

## **PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**

Kryteria oceniania zostały opracowane zgodnie ze Statutem Szkoły, Wewnątrzszkolnym Systemem Oceniania oraz Planem Wychowawczym Szkoły.

W systemie oceniania przedmiotu wychowanie fizyczne zwraca się uwagę głównie na aktywną postawę wobec kultury fizycznej, co powinno wpłynąć na ukształtowanie nawyków i potrzeb niezbędnych do utrzymania zdrowia.

Każdy nauczyciel na początku roku szkolnego informuje uczniów i rodziców o wymaganiach edukacyjnych i sposobach sprawdzania wiedzy i umiejętności.

### **Obowiązki ucznia na lekcjach wychowania fizycznego:**

- przynoszenie stroju sportowego ( biała koszulka, spodenki sportowe lub dres i obuwie sportowe) i przebranie się przed lekcją wf
- przestrzeganie regulaminu korzystania z obiektów, przyrządów i przyborów sportowych
- wykonywanie poleceń nauczyciela

### **Kryteria oceny ucznia:**

#### **I. Postawa ucznia:**

##### **1. Aktywność i zaangażowanie ucznia w procesie rozwijania własnej sprawności w czasie lekcji.**

Uczeń może otrzymać:

- ocenę pozytywną (motywującą) za systematyczne, aktywne, bez zastrzeżeń nauczyciela uczestnictwo na lekcjach, a także za pomoc nauczycielowi (np. pokaz, przeprowadzenie rozgrzewki, propozycje ciekawych rozwiązań dotyczących tematu lekcji);

Nauczyciel może również nagradzać ucznia za aktywną postawę na lekcji plusami (+). Trzy „zebrane” plusy stają się oceną bardzo dobrą

- ocenę niedostateczną za negatywny stosunek do przedmiotu (niezdyscyplinowanie, stwarzanie zagrożenia na lekcji, odmowa wykonania ćwiczenia)

Nauczyciel może upomnieć ucznia minusem (-) za negatywny stosunek do ćwiczeń na danej lekcji, złe zachowanie, brak poszanowania sprzętu. Trzy odnotowane minusy stają się oceną niedostateczną.

##### **2. Przygotowanie do lekcji**

- uczeń dwa razy w semestrze może zgłosić nieprzygotowanie do lekcji z powodu braku stroju lub złego samopoczucia. Za każde kolejne, nieusprawiedliwione nieprzygotowanie uczeń otrzyma ocenę niedostateczną;

- dodatkowo dziewczęta mają możliwość niećwiczenia dwa dni w miesiącu z powodu niedyspozycji.

##### **3. Aktywność pozalekcyjna**

Uczeń może być gratyfikowany oceną bardzo dobrą lub celującą za udział w zajęciach pozalekcyjnych i reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych objętych kalendarzem SZS, osiągając wysokie wyniki sportowe.

## II. Umiejętności z zakresu programu nauczania:

Ocenię podlegają:

### 1. Umiejętności z zakresu programu nauczania:

- technika wykonywania ćwiczeń z gimnastyki
- wybrane elementy gier zespołowych, lekkiej atletyki
- sprawność ogólna

### 2. Poziom cech motorycznych

- sprawdziany: siły, szybkości, wytrzymałości, skoczności

### 3. Wiedza z zakresu programu nauczania

- przepisy zespołowych gier sportowych
- przepisy bhp na lekcjach wf
- znajomość zasad fair play
- wybrane wiadomości z zakresu edukacji zdrowotnej
- elementy higieny człowieka (związane z wf)
- prawidłowa terminologia w określaniu nazw przyrządów, przyborów oraz ćwiczeń

W przypadku trudności z opanowaniem materiału wynikającej z długotrwałej choroby, uczeń ma możliwość zaliczenia umiejętności podlegających ocenie w danym semestrze nie później niż dwa tygodnie przed klasyfikacyjnym posiedzeniem Rady Pedagogicznej.

Uczeń, który nie ma możliwości zaliczenia sprawdzianu w terminie (nieobecny na lekcji z różnych powodów lub niećwiczący) powinien zaliczyć go na następnej lekcji lub w innym terminie, uzgodnionym z nauczycielem (nie później niż 2 tygodnie po powrocie do szkoły)

Jeżeli uczeń posiada zwolnienie lekarskie z konkretnych ćwiczeń, a chce otrzymać przynajmniej dobrą ocenę śródroczną lub roczną, może w celu „zaliczenia” wykonywać zadania dodatkowe, otrzymane przez nauczyciela (np. inne ćwiczenia, wykonanie sportowej gazetki szkolnej, opracowanie jakiegoś tematu z dziedziny kultury fizycznej, promocji zdrowia itp.)

Rodzic ma możliwość uzyskania rzetelnej i szczegółowej informacji o postępach, trudnościach i specjalnych uzdolnieniach ucznia na dyżurach konsultacyjnych, wywiadówkach i spotkaniach z rodzicami.

## Ocena Celująca

Uczeń:

- spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą (5) oraz osiąga wybitne wyniki w testach sprawnościowych oraz grach zespołowych,
- regularnie bierze udział w lekcjach wychowania fizycznego, jest aktywny podczas lekcji, chętnie i z zaangażowaniem wykonuje powierzone mu zadania
- aktywnie uczestniczy w życiu sportowym na terenie szkoły lub też w innych formach działalności związanych z kulturą fizyczną
- godnie reprezentuje szkołę w zawodach, zajmując punktowane miejsca, posiada klasę sportową
- zawsze posiada właściwy strój, dostosowany do wymogów lekcji wf i ustaleń nauczyciela
- swoją postawą społeczną i stosunkiem do przedmiotu jest wzorem do naśladowania dla uczniów
- posiada prawidłowe nawyki higieniczno-zdrowotne

- szanuje i dba o szkolny sprzęt sportowy i potrafi wykorzystywać go zgodnie z przeznaczeniem
- wykazuje się bardzo dobrą znajomością przepisów gier sportowych i umiejętnością pomocy przy ich organizacji

### **Ocena Bardzo dobra**

Uczeń:

- całkowicie opanował materiał programowy
- jest bardzo sprawny fizycznie
- ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, pewnie, w odpowiednim tempie i dokładnie, zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie
- posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu
- systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu
- jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego nie budzą najmniejszych zastrzeżeń
- bierze aktywny udział w zajęciach szkolnych i zawodach sportowych, nie jest to jednak działalność systematyczna
- posiada prawidłowe nawyki higieniczno-zdrowotne
- szanuje i dba o szkolny sprzęt sportowy i potrafi wykorzystywać go zgodnie z przeznaczeniem
- regularnie bierze udział w lekcjach wychowania fizycznego, jest aktywny podczas lekcji, chętnie i z zaangażowaniem wykonuje powierzone mu zadania

### **Ocena Dobra**

Uczeń:

- w dobrym stopniu opanował materiał programowy
- dysponuje dobrą sprawnością motoryczną
- ćwiczenia wykonuje prawidłowo, lecz nie dość dokładnie, z małymi błędami technicznymi
- posiadane wiadomości potrafi wykorzystać w praktyce przy pomocy nauczyciela
- nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnieniem, wykazuje stałe, dość dobre postępy w tym zakresie
- szanuje i dba o sprzęt sportowy
- zawsze posiada właściwy strój na lekcji
- Jego postawa społeczna i stosunek do kultury fizycznej nie budzą większych zastrzeżeń
- nie bierze udziału lub sporadycznie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych

### **Ocena Dostateczna**

Uczeń:

- opanował materiał programowy na przeciętnym poziomie ze znacznymi lukami
- dysponuje przeciętną sprawnością motoryczną

- ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie i z większymi błędami technicznymi
- wykazuje małe postępy w usprawnieniu motorycznym
- przejawia pewne braki w zakresie wychowania społecznego, w postawie i stosunku do kultury fizycznej; jest mało zdyscyplinowany
- często nie posiada właściwego ubioru na lekcji
- nie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych

#### **Ocena Dopuszczająca**

Uczeń:

- nie opanował materiału programowego w stopniu dostatecznym i ma poważne luki
- jest mało sprawny fizycznie
- ćwiczenia wykonuje niechętnie, z dużymi błędami technicznymi
- nie jest pilny i wykazuje bardzo małe postępy w usprawnianiu
- ma niechętny stosunek do ćwiczeń
- nie uczestniczy w żadnych dodatkowych formach aktywności ruchowej w szkole
- bardzo często nie posiada właściwego ubioru na lekcji

#### **Ocena Niedostateczna**

Uczeń:

- jest daleki od spełnienia wymagań stawianych przez program nauczania wf
- wykonuje jedynie najprostsze ćwiczenia, w dodatku z rażącymi błędami
- charakteryzuje się niewiedzą w zakresie kultury fizycznej
- ma lekceważący stosunek do zajęć i nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu
- nie uczestniczy w żadnych formach aktywności ruchowej w szkole
- regularnie nie posiada właściwego ubioru na lekcji

Każdy uczeń może otrzymać raz w miesiącu tzw. motywacyjną ocenę z przedmiotu. Warunkiem jest aktywny, regularny udział w zajęciach wychowania fizycznego przez cały miesiąc (brak w danym miesiącu zwolnień, zgłaszania braku stroju i niedyspozycji oraz brak nieobecności) oraz pozytywny, nie budzący zastrzeżeń stosunek do ćwiczeń i kultury fizycznej.

#### **Warunki i tryb uzyskania wyższej niż przewidywana rocznej oceny klasyfikacyjnej:**

1. Uczeń (lub jego rodzice) ubiegający się o podwyższenie oceny zwracają się z pisemnym wnioskiem do nauczyciela danych zajęć w terminie 3 dni roboczych od otrzymania informacji o przewidywanej rocznej ocenie klasyfikacyjnej.
2. O uzyskanie wyższej niż przewidywana rocznej oceny klasyfikacyjnej mogą ubiegać się wszyscy uczniowie, o ile spełnią następujące warunki:
  - a) frekwencja na zajęciach z danego przedmiotu nie może być niższa niż 80% (z wyjątkiem długotrwałej choroby ucznia);
  - b) wszystkie nieobecności na zajęciach z danego przedmiotu muszą być usprawiedliwione;
  - c) uczeń przystąpił do wszystkich przewidzianych przez nauczyciela sprawdzianów lub popraw.

3. Uczeń spełniający wszystkie warunki przystępuje do sprawdzianu (lub innej formy, którą wyznaczy nauczyciel) obejmującego materiał określony w wymaganiach edukacyjnych na ocenę, o którą się ubiega.
4. W przypadku niespełnienia któregokolwiek z warunków, o których mowa w pkt. 2 wniosek ucznia/rodzica zostaje odrzucony, a nauczyciel informuje o tym ucznia lub/i jego rodziców.
5. Sprawdzian obejmuje materiał z całego roku szkolnego z zakresu podanej przez ucznia oceny
6. Podwyższenie przewidywanej oceny rocznej może nastąpić w przypadku zaliczenia testów i sprawdzianów normami przewidzianymi na ocenę wyższą.