

PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

rok szkolny 2014/15

realizowany w Szkole Podstawowej nr 6 im.M.Konopnickiej w Bedzinie
w klasach 4-6

I. PODSTAWA PROGRAMOWA KSZTAŁCENIA OGÓLNEGO DLA SZKOŁY PODSTAWOWEJ – WYCHOWANIE FIZYCZNE

Cele edukacyjne

1. Wspomaganie harmonijnego rozwoju psychofizycznego uczniów.
2. Rozwijanie i doskonalenie sprawności ruchowej i tężyzny fizycznej uczniów.
3. Rozwijanie poczucia odpowiedzialności za zdrowie własne i innych.

Zadania szkoły

1. Stymulowanie i umożliwianie uczniom podejmowania aktywności ruchowej i wyrażania własnych przeżyć w zabawach, grach, tańcach.
2. Tworzenie warunków do doskonalenia sprawności i kondycji fizycznej.
3. Zapoznavanie uczniów z podstawowymi formami rekreacji, turystyki oraz z podstawowymi zasadami uprawiania wybranych przez uczniów dyscyplin sportowych.
4. Doskonalenie oceny postawy ciała i poziomu sprawności ucznia wraz z monitorowaniem rozwoju psychomotorycznego.

Treści

1. Ćwiczenia kształtujące postawę ciała oraz stymulujące rozwój układów: ruchowego, oddechowego, krążeniowego, nerwowego.
2. Formy ruchu stwarzające możliwości doskonalenia koordynacji wzrokowo – ruchowej oraz wzmocnienia kondycji fizycznej.
3. Ćwiczenia zwinnościowo – akrobatyczne oraz skoki.
4. Podstawowe elementy techniki i taktyki gier zespołowych, konkurencji lekkoatletycznych, gier rekreacyjnych, tańców, pływania, oraz wybranych sportów zimowych.
5. Ćwiczenia i zabawy według inwencji uczniów uwzględniające zasady współdziałania, respektowania przepisów, zasad i ustaleń.
6. Przepisy i zasady organizacji zajęć ruchowych uwzględniając troskę o zdrowie.

7. Badanie i ocena rozwoju oraz sprawności funkcjonowania organizmu.
8. Zasady sportowego współzawodnictwa.
9. Propozycje spędzania czasu wolnego z wykorzystaniem gier, zabaw, form turystycznych i sportowych.

II. KRYTERIA OCENY UCZNIĄ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego należy w szczególności brać pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć. Ocenie podlegają:

- sumienne i staranne wywiązywanie się z obowiązków,
- zaangażowanie w przebieg lekcji i przygotowanie się do zajęć,
- stosunek do partnera i przeciwnika,
- stosunek do własnego ciała,
- aktywność fizyczna,
- postęp w opanowaniu umiejętności i wiadomości przewidzianych dla poszczególnych klas zgodnie z indywidualnymi możliwościami i predyspozycjami,
- osiągnięte wyniki w sportach wymiernych, dokładność wykonania zadania i poziom zdobytej wiedzy.

III. ZASADY OCENIANIA

1. Na początku roku szkolnego (semestru) nauczyciele wychowania fizycznego informują uczniów i rodziców o ogólnych wymaganiach edukacyjnych z wychowania fizycznego.
2. Wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego zgodne są z przyjętym w WSO modelem i obejmują wymagania podstawowe i ponadpodstawowe.
3. Ogólne wymagania podstawowe i ponadpodstawowe podaje nauczyciel uczniom na początku semestru, a szczegółowe na początku nowego działu nauczania.
4. Oceny są jawne zarówno dla ucznia jak i jego rodziców (opiekunów prawnych).
5. Oceny bieżące (częstkowe) oraz semestralne i końcowe wyrażone są w stopniach wg następującej skali ocen: celujący 6, bardzo dobry 5, dobry 4, dostateczny 3, dopuszczający 2, niedostateczny 1.
6. Oceny bieżące odpowiadają ocenie dydaktycznej i uwzględniają wiadomości i umiejętności ucznia określone materiałem nauczania z wychowania fizycznego. Natomiast oceny semestralne i końcowe odpowiadają ocenie społeczno – wychowawczej i obejmują również

ocenę aktywności ucznia, systematyczności pracy i wkład pracy ucznia na lekcjach wychowania fizycznego.

7. Minimalną ilość ocen cząstkowych w semestrze określa się na 6.

8. W sytuacjach wyjątkowych (przewlekła choroba, leczenie szpitalne, wypadek, przejście z innej szkoły itp.) uczeń otrzymuje ocenę końcowosemestralną i końcoworoczną z mniejszej liczby ocen cząstkowych.

9. W razie uzyskania oceny niezadowolającej uczeń ma prawo poprawy do dwóch tygodni.

10. Podstawowe płaszczyzny oceniania:

- Stopień opanowania wymagań programowych podstawowych i ponadpodstawowych, sprawność koordynacyjno-kondycyjna, umiejętności i wiedza teoretyczna ucznia z zakresu mini gier sportowych, gimnastyki (podstawowej, sportowej i artystycznej), lekkiej atletyki, tańców, sportów zimowych i organizacji zajęć rekreacyjnosportowych, postęp w usprawnianiu.

- Postawa, aktywność i zaangażowanie na lekcji wychowania fizycznego (w tym m.in. przestrzeganie zasad fair play, przestrzeganie regulaminu sali gimnastycznej i korzystania ze sprzętu sportowego, stosowanie się do zasad bezpieczeństwa podczas wykonywania ćwiczeń).

- Właściwy ubiór na lekcji dostosowany do wymogów lekcji wychowania fizycznego i ustaleń nauczyciela.

11. Dodatkowy obszar oceniania:

Reprezentowanie szkoły na zawodach sportowych, oraz aktywność pozalekcyjna-Szkolny Klub Sportowy, inne Kluby Sportowe

Uczeń, który nie spełnia dodatkowego obszarów oceniania, będzie oceniany tylko z podstawowych obszarach oceniania.

12. Nauczyciel jest zobowiązany na podstawie pisemnej opinii poradni psychologiczno-pedagogicznej lub innej poradni specjalistycznej obniżyć wymagania edukacyjne w stosunku do ucznia, u którego stwierdzono specyficzne trudności w uczeniu się lub deficyty rozwojowe, uniemożliwiające sprostanie wymaganiom edukacyjnym z programu nauczania.

13. W uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego. Decyzję o zwolnieniu podejmuje dyrektor szkoły na podstawie opinii lekarskiej.

14. W przypadku zwolnienia ucznia z zajęć w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się „zwolniony”.

IV. WYMAGANIA PROGRAMOWE NA POSZCZEGÓLNE STOPNIE SZKOLNE

Ocenę celującą -otrzymuje uczeń, który wykazuje się szczególnym zaangażowaniem w pracy, twórczą postawą, umiejętnościami i wiadomościami wykraczającymi poza program nauczania w danej klasie, osiąga wysoki poziom postępu w osobistym usprawnianiu. Prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia, chętnie uczestniczy w zajęciach sportowo - rekreacyjnych, bierze udział w konkursach, zawodach i olimpiadach, reprezentując szkołę. Bierze aktywny udział w zajęciach sportowych, zawodach pozaszkolnych.

Ocenę bardzo dobrą -otrzymuje uczeń, który całkowicie opanował zadania z poziomu rozszerzonego dla danej klasy. Bardzo starannie i sumiennie wykonuje zadania, wykazuje duże zaangażowanie na lekcji oraz jest dobrze przygotowany do zajęć. Prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia, systematycznie doskonali sprawność motoryczną i osiąga duże postępy w osobistym usprawnieniu. Czynnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych o charakterze sportowo – rekreacyjnym

Ocenę dobrą -otrzymuje uczeń, który bez zarzutu wywiązuje się z obowiązków, w poszczególnych klasach osiąga postęp w opanowaniu umiejętności i wiadomości na poziomie podstawowym, przy pomocy nauczyciela realizuje zadania poziomu rozszerzonego. Wysokie są staranność i sumienność w wykonywaniu zadań i zaangażowanie w przebieg lekcji oraz stopień przygotowania się do zajęć. Uczeń prowadzi higieniczny tryb życia, uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych o charakterze sportowo - rekreacyjnym.

Ocenę dostateczną i dopuszczającą -otrzymuje uczeń adekwatnie do włożonego wysiłku w wywiązanie się z obowiązków, stopnia postępu w opanowaniu umiejętności i wiadomości na poziomie podstawowym w poszczególnych klasach, poziomu staranności i sumienności w wykonywaniu zadań, zaangażowanie w przebieg lekcji oraz stopnia przygotowania się do zajęć.

Ocenę niedostateczną -otrzymuje uczeń, który wykazuje szczególnie lekceważący stosunek do obowiązków wynikających ze specyfikacji przedmiotu, nie bierze czynnego udziału w lekcji, swoim zachowaniem dezorganizuje pracę, stwarzając niebezpieczeństwo dla siebie i innych, notorycznie jest nieprzygotowany do zajęć, prowadzi niehigieniczny i nie sportowy tryb życia.

Uczeń nieklasyfikowany -uczeń może być nieklasyfikowany z zajęć edukacyjnych, jeżeli brak jest podstaw do ustalenia oceny klasyfikacyjnej z powodu nieobecności ucznia na zajęciach edukacyjnych przekraczającej połowę czasu przeznaczonego na te zajęcia w szkolny planie nauczania.

WYMAGANIA EDUKACYJNE

Poziom podstawowy – uczeń wykonuje zadania kontrolno-sprawdzające samodzielnie, jednak z pewnymi błędami technicznymi, lub w słabym tempie.

Poziom ponadpodstawowy – uczeń wykonuje zadania kontrolno-sprawdzające właściwą techniką, w odpowiednim tempie, pewnie, z zachowaniem płynności ruchów, plus obszar dodatkowy

ZADANIA KONTROLNO – OCENIAJĄCE

OCENA MOTORYCZNOŚCI

Diagnoza uzdolnień motorycznych uczniów na podstawie testów sprawnościowych

- Marszo-biegowy test Coopera.
- Indeks sprawności K. Zuchowy- wybrane próby.

OCENA WIADOMOŚCI

- Zasady bezpieczeństwa ćwiczeń, zabaw, działań rekreacyjnych.
- Bezpieczne korzystanie ze sprzętu i urządzeń sportowych.
- Właściwe zachowanie w sytuacjach niebezpiecznych i zagrażających zdrowiu.
- Zasady samoasekuracji.
- Zasady bezpiecznego zachowania nad wodą i w górach.
- Sposoby ochrony przed nadmiernym nasłonecznieniem.
- Prawidłowa postawa ciała – określenie podstawowych parametrów.
- Zasady i metody hartowania organizmu.
- Mierzenie tętna w spoczynku i po wysiłku.
- Samokontrola i samoocena postawy ciała w miejscu i w ruchu.
- Przygotowanie organizmu do wysiłku.
- Sportowa rywalizacja – zasady fair play
- Podstawowe przepisy mini gier zespołowych.
- Zasady prowadzenia rozgrzewki.
- Zasady kulturalnego kibicowania.
- Zasady organizacji gier i zabaw rekreacyjnych.
- Kultura zachowania na zabawie tanecznej, w dyskotecie.
- Sposoby organizacji czasu wolnego, zasady aktywnego wypoczynku.

OCENA UMIEJĘTNOŚCI

KLASA IV

GIMNASTYKA

(G) Przewrót w przód z różnych pozycji wyjściowych i końcowych

(G) Przewrót w tył z różnych pozycji wyjściowych i końcowych

(G) Skok kuczny przez skrzynie

LEKKOATLETYKA

(LA) Technika startu niskiego i bieg na 40m.

(LA) Technika skoku w dal techniką naturalną.

(LA) Technika rzut piłką palantową.

(LA) skipy abc

GRY ZESPOŁOWE

(PN) Podanie i przyjęcie piłki w miejscu i w ruchu.

(PS) Postawa siatkarska.

(PS) Odbicia piłki sposobem górnym

(PS) Zagrywka sposobem dolnym.

(PK) Kozłowanie piłki w miejscu i w ruchu

(PK) Podania piłki oburącz w miejscu i w ruchu.

(PR) Podania jednorącz w miejscu i w ruchu

(PR) Kozłowanie piłki w miejscu i w ruchu.

(PR)Rzut na bramke

KLASA V

GIMNASTYKA

(G) Przewroty w przód i w tył z różnych pozycji wyjściowych i końcowych

(G) Skok kuczny przez skrzynie

(G) Prosty układ gimnastyczny.

LEKKOATLETYKA

(LA) Start niski i bieg na 60m. -szybkość biegowa.

(LA) Skoku w dal techniką naturalną .- długość skoku

(LA) Rzut piłką palantową – długość rzutu.

(LA) Bieg na dystansie 600m.

GRY ZESPOŁOWE

(PN) Prowadzenie piłki w dwójkac

(PS) Odbicia piłki sposobem górnym.

(PS) Zagrywka sposobem dolnym i górnym.

(PK) Kozłowanie piłki w biegu ze zmianą ręki kozłującej.

(PK) Prowadzenie piłki w biegu ze zmianą kierunku ruchu.

(PR) Podania górne i półgórne w marszu i w biegu.

(PR) Rzut do bramki z miejsca i z biegu

PŁYWANIE

Praca nn, rr do kraula na piersiach

praca rr,nn do kraula na grzbiecie

kraul na piersiach

kraul na grzbiecie

KLASA VI

GIMNASTYKA

(G) Łączenie przewrotów w przód i w tył.

(G) Skok kuczny przez skrzynie.

(G) Stanie na rękach z asekuracją.

LEKKOATLETYKA

(LA) Bieg na dystansie 800m.

(LA) Bieg na 60m.

(LA) Skok w dal techniką naturalną.

(LA) Rzut piłką palantową.

GRY ZESPOŁOWE

(PN) Prowadzenie piłki zakończone strzałem do bramki.

(PS) Odbicia piłki sposobem górnym w parach.

(PS) Zagrywka tenisowa.

(PK) Kozłowanie piłki zakończone rzutem z dwutaktu.

(PK) Fragmenty gry.

(PR) Prowadzenie piłki w biegu.

(PR) Rzut do bramki z biegu, z wyskoku.