

# Edukacja fizyczna w norweskiej szkole



kritisk\_tenkning  
tverrfaglige\_temaer lære\_å\_lære  
nytt\_kompetansebegrep  
dybdelæring  
fornyede\_læreplaner  
selvregulert\_læring elevinvolvering verdiløft  
refleksjon metakognisjon

# Podstawa programowa

Część  
ogólna

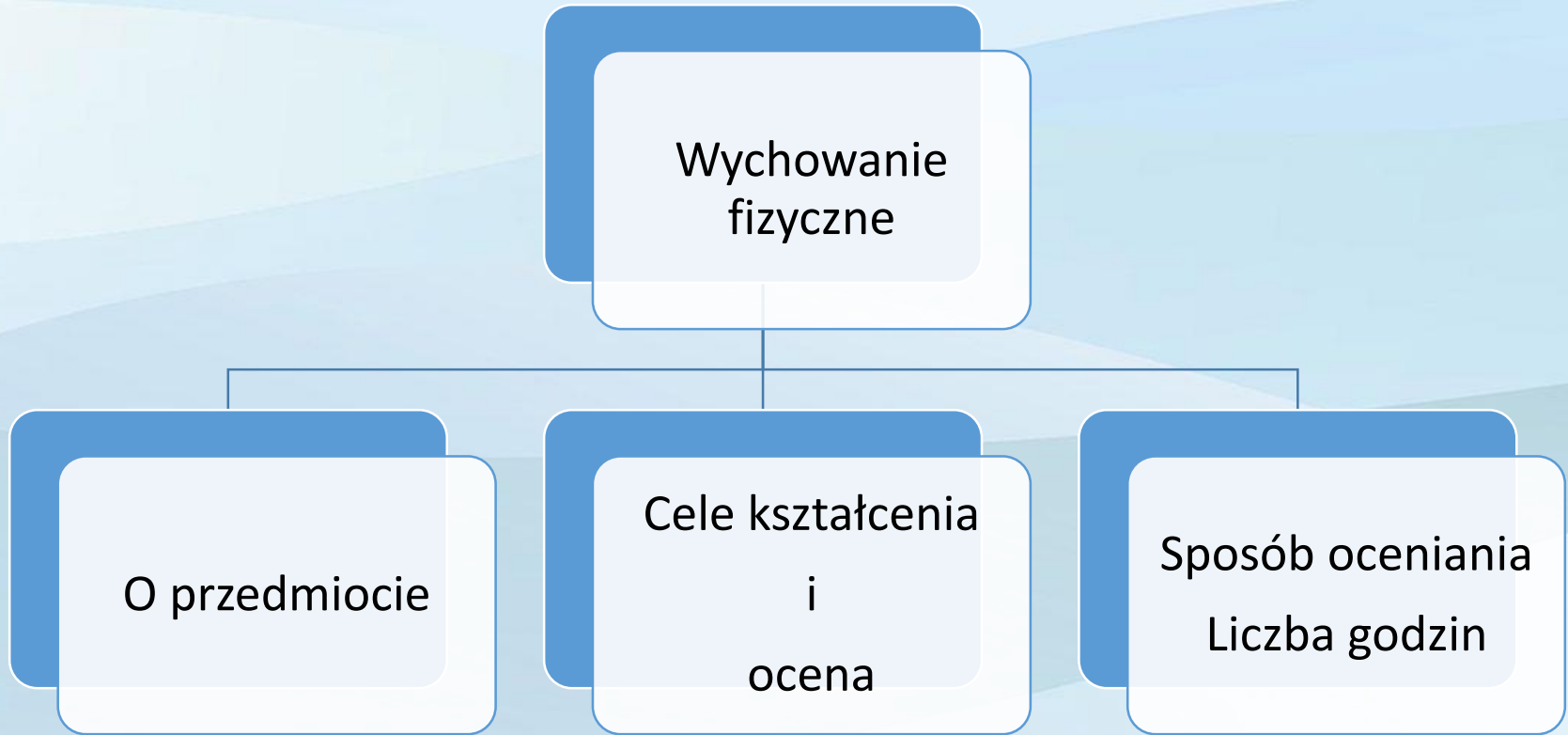
Wychowanie  
fizyczne

# Część ogólna



- Cel kształcenia
- Podstawowe wartości w nauczaniu
- Pryncypia uczenia, rozwoju i kształtowania
  - .....
  - Tematy międzyprzedmiotowe
    - Zdrowie publiczne i umiejętności życiowe
    - Demokracja i postawa obywatelska
    - Zrównoważony rozwój
- Pryncypia dla praktyki w szkole

# Wychowanie fizyczne



# O przedmiocie

- Znaczenie przedmiotu i główne wartości
- Kluczowe elementy
  - Ruch i nauczanie poprzez ruch i o ruchu
  - Udział i współdziałanie w aktywnościach ruchowych
  - Aktywności na świeżym powietrzu i ruch na łonie natury
- Tematy międzyprzedmiotowe
- Podstawowe umiejętności

# Treści kształcenia / Kluczowe elementy

Polska

Rozwój fizyczny  
i sprawność  
fizyczna

Aktywność  
fizyczna

Bezpieczeństwo  
w aktywności  
fizycznej

Edukacja  
zdrowotna

Norwegia

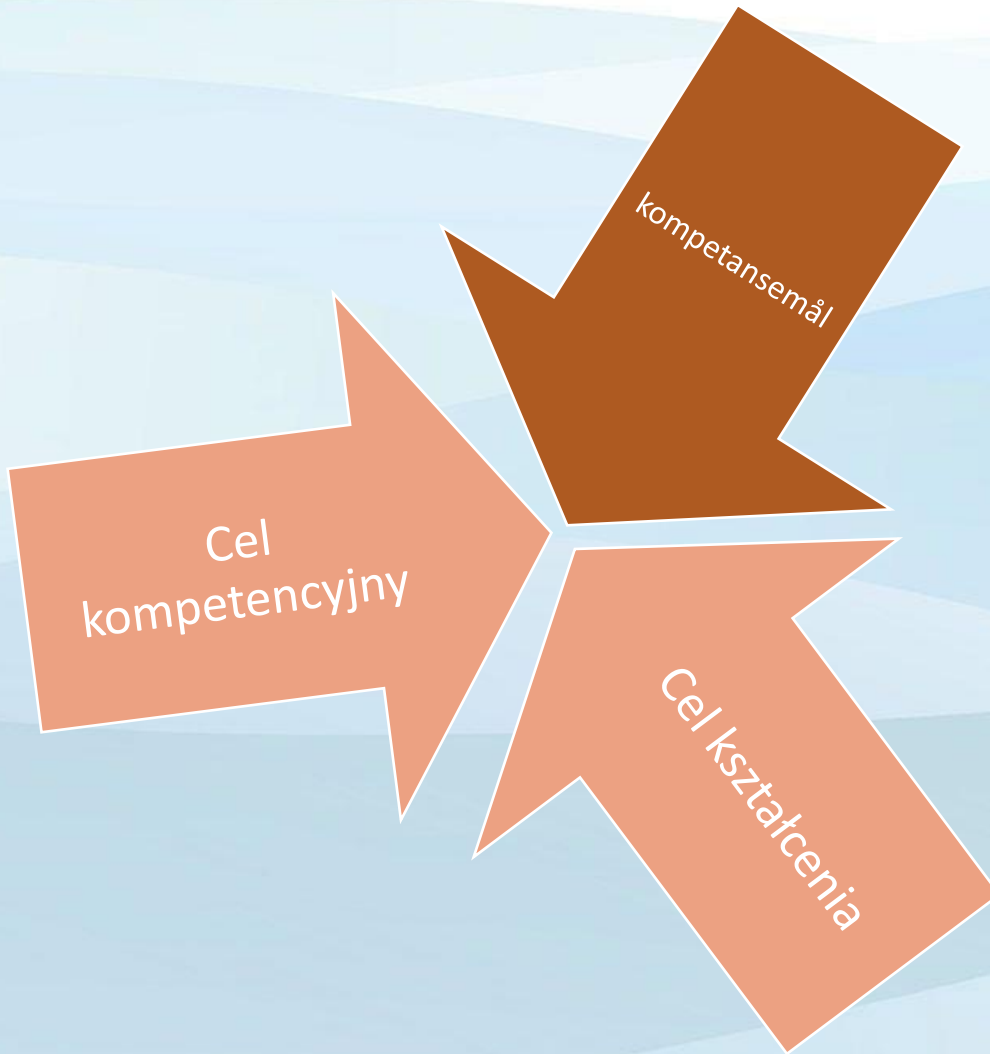
Ruch i nauczanie  
poprzez ruch  
i o ruchu

Udział i  
współdziałanie w  
aktywnościach  
ruchowych

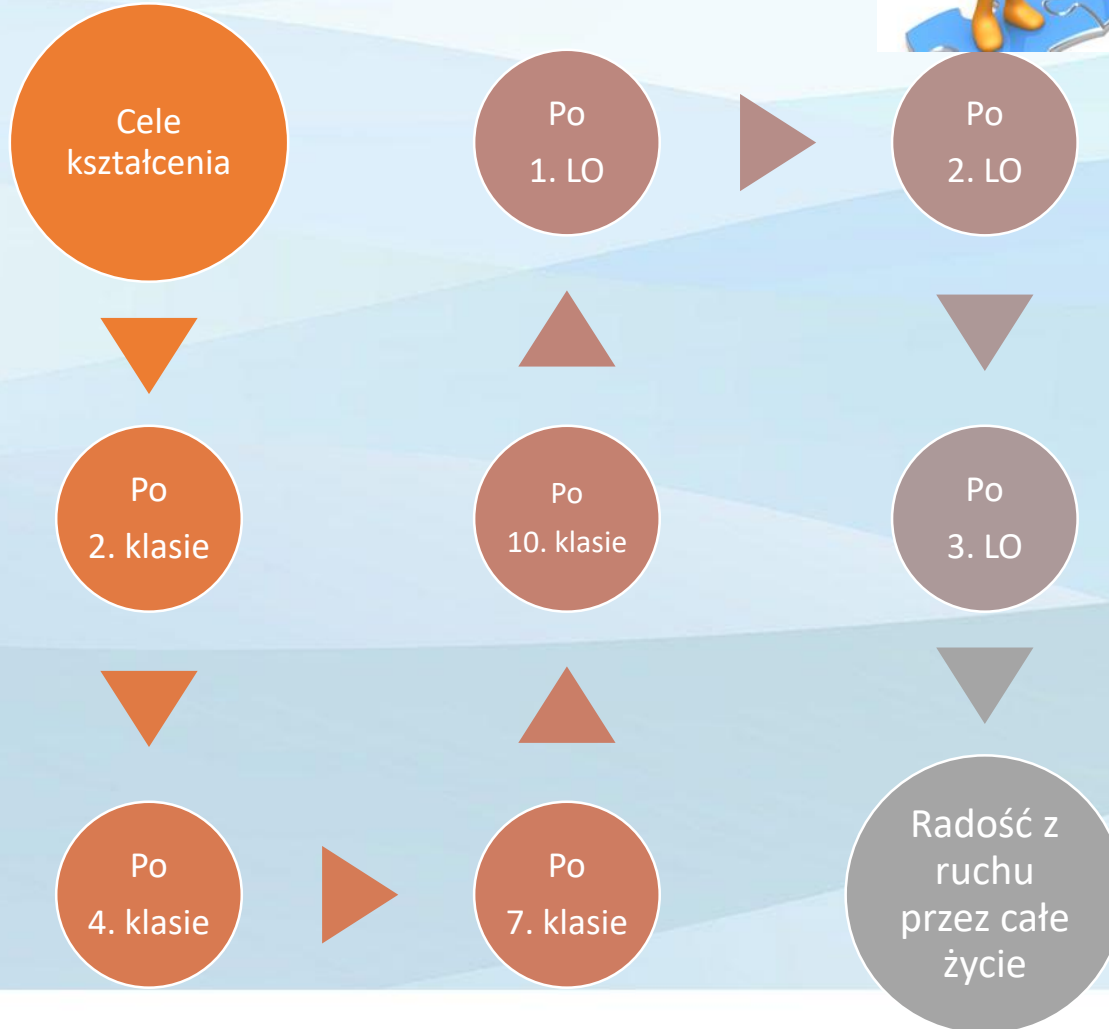
Aktywności na  
świeżym  
powietrzu i ruch  
na łonie natury

# Pojęcie kompetencji w norweskiej podstawie programowej

Kompetencja to umiejętność zdobywania i stosowania wiedzy i umiejętności, aby sprostać wyzwaniom i rozwiązywać zadania w znanych i nieznanym kontekstach i sytuacjach. Kompetencja obejmuje zrozumienie oraz zdolność do refleksji i krytycznego myślenia.



# Cele kształcenia



# Cele kształcenia – przykład (po 4. klasie)

## Uczeń umie:

- poznawać i uczestniczyć w zabawach, zajęciach sportowych, tańcach i innych zajęciach ruchowych
- wykorzystać swoje ciało do odkrywania aktywności i rozwijania podstawowych ruchów
- ćwiczyć wykorzystywanie podstawowych umiejętności, takich jak prowadzenie, rzucanie, odbijanie, kopanie i przyjmowanie piłki w różnych czynnościach ruchowych
- płynąć, wskakując do głębokiej wody, przepłynąć 100 metrów na brzuchu, po drodze zanurkować i podnieść przedmiot rękoma, zatrzymać się i odpoczywać przez 3 minuty (unosząc się na wodzie w pozycji na brzuchu, orientując się w przestrzeni, odwracając się na plecy i unosząc się na wodzie na plecach), następnie przepłynąć 100 metrów na plecach i wyjść na brzeg

## Cele kształcenia – przykład c.d. (po 4. klasie)

- rozumieć i stosować zasady współpracy w grach i aktywnościach ruchowych
- rozumieć różnice fizyczne między sobą samym a innymi i włączać innych do różnych aktywności ruchowych
- poznawać lepiej aktywności na świeżym powietrzu i współpracować z innymi w lokalnym środowisku podczas zmieniających się pór roku
- tworzyć mapy i używać ich do orientacji w znanym terenie
- ćwiczyć bezpieczne i nie pozostawiające śladów przebywanie na łonie natury
- rozumieć i przestrzegać przepisy ruchu drogowego

# Cele kształcenia - przykład (po 1. klasie LO)

## Uczeń umie:

- ćwiczyć/trenować wraz z innymi tworzenie nowych odmian zabaw, ruchu i tańca
- zaplanować i wdrożyć metody ćwiczeń i treningów w celu osiągnięcia indywidualnych celów, nawet jeśli nie można w pełni uczestniczyć w zajęciach
- wykorzystywać własne umiejętności i wiedzę do współpracy, działania na rzecz innych i pomagania innym w aktywności i współdziałaniu
- zapobiegać kontuzjom podczas aktywności ruchowej i udzielać podstawowej pierwszej pomocy
- korzystać z mapy i urządzeń cyfrowych w sposób zapewniający bezpieczne przemieszczanie się sobie i innym
- wykorzystywać lokalne tradycje do poruszania się w przyrodzie podczas różnych pór roku

# Ocenianie

Kompetencje  
przedmiotowe ucznia

Uwarunkowania ucznia

Kryteria  
oceny

Wkład pracy,  
zaangażowanie ucznia

Postępy ucznia

# Kluczowe terminy



# Kluczowe terminy



# Aktywność fizyczna



Przedsięwzięcie  
szkolne

Nie ma celów kształcenia

Klasy V-VII

60 minut w  
tygodniu



- <https://podstawaprogramowa.pl/Szkola-podstawowa-IV-VIII>