

# **1. ORGANIZACJA PRACY NA LEKCJACJACH Z WYCHOWANIA FIZYCZEGO W ROKU SZKOLNYM 2022/2023 W KLASACH 4-8**

## **Obowiązki ucznia na lekcjach wychowania fizycznego:**

- 1) Obecność na zbiórce o godzinie 13:30 przy szafkach przed pokojem nauczycielskim.
  - Po sprawdzeniu obecności uczniowie przechodzą pod opieką nauczycielek do autokaru. Autokar transportuje grupę wraz z opiekunami na halę sportową przy ul. Niebieskiej 2 w Krakowie.
  - W drodze do autokaru oraz w samym pojeździe należy przestrzegać zasad zapisanych w Statucie naszej szkoły, dotyczących zachowania, w tym: korzystania z telefonu komórkowego oraz innych urządzeń elektronicznych.
- 2) Przynoszenie stroju sportowego (koszulka, spodenki sportowe lub dres i obuwiu sportowe).
  - Uczeń może w okresie jednego semestru zgłosić 2 braki stroju bez żadnych negatywnych konsekwencji. Każde kolejne nieprzygotowanie skutkuje negatywną uwagą do dziennika elektronicznego.
- 3) Przebijanie się w szatni w strój sportowy przed zajęciami z wychowania fizycznego.
  - Uczennice/uczniowie korzystają z wyznaczonych szatni (zgodnie z ich przeznaczeniem) i zobowiązani są do natychmiastowego zawiadomienia nauczyciela dyżurującego o wszelkich nieprawidłowościach w szatni (zniszczenia, niewłaściwe zachowania, nietypowe sytuacje).
- 4) Niezwłocznie po przebraniu się uczeń udaje się na lekcję na halę sportową – nie dłużej niż 10 minut od przyjazdu do obiektu.
  - Podczas zajęć uczennice/uczniowie posiadający długie włosy są zobowiązani do związania ich gumką dla własnego i innych współwiczających bezpieczeństwa.
  - Podczas zajęć uczennice/uczniów obowiązuje zdjęcie bransoletek, zegarków z nadgarstków i kolczyków z uszu oraz łańcuszków w celu zapewnienia sobie i innym bezpieczeństwa.
- 5) Należy przestrzegać regulaminu korzystania z obiektów, przyrządów i przyborów sportowych.
- 6) Nie dopuszcza się samodzielnego wykonywania (bez zezwolenia prowadzącego) jakichkolwiek ćwiczeń czy korzystania z urządzeń hali sportowej.
- 7) Konieczne jest wykonywanie przez ucznia podczas zajęć wskazanej przez nauczyciela pracy/zadania.
- 8) W przypadku nieuczestniczenia w zajęciach wychowania fizycznego uczeń powinien zająć miejsce w sali ćwiczeń, zachować spokój i częściowo włączyć się w tok lekcji poprzez słuchanie nauczyciela. W przypadku nieuczestniczenia w zajęciach obowiązuje bezwzględny zakaz korzystania z telefonów, gier, odtwarzaczy itp.
- 9) Wszelkie wypadki należy natychmiast zgłaszać nauczycielowi wychowania fizycznego.

**Uwaga!** W przypadku niewywiązania się przez ucznia z wymienionych wyżej powinności, nauczyciel może odnotować ten fakt w dzienniku elektronicznym jako uwagę negatywną (lekceważenie obowiązków szkolnych).

W czasie lekcji uczniowie przebywają pod opieką nauczycielek. O godzinie 15:30 następuje powrót całej grupy (autokarem) na teren Społecznej Szkoły Podstawowej nr 5 STO w Krakowie. Jeśli uczeń jest odbierany przez rodziców/prawnych opiekunów bezpośrednio z hali sportowej lub powraca samodzielnie do domu (dotyczy to tylko uczniów z pisemną zgodą rodziców/opiekunów prawnych złożoną w sekretariacie szkolnym), musi ten fakt zgłosić nauczycielowi i uzyskać jego akceptację, aby opuścić grupę.

## **2. KRYTERIA OCENY UCZNI NA LEKCJACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO W ROKU SZKOLNYM 2022/2023 W KLASACH 4-8**

**Oceniane obszary:**

- 1) AKTYWNOŚĆ NA LEKCJI (WYSIŁEK, CHĘĆ) I OBECNOŚĆ NA ZAJĘCIACH (ĆWICZENIE PODCZAS LEKCJI)**
- 2) UMIEJĘTNOŚCI I POSTĘPY**
- 3) REPREZENTOWANIE KLASY LUB SZKOŁY W ZAWODACH SPORTOWYCH**
- 4) WYBITNE OSIĄGNIĘCIA SPORTOWE**
- 5) UCZESTNICTWO W SPORTOWYCH ZAJĘCIACH POZALEKCYJNYCH I POZASZKOLNYCH**

**Ad. 1. AKTYWNOŚĆ NA LEKCJI I OBECNOŚĆ NA ZAJĘCIACH (dotyczy wszystkich form realizacji wychowania fizycznego)**

- Obowiązkiem nauczyciela jest systematyczne ocenianie ucznia za wkład i wysiłek podejmowany w czasie lekcji, zaangażowanie w uczenie się nowych umiejętności, podnoszenie własnej sprawności fizycznej systematyczną pracą, pokonywanie słabości i lęków, zdyscyplinowanie i przestrzeganie zasad bezpieczeństwa oraz widoczne postępy na zajęciach.
- Ocenianie za aktywność będzie prowadzone na bieżąco. Co miesiąc uczeń na podstawie uczestnictwa i zaangażowania w czasie zajęć otrzyma ocenę cząstkową. W przypadku nieobecności trwającej więcej niż 2 tygodnie (choroby poświadczone zwolnieniem lekarskim, zdarzenia losowe potwierdzone przez rodziców/prawnych opiekunów) uczeń nie otrzyma bieżącej oceny z aktywności w danym miesiącu.
- Nauczyciel może również nagradzać ucznia za aktywną postawę na lekcji plusami (+). Pięć „zebranych” plusów skutkuje oceną bardzo dobrą.
- Uczeń w okresie jednego semestru może zgłosić 2 braki stroju bez żadnych negatywnych konsekwencji. Każde kolejne nieprzygotowanie skutkuje negatywną uwagą do dziennika.
- Dziewczęta mogą zgłosić raz w miesiącu niedyspozycję i tym samym mogą zostać zwolnione z całości bądź części ćwiczeń.

**Ad. 2. UMIEJĘTNOŚCI I POSTĘPY**

**Ocenie podlegają:**

1. Umiejętności z zakresu programu nauczania:

- technika wykonywania ćwiczeń z gimnastyki;
- wybrane elementy gier zespołowych, lekkiej atletyki, tenisa stołowego, badmintona;
- sprawność ogólna.

2. Poziom cech motorycznych:

- sprawdziany: siły, szybkości, wytrzymałości, skoczności – z dodatkową oceną za zaangażowanie.

3. Wiedza z zakresu programu nauczania:

- przepisy zespołowych gier sportowych;
- przepisy BHP na lekcjach z wychowania fizycznego;
- znajomość zasad fair play;

- wybrane wiadomości z zakresu edukacji zdrowotnej;
- elementy higieny człowieka (związane z wychowaniem fizycznym);
- prawidłowa terminologia w określaniu nazw przyrządów, przyborów oraz ćwiczeń.

### **Ad. 3. REPREZENTOWANIE KLASY LUB SZKOŁY W ZAWODACH SPORTOWYCH**

Każdorazowo za reprezentowanie klasy lub szkoły w zawodach sportowych uczeń otrzymuje ocenę częściową bardzo dobrą lub celującą – w przypadku osiągnięcia znacznego sukcesu sportowego (ustala nauczyciel) oraz pozytywną uwagę odnotowaną w dzienniku elektronicznym.

### **Ad. 4. WYBITNE OSIĄGNIĘCIA SPORTOWE**

Wybitne osiągnięcia sportowe ogólnopolskie lub międzynarodowe mogą podwyższyć uczniowi ocenę śródroczną lub roczną do oceny celującej pod warunkiem, że ocena ogólna wynikająca z kryteriów podstawowych jest na poziomie co najmniej dobrym. Wszystkie osiągnięcia ucznia muszą być potwierdzone odpowiednimi zaświadczeniami przez dane związki sportowe.

### **Ad. 5. UCZESTNICTWO W SPORTOWYCH ZAJĘCIACH POZALEKCYJNYCH I POZASZKOLNYCH**

Systematyczne uczestnictwo w sportowych zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych (w ramach sekcji sportowych, klubu sportowego, zajęć rekreacyjnych) minimum 2 razy w tygodniu w wymiarze jednej godziny zegarowej, udokumentowane pisemnym zaświadczeniem od trenera i przedłożone nauczycielowi do końca maja danego roku szkolnego premiuje ucznia częściową oceną celującą.

### **OCENA CELUJĄCA (6)**

#### **Uczeń:**

- spełnia wszystkie wymagania przynajmniej na ocenę bardzo dobrą (5);
- posiada zakres umiejętności przewidziany programem nauczania danej klasy;
- regularnie bierze udział w lekcjach wychowania fizycznego, jest aktywny podczas lekcji, chętnie i z zaangażowaniem wykonuje powierzone mu zadania;
- aktywnie uczestniczy w życiu sportowym na terenie szkoły lub też w innych formach działalności związanych z kulturą fizyczną;
- uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych;
- godnie reprezentuje szkołę w zawodach, zajmując punktowane miejsca;
- zawsze posiada właściwy strój, dostosowany do wymogów lekcji wychowania fizycznego i ustaleń nauczyciela;
- swoją postawą społeczną i stosunkiem do przedmiotu nie budzi zastrzeżeń;
- posiada prawidłowe nawyki higieniczno-zdrowotne;
- szanuje i dba o szkolny sprzęt sportowy oraz potrafi wykorzystywać go zgodnie z przeznaczeniem;
- wykazuje się bardzo dobrą znajomością przepisów gier sportowych i umiejętnością pomocy przy ich organizacji;
- jest kulturalny, wykonuje polecenia nauczyciela, szanuje przeciwników sportowych i kolegów.

### **OCENA BARDZO DOBRA ( 5)**

#### **Uczeń:**

- w dużej mierze opanował zakres umiejętności i wiedzy określony wymaganiami edukacyjnymi programu nauczania przedmiotu w danej klasie;
- jest bardzo sprawny fizycznie;

- ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, pewnie, w odpowiednim tempie i dokładnie, zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie;
- posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu;
- systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu;
- jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego nie budzą najmniejszych zastrzeżeń;
- bierze aktywny udział w zajęciach SKS i zawodach sportowych, nie jest to jednak działalność systematyczna;
- posiada prawidłowe nawyki higieniczno-zdrowotne;
- szanuje i dba o szkolny sprzęt sportowy i potrafi wykorzystywać go zgodnie z przeznaczeniem;
- regularnie bierze udział w lekcjach wychowania fizycznego, jest aktywny podczas lekcji, chętnie i z zaangażowaniem wykonuje powierzone mu zadania;

#### **OCENA DOBRA (4)**

##### **Uczeń:**

- w dobrym stopniu opanował materiał programowy, na poziomie podstawowym wykonując ćwiczenia samodzielnie;
- dysponuje dobrą sprawnością motoryczną;
- ćwiczenia wykonuje prawidłowo, lecz nie dość dokładnie, z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie;
- posiadane wiadomości potrafi wykorzystać w praktyce przy pomocy nauczyciela;
- nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnieniem, wykazuje stałe, dość dobre postępy w tym zakresie;
- szanuje i dba o sprzęt sportowy;
- zawsze posiada właściwy strój na lekcji;
- jego postawa społeczna i stosunek do kultury fizycznej nie budzą większych zastrzeżeń;
- nie bierze udziału lub sporadycznie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych.

#### **OCENA DOSTATECZNA (3)**

##### **Uczeń:**

- opanował materiał programowy na przeciętnym poziomie ze znacznymi brakami;
- dysponuje przeciętną sprawnością motoryczną;
- ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie i z większymi błędami technicznymi, czyni to niechętnie;
- wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie motoryczne, wykazując małe postępy;
- przejawia pewne braki w zakresie wychowania społecznego, w postawie i stosunku do kultury fizycznej, jest mało zdyscyplinowany;
- często nie posiada właściwego ubioru na lekcji;
- nie uczestniczy lub sporadycznie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych.

#### **OCENA DOPUSZCZAJĄCA (2)**

##### **Uczeń:**

- nie opanował materiału programowego w stopniu dostatecznym i ma poważne braki;
- jest mało sprawny fizycznie;
- ćwiczenia wykonuje niechętnie, z dużymi błędami technicznymi;
- nie jest pilny i wykazuje bardzo małe postępy w usprawnianiu;

- ma niechętny stosunek do ćwiczeń;
- nie uczestniczy w żadnych dodatkowych formach aktywności ruchowej w szkole;
- bardzo często nie posiada właściwego ubioru na lekcji.

### **OCENA NIEDOSTATECZNA (1)**

#### **Uczeń:**

- jest daleki od spełnienia wymagań stawianych w podstawie programowej;
- posiada bardzo niską sprawność motoryczną;
- wykonuje jedynie najprostsze ćwiczenia, w dodatku z rażącymi błędami;
- często świadomie odmawia wykonania ćwiczeń;
- charakteryzuje się niewiedzą w zakresie kultury fizycznej;
- ma lekceważący stosunek do zajęć i nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu;
- nie uczestniczy w żadnych formach aktywności ruchowej w szkole;
- regularnie nie posiada właściwego ubioru na lekcji.

Drogi Uczniu!

Po sprawdzeniu Twojej wiedzy i Twoich umiejętności nauczyciel ustali ocenę:

- bieżąca: w stopniach skali od 1 do 6 – wymagania edukacyjne oraz kryteria do każdej z ocen nauczyciel poda Ci na bieżąco;
- śródroczną i roczną: w stopniach w skali od 1 do 6 – wymagania edukacyjne niezbędne do ich osiągnięcia umieszczone zostały powyżej.

Jeśli nie jesteś zadowolony ze swoich postępów w nauce lub ze swojej oceny, masz prawo do:

- ➔ poprawienia oceny bieżącej: uzupełniając swoją wiedzę i umiejętności zgodnie z zapisami Statutu naszej szkoły (§ 27);
- ➔ podwyższenia proponowanej śródrocznej i rocznej oceny klasyfikacyjnej: uzupełniając swoją wiedzę i umiejętności ze wskazanego przez nauczyciela zakresu, w terminie od pojawienia się oceny proponowanej do dnia poprzedzającego ostateczne ustalenie oceny przez nauczyciela, tak by nauczyciel mógł dokonać rozpoznania Twojego poziomu wiedzy, umiejętności i postępu w stosunku do wymagań edukacyjnych;
- ➔ odwołania się od rocznej oceny klasyfikacyjnej: wg zasad oraz w trybie zgodnym z zapisami ujętymi w Statucie oraz w prawie oświatowym.