

**PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA
oraz szczegółowe poziomy wymagań i umiejętności
z wychowania fizycznego
na okres roku szkolnego 2019/2020**

Przedmiot: *wychowanie fizyczne*
Szkoła: *Szkoła Podstawowa im. Janusza Korczaka w Roztoce Brzezinach,*
Etap edukacyjny: *klasa piąta - dziewczęta i chłopcy*

Podstawy prawne:

1. Rozporządzenie MEN z dn. 07 IX 2004 r. w sprawie zasad oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy oraz przeprowadzania egzaminów i sprawdzianów w szkołach publicznych.
2. Wewnątrzszkolny System Oceniania.
3. Autorski program wychowania fizycznego dla klasy IV szkoły podstawowej, zatwierdzony przez Radę Pedagogiczną Szkoły Podstawowej im. Janusza Korczaka w Roztoce Brzezinach nr wpisu: SPRB-11-12/13

Autor: Mariola Witkowska

Tytuł: Koncepcja edukacji fizycznej – Zdrowie, Sport, Rekreacja. Program wychowania fizycznego dla II etapu edukacyjnego.

Nauczyciel realizujący: Marek Nowakowski

CELE PRZEDMIOTOWEGO SYSTEMU OCENIANIA

1. Dostarczanie zainteresowanym (uczniom, jego rodzicom lub opiekunom, dyrekcji szkoły) wszechstronnej i rzeczowej informacji o postępach, osiągnięciach, brakach i uzdolnieniach ucznia w zakresie nauki wychowania fizycznego.
2. Wspieranie ucznia w jego dążeniu do osiągnięcia wszechstronnego rozwoju fizycznego i pozytywnej postawy wobec aktywności ruchowej, określonych w treściach kształcenia i wychowania fizycznego.
3. Pomoc uczniowi w samodzielnym planowaniu swego rozwoju.
4. Przekazywanie podstawowych wiadomości i umiejętności umożliwiających samokontrolę, samoocenę i samodzielne podejmowanie działań służących udoskonaleniu wszystkich funkcji organizmu.
5. Motywowanie ucznia do dalszej pracy w zakresie doskonalenia sprawności fizycznej.
6. Informowanie nauczyciela o trafności doboru metod i sposobów nauczania i oceniania.

WYMAGANIA EDUKACYJNE I SPOSOBY SPRAWDZANIA OSIĄGNIĘĆ EDUKACYJNYCH Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

w Szkole Podstawowej im. Janusza Korczaka w Roztoce Brzezinach.

I. Kryteria oceniania zostały oparte na określeniu komponentów składających się na ocenę semestralną i końcowo - roczną.

- Stopień opanowania wymagań podstawowych i ponadpodstawowych w zakresie: sprawności motorycznej, poziomu umiejętności ruchowych i poziomu wiadomości na lekcji wychowania fizycznego.
 - Uczestnictwa w zajęciach obowiązkowych. Frekwencja,
 - Przygotowania do zajęć,
 - Postawa ucznia i stosunek do wychowania fizycznego w klasach IV-VI
 - Społecznego zaangażowania w krzewieniu kultury fizycznej,
 - Udziału w zajęciach nadobowiązkowych, zawodach sportowych.
1. Sprawność motoryczna, umiejętności ruchowe i wiadomości

Poziom sprawności motorycznej (siła, szybkość, zwinność, wytrzymałość) określamy na podstawie wyników uzyskanych w wybranych testach.

1. Test sprawności fizycznej Zuchory (narzędzie sprawdzania) jest do wglądu u nauczyciela wychowania fizycznego (uzyskany wynik przekłada się na określoną ocenę).

- Ocenę sprawności motorycznej nauczyciel przeprowadza bez wcześniejszej zapowiedzi.

- W drugim semestrze nauki nauczyciel winien wziąć pod uwagę w szczególności stan sprawności motorycznej ucznia w stosunku do stanu wyjściowego uzyskanego w pierwszym semestrze, tj. za poprawę osiągniętego wyniku należy podwyższyć uzyskaną ocenę o pół stopnia, a w przypadku dużej poprawy wyniku o cały jeden stopień.

- Forma sprawdzianu - działania praktyczne właściwe dla danego testu sprawności fizycznej.

Poziom umiejętności ruchowych ucznia oceniamy z tych działań, które były przedmiotem nauczania w danym semestrze (np. gimnastyka, gry zespołowe, lekka atletyka itp.) oraz umiejętności zdobytych na zajęciach fakultatywnych w klasach

VI. Tematyka zajęć znajduje się w załączonym planie wynikowym.

Kryteria i narzędzia sprawdzania umiejętności ruchowych:

6. Celująca

Uczeń wykonał bezbłędnie ćwiczenie w szybkim tempie, które objęte są program nauczania w danej klasie.

5. Bardzo dobra

Uczeń wykonał ćwiczenie bezbłędnie w dobrym tempie.

4. Dobra

Uczeń wykonał ćwiczenie z małymi błędami w dobrym tempie - błędy jednak w wyraźny sposób nie wpłynęły na poprawność demonstrowanej ewolucji ruchowej lub wykonał ćwiczenie poprawnie, lecz w nienaturalnym tempie.

3. Dostateczna

Uczeń wykonał ćwiczenie z wyraźnymi błędami w dobrym tempie – błędy zakłóciły poprawność demonstrowanej ewolucji ruchowej lub wykonał ćwiczenie z małymi błędami, lecz w nienaturalnym tempie.

2. Dopuszczająca

Uczeń wykonał ćwiczenie w sposób niedbały, z dużymi błędami w nienaturalnym tempie.

1. Niedostateczna

Uczeń bez podania przyczyny odmówił wykonania ćwiczenia lub w dniu sprawdzianu nie jest właściwie przygotowany (bez uzasadnienia) do zajęć.

Forma sprawdzianu - działania praktyczne (wykonanie określonego ćwiczenia, ewolucji, elementu technicznego).

Poziom wiadomości z zakresu szeroko pojętej kultury fizycznej powinna być ściśle związana z tym, co nauczyciel przekazał uczniom w czasie jednostki lekcyjnej. Powinny to być informacje krótkie i łatwo przyswajalne. Szczegółowa tematyka znajduje się w załączonym planie wynikowym.

Forma sprawdzianu poziomu wiadomości - jest dowolna - ustna lub pisemna.

Kryteria i narzędzia sprawdzania wiadomości – ilość zdobytych punktów przez ucznia zgodna ze skalą WSO pkt.10

2. Przygotowanie do zajęć.

Przez przygotowanie do zajęć lekcji wychowania fizycznego w klasach IV- VI rozumie się posiadanie przez ucznia czystego, odpowiedniego stroju sportowego. Należy zwrócić szczególną uwagę na higienę i właściwe przeznaczenie stroju (tylko do ćwiczeń fizycznych) – biała koszulka TShirt, spodenki krótkie lub długie, skarpetki, obuwie sportowe zmienne. Za każdy przypadek braku stroju, bądź braku odpowiedniego obuwia lub niewłaściwej higieny stroju, nauczyciel stawia po jednym minusie.

Trzy minusy - ocena niedostateczna.

W okresie jesienno – zimowym i zimowo – wiosennym uczeń zobowiązany jest do posiadania dresu sportowego lub cieplejszej odzieży na zajęcia lekcyjne w terenie.

3. Postawa ucznia i stosunek do wychowania fizycznego oraz fakultetów w klasach IV-VI

- postawę społeczną ucznia (stosunek do kolegów i koleżanek),
- kulturę osobistą,
- systematyczne usprawnianie (dążenie do poprawy swojej sprawności),
- stosunek do zajęć sportowych (zaangażowanie w wykonywanie ćwiczeń i zadań zbliżone do maksymalnych swoich możliwości)
- dyscyplina podczas zajęć
- przestrzeganie zasad bezpieczeństwa podczas lekcji
- przestrzeganie regulaminu korzystania z obiektów sportowych
- postawa "fair play" podczas lekcji
- współpraca z grupą

Nauczyciel może oceniać uczniów po każdych zajęciach, stawiając im plusy i minusy.

5 plusów – daje nam ocenę bardzo dobrą

5 minusów – daje nam ocenę niedostateczną

4. Społeczne zaangażowanie w krzewieniu kultury fizycznej

Forma społecznego zaangażowania ucznia na rzecz kultury fizycznej i sportu może być różna (np. wykonywanie prostych przyborów, redagowanie gazetki, pomoc w organizacji imprez sportowych, przygotowanie referatu itp.) - w zależności od pomysłowości nauczyciela i uczniów. Społeczne zaangażowanie ucznia oceniamy dwa razy w roku (przed zakończeniem każdego semestru).

5. Udział w zajęciach nadobowiązkowych, zawodach sportowych

- reprezentowanie szkoły w zawodach,
- udział w zajęciach pozalekcyjnych w ramach SKS, udział szkolnych rozgrywkach,
- uprawianie sportu wyczynowo (uzyskiwanie znaczących osiągnięć).

W w/w formach powinni brać udział wszyscy uczniowie, którzy spełniają określone warunki postawione przez nauczyciela wychowania fizycznego (takie, jak: poziom sprawności fizycznej, postawa społeczna).

Uczeń, który uprawia dowolną dyscyplinę sportu w klubie sportowym bądź reprezentuje szkołę w zawodach sportowych może otrzymać ocenę semestralną lub końcową wyższą o jeden stopień.

Uczeń trenujący zobowiązany jest dostarczyć nauczycielowi zaświadczenie z Klubu o swoich sukcesach. Uczeń, który uprawia dowolną dyscyplinę sportu w sposób rekreacyjny, może otrzymać podwyższenie oceny semestralnej lub końcowo rocznej o 0,5.

6. Aktywny i twórczy udział w zajęciach fakultatywnych

Czynny udział w zajęciach fakultatywnych, poszerzanie wiadomości i doskonalenie umiejętności w danej dyscyplinie sportowej.

II. Zasady poprawiania ocen bieżących

1. Poprawianie ocen bieżących może wystąpić tylko wówczas, gdy uczniowie będą realizowali podobne treści programowe, tj., gdy wystąpią ku temu odpowiednie warunki lokalowo - sprzętowe (np. poprawienie oceny wymaga ponownego rozstawienia odpowiedniego specjalistycznego sprzętu).
2. Chęć poprawy danej oceny należy zgłosić nauczycielowi wychowania fizycznego.
3. Nauczyciel wyznacza termin i sposób poprawy oceny.
4. Daną ocenę można poprawić tylko jeden raz.
5. Nieudana próba nie skutkuje obniżeniem poprawianej oceny.

III. Zwolnienia z ćwiczeń

1. Uczniowie, którzy ze względu na stan zdrowia nie mogą w pełni brać udziału w zajęciach wychowania fizycznego zobowiązani są do przedstawienia odpowiedniego zaświadczenia lekarskiego nauczycielowi prowadzącemu. Zwolnienie lekarskie z wychowania fizycznego jest jednoznaczne ze zwolnieniem z zajęć dodatkowych. Zwolnienie okresowe w tym trybie wydaje w formie pisemnej Dyrektor Szkoły.
2. W przypadku, gdy **zwolnienia z ćwiczeń na lekcjach wychowania fizycznego na prośbę rodziców przekroczą 60%** wszystkich zajęć w danym semestrze - uczeń zobowiązany jest przedstawić opinię lekarza w przeciwnym razie może być nieklasyfikowany.

IV. Sposoby dokumentowania ocen

Oceny ze sprawności motorycznej, umiejętności ruchowych, wiadomości oraz innych komponentów dokumentowane będą w dziennikach zajęć lekcyjnych oraz w dokumentacji nauczyciela prowadzącego zajęcia (i ew. dziennika elektronicznego.)

V. Częstotliwość sprawdzania i oceniania jest uzależniona od tematyki realizowanej podczas zajęć wychowania fizycznego. Przyjmuje się, że:

- sprawność motoryczną ocenia się dwa razy w roku szkolnym (w I i II semestrze),
- umiejętności ruchowe od 3 do 6 razy w semestrze,
- wiadomości – co najmniej raz w roku szkolnym
- inne komponenty ocenia się w zależności od potrzeb i możliwości, na bieżąco,
- w przypadku, gdy postawa ucznia, jego poziom umiejętności i postęp sprawności motorycznej w drugim semestrze zmieni się znacząco, uczniowi można podnieść ocenę końcową.

VI. Sposoby informowania rodziców o postępach ucznia:

1. Wszystkie oceny cząstkowe, które uczeń otrzymuje w czasie semestru są do wglądu u nauczyciela prowadzącego zajęcia w - f, na prośbę rodzica lub ucznia.
2. W przypadku problemów ucznia, związanych z zaliczeniem stawianych mu wymagań, nauczyciel ma obowiązek powiadomić rodziców lub prawnych opiekunów o zaistniałej sytuacji zgodnie ze Statutem Szkoły i Wewnątrzszkolnym Systemem Oceniania.

VII. Priorytety oceniania

1. Postęp sprawności motorycznej;
2. Poziom umiejętności;
3. Wiadomości;
4. Uczestnictwo w zajęciach obowiązkowych, przygotowanie do zajęć, postawa ucznia i stosunek do w – f ,
5. Społeczne zaangażowanie w krzewienie kultury fizycznej;
6. Udział w zajęciach nadobowiązkowych, zawodach sportowych.

VIII. Wymagania szczegółowe dla klasy piątej.

l.p.	Zadanie- ćwiczenie do wykonania	Poziomy wymagań i umiejętności - wymogi na poszczególne oceny						uwagi
		Wykraczający - Celujący (6)	Pełny – Bardzo dobry (5)	Rozszerzony- Dobry (4)	Podstawowy Dostateczny (3)	Konieczny - Dopuszczający (2)	Niedostateczny (1)	
1.	MPK - Kozłowanie ze zmianą ręki, tempa i kierunku	Kozłowanie ze zmianą ręki, tempa i kierunku	Poprawna technika wykonywania kozłowania dowolną ręką ze zmianą tempa i kierunku w ruchu	Podejmuje próbę wykonywania kozłowania prawą i lewą ręką ze zmianą tempa i kierunku.	Podejmuje próbę wykonywania kozłowania dowolną ręką ze zmianą tempa i kierunku.	Podejmuje próbę kozłowania dowolną ręką w biegu.	Uczeń odmawia udziału przystąpienia do sprawdzianu.	
2.	Podania i chwyt	Prawidłowa technika podań i chwytów piłki w ruchu.	Stosuje prawidłową technikę podań i chwytów piłki	Podejmuje próbę prawidłowej techniki podań i chwytów piłki w	Podejmuje próby celnego podawania i skutecznego chwytu.	Uczeń stara się prawidłowo podać i chwycić	Uczeń odmawia udziału przystąpienia do	

			w ruchu.	ruchu.		piłkę.	sprawdzianu.	
3.	Rzut piłki do kosza z różnych pozycji.	Prawidłowa technika rzutu piłki do kosza z miejsca, z biegu i po kozłowaniu.	Prawidłowa technika rzutu piłki do kosza z biegu i po kozłowaniu.	Prawidłowa technika rzutu piłki do kosza dowolnym sposobem.	Rzut piłki do kosza z miejsca.	Podejmuje próby rzutu piłki do kosza z miejsca.	Uczeń odmawia udziału przystąpienia do sprawdzianu	
4.	Dwutakt z prawej lub z lewej strony:	Prawidłowa technika rzutu do kosza po dwutakcie.	Prawidłowe wykonanie dwutaktu.	Prawidłowo wykonuje dwutakt z marszu.	prawidłowo wykonuje dwutakt z miejsca	Próbuje wykonać dwutakt z miejsca.	Uczeń odmawia udziału przystąpienia do sprawdzianu	
5.	MPS - Zagrywka dolna - Prawidłowo wykonuje zagrywkę sposobem dolnym przez siatkę z odległości 5 metrów. metrów	5 zagrywek	4 zagrywek	3 zagrywek	2 zagrywek	1 zagrywek	Uczeń odmawia udziału przystąpienia do sprawdzianu.	
6.	Odbicia piłki sposobem górnym i dolnym. - Przyjmowanie prawidłowej postawy przy odbiciach sposobem górnym w dwójkach przez siatkę.	5 odbić	4 odbicia	3 odbicia	2 odbicia	1 odbicie	Uczeń odmawia udziału przystąpienia do sprawdzianu.	
7.	Przyjmowanie prawidłowej postawy przy odbiciach sposobem dolnym po rzucie współwiczającego przez siatkę.	5 odbić	4 odbicia	3 odbicia	2 odbicia	1 odbicie	Uczeń odmawia udziału przystąpienia do sprawdzianu.	
8.	Bieg na dystansie 60 m	97%-100 %	86%-96%-	71%-85%-	46%-70%-	31%-45 %	0%-30%	

	- Poprawna technika startu niskiego na komendy startera. Bieg na dystansie 60m z pomiarem czasu według najlepszego wyniku w klasie zgodny z WSO (punkt 10)							
9.	Skok w dal sposobem naturalnym - Poprawna technika skoku w dal sposobem naturalnym ze strefy z pomiarem odległości według skali zgodny z WSO	97%-100 %	86%-96%-	71%-85%-	46%-70%-	31%-45 %	0%-30%	
10.	Rzut piłeczką palantową - Rzut piłeczką palantową na odległość. Ocena techniki rzutu i siły RR na podstawie osiągniętego wyniku według skali zgodny z WSO	97%-100 %	86%-96%-	71%-85%-	46%-70%-	31%-45 %	0%-30%	
11.	Rzut piłką lekarską 2kg. - Rzut oburącz piłką lekarską w przód z miejsca na odległość. Ocena techniki rzutu na podstawie osiągniętego wyniku według skali zgodny z WSO (punkt 10)	97%-100 %	86%-96%-	71%-85%-	46%-70%-	31%-45 %	0%-30%	
12.	Bieg na dystansie 600 m dziewcząt i 1000 metrów chłopców - Ocena wytrzymałości na podstawie osiągniętego wyniku według skali zgodny z WSO	97%-100 %	86%-96%-	71%-85%-	46%-70%-	31%-45 %	0%-30%	

	(punkt 10							
13.	Przewrót w przód i w tył z przysiadu do przysiadu podpartego: - Błędy a.)Brak rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia b.)Złe ułożenie rąk c.)Przewrót na głowie d.)Uderzenie biodrami o podłoże e.)Brak wyprostu w kolanach f.)Brak złączenia nóg g.)Podparcie przy zakończeniu ćwiczenia h.)Brak płynności	Brak błędów	e, h	e, h, g, f	e, h, g, f, d, c	e, h, g, f, d, c, b	Uczeń nie przystąpił do sprawdzianu	
14.	Skok zawrotny przez cztery części skrzyni. - Błędy: a.) Brak rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia b.) Złe odbicie c.) Brak wysokiego uniesienia bioder d.) Brak przeniesienia ciężaru ciała na ręce e.) Złe lądowanie	Brak błędów	d,	d, c,	d, c, e,	d, c, e, b	Uczeń nie przystąpił do sprawdzianu	
15.	Podpór łukiem leżąc tyłem (mostek) przy asekuracji współćwiczącego - Błędy: a.) Ugięte ręce b.) Ugięte nogi	Brak błędów	b	b, a	b, a, c	e	Uczeń nie przystąpił do sprawdzianu	



	c.) Brak zachowania kąta prostego d.) Złe ułożenie głowy e.) Brak unoszenia tułowia							
16.	Stanie na rękach z pozycji niskiej - Błędy a.) Brak rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia b.) Brak zamachu c.) Złe ustawienie rąk na materacu d.) Ugięte kolana, z brakiem cechy gimnastycznej e.) Brak płynności w wykonywaniu ćwiczenia	Brak błędów	e	e, a	e, a, b	e, b, c, d	Uczeń nie przystąpił do sprawdzianu	
17.	Skok przez kozła - Błędy: a.) Brak rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia b.) Złe odbicie c.) Brak wysokiego uniesienia bioder d.) Brak przeniesienia ciężaru ciała na ręce e.) Złe lądowanie	Brak błędów	d	d, c	d, c, e	d, c, e, b	Uczeń nie przystąpił do sprawdzianu	
18.	Stanie na rękach z pozycji wysokiej - Błędy a.) Brak rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia b.) Brak zamachu c.) Złe ustawienie rąk na materacu	Brak błędów	e	e, a	e, a, b	e, b, c, d	Uczeń nie przystąpił do sprawdzianu	

	d.) Ugięte kolana, z brakiem cechy gimnastycznej e.) Brak płynności w wykonywaniu ćwiczenia							
19.	Przerzut bokiem z pozycji bocznej - Błędy a.) Brak rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia b.) Złe ułożenie rąk na materacu c.) Nieotrzymanie pozycji pionowej d.) Brak płynności w wykonywaniu ćwiczenia e.) Ugięte nogi w kolanach	Brak błędów	d	d, a	d, a, b, c	d, a, b, c, e	Uczeń nie przystąpił do sprawdzianu	
20	MPR Zebranie piłki z podłoża, podanie, chwyt, rzut do bramki z wyskoku - Błędy: a. nieprawidłowe zebranie piłki z podłoża b. niedokładne podanie, niedostosowane siłą do partnera c. złe ustawienie rąk i nóg przy podaniu d. brak amortyzacji przy chwycie e. złe ustawienie rąk i nóg przy rzucie f. nieodprowadzenie ręki w tył przy rzucie, brak skrętu tułowia	Brak błędów	1 dowolny błąd	2 dowolne błędy	4 dowolne błędy	5 dowolnych błędów	Uczeń nie przystąpił do sprawdzianu	
21.	MPN - Prowadzenie piłki slalomem zakończone strzałem	Brak błędów	e	e + 1 dowolne błędy	e + 2 dowolne błędy	e + 3 dowolne	Uczeń nie przystąpił do	

	na bramkę - Błędy: a. brak opanowania piłki podczas prowadzenia slalomem b. brak zmiany nogi podczas prowadzenia slalomem c. brak płynności ćwiczenia d. nieprawidłowe ustawienie nóg i ciała w czasie strzału na bramkę e. brak celności ruchu					błędy	sprawdzianu	
--	---	--	--	--	--	-------	-------------	--