



Wymagania z wychowania fizycznego dla klasy VI

Założenia ogólne:

Zgodnie z treścią Rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 r., przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego w szczególności pod uwagę brany jest wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć.

Kompetencje społeczne. Uczeń:

- uczestniczy w sportowych rozgrywkach klasowych w roli zawodnika, stosując zasady „czystej gry”: szacunku dla rywala, respektowania przepisów gry, podporządkowania się decyzjom sędziego, potrafi właściwie zachować się w sytuacji zwycięstwa i porażki, podziękować za wspólną grę;
 - pełni rolę organizatora, sędziego i kibica w ramach szkolnych zawodów sportowych;
 - wyjaśnia zasady kulturalnego kibicowania;
 - wyjaśnia, jak należy zachować się w sytuacjach związanych z aktywnością taneczną;
 - omawia znaczenie dobrych relacji z innymi ludźmi, w tym z rodzicami oraz rówieśnikami tej samej i odmiennej płci;
 - identyfikuje swoje mocne strony, budując poczucie własnej wartości, planuje sposoby rozwoju oraz ma świadomość słabych stron, nad którymi należy pracować;
 - wykazuje umiejętność adekwatnej samooceny swoich możliwości psychofizycznych;
 - wykazuje kreatywność w poszukiwaniu rozwiązań sytuacji problemowych;
 - współpracuje w grupie szanując poglądy i wysiłki innych ludzi, wykazując asertywność i empatię;
 - motywuje innych do udziału w aktywności fizycznej, ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i specjalnych potrzebach edukacyjnych (np. osoby niepełnosprawne, osoby starsze).
- Ocenianie z wychowania fizycznego jest integralną częścią wewnątrzszkolnego systemu oceniania szkoły.
 - Ocena semestralna lub roczna ustalana jest na podstawie ocen cząstkowych za określony poziom wiadomości, umiejętności i kompetencji społecznych w procesie szkolnego wychowania fizycznego.
 - Ocena semestralna lub roczna nie jest średnią arytmetyczną ocen cząstkowych.
 - Przy ustalaniu oceny semestralnej i rocznej uwzględnia się przede wszystkim wysiłek ucznia, wynikający z realizacji programu nauczania oraz systematyczny i aktywny udział w lekcjach wychowania fizycznego.
 - Ocena z wychowania fizycznego może być podniesiona za dodatkową aktywność ucznia; udział ucznia w zajęciach rekreacyjno – sportowych, zawodach sportowych, turniejach i rozgrywkach pozaszkolnych itp.
 - Podniesienie oceny z wychowania fizycznego na koniec I semestru lub roku szkolnego może być tylko o jeden stopień.
 - Oceną za dodatkową aktywność ucznia nauczyciel wystawia dwa razy w roku szkolnym – na koniec pierwszego i drugiego semestru.
 - Obniżenie oceny z wychowania fizycznego na koniec semestru lub roku szkolnego następuje wskutek negatywnej postawy ucznia np. częste braki stroju, niesystematyczne ćwiczenie, sporadyczne uczestniczenie w sprawdzianach kontrolno – oceniających, brak właściwego zaangażowania w czasie poszczególnych lekcji, niski poziom kultury osobistej itp.
 - Ocena może być obniżona o jeden stopień.
 - Uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego decyzją administracyjną dyrektora szkoły na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach uczestniczenia w tych zajęciach, wydanej przez lekarza na czas określony w tej opinii (Rozporządzenie MEN z dnia 10.06.2015).



11. W przypadku zwolnienia ucznia z zajęć wychowania fizycznego na okres uniemożliwiający wystawienie oceny semestralnej lub klasyfikacyjnej a koniec roku szkolnego, zamiast oceny nauczyciel wpisuje „zwolniona”, „zwolniony” (Rozporządzenie MEN z dnia 10.06.2015).
 12. Uczeń, który opuścił z własnej winy lub nie ćwiczył w 51 % i więcej obowiązkowych zajęć wychowania fizycznego, otrzymuje ocenę niedostateczną na koniec semestru lub roku szkolnego.
 13. Rada pedagogiczna szkoły, w której uczeń opuścił z własnej winy lub nie ćwiczył w 51 % i więcej obowiązkowych zajęć wychowania fizycznego, może ustalić dla ucznia egzamin klasyfikacyjny.
 14. Egzamin klasyfikacyjny obejmuje zadania praktyczne (umiejętności ruchowe), które były przedmiotem nauczania w trakcie semestru lub roku szkolnego.
-
15. Uczeń zobowiązany jest dysponować strojem sportowym przystosowanym do odpowiednich warunków atmosferycznych.
 16. Uczeń może trzy razy w półroczu zgłosić nieprzygotowanie do zajęć lekcyjnych. Rozumiane jako brak stroju, co nauczyciel odnotowuje jako „BS”.
 17. Kolejne nieprzygotowanie pozwala nauczycielowi na postawienie oceny niedostatecznej.
 18. Jeżeli uczeń nie uczestniczył w jednej z obowiązujących procedur oceniania np. z powodu nieobecności, bądź nie brał czynnego udziału w lekcji, ma obowiązek zaliczenia sprawdzianu w ciągu bieżącego półroczu, po uzgodnieniu terminu z nauczycielem. W tej sytuacji w dzienniku lekcyjnym w rubryce z ocenami wpisuje się (bz) „brak zadania”.

Cele oceniania:

Diagnoza rozwoju fizycznego ucznia - określenie indywidualnych potrzeb i trudności każdego ucznia.

Wdrażanie do samokontroli, samooceny i doskonalenia się.

Wspieranie - wspomaganie harmonijnego rozwoju psychofizycznego ucznia.

Rozwijanie poczucia odpowiedzialności za zdrowie własne i innych.

Bieżące informowanie uczniów i rodziców o aktywności, postępach, trudnościach.

Ocenie będą podlegały następujące obszary aktywności ucznia:

- systematyczny udział w zajęciach, którego wartością jest wdrażanie ucznia do systematycznego podejmowania aktywności fizycznej w życiu codziennym;
- aktywność i zaangażowanie na zajęciach, których zasługą jest wdrażanie ucznia do samodzielnego wysiłku, wykazywania się kreatywnością, zaangażowaniem, współorganizowaniem różnych form aktywności fizycznej;
- sumienność i staranność w wywiązywaniu się z obowiązków wynikających z przedmiotu;
- stosunek do partnera i przeciwnika;
- postępy w usprawnianiu, których funkcją jest wspieranie ucznia w samodzielnej ocenie i kontroli własnego rozwoju fizycznego, sprawności fizycznej, sprawności funkcjonalnej, postawy ciała oraz w planowaniu samousprawnienia;
- poziom wiedzy, którego celem jest zachęcanie ucznia do kształtowania i rozwijania świadomości swojego ciała (jego możliwości, sprawności) i zdobywania wiadomości
- roli aktywności ruchowej w usprawnianiu, a w rezultacie kształtowania prozdrowotnego życia oraz dbałości o zdrowie;
- poziom umiejętności ruchowych, którego wartością jest motywowanie ucznia do doskonalenia umiejętności z różnych form aktywności fizycznej oraz wyboru sportu „całego życia” dostosowanego do własnych możliwości i zainteresowań;
- działalność pozalekcyjna, której rolą jest aktywizowanie ucznia do podejmowania działalności rekreacyjno – sportowej w szkole i w środowisku, a w efekcie uczestniczenia w kulturze fizycznej w okresie nauki szkolnej, a także po jej zakończeniu.



Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który nie spełnia wymagań na ocenę dopuszczającą.

który nie bierze czynnego udziału w zajęciach, nie dba o rozwój fizyczny, nie chce kontrolować postępów rozwoju fizycznego, nie angażuje się w wykonywanie zadań na zajęciach edukacyjnych, lekceważy rówieśników, swoim zachowaniem dezorganizuje pracę grupy rówieśniczej, sportowej, stwarza niebezpieczeństwo dla siebie i innych, jest nieprzygotowany notorycznie do lekcji – nie przynosi stroju sportowego, nie ćwiczy. Prowadzi niehigieniczny i niesportowy tryb życia. Naraża na niebezpieczeństwo siebie i innych.

Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który:

nie bierze czynnego udziału w zajęciach, swoim zachowaniem dezorganizuje pracę grupy rówieśniczej, sportowej, stwarza niebezpieczeństwo dla siebie i innych, jest nieprzygotowany notorycznie do lekcji – nie przynosi stroju sportowego, nie ćwiczy. Wykonuje tylko niektóre zadania przy pomocy nauczyciela. Nie przestrzega zasad czystej rywalizacji i zasad kulturalnego kibicowania

Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który:

nie bierze czynnego udziału w zajęciach, swoim zachowaniem dezorganizuje pracę grupy rówieśniczej, sportowej, stwarza niebezpieczeństwo dla siebie i innych, jest nieprzygotowany notorycznie do lekcji – nie przynosi stroju sportowego, nie ćwiczy, bardzo rzadko bierze udział w życiu sportowym szkoły. Prowadzi niehigieniczny i niesportowy tryb życia.

Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który:

który opanował wiadomości i umiejętności w stopniu dobrym. Osiąga postęp w opanowaniu umiejętności i wiadomości na poziomie podstawowym, przy pomocy nauczyciela realizuje zadania i doskonali umiejętności z poziomu rozszerzonego. Pracuje starannie i sumiennie, angażuje się w przebieg lekcji oraz przygotowuje się do zajęć. Zna zasady bezpieczeństwa na zajęciach wychowania fizycznego.

Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który:

który całkowicie opanował wiadomości i umiejętności. Cechuje go wysoka staranność i sumienność, zaangażowanie w przebieg lekcji oraz stopień przygotowania się do zajęć lekcyjnych. Doskonali swoją sprawność motoryczną i osiąga duże postępy w osobistym usprawnieniu. Bezpiecznie wykonuje wszystkie zadania, mając na uwadze dobro i bezpieczeństwo własne i innych. Zna i stosuje kulturę współzawodnictwa – zasady czystej i uczciwej rywalizacji. Zawsze właściwie zachowuje się na trybunach sportowych, zarówno w sytuacji zwycięstwa, jak i porażki swoich faworytów.

Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który:

który wykazuje się szczególnym zaangażowaniem w pracy, twórczą postawą. Chętnie uczestniczy w zajęciach sportowo – rekreacyjnych, bierze udział w konkursach, zawodach, reprezentując szkołę. Zna i przestrzega zasady bezpieczeństwa na zajęciach wychowania fizycznego. Zna i stosuje kulturę współzawodnictwa – zasady czystej i uczciwej rywalizacji, przestrzega i stosuje zasadę równości szans dla wszystkich. Zna i stosuje zasady kultury kibicowania, zawsze właściwie zachowuje się w czasie lekcji oraz na trybunach sportowych, zarówno w sytuacji zwycięstwa, jak i porażki swoich faworytów.

OCENA UCZNIÓW Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO Z TRUDNOŚCIAMI EDUKACYJNYMI

Prawa ucznia ze specyficznymi trudnościami w nauce.

Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego, techniki, plastyki i muzyki należy brać pod uwagę wysiłek



włożony przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć. (DZ.U. z 2004r., NR 199, poz.2046)

Występujące u uczniów specyficzne trudności i deficyty rozwojowe są podstawą do obniżania wymagań edukacyjnych oraz dostosowania poziomu wiedzy czy umiejętności sprowadzanych do możliwości indywidualnych ucznia – zgodnie z opinią poradni. Oceniając tych uczniów bierzemy pod uwagę:

1. Postępy uczniów i ich psychofizyczne i możliwości (efekty pracy a nie popełniane błędy).
2. Wysiłek włożony w usprawnianie się i wywiązywanie się z podejmowanych przez nich zadań.
3. Sumienność i aktywność na lekcjach wychowania fizycznego.

Można podwyższyć ocenę uczniowi, który z różnych powodów nie może realizować zadań wynikających z programu nauczania pod warunkiem, że: sumiennie i aktywnie uczestniczy na zajęciach wychowania fizycznego, jak i w zajęciach nadobowiązkowych, w miarę swoich możliwości podnosi swoją sprawność fizyczną – wykazuje stałe postępy w usprawnianiu.

Wymagania szczegółowe w klasie VI szkoły podstawowej

Uczeń:

- umie zorganizować bezpieczne miejsce do ćwiczeń, zabaw i gier zespołowych (latem i zimą),
- zna zasady higieny po wysiłku fizycznym,
- zna zasady hartowania organizmu,
- dziewczęta wiedzą jak zachować higienę osobistą w trakcie menstruacji,
- wie, jak ruch wpływa na prawidłową postawę ciała,
- zna prawidłową terminologię poznanych ćwiczeń i rozumie pojęcia,
- umie dobrać ćwiczenia kształtujące,
- zna zasady stosowania czynnego wypoczynku,
- umie dokonać pomiaru tętna,
- potrafi sam ocenić własną sprawność,
- umie posługiwać się przyrządami pomiarowymi,
- potrafi sam zorganizować zabawy ruchowe,
- zna przepisy i zasady gier sportowych,
- umie przestrzegać zasady „fair play”,
- potrafi współdziałać z partnerem i zespołem
- wykonuje Test Coopera.
- zna 2-3 gry lub zabawy podwórkowe,
 - gimnastyka:
 - dwa łączone przewroty w przód,
 - dwa łączone przewroty w tył ze skłonem tułowia w przód o nogach prostych
 - samodzielne stanie na rękach z uniku z asekuracją,
 - skok zawrotny przez skrzynię,
 - piramidy wieloosobowe,
 - rzut piłką lekarską w tył ponad głowę,
 - lekkoatletyka:
 - start niski,
 - bieg z przyspieszeniem na odcinku 60 metrów,
 - marszobieg z pokonywaniem przeszkód terenowych
 - bieg z pałeczką sztafetową i przekazywanie pałeczki w truchcie i biegu,
 - skok w dal techniką naturalną z rozbiegu,
 - skok wzwyż sposobem naturalnym,
 - rzut piłeczką palantową z rozbiegu.
 - minipiłka koszykowa:
 - podania i chwyt oburącz w biegu,
 - kozłowanie słalomem ze zmianą ręki,
 - poruszanie się w obronie,
 - rzut w biegu do kosza po kozłowaniu (dwutakt),



- poruszanie się w obronie, krycie każdy swego,
- wykorzystanie poznanych elementów technicznych w grze.
- minipiłka siatkowa:
 - odbicia piłki sposobem oburącz górnym i dolnym,
 - zagrywka sposobem dolnym i górnym – 6m,
 - stosowanie tych elementów technicznych w grze.
- minipiłka ręczna:
 - podania sytuacyjne w trójkach po minięciu obrońcy,
 - obrona strefowa i każdy swego,
 - rzuty do bramki z różnych pozycji,
 - atak, ofensywa,
 - rzut do bramki z wyskoku,
 - zastosowanie tych elementów w grze.
- minipiłka nożna:
 - prowadzenie piłki w dwójkach ze zmianą kierunku,
 - prowadzenie piłki nogą prawą i lewą z omijaniem przeszkód
 - strzał do bramki wewnętrznym podbiciem w ruchu,
 - wykorzystanie poznanych elementów technicznych w grze.
- gry i zabawy:
 - zasady i przepisy gry w unihoka, gra szkolna,
 - zasady i przepisy gry w badmintona, gra szkolna,
 - zasady i przepisy gry w tenisa stołowego.
- rytm –muzyka-taniec:
 - poprowadzić ćwiczenia gimnastyczne w rytm muzyki,
 - improwizacja ruchowa przy wybranej muzyce,
- sporty zimowe:
 - zorganizowanie zabawy, konkursu z wykorzystaniem sanek lub bez – własna inwencja.

Nauczyciele wychowania fizycznego