



# **JAK REALIZOWAĆ WYCHOWANIE FIZYCZNE W SZKOLE – NAJWAŻNIEJSZE ASPEKTY**

**dr Katarzyna Pankowska-Koc**  
**[katarzyna.pankowska@mscdn.edu.pl](mailto:katarzyna.pankowska@mscdn.edu.pl)**



# WYCHOWANIE FIZYCZNE

---

Wg H. Grabowskiego „*wychowanie fizyczne rozumiane szeroko (czyli edukacja fizyczna), powinno zarówno zaspokajać doraźne potrzeby dzieci i młodzieży w zakresie somatyczno - motorycznego rozwoju, (bo zaniedbań w tym względzie odrobić się nie da), jak i przygotowywać do podtrzymywania i pomnażania tych właściwości w życiu późniejszym (ponieważ nie stanowią one kapitału na całe życie)*”.



# CO JEST NAJWAŻNIEJSZE

---

Szkolne wychowanie fizyczne jest warte tyle, ile razy uczeń w czasie pozalekcyjnym, **a absolwent po ukończeniu szkoły** uzna, że warto pójść na basen, zagrać w piłkę, pogimnastykować się rano, pospacerować, pojeździć na rowerze, pobiegać itp., a nie ile skoczy wzwyż, jak szybko pobiegnie czy jak mocno rzuci w trakcie lekcji.



# CO JEST NAM NIEPOTRZEBNE

---

Nie ma już miejsca na nauczyciela - kierownika ćwiczeń fizycznych, pragnącego doprowadzić wychowanków do osiągnięcia mistrzostwa, a własnego sukcesu upatrującego w liczbie zdobytych medali czy pucharów.



# PODSTAWY PRAWNE ZMIANY

---

1. Rozporządzenie MEN z dnia 23 grudnia 2008r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół - **Dz.U. z 2009r. Nr 4, poz. 17**
2. Rozporządzenie MEN z dnia 27 sierpnia 2012r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół - **Dz.U. 2012 poz. 977**



# NAJWAŻNIEJSZE ASPEKTY

---

- **Ocenianie w wychowaniu fizycznym**
- **Programy nauczania**
- **Zajęcia do wyboru**
- **Edukacja zdrowotna**



# OCENIANIE W WYCHOWANIU FIZYCZNYM

---

Rozporządzenie MEN z dnia 30 kwietnia 2007r.  
w sprawie warunków i sposobu oceniania,  
klasyfikowania i promowania uczniów  
i słuchaczy oraz przeprowadzania sprawdzianów  
i egzaminów w szkołach publicznych –  
**Dz. U. Nr 83, poz. 562**



# ROZPORZADZENIE Z DNIA 30 KWIETNIA 2007 ROKU

---

§ 7. Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego, techniki, plastyki i muzyki należy w szczególności brać pod uwagę *wysiłek* wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć.



# WSKAŹNIKI WYSIŁKU (AKTYWNOŚCI) UCZNI

---

- udział w lekcjach WF (frekwencja, absencja),
- udział i aktywność w nieobligatoryjnych pozalekcyjnych zajęciach WF (częstość) – tylko w przypadku możliwości udziału w nich wszystkich dzieci.
- aktywność w czasie lekcji WF,
- wypełnianie funkcji organizacyjnych w czasie lekcji WF (organizowanie ćwiczeń, prowadzenie rozgrzewki, sędziowanie itp.),



# WSKAŹNIKI WYSIŁKU (AKTYWNOŚCI) UCZNIĄ

---

- wypełnianie funkcji organizacyjnych w czasie nieobligatoryjnych pozalekcyjnych zajęć WF (organizowanie ćwiczeń, prowadzenie rozgrzewki, sędziowanie itp.) – tylko w przypadku możliwości udziału w nich wszystkich dzieci.
- wykonywanie na terenie szkoły prac na rzecz WF (strony WWW, gazetki, konkursy itp.).

# USTALANIE OCENY WG J. POŚPIECHA

---

Ustalenie obszarów oceniania:

- wysiłek ucznia (**W**)
- poziom umiejętności wynikających z programu (**U**)

Wyliczenie oceny końcowej:

$$\text{Ocena klasyfikacyjna} = \frac{(2 \times W) + U}{3}$$

**Udział wysiłku – 67% ( $\frac{2}{3}$ )**

**udział osiągnięć edukacyjnych – 33% ( $\frac{1}{3}$ )**

# USTALANIE OCENY WG E. CZERSKIEJ

---

Ustalenie obszarów oceniania:

Zajęcia lekcyjne:

- frekwencja na lekcjach (**FL**)
- aktywność w czasie lekcji WF (**AL**)
- postęp i poziom umiejętności wynikających z programu (**U**)

Zajęcia pozalekcyjne:

- frekwencja na zajęciach pozalekcyjnych (**FP**)
- aktywność w czasie zajęć pozalekcyjnych (**AP**)

Wyliczenie oceny końcowej:

$$\text{Ocena klasyfikacyjna} = \frac{\frac{1}{3}(FL+AL+U) + \frac{1}{2}(FP+AP)}{2}$$

**Udział wysiłku – 83% (5/6)**

**udział osiągnięć edukacyjnych – 17% (1/6)**



# KONSTRUOWANIE PROGRAMÓW PODSTAWY PRAWNE

---

Rozporządzenie MEN z dnia 21 czerwca 2012r.  
w sprawie dopuszczania do użytku w szkole  
programów wychowania przedszkolnego  
i programów nauczania oraz dopuszczania do  
użytku szkolnego podręczników -

**Dz. U. 2012 nr 0 poz. 752**



# KONSTRUOWANIE PROGRAMÓW PODSTAWY PRAWNE

---

- a. **szczegółowe cele kształcenia i wychowania,**
- b. **treści** zgodne z treściami nauczania zawartymi w podstawie programowej kształcenia ogólnego,
- c. **sposoby osiągnięcia celów kształcenia i wychowania,** z uwzględnieniem możliwości indywidualizacji pracy w zależności od potrzeb i możliwości uczniów oraz warunków, w jakich program będzie realizowany,
- d. **opis założonych osiągnięć ucznia**
- e. **propozycje kryteriów oceny i metod sprawdzania osiągnięć ucznia.**



# ORGANIZACJA „ZAJĘĆ DO WYBORU” PODSTAWY PRAWNE

---

Rozporządzenie MEN z dnia 9 sierpnia 2011 r.  
w sprawie dopuszczalnych form realizacji dwóch  
godzin obowiązkowych zajęć wychowania  
fizycznego – **Dz. U. Nr 175, poz. 1042**



# ORGANIZACJA „ZAJĘĆ DO WYBORU” PODSTAWY PRAWNE

---

§ 1. 1. Obowiązkowe zajęcia wychowania fizycznego dla uczniów klas IV—VI szkół podstawowych, gimnazjów i szkół ponadgimnazjalnych są realizowane w formie:

- 1) zajęć klasowo-lekcyjnych;
- 2) zajęć do wyboru przez uczniów: zajęć sportowych, zajęć sprawnościowo-zdrowotnych, zajęć tanecznych lub aktywnej turystyki.

2. Zajęcia klasowo-lekcyjne są realizowane w wymiarze nie mniejszym niż:

- 1) 2 godziny lekcyjne tygodniowo w szkołach podstawowych i gimnazjach;
- 2) 1 godzina lekcyjna tygodniowo w szkołach ponadgimnazjalnych.



# MODEL ORGANIZACYJNY WF





# **ZAJĘCIA DO WYBORU**

---

Uczeń powinien mieć warunki do samodzielnego i świadomego wyboru form aktywności fizycznej dostosowanych do jego zainteresowań, potrzeb rozwojowych i możliwości psychofizycznych.



# OCENA

---

Jakie obszary oceniania obowiązywać będą na poszczególnych zajęciach?

- **można zastosować następujące warianty:**
  - te same obszary na zajęciach lekcyjnych i do wyboru,
  - na zajęciach do wyboru tylko wybrane obszary.



# OCENA

---

Jak wystawiana będzie ocena śródroczna i roczna z wychowania fizycznego?

**- można zastosować następujące warianty:**

- na podstawie dwóch ocen,
- na podstawie ocen ze wszystkich obszarów oceniania obowiązujących na jednych i drugich zajęciach, bez wystawienia ocen z każdego rodzaju zajęć.



# OCENA

---

Kto będzie wystawiał ocenę śródroczną i roczną z wychowania fizycznego?

- **można zastosować następujące warianty:**
  - nauczyciel prowadzący zajęcia lekcyjne,
  - nauczyciel prowadzący zajęcia do wyboru.



# EDUKACJA ZDROWOTNA

---

- w I etapie edukacyjnym wyodrębniono obszar „wychowanie fizyczne i edukacja zdrowotna”;
- dla II, III i IV etapu edukacyjnego zapisano, że wychowanie fizyczne pełni wiodącą rolę w edukacji zdrowotnej;
- w gimnazjach i szkołach ponadgimnazjalnych wyodrębniono blok tematyczny „edukacja zdrowotna”.



# EDUKACJA ZDROWOTNA

---

Istotne jest docenienie znaczenia edukacji zdrowotnej przez dyrekcję szkoły i stworzenia nauczycielowi wychowania fizycznego możliwości pełnienia roli jej **koordynatora**.

Potrzebne są również zrozumienie i chęć do współpracy ze strony innych nauczycieli, tym bardziej, że treści z edukacji zdrowotnej są realizowane również w ramach innych przedmiotów.



# EDUKACJA ZDROWOTNA

---

- realizacja tych treści jest obowiązkowa, ponieważ znajduje się w podstawie programowej i nie ma charakteru „zajęć do wyboru”.
- w zalecanych warunkach i sposobie realizacji podstawy programowej czytamy, że zajęcia wychowania fizycznego powinny być prowadzone w sali sportowej, w specjalnie przygotowanym pomieszczeniu zastępczym bądź na boisku szkolnym. Szczególnie zalecane są zajęcia ruchowe na zewnątrz budynku szkolnego, w środowisku naturalnym.
- 26 osób to maksymalna liczba na lekcjach wychowania fizycznego.





# EDUKACJA ZDROWOTNA

---

Treści z edukacji zdrowotnej są bardzo ważne i odpowiadają na potrzeby młodego pokolenia, a nauczyciel wychowania fizycznego jest najlepiej przygotowany do pełnienia roli edukatora zdrowia.

Potęgują to dodatkowo bardzo dobre relacje z uczniami.



# EDUKACJA ZDROWOTNA

---

Intensywność zajęć z edukacji zdrowotnej, ze względu na obszerny materiał teoretyczny, nie spełnia wymagań typowej lekcji wychowania fizycznego.

Potrzeba czasu na przekazanie wiedzy i umiejętności, pomysłu na zastosowanie metod aktywizujących i kreatywności we wplataniu treści z edukacji zdrowotnej w zajęcia ruchowe.



# EDUKACJA ZDROWOTNA

---

Bardzo dobrym sposobem realizacji edukacji zdrowotnej jest metoda projektu/projekt edukacyjny.



**SERDECZNIE DZIĘKUJĘ  
ZA UWAGĘ**