**PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA**

**– WYCHOWANIE FIZYCZNE –**

**II ETAP EDUKACYJNY KLASY IV-VIII**

**Szkoła Podstawowa nr 2**

**im. Ks. J. Twardowskiego**

**w Białymstoku**

**Zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej w sprawie warunków i sposobu oceniania, klasyfikowania i promowania, przedmiotem oceny z wychowania fizycznego jest wysiłek włożony przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć. Ocena śródroczna i roczna wyliczana jest na podstawie uzyskanych ocen cząstkowych z wymaganych obszarów oceniania.**

**W przedstawionym przedmiotowym systemie oceniania osiągnięcia sportowe ucznia nie stanowią koniecznego warunku do uzyskania oceny najwyższej. Wręcz przeciwnie, uczeń, który ma bardzo dobrą sprawność fizyczną, jednak podczas lekcji nie wykorzystuje swoich możliwości i nie wykazuje się z obowiązku szkolnego w ramach aktywności fizycznej, niekoniecznie otrzyma ocenę co najmniej bardzo dobrą, ponieważ sama ocena konkretnej umiejętności nie daje jeszcze końcowej oceny ze sprawdzianu w danej dyscyplinie sportowej. Wpływ na ocenę ma również m.in.: technika zadania ruchowego, zaangażowanie podczas lekcji poprzedzających sprawdzian, zadania domowe oraz wiedza teoretyczna. Ucznia z orzeczeniem oceniamy zgodnie z PSO oraz zaleceniami zawartymi w orzeczeniu PPP oraz IPET.**

1. **SZCZEGÓŁOWE CELE KSZTAŁCENIA**
2. **Cele poznawcze:**

**Uczeń :**

* **zna i rozumie działania kształtujące postawę odpowiedzialności za swoją pracę;**
* **rozumie potrzebę rozwoju swojej aktywności fizycznej, biorąc pod uwagę indywidualne możliwości;**
* **rozumie potrzebę kształtowania aktywnej postawy wobec kultury fizycznej;**
* **rozumie potrzeby i oczekiwania pozwalające zbudować dobrą współpracę w relacji uczeń-nauczyciel;**
* **zna metody podnoszenia swojej sprawności i poszerzenia możliwości do podejmowania aktywności fizycznej;**

1. **Cele kształcące :**

**Uczeń :**

* **potrafi systematycznie i z zaangażowaniem uczestniczyć w lekcji WF;**
* **potrafi ponieść odpowiedzialność za swoje wybory w zakresie własnego rozwoju;**
* **potrafi dokonać samooceny i samokontroli swoich działań;**
* **ma silniejsze poczucie kontroli i odpowiedzialności w procesie oceniania swoich umiejętności;**
* **potrafi ocenić swoje możliwości i wykorzystać je w podnoszeniu swojej sprawności fizycznej;**

1. **Cele wychowawcze :**

**Uczeń :**

* **jest aktywny zarówno podczas lekcji WF jak i zajęć pozalekcyjnych;**
* **angażuje się w życie sportowe szkoły, biorąc pod uwagę swoje indywidualne możliwości;**
* **demonstruje umiejętności potrzebne do podjęcia aktywności fizycznej;**
* **jest przygotowany do uprawiania rekreacji przez całe życie;**
* **ma poczucie skuteczności swojego zachowania i działań;**
* **ma poczucie sprawiedliwej oceny za swój wkład i zaangażowanie w procesie wychowania fizycznego;**
* **wie, że ma szanse na najwyższą ocenę bez względu na poziom swojej sprawności fizycznej;**
* **czuje się bezpieczny i dowartościowany;**

**II . KRYTERIA OCENY Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**

1. **Zaangażowanie na lekcji**
2. **Aktywność na zajęciach**
3. **Systematyczność**
4. **Umiejętności ruchowe**
5. **Poziom sprawności fizycznej**
6. **Zachowanie i zdyscyplinowanie**
7. **Strój, higiena osobista**
8. **Koleżeński stosunek i pomoc współćwiczącym**
9. **Samodoskonalenie**
10. **Udział w zajęciach pozalekcyjnych**
11. **Aktywność na rzecz kultury fizycznej**
12. **Wiadomości teoretyczne z zakresu WF**

**III . OBSZARY OCENIANIA**

1. **Sprawność fizyczna**
2. **Umiejętności**
3. **Wiadomości**
4. **Aktywność własna i na rzecz kultury fizycznej**
5. **Osiągnięcia sportowe**

**Ad. 1. Sprawność fizyczna / motoryka :**

* **Szybkość :**

**bieg na 60 metrów ze startu niskiego (sek.)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **KLASA** | **celująca** | | | **bardzo dobra** | | | **dobra** | | | **dostateczna** | | | **dopuszczająca** | | |
| **chł** | | **dzw** | **chł** | **dzw** | | **chł** | **dzw** | | **chł** | **dzw** | | **chł** | | **dzw** |
| **IV** | **9,8** | **10,4** | | **10,6** | | **10,9** | **11,5** | | **12,0** | **12,0** | | **12,8** | **13,0** | **13,4** | |
| **V** | **9,4** | **9,8** | | **10,3** | | **11,0** | **11,0** | | **11,5** | **11,8** | | **12,1** | **12,5** | **13,5** | |
| **VI** | **9,0** | **9,4** | | **9,7** | | **10,1** | **10,2** | | **10,6** | **10,7** | | **11,1** | **12,0** | **12,5** | |
| **VII** | **8,8** | **9,2** | | **9,5** | | **9,8** | **9,6** | | **10,3** | **10,3** | | **10,8** | **11,5** | **12,0** | |
| **VIII** | **8,6** | **9,0** | | **9,3** | | **9,6** | **9,4** | | **10,1** | **9,9** | | **10,4** | **11,0** | **11,5** | |

* **Wytrzymałość :**

**bieg na 400 m (klasa IV) ; bieg na 600 m (klasa V) ; bieg na 800 m (klasa VI) (min.)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **KLASA** | **celująca** | | | **bardzo dobra** | | | **dobra** | | | **dostateczna** | | | **dopuszczająca** | | |
| **chł** | | **dzw** | **chł** | **dzw** | | **chł** | | **dzw** | **chł** | **dzw** | | **chł** | | **dzw** |
| **IV** | **1,27** | **1,32** | | **1,37** | | **1,40** | **1,40** | **1,45** | | **1,50** | | **1,55** | **2,00** | **2,05** | |
| **V** | **2,21** | **2,42** | | **2,36** | | **2,57** | **2,40** | **3,12** | | **2,55** | | **3,30** | **3,10** | **3,45** | |
| **VI** | **2,55** | **3,15** | | **3,15** | | **3,30** | **3,30** | **3,45** | | **3,45** | | **4,00** | **4,00** | **4,30** | |
| **VII** | **3,40** | **3,55** | | **3,59** | | **4,15** | **4,11** | **4,25** | | **4,23** | | **4,50** | **4,55** | **5,20** | |
| **VIII** | **3,30** | **3,50** | | **3,50** | | **4,10** | **4,05** | **4,20** | | **4,15** | | **4,45** | **4,40** | **5,15** | |

* **Skoczność :**

**skok w dal z miejsca (cm)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **KLASA** | **celująca** | | | **bardzo dobra** | | | **dobra** | | **dostateczna** | | | **dopuszczająca** | | |
| **chł** | | **dzw** | **chł** | | **dzw** | **chł** | **dzw** | **chł** | **dzw** | | **chł** | **dzw** | |
| **IV** | **170** | **165** | | **160** | **155** | | **150** | **145** | **130** | | **125** | **110** | | **105** |
| **V** | **180** | **175** | | **170** | **165** | | **160** | **155** | **140** | | **135** | **120** | | **115** |
| **VI** | **190** | **185** | | **180** | **175** | | **170** | **165** | **150** | | **145** | **130** | | **125** |
| **VII** | **200** | **195** | | **190** | **185** | | **180** | **175** | **160** | | **155** | **140** | | **135** |
| **VIII** | **210** | **205** | | **200** | **195** | | **190** | **185** | **170** | | **165** | **150** | | **145** |

* **Siła ogólna :**

**rzut piłką lekarską (2 kg) w tył za głowę (m)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **KLASA** | **celująca** | | | **bardzo dobra** | | | **dobra** | | | **dostateczna** | | | **dopuszczająca** | | |
| **chł** | **dzw** | | **chł** | **dzw** | | **chł** | **dzw** | | **chł** | | **dzw** | **chł** | **dzw** | |
| **IV** | **5,2** | | **4,3** | **4,5** | | **3,9** | **4,0** | | **3,2** | **3,2** | **2,8** | | **2,7** | | **2,2** |
| **V** | **7,0** | | **6,3** | **6,2** | | **5,2** | **5,5** | | **4,5** | **4,9** | **3,9** | | **4,0** | | **3,2** |
| **VI** | **8,0** | | **6,5** | **6,5** | | **5,6** | **6,0** | | **4,9** | **5,4** | **4,3** | | **4,6** | | **3,5** |
| **VII** | **8,9** | | **7,6** | **7,9** | | **6,8** | **7,2** | | **6,3** | **6,4** | **5,6** | | **5,2** | | **4,0** |
| **VIII** | **9,9** | | **8,2** | **9,0** | | **7,4** | **8,2** | | **6,8** | **7,4** | **6,0** | | **5,8** | | **4,5** |

* **Siła mięśni posturalnych :**

**siad równoważny (ilość powtórzeń)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **KLASA** | **celująca** | | | **bardzo dobra** | | | **dobra** | | | **dostateczna** | | | **dopuszczająca** | | |
| **chł** | **dzw** | | **chł** | | **dzw** | **chł** | | **dzw** | **chł** | | **dzw** | **chł** | **dzw** | |
| **IV** | **28** | | **26** | **25** | **22** | | **20** | **17** | | **15** | **12** | | **10** | | **8** |
| **V** | **29** | | **27** | **26** | **23** | | **22** | **18** | | **16** | **13** | | **12** | | **10** |
| **VI** | **30** | | **28** | **27** | **24** | | **24** | **19** | | **17** | **14** | | **14** | | **12** |
| **VII** | **31** | | **29** | **28** | **25** | | **26** | **20** | | **18** | **15** | | **16** | | **14** |
| **VIII** | **33** | | **30** | **30** | **27** | | **28** | **22** | | **20** | **17** | | **18** | | **16** |

**Ad. 2. Umiejętności**

1. **Gry zespołowe**

* **Mini piłka ręczna :**

**- technika podań i chwytów;**

**- technika kozłowania;**

**- technika rzutu z marszu, z biegu, w wyskoku;**

**- wykorzystanie elementów technicznych w grze;**

* **Mini piłka koszykowa :**

**- technika podań i chwytów;**

**- technika kozłowania;**

**- technika rzutu do kosza z miejsca, z wyskoku;**

**- technika rzutu do kosza po dwutakcie;**

**- wykorzystanie elementów technicznych w grze;**

* **Mini piłka siatkowa :**

**- technika odbić piłki sposobem górnym i dolnym;**

**- technika przyjęć piłki sposobem górnym i dolnym;**

**- technika zagrywki dolnej i górnej;**

**- wykorzystanie elementów technicznych w grze;**

* **Mini piłka nożna :**

**- technika prowadzenia piłki;**

**- technika podań i przyjęć piłki;**

**- technika uderzenia piłki nogą;**

**- wykorzystywanie elementów technicznych w grze;**

1. **Gimnastyka**

* **przewrót w przód;**
* **przewrót w tył;**
* **stanie na rękach (klasy V, VI , VII)**
* **skok rozkroczny przez kozła;**
* **skok kuczny przez skrzynię;**

1. **Lekkoatletyka**

* **start niski z biegiem na odcinku startowym;**
* **przekazywanie pałeczki sztafetowej;**
* **techniki biegów;**

**Ad. 3. Wiadomości :**

**Uczeń powinien wykazać się wiadomościami obejmującymi swoim zakresem kulturę fizyczną, przepisy dyscyplin sportowych, aktualności sportowych, tematyki dotyczącej zdrowego stylu życia.**

**Ad. 4. Aktywność własna i na rzecz kultury fizycznej:**

**Uczeń za każde nieprzygotowanie do lekcji (brak stroju) otrzymuje „-‘’. W ciągu półrocza uczeń dwukrotnie można nie mieć stroju. W przypadku każdego kolejnego nieparzystego (3,5,7 itd.) nieprzygotowania do lekcji wynikającego z braku stroju uczeń otrzymuje cząstkową ocenę niedostateczną za aktywność fizyczną.**

**Uczeń co najmniej dwukrotnie w półroczu jest oceniany za swoją aktywność podczas lekcji. Oceny te są ocenami cząstkowymi.**

**Uczeń realizujący się na rzecz kultury fizycznej (pomoc przy organizacji zajęć sportowo-rekreacyjnych na terenie szkoły, pomoc podczas spotkań ze sportowcami, redagowanie gazetki sportowej, itp.) podnosi swoją ocenę półroczną lub końcową.**

**Ad. 5. Osiągnięcia sportowe :**

**Ocena z WF może ulec podwyższeniu, jeżeli uczeń brał udział w zawodach międzyszkolnych jako reprezentant szkoły i odniósł sukces sportowy (medal, miejsce punktowane) lub może udokumentować osiągnięcia sportowe uzyskane poza szkołą w różnych dyscyplinach na równych poziomach, reprezentując klub sportowy.**

**IV. FORMY I SPOSOBY POPRAWY OCENY CZĄSTKOWEJ:**

* **jeżeli uczeń był nieobecny na sprawdzianie lub uzyskał ocenę niedostateczną i wyraża chęć poprawy oceny, ma dwa tygodnie na poprawienie sprawdzianu po wcześniejszym uzgodnieniu terminu z nauczycielem; do dziennika obok oceny uzyskanej poprzednio wpisuje się ocenę poprawioną.**

**V**. **Warunki i tryb poprawy śródrocznej i rocznej oceny klasyfikacyjnej na wyższą niż przewidywana.**

**Ocena klasyfikacyjna (śródroczna i końcoworoczna) jest średnią ważoną ocen cząstkowych. Ocena klasyfikacyjna końcoworoczna uwzględnia ocenę śródroczną, a więc ocenie końcoworocznej podlega praca ucznia podczas całego roku szkolnego .**

**1.Uczeń może ubiegać się o ocenę wyższą niż przewidywana śródroczną lub roczna tylko wtedy, gdy:**

**- systematycznie uczęszczał na zajęcia**

**- brał w nich aktywny udział,**

**- był przygotowany do zajęć**

**- wykazywał inicjatywę w pracach dodatkowych,**

**- miał usprawiedliwione nieobecności na zajęciach,**

**- korzystał ze wszystkich oferowanych form poprawy ocen bieżących i pomocy ze strony nauczyciela,**

**- w szczególnych przypadkach losowych, jak np. wypadek, tragedia rodzinna.**

**2. Uczeń ubiegający się o ocenę wyższą niż przewidywana musi mieć oceny ze wszystkich testów i sprawdzianów umiejętności przewidzianych w roku szkolnym.**

**3. Ustny wniosek składa uczeń lub rodzic( opiekun prawny)o podwyższenie oceny do nauczyciela zajęć lub wychowawcy, w najbliższy roboczy dzień wypadający po zapoznaniu się z przewidywaną oceną klasyfikacyjną;**

**4. Jeżeli uczeń spełnia wymienione wyżej warunki, przystępuje do sprawdzianu poprawiającego przewidywaną ocenę klasyfikacyjną. Sprawdzian ma formę zadań praktycznych i obejmuje wiadomości i umiejętności z zakresu objętego wymaganiami edukacyjnymi na dany stopień szkolny. Termin sprawdzianu nauczyciel uzgadnia z uczniem, nie później jednak niż pięć dni przed klasyfikacyjną radą pedagogiczną. Sposobem uzyskania podwyższonej oceny są zadania praktyczne na podstawie wymagań na poszczególne oceny, obejmujące materiał z całego roku szkolnego.**

**VI. Formy informowania rodziców o poziomie osiągnięć edukacyjnych uczniów:**

1. **na spotkaniach klasowych,**
2. **w czasie spotkań indywidualnych, w umówionym terminie,**
3. **za pośrednictwem dziennika internetowego.**

**VII .SPOSOBY INFORMOWANIA O OCENIE UCZNIÓW I RODZICÓW**

1. **uczniowie o ocenach informowani są na bieżąco (po otrzymaniu oceny)-słownie;**
2. **rodzice/opiekunowie prawni o ocenach informowani są pisemnie w dzienniku lub w formie elektronicznej:**

**- na zebraniach rodzicielskich oraz konsultacjach**

**- w dzienniku elektronicznym;**

**VIII Dostosowanie wymagań edukacyjnych z wychowania fizycznego dla cudzoziemców**

* **formułowanie poleceń w sposób jasny, krótki oraz dostosowany do poziomu znajomości języka polskiego**
* **wielokrotne tłumaczenie i wyjaśnianie zasad i reguł gier sportowych**
* **stosowanie w nauczaniu formy pokazu i opisu ćwiczeń**
* **w ocenianiu zwracanie większej uwagi na wysiłek włożony w wykonanie zadania, niż ostateczny efekt pracy**
* **udzielanie informacji zwrotnej podczas lekcji;**
* **monitorowanie pracy ucznia i jego postępów**
* **włączanie ucznia w pracę zespołową**
* **akceptowanie każdej formy wypowiedzi świadczącej o zrozumieniu zagadnienia (nawet jednorazową czy błędną gramatycznie);**
* **uwzględnić stosunek ucznia do wykonywania zadań oraz przestrzeganie zasad bezpieczeństwa**
* **brać pod uwagę indywidualne podejście ucznia do lekcji, jego motywację i zaangażowanie**