

## Instrukcja do opracowania programu z wychowania fizycznego

W związku z obowiązującą, od września 2017 roku, nową podstawą programową z wychowania fizycznego w szkole podstawowej, powstała konieczność wyszukania lub skonstruowania nowych programów nauczania. Poniższy schemat stanowi propozycję ramową programu nauczania z wychowania fizycznego dla nauczycieli, którzy chcieliby napisać własny program.

Autorzy – zespół nauczycieli wychowania fizycznego – Wiesława Skoczylas, Anna Makowska

1. **Strona tytułowa**
2. **Wprowadzenie.**
3. **Koncepcja programu.**
4. **Cele ogólne kształcenia (cele i zadania ogólne zawarte w podstawach programowych).**
5. **Treści kształcenia.**
6. **Strategie uczenia się i nauczania – metody i formy.**
7. **Warunki i sposoby realizacji.**
8. **Kryteria oceniania osiągnięć ucznia i ewaluacja programu.**
9. **Bibliografia -materiały źródłowe, materiały dydaktyczne.**
10. **Uwagi.**

### Struktura

#### **1. Strona tytułowa**

- Imię i nazwisko autora/ów programu, doświadczenie zawodowe
- Nazwa programu
- Typ szkoły i etap edukacyjny, dla którego przewidziany jest program

#### **2. Wprowadzenie**

- a) Obowiązujące rozporządzenia dotyczące podstawy programowej oraz programu nauczania.
- b) Skrócony opis programu (tygodniowa liczba godzin przedmiotu, grupa uczniów do których skierowany jest program, infrastruktura szkoły, baza i wyposażenie)
- c) Co jest szczególnego w danym programie?
- d) Ogólna charakterystyka celów.
- e) Typ programu.
- f) Informacje o specyfice programu.

### *Podstawa prawna:*

1. Ustawa o systemie Oświaty
2. Prawo Oświatowe
3. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 roku w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz podstawy programowej kształcenia ogólnego dla szkoły podstawowej, w tym dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym lub znacznym, kształcenia ogólnego dla branżowej szkoły I stopnia, kształcenia ogólnego dla szkoły specjalnej przysposabiającej do pracy oraz kształcenia ogólnego dla szkoły policealnej

### *Tworzenie programów: zasady*

[http://www.bc.ore.edu.pl/Content/271/programy\\_nauczania\\_w\\_rzeczywistosci\\_szkolnej.pdf](http://www.bc.ore.edu.pl/Content/271/programy_nauczania_w_rzeczywistosci_szkolnej.pdf)

### **3. Koncepcja programu**

Autor powinien jasno i rzeczowo uzasadnić, że proponowany przez niego program jest gruntownie osadzony we współczesnej nauce, a efekty, które uzyska zarówno uczeń jak i nauczyciel są ogólnie pożądane. Zarówno przez zainteresowaną jednostkę jak i grupę społeczną, w której jednostka funkcjonuje.

### **4. Cele ogólne kształcenia**

Kolejną czynnością konstruktora jest sprecyzowanie celów, którym program ma służyć, a więc odpowiedź na pytanie - jakie funkcje w procesie dydaktyczno-wychowawczym danego przedmiotu mają określone treści?

**W toku nauczania wszystkich przedmiotów w szkole powinny być osiągnane cele kształcenia ogólnego.**

Cele kształcenia określa preambuła podstawy programowej kształcenia ogólnego dla szkoły podstawowej (Rozporządzenie MEN z dnia 14 lutego 2017 roku). Istotne informacje zawiera również komentarz do podstawy programowej wychowania fizycznego w szkole podstawowej<sup>1</sup>

Decyzje o sposobie formułowania celów w programie podejmuje jego autor.

---

<sup>1</sup> <https://www.ore.edu.pl/wp-content/uploads/2017/05/wychowanie-fizyczne.-pp-z-komentarzem.-szkola-podstawowa-1.pdf>

## Przykładowy sposób formułowania celów <sup>2</sup>

- a) Program o celach operacyjnych (cele ujęte są jasno, konkretnie, można je łatwo sprawdzić)  
np. *uczeń wykonuje próbę siły mięśni brzucha oraz gibkości kręgosłupa;*
- b) Program o celach nieoperacyjnych (formułowanie celów ogólnych, czyli o charakterze poznawczym, afektywnym, orientacyjnym. Nie każdy z tych celów musi być przełożony na konkretne umiejętności)  
np. *Kształtowanie umiejętności osobistych i społecznych sprzyjających całościowej aktywności fizycznej.*

## **5. Treści kształcenia i wychowania**

**Punktem wyjścia do precyzowania materiału programowego są przyjęte cele i aktualnie obowiązująca podstawa programowa!**

Szkoła zapewnia warunki realizacji określonych w podstawie programowej kształcenia ogólnego dla szkoły podstawowej wymagań szczegółowych, które należy traktować jako wskaźniki rozwoju dyspozycji osobowych niezbędnych do realizacji celów kształcenia na danym etapie edukacyjnym<sup>3</sup>

Wszystkie treści z podstawy programowej muszą znaleźć się w programie. Wymagania szczegółowe z wychowania fizycznego, dotyczące wiadomości i umiejętności, ujęte są w czterech blokach tematycznych Dostosowane do charakterystycznego tempa rozwoju, odpowiednio dla klas IV, V-VI, VII – VIII:

1. Rozwój fizyczny i sprawność fizyczna
2. Aktywność fizyczna
3. Bezpieczeństwo w aktywności fizycznej
4. Edukacja zdrowotna

Wymagania szczegółowe opisuje się w formie celów operacyjnych, sformułowane lub osiągnięte jako zamierzone sukcesy uczniów.

---

<sup>2</sup> Komorowska Hanna, O programach prawie wszystko, WSiP, Warszawa 1999, s. 55-56

<sup>3</sup> Podstawa programowa kształcenia ogólnego z komentarzem, szkoła podstawowa, wychowanie fizyczne, ORE

Kompetencje społeczne w podstawie programowej ujęte są jako pożądane postawy wobec kultury fizycznej, opanowane być powinny do ukończenia edukacji w szkole podstawowej, bez precyzowania czasu.

Edukacja zdrowotna i jej treści realizowane mogą być w wybranych blokach tematycznych, dostosowane do tematyki lekcji, jako jej element.

## **6. Strategie uczenia się i nauczania – metody i formy<sup>4</sup>**

Podstawową umiejętnością niezbędną do planowania i realizowania nauczania jest umiejętność organizacji procesu wychowania fizycznego.

Dobra organizacja to odpowiednio dobrane metody pracy i odpowiednie formy działań.

### **a) Metody realizacji zadań na wychowaniu fizycznym**

- I. Metody reproduktywne – odtwórcze
  1. Metoda naśladowcza – ścisła
  2. Metoda zadaniowa – ścisła
  3. Metoda programowanego uczenia się
- II. Metody proaktywne – usamodzielniające
  1. Metoda zabawowa – naśladowcza
  2. Metoda zabawowa – klasyczna
  3. Metoda bezpośredniej celowości ruchu
  4. Metoda programowanego uczenia się
- III. Metody kreatywne – twórcze
  1. Metody ruchowej ekspresji twórczej
  2. Metoda problemowa

### **b) Formy organizacyjne**

Formy dzielimy na:

- I. **Formy podziału uczniów:**
  - zastępy stałe
  - zastępy sprawnościowe
  - zastępy sprawnościowe zmienne
  - drużyny
  - grupy
  - pary

---

<sup>4</sup> S. Strzyżewski (1996, s. 141–142)

## II. **Formy porządkowe:**

- ustawienia podstawowe (szereg, dwuszereg, rząd, dwurząd, szyk marszowy)
- ustawienia ćwiczebne (luźna gromadka, uliczka, półkole, czworobok, koło)
- odliczanie oraz zwroty w miejscu i w ruchu

## III. **Formy prowadzenia zajęć:**

- forma frontalna
- forma zajęć w zespołach
- forma zajęć w zespołach z dodatkowymi zadaniami
- forma stacyjna
- forma obwodu ćwiczebnego
- forma indywidualna

## 7. **Warunki i sposoby realizacji**

Wychowanie fizyczne powinno być prowadzone w sali sportowej, w specjalnie przygotowanym pomieszczeniu zastępczym bądź na boisku szkolnym. Szczególnie istotne są zajęcia ruchowe na zewnątrz budynku szkolnego, w środowisku naturalnym, również w okresie jesienno-zimowym. Szkoła w miarę możliwości powinna zapewnić urządzenia i sprzęt sportowy niezbędny do zdobycia przez uczniów umiejętności i wiadomości oraz kompetencji społecznych określonych w podstawie programowej kształcenia ogólnego dla szkoły podstawowej<sup>5</sup>

## 8. **Kryteria oceniania osiągnięć ucznia i ewaluacja programu.**

Przedmiotowe zasady oceniania muszą być spójne z wewnątrzszkolnymi zasadami oceniania obowiązującymi w danej szkole.

### a) **Formułując kryteria oceniania uwzględniamy:**

- Umiejętności
  - Wiadomości
  - Wysiętek
- } Zgodnie z podstawą programową

<sup>5</sup> Podstawa programowa przedmiotu

- Systematyczność
- Zaangażowanie

*§ 9. 1. Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego, techniki, plastyki i muzyki należy przede wszystkim brać pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć, a w przypadku wychowania fizycznego – także systematyczność udziału ucznia w zajęciach oraz aktywność ucznia w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej<sup>6</sup>*

#### b) Ewaluacja programu

Ocena efektów działania w stosunku do założonych celów.

Można jej dokonać przy pomocy:

- Ankiety
- Wywiadów
- Kart obserwacji uczniów
- Kart ewaluacyjnych
- Rozmów z uczniami

### **9. Bibliografia- materiały źródłowe, materiały dydaktyczne.**

1. S. Dylak, *Wprowadzenie do konstruowania szkolnych programów nauczania*, WN PWN, Warszawa 2000.
2. *Nauczyciel i jego program autorski*, [w:] *Edukacja i reforma*, red. J. Kędzierska, t. 2, Wydawnictwo UJ, Kraków 2001.
3. H. Komorowska, *Konstrukcja, realizacja i ewaluacja programu nauczania*, Instytut Badań Edukacyjnych, Warszawa 1996 (materiały wew. IBE).
4. H. Komorowska, *O programach prawie wszystko*, WSiP, Warszawa 1999.
5. M. Giermakowski, *Konstruowanie autorskich programów nauczania przedmiotów ogólnokształcących*, W: *Zmieniam siebie i swoją szkołę*, red. Kropiwnicki J.
6. M. Bronikowski, *Metodyka wychowania fizycznego w reformowanej szkole, cz.1*, eMPI2, 2004.

---

<sup>6</sup> Rozporządzenie MEN z dnia 3 sierpnia 2017 r. w sprawie oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych

7. M. Bronikowski, *Metodyka wychowania fizycznego w reformowanej szkole, cz.2*, eMPI2, 2008.
8. [http://www.bc.ore.edu.pl/Content/271/programy\\_nauczania\\_w\\_rzeczywistosci\\_szkolnej.pdf](http://www.bc.ore.edu.pl/Content/271/programy_nauczania_w_rzeczywistosci_szkolnej.pdf)