

**PRZEDMIOTOWY
SYSTEM OCENIANIA
Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**

**Szkoła Podstawowa nr 34
w Zespole Szkolno - Przedszkolnym nr 8 w Warszawie**

Opracowany na podstawie Rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej z dnia 30 kwietnia 2007 roku ze zmianami, dotyczącego zasad oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów, Wewnętrznego Systemu Oceniania Szkoły Podstawowej nr 34 im. Stanisława Dubois w Warszawie - zgodny z podstawą programową wychowania fizycznego dla II etapu kształcenia, określoną w Rozporządzeniu Ministra Edukacji Narodowej z dnia 28 sierpnia 2012 roku.

Przedmiotowy system oceniania z wychowania fizycznego został opracowany na podstawie Rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej z dnia 30 kwietnia 2007 roku ze zmianami, dotyczącego zasad oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów, Wewnętrznego Systemu Oceniania Szkoły Podstawowej nr 34 im. Stanisława Dubois w Warszawie i jest zgodny z podstawą programową przedmiotu wychowanie fizyczne dla II etapu kształcenia oraz Autorskim programem nauczania „Wychowanie fizyczne bliższe wartościom” dla klas IV – VI szkoły podstawowej Alicji Romanowskiej.

I. Cele kształcenia i wychowania z wychowania fizycznego dla II etapu edukacyjnego:

Bezpieczne uczestnictwo w aktywności fizycznej o charakterze rekreacyjnym i sportowym ze zrozumieniem jej znaczenia dla zdrowia:

- udział w aktywności fizycznej ukierunkowanej na zdrowie, wypoczynek i sport;
- stosowanie zasad bezpieczeństwa podczas aktywności fizycznej;
- poznawanie własnego rozwoju fizycznego i sprawności fizycznej oraz praktykowanie zachowań prozdrowotnych.

II. Ocenianiu 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

o 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.

III. 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 i specjalnych uzdolnieniach.

IV. Formy kontroli i stopni:

- Kontrola i stopnie bieżące.
- Stopnie śródkresowe.
- Stopnie końcoworoczne.

Ustalenia dotyczące zasad na zajęciach wychowania fizycznego:

- Przy ustalaniu stopni z wychowania fizycznego należy w szczególności brać pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywaniu się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć.
- W uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony na czas określony z zajęć wychowania fizycznego.
- Decyzję o zwolnieniu ucznia z wychowania fizycznego podejmuje dyrektor szkoły na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach uczestniczenia w tych zajęciach, wydanej przez lekarza.

- W przypadku, jeżeli okres zwolnienia z wychowania fizycznego uniemożliwia ustalenie stopnia śródkresowego lub stopnia rocznego, w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast stopnia wpisuje się zwolniony/zwolniona.
- Uczeń może być zwolniony z pewnych zadań ruchowych po przedłożeniu zaświadczenia lekarskiego, z których nie jest oceniany.
- Uczeń zobowiązany jest przynieść na każdą lekcję strój sportowy: obuwie sportowe - buty na gumowej podeszwie nie brudzące nawierzchni sali gimnastycznej, sznurowane, strój sportowy - koszula z krótkim rękawkiem, spodenki/getry, dresy (w zależności od warunków atmosferycznych).
- Uczeń może raz w półroczu zgłosić nieprzygotowanie do zajęć lekcyjnych rozumiane jako brak stroju bez żadnych konsekwencji. Kolejne nieprzygotowanie pozwala nauczycielowi na postawienie minusa trzy minusy - stopień niedostateczny, każdy kolejny minus to również stopień niedostateczny.
- Jeżeli uczeń nie uczestniczył w jednej z obowiązujących procedur oceniania (z powodu nieobecności, bądź nie brania czynnego udziału w lekcji), ma obowiązek zaliczenia sprawdzianu w ciągu bieżącego półrocza, po uzgodnieniu terminu z nauczycielem. W tej sytuacji w dzienniku lekcyjnym w rubryce ze stopniami wpisuje się (nb) „nieobecny”.
- Sprawdziany umiejętności ruchowych i wiadomości są zapowiadane z co najmniej dwutygodniowym wyprzedzeniem wraz z zakresem materiału, jaki będzie kontrolowany.
- W przypadku braku możliwości uzupełnienia przeprowadzonych sprawdzianów, nauczyciel wyznacza uczniowi zamiennie zadanie dodatkowe.
- Przy wystawianiu stopni z przedmiotu nauczyciel uwzględnia: czynne uczestnictwo w lekcji, sumienne i staranne wywiązywanie się z obowiązków wynikających z przedmiotu, zaangażowanie w przebieg lekcji, przygotowanie do zajęć, właściwy stosunek do przeciwnika i własnego ciała, opanowanie wiadomości i umiejętności przewidzianych dla poszczególnych klas zgodnie z indywidualnymi możliwościami i predyspozycjami, dokonywanie samooceny i samokontroli własnej sprawności fizycznej, aktywności na lekcji, udział w konkursach sportowych szkolnych i pozaszkolnych oraz udział w zajęciach klubu sportowego.
- Próby sprawności motorycznej nie wymagają wcześniejszej zapowiedzi.

- Rodzic/opiekun prawny może zwolnić (usprawiedliwić) ucznia z czynnego brania udziału w lekcji z powodu niedyspozycji zdrowotnej na okres jednego tygodnia.
- W przypadku niedyspozycji zdrowotnej ucznia trwającej ponad tydzień, uczeń powinien przedłożyć zwolnienie lekarskie.
- Postępy ucznia nauczyciel odnotowuje w dzienniku lekcyjnym.
- O proponowanych stopniach okresowych i końcoworocznych rodzice/opiekunowie prawni i uczniowie są informowani na miesiąc przed radą klasyfikacyjną.

V. Postępy uczniów w zakresie kształcenia i wychowania oraz aktywności ruchowej kontroluje się za pomocą różnorodnych, standaryzowanych testów. Testy nie są narzędziem służącym do wystawiania ocen. Kontrola postępów jest środkiem informacji dla nauczyciela o stopniu realizacji zadań kształcenia i wychowania. Nie formułuje się oceny na podstawie wyników testu sprawności fizycznej. Wyniki uzyskane z poszczególnych prób odnoszą się do postępu, który robi dany uczeń.

VI. Kontrola postępów odbywa się za pomocą:

- Sprawdzianów wiadomości.
- Odpowiedzi ustnych
- Sprawdzianów umiejętności ruchowych.
- Aktywności/ miesięczna ocena za pracę na lekcjach
- Udziału w konkursach i zawodach sportowych.
- Udziału w zajęciach klubu sportowego (prezentacje osiągnięć na forum klasy) i zajęciach pozalekcyjnych.

VII. Stopnie są jasne i zrozumiałe, oparte na czytelnych kryteriach przedstawionych uczniom, uwzględniają indywidualne predyspozycje i możliwości. Mają charakter wspierający, podkreślają, co uczeń już opanował i zdobył. Mają za zadanie informować ucznia, motywować do dalszej pracy, wysiłku, samodoskonalenia. Mają umożliwić uczniowi samorealizację i planowanie rozwoju przez poznanie własnej sprawności i umiejętności. Są informacją dla nauczyciela i rodziców/prawnych opiekunów o postępach, trudnościach i specjalnych uzdolnieniach uczniów.

VIII. Uwagi do kryteriów oceniania z wychowania fizycznego:

- zachęcanie uczniów do oceny swoich zadań, a więc samokontroli i kontroli wzajemnej.
- W celu wywołania wzmocnienia pozytywnej motywacji uczniów do aktywności ruchowej eksponowane będą ich sukcesy.
- Nieudana próba zaliczenia określonej formy aktywności ruchowej przez ucznia nie może być przedmiotem krytycznych uwag.
- Nagradzanie nie tylko stopniem bardzo dobrym lub dobrym za wynik, ale także za postępy w usprawnianiu oraz za inwencję twórczą.
- Dążenie do tego, aby czynności kontroli i oceny przejmował uczeń.
- Stawianie konkretnych wymagań.
- W ocenianiu uwzględniane będą możliwości fizyczne ucznia.

IX. Skala stopni:

Zarówno w ocenianiu cząstkowym, jak i okresowym oraz rocznym stosuje się następujące stopnie i ich cyfrowe odpowiedniki:

1 – niedostateczny (ndst.)

2 – dopuszczający (dop.)

3 – dostateczny (dst.)

4 – dobry (db.)

5 – bardzo dobry (bdb.)

6 – celujący (cel.)

dodatkowe oznaczenia: „-”

Dopuszcza się stosowanie znaków plus (+) i minus (-) przy stopniach cząstkowych. Stopnie są jawne. Pięć znaków plus daje stopień bardzo dobry, Pięć znaków minus daje stopień niedostateczny (nie chodzi o kontrolę przygotowania do zajęć).

X. Kryteria oceniania:

KOSZYKÓWKA

Klasa IV

1.Kozłowanie RP i RL w ruchu

. Stopień celujący (6):

*Uczeń stosuje kozłowanie zgodnie z zasadami techniki prawą i lewą ręką w biegu.

. Stopień bardzo dobry (5):

*Uczeń stosuje kozłowanie zgodnie z zasadami techniki dowolną ręką w biegu.

. Stopień dobry (4):

*Uczeń stosuje kozłowanie zgodnie z zasadami techniki prawą i lewą ręką w marszu.

. Stopień dostateczny (3):

*Uczeń stosuje kozłowanie zgodnie z zasadami techniki dowolną ręką w marszu.

. Stopień dopuszczający (2):

*Uczeń stosuje kozłowanie zgodnie z zasadami techniki dowolną ręką w miejscu.

. Stopień niedostateczny (1):

*Uczeń odmawia udziału przystąpienia do sprawdzianu.

2.Podania i chwyt

. Stopień celujący (6):

*Uczeń w dwójkach podaje celnie i chwytą, stosując pracę rąk i nóg w ruchu.

. Stopień bardzo dobry (5):

*Uczeń w dwójkach stosuje podania i chwyt w ruchu.

. Stopień dobry (4):

*Uczeń podejmuje próby celnego podawania i skutecznego chwytu.

. Stopień dostateczny (3):

*Uczeń podejmuje próby podań i chwytów.

. Stopień dopuszczający (2):

*Uczeń stara się prawidłowo podać piłkę do współwiczającego.

. Stopień niedostateczny (1):

*Uczeń odmawia udziału przystąpienia do sprawdzianu.

Klasa V

1.Kozłowanie ze zmianą ręki, tempa i kierunku

. Stopień celujący (6):

*Poprawna technika wykonywania kozłowania prawą i lewą ręką ze zmianą tempa i kierunku ruchu.

. Stopień bardzo dobry (5):

*Poprawna technika wykonywania kozłowania dowolną ręką ze zmianą tempa i kierunku w ruchu.

. Stopień dobry (4):

*Podejmuje próbę wykonywania kozłowania prawą i lewą ręką ze zmianą tempa i kierunku.

. Stopień dostateczny (3):

*Podejmuje próbę wykonywania kozłowania dowolną ręką ze zmianą tempa i kierunku.

. Stopień dopuszczający (2):

*Podejmuje próbę kozłowania dowolną ręką w biegu.

. Stopień niedostateczny (1):

*Uczeń odmawia udziału przystąpienia do sprawdzianu.

2.Podania i chwyt

. Stopień celujący (6):

*Prawidłowa technika podań i chwytów piłki w ruchu.

. Stopień bardzo dobry (5):

*Stosuje prawidłową technikę podań i chwytów piłki w ruchu.

. Stopień dobry (4):

*Podejmuje próbę prawidłowej techniki podań i chwytów piłki w ruchu.

. Stopień dostateczny (3):

*Podejmuje próby celnego podawania i skutecznego chwytu.

. Stopień dopuszczający (2):

*Uczeń stara się prawidłowo podać i chwycić piłkę.

. Stopień niedostateczny (1):

*Uczeń odmawia udziału przystąpienia do sprawdzianu.

3. Rzut piłki do kosza z różnych pozycji

. Stopień celujący (6):

*Prawidłowa technika rzutu piłki do kosza z miejsca, z biegu i po kozłowaniu.

. Stopień bardzo dobry (5):

* Prawidłowa technika rzutu piłki do kosza z biegu i po kozłowaniu.

. Stopień dobry (4):

* Prawidłowa technika rzutu piłki do kosza dowolnym sposobem.

. Stopień dostateczny (3):

*Rzut piłki do kosza z miejsca.

. Stopień dopuszczający (2):

*Podejmuje próby rzutu piłki do kosza z miejsca.

. Stopień niedostateczny (1):

*Uczeń odmawia udziału przystąpienia do sprawdzianu.

4. Dwutakt z prawej lub z lewej strony

. Stopień celujący (6):

*Prawidłowa technika rzutu do kosza po dwutakcie.

. Stopień bardzo dobry (5):

*Prawidłowe wykonanie dwutaktu.

. Stopień dobry (4):

*Prawidłowo wykonuje dwutakt z marszu.

. Stopień dostateczny (3):

*Prawidłowo wykonuje dwutakt z miejsca

. Stopień opuszczający (2):

*Próbuje wykonać dwutakt z miejsca.

. Stopień niedostateczny (1):

*Uczeń odmawia udziału przystąpienia do sprawdzianu.

Klasa VI

1. Kozłowanie ze zmianą ręki, tempa i kierunku oraz podania i chwytu

. Stopień celujący (6):

*Poprawna technika wykonywania kozłowania prawą i lewą ręką ze zmianą tempa i kierunku w ruchu

oraz prawidłowa technika podań i chwytów piłki w ruchu. Podania sytuacyjne.

. Stopień bardzo dobry (5):

*Poprawna technika wykonywania kozłowania dowolną ręką ze zmianą tempa i kierunku w ruchu

oraz stosowanie prawidłowej techniki podań i chwytów piłki w ruchu.

. Stopień dobry (4):

*Podejmuje próbę wykonywania kozłowania prawą i lewą ręką ze zmianą tempa i kierunku ruchu

oraz podejmuje próbę prawidłowej techniki podań i chwytów piłki w ruchu.

. Stopień dostateczny (3):

*Podejmuje próbę wykonywania kozłowania dowolną ręką ze zmianą tempa i kierunku oraz

podejmuje próbę podawania i chwytania piłki w ruchu.

. Stopień dopuszczający (2):

*Uczeń stara się wykonać kozłowanie dowolną ręką oraz stara się prawidłowo podać i chwycić piłkę.

. Stopień niedostateczny (1):

*Uczeń odmawia udziału przystąpienia do sprawdzianu.

2. Rzut piłki do kosza z różnych pozycji

. Stopień celujący (6):

*Prawidłowa technika rzutu piłki do kosza z biegu i po kozłowaniu slalomem.

. Stopień bardzo dobry (5):

*Prawidłowa technika rzutu piłki do kosza z biegu i po kozłowaniu.

. Stopień dobry (4):

*Stosuje prawidłową technikę rzutu piłki do kosza, z miejsca, z biegu i po kozłowaniu

. Stopień dostateczny (3):

*Stosuje prawidłową technikę rzutu piłki do kosza z miejsca i z biegu.

. Stopień dopuszczający (2):

*Stosuje prawidłową technikę rzutu piłki do kosza z miejsca

. Stopień niedostateczny (1):

*Uczeń odmawia udziału przystąpienia do sprawdzianu.

3. Dwutakt z prawej lub z lewej strony

. Stopień celujący (6):

*Prawidłowa technika rzutu piłki do kosza po dwutakcie z prawej i lewej strony.

. Stopień bardzo dobry (5):

*Prawidłowa technika rzutu piłki do kosza po dwutakcie z dowolnej strony.

. Stopień dobry (4):

*Prawidłowa technika rzutu piłki do kosza po dwutakcie z podania.

. Stopień dostateczny (3):

*Prawidłowa technika rzutu piłki do kosza po dwutakcie z marszu.

. Stopień dopuszczający (2):

*Prawidłowa technika rzutu piłki do kosza po dwutakcie z miejsca.

. Stopień niedostateczny (1):

*Uczeń odmawia udziału przystąpienia do sprawdzianu.

PIŁKA SIATKOWA

Klasa IV

1. Zagrywka dolna

. Prawidłowo wykonuje zagrywkę sposobem dolnym przez siatkę z odległości 3 metrów.

- *5 zagrywek- stopień celujący (6)
- *4 zagrywki- stopień bardzo dobry (5)
- *3 zagrywki- stopień dobry (4)
- *2 zagrywki- stopień dostateczny (3)
- *1 zagrywka- stopień dopuszczający (2)

2.Odbicia piłki sposobem górnym i dolnym

. Indywidualne odbicia nad głową.

- *5 odbić- stopień celujący (6)
- *4 odbicia- stopień bardzo dobry (5) 13
- *3 odbicia- stopień dobry (4)
- *2 odbicia- stopień dostateczny (3)
- *1 odbicie- stopień dopuszczający (2)

3. Odbicia sposobem dolnym bez siatki po rzucie nauczyciela

- *5 odbić - stopień celujący (6)
- *4 odbicia- stopień bardzo dobry (5)
- *3 odbicia- stopień dobry (4)
- *2 odbicia- stopień dostateczny (3)
- *1 odbicie- stopień dopuszczający (2)

Klasa V

1. Zagrywka dolna

Prawidłowo wykonuje zagrywkę sposobem dolnym przez siatkę z odległości 5 metrów.

- *5 zagrywek- stopień celujący (6)
- *4 zagrywki- stopień bardzo dobry (5)
- *3 zagrywki- stopień dobry (4)
- *2 zagrywki - stopień dostateczny (3)
- *1 zagrywka - stopień dopuszczający (2)

2.Odbicia piłki sposobem górnym i dolnym

. Przyjmowanie prawidłowej postawy przy odbiciach sposobem górnym w dwójkach przez siatkę.

. *5 odbić- stopień celujący (6)

*4 odbicia- stopień bardzo dobry (5)

*3 odbicia- stopień dobry (4)

*2 odbicia- stopień dostateczny (3)

*1 odbicie- stopień dopuszczający (2)

3. Przyjmowanie prawidłowej postawy przy odbiciach sposobem dolnym po rzucie współwiczającego przez siatkę

*5 odbić- stopień celujący (6)

*4 odbicia- stopień bardzo dobry (5)

*3 odbicia- stopień dobry (4)

*2 odbicia- stopień dostateczny (3)

*1 odbicie- stopień dopuszczający (2)

Klasa VI

1. Zagrywka górna

. Prawidłowo wykonuje zagrywkę sposobem górnym przez siatkę z odległości 5 metrów z uwzględnieniem ilości:

*5 odbić- stopień celujący (6)

*4 odbicia- stopień bardzo dobry (5)

*3 odbicia- stopień dobry (4)

*2 odbicia- stopień dostateczny (3)

*1 odbicie- stopień dopuszczający (2)

2. Łączenie odbić piłki sposobem górnym i dolnym

. Łączenie odbić piłki sposobem górnym i dolnym przez siatkę z uwzględnieniem ilości:

*10 odbić- stopień celujący (6)

*8 odbić- stopień bardzo dobry (5)

*6 odbić- stopień dobry (4)

*4 odbicia- stopień dostateczny (3)

*2 odbicia- stopień dopuszczający (2)

LEKKOATLETYKA

Klasa IV

1. Bieg na dystansie 60 metrów

. Poprawna technika startu niskiego na komendy startera. Bieg na dystansie 40m z pomiarem czasu według najlepszego wyniku w klasie.

2. Skok w dal sposobem naturalnym

. Poprawna technika skoku w dal sposobem naturalnym ze strefy z pomiarem odległości według najlepszego wyniku w klasie.

3. Rzut piłeczką palantową

. Rzut piłeczką palantową na odległość. Ocena techniki rzutu i siły RR na podstawie osiągniętego wyniku według najlepszego wyniku w klasie .

4. Rzut piłką lekarską 1 kg

. Rzut oburącz piłką lekarską w tył z miejsca na odległość. Ocena techniki rzutu na podstawie osiągniętego wyniku według najlepszego wyniku w klasie.

5. Bieg na 300 metrów dziewcząt i chłopców

. Bieg na dystansie 300 metrów z pomiarem czasu według najlepszego wyniku w klasie.

Klasa V

1. Bieg na dystansie 60 m

. Poprawna technika startu niskiego na komendy startera. Bieg na dystansie 60m z pomiarem czasu według najlepszego wyniku w klasie.

2. Skok w dal sposobem naturalnym

. Poprawna technika skoku w dal sposobem naturalnym ze strefy z pomiarem odległości według najlepszego wyniku w klasie .

4. Rzut piłeczką palantową

. Rzut piłeczką palantową na odległość. Ocena techniki rzutu i siły RR na podstawie osiągniętego wyniku według najlepszego wyniku w klasie.

5. Rzut piłką lekarską 2kg

. Rzut oburącz piłką lekarską w tył z miejsca na odległość. Ocena techniki rzutu na podstawie osiągniętego wyniku według najlepszego wyniku w klasie .

6. Bieg na dystansie 600 metrów dziewcząt

. Ocena wytrzymałości na podstawie osiągniętego wyniku według najlepszego wyniku w klasie.

7. Bieg na dystansie 800 metrów chłopców

. Ocena wytrzymałości na podstawie osiągniętego wyniku według najlepszego wyniku w klasie .

8. Marszowo – biegowy test wytrzymałości – czas 6 minut – oceniany według najlepszego wyniku w klasie.

Klasa VI

1. Bieg na dystansie 60m

. Poprawna technika startu niskiego na komendy startera. Bieg na dystansie 60m z pomiarem czasu według najlepszego wyniku w klasie.

2. Skok w dal sposobem naturalnym

. Poprawna technika skoku w dal sposobem naturalnym ze strefy z pomiarem odległości według najlepszego wyniku w klasie.

4. Rzut piłeczką palantową

. Rzut piłeczką palantową na odległość. Ocena techniki rzutu i siły RR na podstawie osiągniętego według najlepszego wyniku w klasie.

5. Rzut piłką lekarską 2kg

. Rzut oburącz piłką lekarską w tył z miejsca na odległość. Ocena techniki rzutu na podstawie osiągniętego według najlepszego wyniku w klasie.

6. Bieg na dystansie 800 metrów dziewcząt

. Ocena wytrzymałości na podstawie osiągniętego wyniku według najlepszego wyniku w klasie.

7. Bieg na dystansie 1000 metrów chłopców

. Ocena wytrzymałości na podstawie osiągniętego wyniku według najlepszego wyniku w klasie.

8. Marszowo – biegowy test wytrzymałości – czas 12 minut – oceniany według najlepszego wyniku w klasie.

GIMNASTYKA

Klasa IV

1. Przewrót w przód 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

Stopień:

6- -----

5- e, h

4- e, h, g, f

3- e, h, g, f, d, c

2-e, h, g, f, d, c, b

1-Uczeń nie przystąpił do sprawdzianu.

2. Skok kuczny przez trzy 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.) Niepoprawne lądowanie

Stopień:

6- -----

5- d

4- d, c

3- d, c, e

2- d, c, e, b

1- Uczeń nie przystąpił do sprawdzianu

5. 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

Stopień:

6- -----

5- e

4- e, a

3- e, a, b

2- e, b, c, d

1- Uczeń nie przystąpił do sprawdzianu

6. Przewrót w przód z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego

Błędy:

- a.) Brak rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia
- b.) Złe ułożenie rąk w czasie ćwiczenia
- c.) Brak odepchnięcia od podłoża
- d.) Przewrót na głowie
- e.) Brak złączenia nóg
- f.) Brak płynności

Stopień:

6- -----

5- c

4- c, e

3- c, e, b, d

2- c, e, b, d, f

7. Przewrót w tył z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego

Błędy:

- a.) Brak rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia
- b.) Złe ułożenie rąk w czasie ćwiczenia
- c.) Brak odepchnięcia od podłoża
- d.) Przewrót na głowie
- e.) Brak złączenia nóg
- f.) Brak płynności

Stopień:

6- -----

5- c

4- c, e

3- c, e, b, d

2- c, e, b, d, f

1- Uczeń nie przystąpił do sprawdzianu

Klasa V

1. 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 podłogę

e.) Brak wyprostowania w kolanach

f.) Brak złączenia nóg

g.) Podparcie przy zakończeniu ćwiczenia

h.) Brak płynności

Stopień:

6- -----

5- e, h

4- e, h, g, f

3- e, h, g, f, d, c

2- e, h, g, f, d, c, b

1- Uczeń nie przystąpił do sprawdzianu

2. 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

Stopień:

6- -----

5- d

4- d, c

3- d, c, e

2- d, c, e, b

1- Uczeń nie przystąpił do sprawdzianu

3. Stanie na rękach z pozycji wysokiej

Błędy

a.) Brak rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia

b.) Brak zamachu 24

c.) Złe ustawienie rąk na materacu

d.) Ugięte kolana, z brakiem cechy gimnastycznej

e.) Brak płynności w wykonywaniu ćwiczenia

Stopień:

6- -----

5- e

4- e, a

3- e, a, b

2- e, b, c, d

1- Uczeń nie przystąpił do sprawdzianu

6. 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

Stopień:

6- -----

5- d

4- d, a

3- d, a, b

2- d, a, b, c, e

1- Uczeń nie przystąpił do sprawdzianu

Klasa VI

1. Przewrót w przód z przysiadu do przysiadu podpartego, wykonany przez daną przeszkodę

Błędy

- a.) Brak rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia
- b.) Złe ułożenie rąk
- c.) Przewrót na głowie
- d.) Uderzenie głową o przeszkodę
- e.) Brak wyprostowania w kolanach
- f.) Brak złączenia nóg
- g.) Podparcie przy zakończeniu ćwiczenia
- h.) Brak płynności

Stopień:

6- -----

5- e, h

4- e, h, g, f

3- e, h, g, f, d, c

2- e, h, g, f, d, c, b

1- Uczeń nie przystąpił do sprawdzianu

2. Skok kuczny przez skrzynię

Błędy:

- a.) Brak rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia
- b.) Złe odbicie od odskoczni
- c.) Złe ustawienie rąk na skrzyni
- d.) Brak amortyzacji przy lądowaniu
- e.) Złe przeniesienie nóg nad skrzynią
- f.) Brak płynności w wykonaniu ćwiczenia

Stopień:

6 - -----

5 - d

4 - d, e, b

3 - d, e, b, c

2 - d, e, b, c, f

1 - Uczeń nie przystąpił do sprawdzianu

3. Przerzut bokiem z pozycji przodem

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

Stopień:

6- -----

5- d

4- d, a

3- d, a, b

2- d, a, b, c, e

1- Uczeń nie przystąpił do sprawdzianu

4. Przewrót w tył z przysiadu podpartego do rozkroku

Błędy:

- a.) Brak rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia
- b.) Złe ułożenie rąk w czasie ćwiczenia
- c.) Brak odepchnięcia od podłoża
- d.) Przewrót na głowie
- e.) Brak prawidłowego rozkroku
- f.) Brak płynności

Stopień:

6- -----

5- c

4- c, e

3- c, e, b, d

2- c, e, b, d, f

1- Uczeń nie przystąpił do sprawdzianu

5. Krótki układ gimnastyczny

Wykonany i opracowany samodzielnie przez ucznia.

- a.) Brak rozpoczęcia i zakończenia ćwiczenia
- b.) Brak podparcia w 4 punktach przy przerzucie bokiem
- c.) Przewrót na głowie (przewrót w tył, przód)
- d.) Brak umiejętności wykonania demonstrowanego elementu
- e.) Ugięcie kolan przy skłonie w przód w siadzie płaskim
- f.) Złe ułożenie rąk oraz brak prawidłowego rozkroku przy przewrocie w tył

g.) Brak płynności

Stopień:

6- -----

5 - 1 błąd

4 - 2 dowolne błędy

3 - 4 dowolne błędy

2 - 6 dowolnych błędów

1 - Uczeń nie przystąpił do sprawdzianu

PIŁKA RĘCZNA

Klasa IV

Kozłowanie piłki, rzut z miejsca

Błędy:

- a. uderzenie piłki zamiast płynnego pchania piłki
- b. kozłowanie przed sobą
- c. zbyt niskie lub zbyt wysokie kozłowanie
- d. kozłowanie pod zbyt dużym kątem
- e. złe ustawienie rąk i nóg przy rzucie
- f. brak odprowadzenia ręki w tył, brak skrętu przy rzucie

Stopień:

6 -----

5 - 1 dowolny błąd

4 - 2 dowolne błędy

3 - 4 dowolne błędy

2 - 5 dowolnych błędów

1 - uczeń nie przystąpił do sprawdzianu

Klasa V

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

Stopień:

6-----

5 - 1 błąd

4 - 2 dowolne błędy

3 - 4 dowolne błędy

2 - 5 dowolnych błędów

1 - uczeń nie przystąpił do sprawdzianu

Klasa VI

Zebranie piłki z podłoża, kozłowanie slalomem, podanie, chwyt, rzut po zwodzie pojedynczym

Błędy:

- a. nieprawidłowe zebranie piłki z podłoża
- b. niedokładne podanie
- c. złe ustawienie rąk i nóg przy podaniu
- d. brak amortyzacji przy chwycie
- e. kozłowanie przed sobą
- f. kozłowanie zbyt niskie zbyt wysokie
- g. nieumiejętność wykonania zwodu pojedynczego
- h. złe ustawienie rąk i nóg przy rzucie
- i. brak płynności w wykonywaniu ćwiczenia

Stopień:

6-----

5 - 2 błędy

4 - 3 dowolne błędy

3 - 5 dowolnych błędów

2 - 7 dowolnych błędów

1 - uczeń nie przystąpił do sprawdzianu

PILKA NOŻNA

Klasa IV

Podanie, przyjęcie i prowadzenie piłki

Błędy:

- a. niedokładne podanie piłki, złe ustawienie podczas podania
- b. złe przyjęcie piłki, nieopanowanie po przyjęciu
- c. brak opanowania piłki podczas prowadzenia
- d. nieprawidłowe ustawienie nóg i ciała w czasie strzału
- e. brak płynności ćwiczenia

Stopień:

6-----

5 - 1 dowolny błąd

4 - 2 dowolne błędy

3 - 3 dowolne błędy

2 - 4 dowolne błędy

1 - uczeń nie przystąpił do sprawdzianu

Klasa V

Prowadzenie piłki slalomem zakończone strzałem 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

Stopień:

6-----

5 - e

4 - e + 1 dowolny błąd

3 - e + 2 dowolne błędy

2 - e + 3 dowolne błędy

1 - uczeń nie przystąpił do sprawdzianu

Klasa VI

Prowadzenie piłki slalomem, podanie, przyjęcie, strzał na bramkę

Błędy:

- a. brak opanowania piłki podczas prowadzenia slalomem
- b. brak zmiany nogi podczas prowadzenia slalomem
- c. niedokładne podanie, siłowo niedostosowane do odległości
- d. złe ułożenie ciała oraz nóg przy strzale
- e. brak płynności ćwiczenia

Stopień:

6-----

5 - 1 błąd

4 - 2 dowolne błędy

3 - 3dowolne błędy

2 - 4 dowolne błędy

1 - uczeń nie przystąpił do sprawdzianu

XI. Sposób informowania o stopniach:

Nauczyciel, na początku roku szkolnego, informuje uczniów i rodziców/opiekunów prawnych o wymaganiach edukacyjnych, wynikających z realizowanej podstawy programowej oraz sposobach sprawdzania osiągnięć edukacyjnych uczniów.

O uzyskanych stopniach uczniowie są informowani na bieżąco, zaś rodzice/opiekunowie prawni na spotkaniach z rodzicami – „otwartych drzwiach”, w czasie indywidualnych rozmów.

O przewidywanych stopniach rocznych, czy okresowych oraz zagrożeniu stopniem niedostatecznym uczeń informowany jest ustnie, a jego rodzice/opiekunowie prawni w formie pisemnej na miesiąc przed posiedzeniem klasyfikacyjnej rady pedagogicznej. Za pisemne poinformowanie rodzica/opiekuna prawnego odpowiada wychowawca.

Standardy wymagań zawarte w podstawie programowej w zakresie postaw, wiadomości i umiejętności na poszczególnych poziomach są integralną częścią niniejszych zasad.

Opracowały:

Agnieszka Szczypek

Magdalena Gryka