

## Przedmiotowe zasady oceniania z wychowania fizycznego

### I. Kryteria oceniania.

#### 1. Aktywność na lekcji ucznia wyrażająca się przez:

- a. przygotowanie do lekcji- właściwy (wymagany) strój sportowy,
- b. praca na lekcji oraz postawa wobec przedmiotu i kultury fizycznej, współpraca w grupie rówieśniczej, stosowanie zasad fair play itp.

- aktywność oceniana jest na bieżąco za pomocą plusów i minusów (nie ma konieczności, zapisu ich w dzienniku)

- uczeń otrzymuje ocenę wynikającą ze zgromadzonych plusów i minusów co trzy zajęcia (lekcje zblokowane to jedno zajęcia), ocena wpisana jest do dziennika

- na jednych zajęciach można uzyskać dwa plusy/ minusy- jeden za przygotowanie do lekcji, drugi za pracę na lekcji,

- do oceny pracy na lekcji wlicza się zachowanie w szatni przed i po zajęciach

- w ocenie pomija się zajęcia, z których uczeń jest zwolniony

- możliwe jest poprawienie oceny poprzez dodatkową aktywność poza lekcjami

- przy tworzeniu oceny przyjmuje się wartości dla plusa 1, dla minusa 0, możliwa jest sytuacja, w której uczeń nie otrzymuje ani plusa, ani minusa- wartość do oceny to 0,5

- poprawienie oceny przez dodatkową aktywność

#### 2. Aktywność pozalekcyjna ucznia wyrażająca się przez:

a. osiągnięcia, reprezentowanie szkoły i udział w zawodach sportowych szkolnych i pozaszkolnych

-oceniany jest każdy udział

b. dodatkowe zajęcia: udział w zajęciach rozwijających z WF i innych klubach sportowych

-jedna ocena w półroczu

c. inne formy zaangażowania np. udział w organizacji i przebiegu

impres sportowych, gazetka sportowa, pomoc w wykonywaniu prac użytecznych na terenie obiektów sportowych szkoły  
-oceniana jest każda działalność

3. Sprawność motoryczna- sprawdziany motoryczne (biegi, rzuty, skoki, testy)
  - nie wymagają zapowiedzi
  - poprawa oceny zgodnie z WSO
4. Umiejętności ruchowe i wiadomości- zadania kontrolno-oceniające po zakończeniu działu, sprawdziany wiedzy ze znajomości zasad i przepisów gier i konkurencji sportowych
  - uczeń jest informowany o planowanym sprawdzianie z co najmniej tygodniowym wyprzedzeniem- wpis w terminarzu dziennika
  - poprawa oceny zgodnie z WSO

## II. Kryteria ustalania oceny semestralnej i końcoworocznej.

1. Klasyfikacja semestralna i roczna polegają na podsumowaniu osiągnięć edukacyjnych ucznia oraz ustaleniu oceny.
2. Ustalenie oceny semestralnej i rocznej ustala się na podstawie obliczonej średniej ważonej przy zastosowaniu następujących wag poszczególnych ocen:
  - a) Aktywność na lekcji – waga 6
  - b) Aktywność pozalekcyjna – waga 6
  - c) Sprawność motoryczna – waga 4
  - d) Umiejętności ruchowe i wiadomości- waga 4

## III. Wymagania edukacyjne na poszczególne oceny:

Sprawność motoryczna, zadania kontrolno- oceniające  
celujący- uczeń uczeń wykona zadanie poprawnie technicznie lub osiągnie

wymagany rezultat (czas, odległość)

bardzo dobry- uczeń wykona zadanie z małym błędem technicznym lub

osiągnie wymagany wynik (czas, odległość)

dobry- uczeń wykona ćwiczenie zgodnie ze swoimi możliwościami, bez względu na uzyskany wynik

dostateczny- uczeń wykonuje ćwiczenie poniżej swoich możliwości, nie angażuje się i nie stara osiągnąć najlepsze wyniki

dopuszczający- uczeń wykonuje ćwiczenie niezgodny ze swoimi możliwościami, wykazuje lekceważenie dla wykonywanych czynności

niedostateczny– uczeń nie przystępuje do sprawdzianu bez usprawiedliwienia.

#### WYMAGANIA EDUKACYJNE KLASY IV

##### MINI KOSZYKÓWKA

1. Kozłowanie piłki po prostej.

##### MINI PIŁKA RĘCZNA

1. Podania i chwyt piłki.

##### MINI PIŁKA NOŻNA

1. Uderzenie piłki wewnętrzną częścią stopy, przyjęcie podeszwą.

##### TEST

1. Wykonanie plakatu pt. „W jaki sposób spędzamy czas wolny od nauki”

#### WYMAGANIA EDUKACYJNE KLASY V

##### I. LEKKOATLETYKA

1. Bieg na dystansie 800m dz./1000m chł.
2. Bieg na dystansie 50m
3. Skok w dal z rozbiegu

4. Rzut piłeczką palantową z rozbiegu
5. Bieg wahadłowy 4x10m
6. Skok w dal z miejsca
7. Rzut piłką lekarską w przód z nad głowy

## II. GIMNASTYKA

1. Przewrót w tył z prawidłowym ułożeniem rąk i nóg.

## III. MINI SIATKÓWKA

1. Odbicie piłki sposobem oburącz górnym

## IV. MINI KOSZYKÓWKA

1. Rzut piłki do kosza jednorącz z miejsca

## V. MINI PIŁKA RĘCZNA

1. Rzut piłki do bramki z biegu

## VII. TEST

1. Pisemny test wiedzy z zakresu edukacji zdrowotnej

## WYMAGANIA EDUKACYJNE KLASY VI

### I. LEKKOATLETYKA

1. Bieg na dystansie 800m dz./1000m chł.
2. Bieg na dystansie 50m
3. Skok w dal z rozbiegu
4. Rzut piłeczką palantową z rozbiegu
5. Bieg wahadłowy 4x10m
6. Skok w dal z miejsca
7. Rzut piłką lekarską w przód z nad głowy

### II. GIMNASTYKA

1. Łączone przewroty w przód i w tył

### III. MINI SIATKÓWKA

2. Odbicie piłki sposobem oburącz dolnym

### IV. MINI KOSZYKÓWKA

3. Kozłowanie piłki ze zmianą ręki kozłującej.

### V MINI PIŁKA RĘCZNA

1. Rzut piłką do bramki z wyskoku.

### VI. MINI PIŁKA NOŻNA

1. Prowadzenie piłki slalomem zakończone strzałem na bramkę.

### VII. TEST

1. Test z wiedzy olimpijskiej

## WYMAGANIA EDUKACYJNE KLASY VII

### I. LEKKOATLETYKA

1. Bieg na 100 m ze startu niskiego

2. Bieg na 800 m dz /1000 m chł ze startu wysokiego

3. Skok w dal z rozbiegu

4. Skok wzwyż technika nożycową

5. Pchnięcie kulą

### II. GIMNASTYKA

1. Stanie na rękach z odbicia jednonóż przy drabince

### III. PIŁKA SIATKOWA

1. Odbicia sposobem oburącz górnym i dolnym naprzemiennie

### IV. PIŁKA RĘCZNA

1. Prowadzenie piłki w parach zakończone rzutem do bramki z wysoku

#### V. PIŁKA KOSZYKÓWKA

1. Rzuty do kosza z dwutaktu

#### VI. PIŁKA NOŻNA

1. Prowadzenie piłki w parach zakończone strzałem do bramki

#### VII. SPRAWDZIAN

1. Test wiedzy z zakresu przepisów gier zespołowych.

### WYMAGANIA EDUKACYJNE KLASY VIII

#### I. LEKKOATLETYKA

1. Bieg na 50 m ze startu niskiego
2. Bieg na 800 m dz /1000 m chł ze startu wysokiego
3. Skok w dal z rozbiegu
4. Skok wzwyż technika nożycową
5. Pchnięcie kulą
6. Rzut piłką lekarską w przód znad głowy

#### II. GIMNASTYKA

1. Przerzut bokiem

#### III. PIŁKA SIATKOWA

1. Zagrywka sposobem górnym

#### IV. PIŁKA RĘCZNA

1. Zwód pojedynczy zakończony rzutem do bramkę

#### V. PIŁKA KOSZYKÓWKA

1. Rzuty do kosza z pięciu miejsc

## VI. PIŁKA NOŻNA

### 1. Żonglerka

## VII. SPRAWDZIAN

Przygotowanie zestawu ćwiczeń kształtujących (prowadzenie rozgrzewki )

### IV. Zasady pracy na lekcji wychowania fizycznego z uczniami o specjalnych potrzebach edukacyjnych

Zakres dostosowania wymagań edukacyjnych do indywidualnych potrzeb oraz możliwości psychologicznych ucznia:

#### 1. Uczniowie o inteligencji niższej niż przeciętna

Symptomy trudności

- niezdolność ruchowa i trudności w wykonywaniu niektórych ćwiczeń (potrzeba dłuższego treningu, aby opanować dane ćwiczenie, rzucanie do celu itp. ),
- trudności w zrozumieniu zasad i reguł różnych gier.

Sposoby dostosowania wymagań edukacyjnych:

- zapewnienie większej ilości ćwiczeń, aby uczeń opanował daną sprawność ( w razie potrzeby zwolnienie z wykonania ćwiczeń przerastających możliwości ruchowe ucznia ),
- wielokrotne tłumaczenie i wyjaśnianie zasad i reguł gier sportowych,
- podpowiadanie , częste podchodzenie do ucznia, ukierunkowywanie w działaniu,
- w ocenianiu zwracanie większej uwagi na wysiłek włożony w wykonanie zadania, niż ostateczny efekt pracy.

#### 2. Uczniowie słabowidzący

U takich dzieci niepełnosprawność w zakresie widzenia oznacza osłabienie wzroku, które nawet przy użyciu szkieł korekcyjnych wpływa negatywnie na ich osiągnięcia szkolne.

Symptomy trudności:

- obniżona sprawność spostrzegania i zakłóconą koordynację wzrokowo-ruchową,
- wolniejsze tempo wykonywania ćwiczeń.

Sposoby dostosowania wymagań edukacyjnych:

- umiejscowienie dziecka w miejscu zapewniającym właściwe oświetlenie i widoczność),
- podawanie modeli i przedmiotów do obejrzenia z bliska,
- zwracanie uwagi na szybką męczliwość dziecka związaną ze zużywaniem większej energii na patrzenie i interpretację informacji uzyskanych drogą wzrokową (wydłużanie czasu na wykonanie określonych zadań),
- częste zadawanie pytania - „co widzisz?” w celu sprawdzenia i uzupełnienia słownego trafności doznań wzrokowych.
- zapewnienie odpowiedniego oświetlenia w miejscu pracy.

### 3. Uczniowie słabostyszący

Uczeń słabostyszący, to dziecko, które ma pozostałości słuchu wystarczające do skutecznego odbierania informacji językowych za pomocą słuchu, najczęściej przy użyciu aparatu słuchowego. Nie ma związku przyczynowego między osłabieniem słuchu a inteligencją dziecka. Symptomy trudności:

- dziecko sprawia wrażenie nie uważającego lub śniącego na jawie, może nie słyszeć instrukcji nauczyciela,
- jest niechętnie angażowaniu się w działania klasowe, obawia się porażki, ponieważ ma kłopoty z rozumieniem,
- może reagować niewłaściwie w sytuacjach zabawowych (nie rozumie zasad gry lub intencji innych osób),
- reaguje nietypowo na ustne instrukcje,
- może mieć zaburzenia mowy, mały zasób słów i pojęć.



Sposoby dostosowania wymagań edukacyjnych:

- zapewnić dobre oświetlenie klasy oraz miejsce dla dziecka. Uczeń będąc blisko nauczyciela ( od 0,5 do 1.5 m ), którego twarz jest dobrze oświetlona, może słuchać jego wypowiedzi i jednocześnie odczytywać mowę z ust. Należy też, umożliwić dziecku odwracanie się w kierunku innych kolegów odpowiadających na lekcji co ułatwi lepsze zrozumienie ich wypowiedzi,
- nauczyciel mówiąc do całej klasy, powinien stać w pobliżu dziecka zwrócony twarzą w jego stronę - nie powinien chodzić po klasie, należy mówić do dziecka wyraźnie używając normalnego głosu i intonacji, unikać gwałtownych ruchów głową czy nadmiernej gestykulacji,
- trzeba zadbać o spokój i ciszę w klasie, eliminować zbędny hałas m.in. zamykać okna przy ruchliwej ulicy, to utrudnia dziecku rozumienie poleceń nauczyciela i wypowiedzi innych uczniów, powoduje też większe zmęczenie. Takie zakłócenia stanowią również problem dla uczniów z aparatami słuchowymi, ponieważ są wzmacniane przez aparat,
- nauczyciel winien upewnić się czy polecenia kierowane do całej klasy są właściwie rozumiane przez dziecko niedosłyszające. W przypadku trudności zapewnić mu dodatkowe wyjaśnienia, sformułować inaczej polecenie, używając prostego, znanego dziecku słownictwa. Można też wskazać jak to polecenie wykonuje jego kolega siedzący w ławce,
- dziecko z wadą słuchu ma trudności z równoczesnym wykonywaniem kilku czynności w tym samym czasie, nie jest w stanie słuchać nauczyciela . Często więc nie nadąża za tempem pracy pozostałych uczniów w klasie,
- konieczne jest aktywizowanie dziecka do rozmowy poprzez zadawanie prostych pytań, podtrzymywanie jego odpowiedzi przez dopowiadanie pojedynczych słów, umowne gesty, mimiką twarzy,
- nauczyciel podczas lekcji powinien często zwracać się do dziecka niesłyszającego, zadawać pytania – ale nie dlatego, aby oceniać jego wypowiedzi, ale by zmobilizować go do lepszej koncentracji uwagi i ułatwić mu lepsze zrozumienie tematu.

4. Specyficzne trudności w uczeniu się symptomy trudności:

- trudności z odtwarzaniem rytmu, śpiewem, tańcem,
- mylenie prawej i lewej strony,
- trudności z opanowaniem układów gimnastycznych (sekwencje ruchowe zorganizowane w czasie i przestrzeni),
- trudności w bieganiu, ćwiczeniach równoważnych,
- trudności w opanowaniu gier wymagających użycia piłki (siatkówka, koszykówka, tenis ziemny i stołowy, itp.),
- niechęć do uprawiania sportów wymagających dobrego poczucia równowagi.

Sposoby dostosowania wymagań edukacyjnych:

- zawsze uwzględniać trudności ucznia,
- w miarę możliwości pomagać, wspierać, dodatkowo instruować, naprowadzać, pokazywać na przykładzie,
- dzielić dane zadanie na etapy i zachęcać do wykonywania małymi krokami
- nie zmuszać na siłę do wykonywania ćwiczeń sprawiających uczniowi trudność,
- dawać więcej czasu na opanowanie danej umiejętności, cierpliwie udzielać instruktażu,
- nie krytykować, nie oceniać negatywnie wobec klasy,
- podczas oceniania brać przede wszystkim pod uwagę stosunek ucznia do przedmiotu, jego chęci, wysiłek, przygotowanie do zajęć w materiały, niezbędne pomoce itp.,
- włączać do rywalizacji tylko tam, gdzie uczeń ma szansę.

5. Uczeń z ADHD Symptomy trudności:

- nadmierna ruchliwość,
- gadulstwo lub ciągłe powtarzanie słów,
- nieprzewidywalność,

- trudności z utrzymaniem koncentracji,
- częste odpowiedzi na pytania bez zastanowienia.

Sposoby dostosowania wymagań edukacyjnych:

- ukierunkowanie nadmiernej energii ruchowej,
- zwiększenie tolerancji na nietypowe zachowania podczas lekcji,
- aktywizowanie ucznia podczas zajęć - zapewnienie odpowiedniego (szybkiego) tempa pracy i zróżnicowanie zadań,
- wymagać od ucznia większej koncentracji,
- skupienie uwagi na danej czynności ze względów bezpieczeństwa,
- formułowanie jasnych i krótkich poleceń,
- odwracanie uwagi dziecka od własnej impulsywności poprzez wyznaczanie dodatkowych zadań,
- ustalenie realnych i możliwych do przestrzegania wymagań,
- sprawdzanie, czy uczeń rozumie przekazywane mu informacje,
- ustalenia dopuszczalnych form rozładowania napięcia, np. określony okrzyk, bieg, wyznaczoną trasą, skakanie po materacach, kopanie piłką lub rzuty do celu itp.,
- wzmacniania pozytywnego (chwalenie).

6. Uczniowie z zespołem Aspergera Symptomy trudności:

- zaburzenia interakcji społecznej, nieumiejętność lub brak chęci współpracy w grupie,
- zawężone, specjalistyczne zainteresowania, połączone czasem z obsesyjnym zainteresowaniem jedną dziedziną,
- zachowania powtarzalne, rutynowe, niezmiennie,
- niezdarność ruchowa (czasem).

Sposoby dostosowania wymagań edukacyjnych:

- należy bazować na materiale odpowiadającym zainteresowaniom ucznia,
- powtarzać uczniowi indywidualnie polecenia kierowane do całej klasy,
- unikać zadawania niejasnych pytań, takich jak „Dlaczego to zrobiłeś?”,
- często oceniać ucznia za prace na lekcji,
- prowadzić precyzyjny pokaz.

#### 7. Uczniowie niepełnosprawni ruchowo: Symptomy trudności:

- częściowe zwolnienie z zajęć wychowania fizycznego zgodnie z zaleceniami podanymi w orzeczeniu lekarza specjalisty,
- całkowite zwolnienie z zajęć wychowania fizycznego na podstawie orzeczenia lekarza specjalisty lub orzeczenia o potrzebie kształcenia specjalnego wydanego przez poradnię psychologiczno- pedagogiczną,

#### Sposoby dostosowania wymagań edukacyjnych:

- uczniowie, którzy posiadają wady postawy zwalniani są z ćwiczeń wg. sugestii lekarza, i oceniani są tylko w zakresie tego co mogą wykonywać.

#### 8. Uczniowie z deficytami rozwoju fizycznego, alergicznych, asteników i z nadwagą

#### Sposoby dostosowania wymagań edukacyjnych:

- uczniowie asteniczni wykonają ćwiczenia stosownie do swoich możliwości
- wobec uczniów alergicznych stosowane będą ograniczenia w wykonywaniu ćwiczeń powodujących duszność
- wobec uczniów z nadwagą stosowane będą ograniczenia w wykonywaniu ćwiczeń dynamicznych i skokach.
- uczniowie, którzy w uzasadnionych przypadkach potwierdzonych przez lekarza (np. długotrwała choroba) nie będą mogli przystąpić do sprawdzianów praktycznych (motoryka, umiejętności ruchowe) otrzymują zadania alternatywne.

- uczniowie, którzy nie mogą przystąpić do sprawdzianów z przyczyn usprawiedliwionych, mają obowiązek ich zaliczenia w terminie ustalonym z nauczycielem.