

WYCHOWANIE FIZYCZNE - Wymagania edukacyjne dla II etapu edukacyjnego na podstawie programu *Moc w ruchu*

KLASA V

Szczegółowe warunki i sposób oceniania

Ocenienie 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 oraz wymagań edukacyjnych wynikających z realizowanego w szkole programu nauczania „Moc w ruchu”. Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego bierze się przede wszystkim wysiłek wkładany przez ucznia, zaangażowanie i pracę na lekcji. 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. Ocenianie ma na celu motywowanie ucznia do dalszych postępów w nauce i zachowaniu, budowanie własnych postaw prozdrowotnych i motywowanie do dalszej pracy.

Wymagania przedmiotowe i programowe

Podstawy wewnętrznych zasad oceniania – wychowanie fizyczne

1. Oceny są jawne dla ucznia i jego rodziców.
2. Na początku roku szkolnego nauczyciel zapoznaje uczniów z wymaganiami edukacyjnymi, regulaminem hali sportowej i sali gimnastycznej oraz omawia zasady bezpieczeństwa na lekcji.
3. Uczeń w ciągu całego roku szkolnego uczeń podlega systematycznej i obiektywnej ocenie zgodnie z jego indywidualnymi możliwościami.
4. O postępach i ocenie ucznia rodzice są systematycznie informowani poprzez wpis do dziennika elektronicznego.
5. Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego oprócz **wiadomości i umiejętności** pod uwagę brany jest w szczególności wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć, czyli **systematyczność / regularność** udziału ucznia w zajęciach oraz **aktywność / zaangażowanie**, praca na lekcji oraz w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej.
6. Nauczyciel wystawia ocenę śródroczną lub roczną, biorąc pod uwagę oceny z poszczególnych obszarów.
7. Reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych nie jest równoznaczne z otrzymaniem oceny celującej na półrocze lub na koniec roku szkolnego.

8. **Trenowanie w klubie sportowym** nie brane pod uwagę przy wystawianiu oceny z wychowania fizycznego.
9. Uczeń może nie być klasyfikowany, jeżeli brak jest podstaw do ustalenia oceny śródrocznej lub rocznej z powodu nieobecności na zajęciach (również usprawiedliwionych) przekraczających połowę czasu przeznaczonego na te zajęcia w szkolnym planie nauczania. Ostateczną decyzję o klasyfikowaniu ucznia podejmuje nauczyciel przedmiotu.
10. Na miesiąc przed klasyfikacją roczną, uczeń i jego rodzice (prawni opiekunowie) powinni być poinformowani o zagrożeniu oceną niedostateczną lub nieklasyfikowaniem.
11. Rodzic może zwolnić dziecko z lekcji wychowania fizycznego sporadycznie, np. z powodu zaplanowanej wizyty u lekarza lub ważnych spraw rodzinnych. Nagminne zwalnianie ucznia z zajęć obowiązkowych przez rodzica będzie niezwłocznie zgłaszane do wychowawcy lub dyrektora szkoły.
12. Obszary podlegające ocenianiu to systematyczność, aktywność, umiejętności, wiadomości, postawa sportowa i aktywność dodatkowa.
13. Uczeń ma prawo poprawić ocenę z wychowania fizycznego z obszarów wiadomości i umiejętności. Pozostałe obszary – systematyczność i aktywność ucznia na lekcjach – są wynikiem pracy ucznia w ciągu półrocza lub roku szkolnego i nie podlegają poprawie. Na poprawę oceny z obszaru wiadomości i umiejętności uczeń ma dwa tygodnie.

Obszary podlegające ocenie:

- 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. O ocenie z tego obszaru decyduje liczba: nieobecności, niećwiczenia, braków stroju i spóźnień.
- Aktywność – o ocenie decyduje nauczyciel, który wystawia ocenę na podstawie zaangażowania ucznia w lekcję.
- Umiejętności i wiadomości – ocena jest wystawiana na podstawie umiejętności nabytych przez ucznia na poszczególne oceny.
- Aktywność dodatkowa - uwzględnia reprezentowanie szkoły w zawodach międzyszkolnych, uczestnictwo w zajęciach pozalekcyjnych lub udział ucznia w organizacji imprez szkolnych o charakterze rekreacyjnym..

Obszar oceny		Kryteria oceniania				
Systematyczność – brane jest pod uwagę zaangażowanie ucznia, regularne przygotowanie do zajęć oraz brak spóźnień.	Celująca	Bardzo dobra	Dobra	Dostateczna	Dopuszczająca	Niedostateczna
	Regularnie ćwiczy na lekcji wf. Brak spóźnień i brak nieprzygotowań do lekcji.	Systematycznie ćwiczy na lekcji wf. Brak spóźnień i sporadycznie jest nieprzygotowany.	Stara się systematycznie ćwiczyć na lekcji. Czasami jest nieprzygotowany.	Często nie bierze udziału w lekcji i wielokrotnie jest nieprzygotowany do lekcji.	Nie ćwiczy systematycznie na lekcji. Często jest nieprzygotowany	Uczeń nie bierze aktywnego udziału w lekcji wf. Notorycznie nie jest przygotowany lub się spóźnia.
Aktywność dodatkowa	Przez aktywność dodatkową w obszarze wychowania fizycznego należy rozumieć udział ucznia w zawodach sportowych oraz uczestnictwo w sportowych zajęciach pozalekcyjnych. Dodatkowo wliczany jest udział ucznia w organizacji imprez szkolnych o charakterze rekreacyjnym za co uczeń promowany jest ocenami 5 i 6.					
Umiejętności i wiadomości	Obszar obejmuje umiejętności z indywidualnych i zespołowych form aktywności ruchowej: techniczne, taktyczne, utylitarne, zdrowotne i twórcze oceniane podczas wykonywanej aktywności. Oceniany jest również poziom umiejętności organizacyjnych, umiejętność prowadzenia rozgrzewki, fragmentu lekcji, sędziowania, organizacji zawodów, imprez itp. – ocenia nauczyciel na podstawie obserwacji oraz wysiłku włożonego przez ucznia. Obszar ten obejmuje również technikę wykonywanych ćwiczeń i stosowanie nabytej wiedzy i umiejętności w praktyce.					

W zakresie umiejętności	W zakresie wiedzy
- Wykonuje próby sprawności fizycznej - Ćwiczenia ogólnorozwojowe: - wykonuje co najmniej cztery wybrane ćwiczenie zwinnościowo-akrobatyczne, - wykonuje statyczne i dynamiczne ćwiczenia wzmacniające mięśnie posturalne, - wykonuje ćwiczenia rozwijające zdolności koordynacyjne, - wykonuje ćwiczenia kształtujące nawyk prawidłowej postawy ciała w pozycji stojącej, siedzącej i leżącej oraz w trakcie wykonywania różnych codziennych czynności, - wskazuje grupy mięśniowe odpowiedzialne za prawidłową postawę ciała, - omawia znaczenie rozgrzewki i opisuje jej zasady, a także przeprowadza jej część, - Gry zespołowe i relaksacyjne: a) mini piłka nożna:	- Zna aspekty bezpieczeństwa aktywności fizycznej, - Omawia i stosuje przepisy wybranych gier sportowych i rekreacyjnych, w tym posługuje się nazewnictwem specyficznym dla poszczególnych gier zespołowych, - Omawia korzyści płynące z podejmowania aktywności fizycznej na świeżym powietrzu, ze szczególnym uwzględnieniem jej wpływu na redukcję stresu i poprawę samopoczucia, - Monitorowanie aktywności i sprawności fizycznej: - wykonuje testy sprawności fizycznej, pozwalające ocenić szybkość, wytrzymałość tlenową, siłę i gibkość,

– umie poruszać się po boisku, prowadzić piłkę, podawać i strzelać do bramki, – prowadzenie piłki prostym podbiciem prawą lub lewą nogą, – uderzenie piłki na bramkę prostym podbiciem po kilku krokach rozbiegu, b) mini koszykówka: – umie poruszać się po boisku, kozłować i podawać piłkę oraz rzucać do kosza, – rzut do kosza z dwutaktu, – stosuje kozłowanie po prostej, po łuku i slalomem, ręką dalszą od przeciwnika, c) mini piłka ręczna: – poruszać się po boisku, kozłować piłkę, podawać piłkę i rzucać do bramki, – wykonuje podania i chwytty jednorącz w miejscu i w ruchu, z różnej odległości, – oddaje strzał do bramki z różnych pozycji – z miejsca i po kozłowaniu, d) mini siatkówka: – przyjmować postawę siatkarską, odbijać piłkę, rozgrywać i wykonywać zagrywkę, – odbija piłkę oburącz sposobem górnym i dolnym – samodzielnie i z partnerem, – gra w rzucankę siatkarską, • Lekkoatletyka: – wykonuje bieg krótki ze startu niskiego, – wykonuje bieg przez przeszkody, – wykonuje pchnięcie i rzut zamachowy piłką z miejsca i krótkiego rozbiegu, – wybiera i pokonuje trasę marszobiegu lub biegu terenowego, – wykonuje przekazanie pałeczki w miejscu i lekkim biegu, – wykonuje skok w dal jednonóż z krótkiego rozbiegu, • Taniec: – wykonuje proste kroki i figury tańców tradycyjnych i nowoczesnych, • Relaksacja i odprężenie: – wykonuje ćwiczenia oddechowe i rozciągające o charakterze relaksacyjnym.	
--	--