

**WYMAGANIA EDUKACYJNE**  
**Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO KLASY IV - VIII**  
**W SZKOLE PODSTAWOWEJ nr 88 w Krakowie**

Wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego jest zgodny:

- ze Statutem Szkoły Podstawowej nr 88 w Krakowie
- z zasadami oceniania wewnątrzszkolnego,
- z podstawą programową dla II etapu edukacyjnego.

**PRZEDMIOT OCENY**

Podstawą oceny jest wysiłek włożony przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć, systematyczność udziału ucznia w zajęciach oraz aktywność ucznia w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej.

Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego uwzględniono wypadkową pięciu składowych.

**Kryteria i zakres ocen:**

a.) postawa ucznia

- aktywność na zajęciach lekcyjnych i pozalekcyjnych (zaangażowanie, wysiłek wkładany w rozwój sprawności udział w życiu sportowym klasy i szkoły)
- przygotowanie do zajęć
- dbałość o zdrowie (higiena osobista, estetyka stroju)
- przestrzeganie regulaminów, przepisów i obowiązków ucznia
- życzliwy stosunek do innych (postawa fair play)
- uczeń może być dwukrotnie nieprzygotowany do zajęć w czasie semestru. Kolejne nieprzygotowania skutkują bieżącą oceną niedostateczną;
- ze względów bezpieczeństwa zabrania się wykonywania ćwiczeń w biżuterii (kolczyki, łańcuszki, pierścionki, zegarki i inne).

b.) aktywność (zaangażowanie)

- dążenie do podnoszenia sprawności, zdobytych umiejętności i wiadomości w sposób zbliżony do swoich maksymalnych możliwości fizycznych, kondycyjnych i koordynacyjnych;
- inwencja twórcza, organizowanie i pomoc w organizacji zajęć ruchowych (sędziowanie, prowadzenie rozgrzewki)
- aktywne uczestnictwo w lekcjach wychowania fizycznego;

c.) umiejętności

- postęp w opanowaniu umiejętności ruchowych z różnych form aktywności fizycznej, przewidzianych dla poszczególnych klas zgodnie z indywidualnymi możliwościami i predyspozycjami;
- postęp w opanowaniu umiejętności dokonywania samooceny własnej sprawności i aktywności fizycznej

d.) wiadomości

- znajomość tematyki: rozwój fizyczny, rozwój sprawności fizycznej, zdrowy styl życia, higiena, hartowanie organizmu
- znajomość i przestrzeganie zasad bezpieczeństwa na obiektach sportowych
- znajomość regulaminów, przepisów i zasad poznanych dyscyplin sportowych
- stosowanie zasady „czystej gry” i sportowego kibicowania

e.) udział w zawodach sportowych i zajęciach nadobowiązkowych oraz życiu sportowym szkoły.

- działalność pozalekcyjna ucznia, udział w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych (systematyczne uczestnictwo w zajęciach pozalekcyjnych odbywających się w szkole (SKS), udokumentowanie udziału w zajęciach pozaszkolnych (np.: dyplom) oraz: czego się uczeń nauczył na zajęciach pozaszkolnych, przekazanie w ciekawy sposób informacji związanych z kulturą fizyczną, prace na rzecz szkoły: gazetki, plansze, plakaty)
- udział w zawodach i rozgrywkach sportowych oraz ich organizacji (zaangażowanie i pomoc w organizacji imprez sportowo – rekreacyjnych oraz rozgrywek, reprezentowanie w danym semestrze szkoły na zawodach sportowych w ramach SZS lub klasy w rozgrywkach, turniejach, imprezach rekreacyjno – sportowych i konkursach szkolnych (międzyklasowych, międzyszkolnych) organizowanych przez różne organizacje sportowe. Dni otwarte szkoły.

## STANDARDY WYMAGAŃ

### Klasa IV

W klasie IV szkoły podstawowej kontrolujemy i oceniamy następujące obszary aktywności ucznia:

1. Postawę ucznia i jego kompetencje społeczne,
2. Systematyczny udział i aktywność w trakcie zajęć,
3. Umiejętności ruchowe:

Treści zgodne z realizowanym blokiem tematycznym danej dyscypliny sportowej.

Samodzielna organizacja fragmentu zajęć ruchowych.

1. Przygotowanie i przeprowadzenie rozgrzewki zakończonej krótką zabawą ruchową w której to uczeń wykaże się znajomością ćwiczeń kształtujących.

2. Przygotowanie i sędziowanie wybranej gry sportowej.

Znajomość zasad zdrowego odżywiania się oraz wpływu aktywności fizycznej na zdrowie człowieka.

Znajomość zasad bezpiecznego udziału w zajęciach WF

Wiadomości ucznia oceniamy podczas realizacji określonych zadań z zakresu umiejętności.

### **Klasa V - VI**

W klasie V szkoły podstawowej kontrolujemy i oceniamy następujące obszary aktywności ucznia:

1. Postawę ucznia i jego kompetencje społeczne,
2. Systematyczny udział i aktywność w trakcie zajęć,
3. Umiejętności ruchowe:

Treści zgodne z realizowanym blokiem tematycznym danej dyscypliny sportowej.

Samodzielna organizacja fragmentu zajęć ruchowych, również z wykorzystaniem wiedzy dotyczącej gier rekreacyjnych pochodzących z innych krajów.

1. Przygotowanie i przeprowadzenie rozgrzewki zakończonej krótką zabawą.
2. Przygotowanie i sędziowanie wybranej gry sportowej.

Znajomość zasad bezpiecznego udziału w zajęciach WF oraz zasad zachowania się nad wodą i w górach w różnych porach roku.

Znajomość zasad zdrowego odżywiania się oraz wpływu aktywności fizycznej na zdrowie człowieka.  
Umiejętność opisu prawidłowej postawy ciała, pojęcia zdrowia i hartowania organizmu.

Znajomość idei starożytnego i nowożytnego ruchu olimpijskiego.

Wiadomości ucznia oceniamy podczas realizacji określonych zadań z zakresu umiejętności.

### **Klasa VII - VIII**

W klasie VII szkoły podstawowej kontrolujemy i oceniamy następujące obszary aktywności ucznia:

1. Postawę i jego kompetencje społeczne,
2. Systematyczny udział i aktywność w czasie zajęć,
3. Umiejętności ruchowe,

Treści zgodne z realizowanym blokiem tematycznym danej dyscypliny sportowej.

Samodzielna organizacja fragmentu zajęć ruchowych lub rozgrywek sportowych:

1. Przygotowanie i przeprowadzenie rozgrzewki zakończonej krótką zabawą ruchową
2. Przygotowanie i sędziowanie wybranej gry sportowej.
3. Zaplanowanie rozgrywek sportowych według systemu wybranego systemu.
4. Znajomość nowoczesnych form aktywności fizycznej

Znajomość zasad zdrowego odżywiania się oraz wpływu aktywności fizycznej na zdrowie człowieka.

Umiejętność opisu prawidłowej postawy ciała, znajomość pojęcia zdrowia i hartowania organizmu.

Znajomość sposobów radzenia sobie ze stresem, oraz czynników zagrażających zdrowiu, BHP podczas zajęć ruchowych.

Umiejętność korzystania z nowoczesnych technologii w zakresie oceny własnej aktywności fizycznej.

Wiadomości ucznia oceniamy podczas realizacji określonych zadań z zakresu umiejętności.

Nauczyciel wychowania fizycznego w ramach obowiązkowego wymiaru zajęć wychowania fizycznego dla uczniów będzie przeprowadzał raz w ciągu roku szkolnego w każdej klasie testy sprawnościowe określone w przepisach wydanych na podstawie art. 47 ust. 1 pkt 1 a wyniki z tych testów, datę ich przeprowadzenia oraz masę ciała i wiek ucznia szkoła będzie wprowadzała do **ewidencji „Sportowe Talenty”**, o której mowa w art. 36a ustawy z dnia 25 czerwca 2010 r. o sporcie, prowadzonej przez ministra właściwego do spraw kultury fizycznej.

**Testy sprawnościowe obejmują:**

- bieg wahadłowy 10 razy po 5 metrów – służący pomiarowi zdolności szybkościowo-siłowo-koordynacyjnych,
- 20-metrowy wytrzymałościowy bieg wahadłowy wykonywany według Europejskiego Testu Sprawności Fizycznej – Eurofit, opracowanego przez Radę Europy – służący pomiarowi zdolności wytrzymałościowych w biegu,
- podpór leżąc przodem na przedramionach (deska) – służący pomiarowi zdolności siłowo-wytrzymałościowych całego ciała,
- skok w dal z miejsca –służący pomiarowi skoczności i siły

**Testy te powinny być przeprowadzane raz w ciągu roku szkolnego – w okresie od marca do kwietnia.**

Wyniki przeprowadzanych testów sprawnościowych nie mają wpływu na ocenę ucznia z przedmiotu wychowanie fizyczne. Pomiaru sprawności fizycznej nie są kryterium oceny z przedmiotu wychowanie fizyczne, lecz będą wykorzystywane do wskazania mocnych i słabych stron sprawności fizycznej ucznia w celu planowania dalszego jej rozwoju (cel diagnostyczny).

Ewaluacja:

Przedmiotowy System Oceniania będzie ulegał ewaluacji minimum raz w roku.