzucha – czas utrzymania NN nad podłożem w leżeniu tyłem/skłonem tułowia z leżenia 30s.
- siła RR – tylko chłopcy

Oceniając sprawność motoryczną oceniamy postęp, jaki wykazuje uczeń w trakcie swojej edukacji.

Umiejętności – poziom umiejętności ucznia z zakresu realizowanych form aktywności ruchowej z uwzględnieniem postępu, w semestrze obowiązują ucznia:

- cztery sprawdziany z umiejętności, które dotyczą aktualnie realizowanego materiału
- opracowanie i przeprowadzenie w klasie ćwiczeń kształtujących poszczególne partie mięśni (ramion, nóg, tułowia, brzucha, grzbietu)

Wiadomości – uczniowie powinni wykazać się wiadomościami z zakresu kultury fizycznej, olimpiad, przepisów dyscyplin sportowych, aktualności sportowych, tematyki dotyczącej zdrowego stylu życia.

VI. Kontakt z uczniem

1. Przy wystawianiu ocen z przedmiotu nauczyciel uwzględnia: czynne uczestnictwo w lekcji, sumienne i staranne wywiązywanie się z obowiązków wynikających z przedmiotu, zaangażowanie w przebieg lekcji, przygotowanie do zajęć, właściwy stosunek do przeciwnika i własnego ciała, opanowanie wiadomości i umiejętności przewidzianych dla poszczególnych klas zgodnie z indywidualnymi możliwościami i predyspozycjami, dokonywanie samooceny i samokontroli własnej sprawności fizycznej, aktywności na lekcji, udział w konkursach sportowych szkolnych i pozaszkolnych oraz udział w zajęciach klubu sportowego.
2. Uczeń ma obowiązek poznać i przestrzegać zasady bhp na lekcji wychowania fizycznego.
3. Uczeń ma obowiązek posiadać na lekcji wychowania fizycznego strój sportowy, obuwie sportowe (dostosowane tylko do ćwiczeń na sali gimnastycznej).
4. Wstęp na salę gimnastyczną tylko w obuwiu sportowym.
5. W czasie lekcji w sali gimnastycznej mogą przebywać jedynie uczniowie, którzy mają w tym czasie lekcje wychowania fizycznego lub zajęcia sportowe.
6. Dwa razy w semestrze uczeń może zgłosić brak stroju. Każdy następny brak stroju, to ocena niedostateczna.
7. Rodzic/opiekun prawny może zwolnić (usprawiedliwić) ucznia z czynnego brania udziału w lekcji z powodu niedyspozycji zdrowotnej na okres do dwóch tygodni.
8. W przypadku niedyspozycji zdrowotnej ucznia trwającej powyżej dwóch tygodni, uczeń ma obowiązek przedłożyć zwolnienie lekarskie.

9. Zwolnienie z całego roku szkolnego powinno być przedstawione do końca września, a z II semestru do końca lutego, odstępstwem od tej reguły jest sytuacja kiedy stan zdrowia ucznia przewlekłe pogorszy się w trakcie trwania okresu i uniemożliwia mu aktywne uczestnictwo w zajęciach.
10. W uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony na czas określony z zajęć wychowania fizycznego.
11. Decyzję o zwolnieniu ucznia z wychowania fizycznego podejmuje dyrektor szkoły na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach uczestniczenia w tych zajęciach, wydanej przez lekarza.
12. W przypadku, jeżeli okres zwolnienia z wychowania fizycznego uniemożliwia ustalenie stopnia śródkresowego lub stopnia rocznego, w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast stopnia wpisuje się zwolniony/zwolniona.
13. Uczeń może być zwolniony z pewnych zadań ruchowych po przedłożeniu zaświadczenia lekarskiego, z których nie jest oceniany.
14. Zwolnienie z ćwiczeń na lekcji wychowania fizycznego nie zwalnia ucznia z obecności na tej lekcji.
15. Uczeń, który ma zwolnienie lekarskie może być zwolniony z lekcji, jeżeli jest to jego pierwsza lub ostatnia lekcja, po uprzednim przedstawieniu nauczycielowi i dyrekcji oświadczenia rodziców, że w tym czasie biorą za niego odpowiedzialność.
16. Zwolnienia krótkotrwałe muszą być przedstawione na lekcji w dniu, którego dotyczą.
17. Konsekwencją podrobienia lub przedstawienia niezgodnego z faktycznym stanem fizycznym zwolnienia lekarskiego jest powiadomienie wychowawcy i rodziców.
18. Konsekwencją podrobienia zwolnienia od rodziców jest powiadomienie wychowawcy.
19. Za rzeczy wartościowe pozostawione przez ćwiczących w szatni dyrekcja szkoły oraz prowadzący zajęcia nie ponoszą odpowiedzialności.
20. Uczeń ma zakaz wnoszenia na lekcję wychowania fizycznego: odtwarzaczy, teczek, telefonów komórkowych oraz artykułów spożywczych i ich spożywania.
21. Uczeń ma obowiązek zaliczania poszczególnych elementów obejmujących program nauczania.
Na uzupełnienie lub poprawę danego elementu uczeń ma dwa tygodnie. Jeżeli uczeń przebywał na zwolnieniu lekarskim, czas ten liczony jest od momentu pojawienia się ucznia w szkole po zwolnieniu lekarskim. Po upływie tego czasu, w wyniku nie przystąpienia do zaliczenia uczeń dostaje ocenę niedostateczną.
22. Uczeń, którego absencja na lekcji wychowania fizycznego przekracza 50 % (mowa o aktywnym uczestnictwie w lekcji w

- danym semestrze) jest niesklasyfikowany.
23. Uczniowie, niećwiczący mają obowiązek pomagać w organizacji lekcji nauczycielowi.
 24. Uczniowie nie mają prawa przebywać na sali gimnastycznej w czasie przerwy bez opieki nauczyciela.
 25. Dziewczęta mogą raz w miesiącu zgłosić niedyspozycję. Odstępstwa od tej reguły, jedynie na podstawie zaświadczenia od lekarza specjalisty.
 26. Spóźnienie na lekcję wychowania fizycznego ucznia powyżej 15 min. bez usprawiedliwienia traktowane jest jako nieobecność.
 27. Wychodzenie ucznia z lekcji możliwe jest jedynie za zgodą nauczyciela.
 28. Uczniowie mają obowiązek dbać o sprzęt sportowy, jak i o ład i porządek w szatniach.
 29. Zabrania się picia alkoholu i palenia papierosów w na terenie szkoły.