

WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO W KLASACH IV- VIII

Szkoła Podstawowa im prof. Stanisława Srokowskiego w Srokowie

Nauczyciele: Cezary Boroch, Irena Drabek, Aneta Milewska Rok szkolny: 2025/2026

Podstawa prawna:

- Ustawa z 7 września 1991 r. o systemie oświaty (tekst jedn.: Dz.U. z 2022 r., poz. 2230) - art. 44zb.
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z 22 lutego 2019 r. w sprawie oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych (tekst jedn.: Dz.U. z 2023 r., poz. 2572)
- Obwieszczenie Ministra Edukacji i Nauki z 10 listopada 2023 r. w sprawie ogłoszenia jednolitego tekstu rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej w sprawie oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych (Dz.U. z 2023 r., poz. 2572).
- Rozporządzenie w sprawie podstawy programowej kształcenia ogólnego dla szkoły podstawowej (w zakresie wychowania fizycznego), obowiązujące od 1 września 2025 r.

Cele Kształcenia – Wymagania Ogólne (Zgodne z Nową Podstawą Programową)

Cele zostały dostosowane do nowego podejścia kompetencyjnego, skupiającego się na motywacji, zdrowiu i dobrostanie ucznia.

1. **Rozwijanie szerokiego wachlarza kompetencji ruchowych i sprawności fizycznej** umożliwiających podejmowanie różnych form aktywności przez całe życie.
2. **Kształtowanie motywacji i postaw prozdrowotnych** poprzez ruch i zabawę. Zrozumienie związku aktywności fizycznej ze zdrowiem i jakością życia.
3. **Wspieranie rozwoju psychofizycznego i odporności psychofizycznej** oraz **świadome i bezpieczne uczestnictwo** w aktywności fizycznej. Dbłość i odpowiedzialność za bezpieczeństwo swoje i innych.
4. **Kształtowanie umiejętności planowania, monitorowania i oceny własnej aktywności fizycznej i sprawności**, z uwzględnieniem wykorzystania **nowoczesnych technologii** (np. urządzenia monitorujące, aplikacje internetowe) i zasad **ochrony danych osobowych**.
5. **Rozwijanie umiejętności osobistych i społecznych (kompetencji społecznych)**, takich jak współpraca, poszanowanie rywali i zasad **fair-play**, szacunek do pracy i wysiłków innych, sprzyjających całonocnej aktywności fizycznej.
6. **Realizacja zajęć w różnorodnych środowiskach**, w tym **edukacja terenowa** (zajęcia na świeżym powietrzu), sprzyjająca kształtowaniu postaw proekologicznych.

7. **Sumienne przygotowanie do lekcji** – zmienny strój sportowy dobrany do warunków atmosferycznych i obuwie sportowe. **Kształtowanie nawyków higienicznych**, obowiązek zmiany stroju sportowego.

Ocena z Wychowania Fizycznego (Śródroczna/Roczna)

Ocena z wychowania fizycznego ma charakter **wspierający i motywujący**. W świetle nowej podstawy programowej **ocena ma nie ograniczać się wyłącznie do oceny sprawności fizycznej**. Obejmuje:

1. **Postawę i aktywność ucznia** (w tym zaangażowanie, systematyczność, przestrzeganie zasad).
2. **Poziom i postępy w zakresie kompetencji i umiejętności ruchowych**.
3. **Wiedzę i umiejętności z zakresu edukacji fizycznej i zdrowotnej** oraz wykorzystanie nowoczesnych technologii.

Obszar Oceniania	Przedmiot Oceny (Zaktualizowany z uwzględnieniem kierunku zmian)
Postawa Ucznia i Zaangażowanie	- Aktywność, systematyczność i zaangażowanie w realizację zadań na lekcji, w tym inicjatywa i samodzielność. - Sumienne przygotowanie do zajęć (zmienny strój sportowy, higiena, dbałość o własny wygląd). - Przestrzeganie zasad bezpieczeństwa (dbanie o siebie i innych, znajomość i stosowanie zasad asekuracji i samoochrony) oraz ustalonych reguł i zasad fair-play. - Postawa wobec przedmiotu i obowiązków – frekwencja, terminowość i wywiązywanie się z postawionych zadań. - Umiejętność współpracy w grupie i szacunek wobec innych uczestników zajęć, nauczyciela i sprzętu.
Kompetencje i Umiejętności Ruchowe	- Poziom opanowania i postępy w zakresie kompetencji ruchowych (rekreacyjnych i sportowych) wymienionych w podstawie programowej, dostosowanych do indywidualnych możliwości ucznia. - Testy sprawności fizycznej (obowiązkowo rejestrowane zgodnie z przepisami, ale wyniki testów nie podlegają ocenie klasyfikacyjnej, służą diagnozie i monitorowaniu rozwoju). - Sprawdziany umiejętności (technicznych i taktycznych) oceniane z uwzględnieniem indywidualnego wkładu i postępu ucznia. - Umiejętność dostosowania rozgrzewki do rodzaju podejmowanej aktywności oraz wykorzystania różnorodnych form ruchu (np. edukacja terenowa).
Wiedza z Zakresu Edukacji Fizycznej i Zdrowotnej	- Wiedza o zdrowiu i rozwoju fizycznym, psychicznym, społecznym i sprawności oraz ich związkach z aktywnością fizyczną. - Umiejętność planowania, monitorowania i oceny własnej

Obszar Oceniania

Przedmiot Oceny (Zaktualizowany z uwzględnieniem kierunku zmian)

aktywności fizycznej (np. z wykorzystaniem technologii).

- Znajomość i stosowanie **zasad zdrowego stylu życia i higieny**.

- Znajomość podstawowych przepisów i zasad gier oraz bezpiecznego korzystania z obiektów i sprzętu sportowego.

- **W klasach VII-VIII:** Znajomość i umiejętność wykonania fakultatywnych ćwiczeń fizycznych wykorzystywanych w rekrutacji do służb mundurowych (jeśli dział jest realizowany).

Przygotowanie Ucznia do Lekcji (Obowiązki)

Przygotowanie do lekcji jest podstawą bezpiecznego i higienicznego uczestnictwa w zajęciach.

- **Zmienny strój i obuwie sportowe :**
 - Strój dobrany do warunków atmosferycznych i rodzaju zajęć (koszulka, krótkie lub długie spodnie/dres, bluza w chłodniejsze dni).
 - **Obowiązek zmiany stroju** przed lekcją i tuż po zakończonych zajęciach (higiena osobista).
- **Zasady bezpieczeństwa:**
 - Ze względów bezpieczeństwa **wszelkie ozdoby** (biżuteria, zegarki) na czas ćwiczeń powinny być zdejmowane.
 - Ze względów higienicznych i bezpieczeństwa **długie włosy muszą być związane**.
 - Uczeń jest zobowiązany do przestrzegania zasad bezpieczeństwa określonych przez nauczyciela i wynikających z regulaminów obiektów sportowych.

Dodatkowe Informacje

- **Szczegółowe wymagania** na poszczególne oceny (kryteria oceniania na stopnie od niedostatecznego do celującego), są dostępne dla uczniów i rodziców w bibliotece szkolnej w wersji papierowej oraz u nauczycieli wychowania fizycznego.
- **Zweryfikowanie i dostosowanie szczegółowych kryteriów ocen** na poszczególne stopnie jest kluczowe, aby odzwierciedlały one nacisk na **rozwój kompetencji, motywację i postępy**, a nie tylko na osiągnięcie konkretnych norm sprawnościowych.