PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA

– WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

SZKOŁA POPDSTAWOWA IM. JANA DŁUGOSZA W PIEKARACH

ROK SZK. 2023/24

PODSTAWY PRAWNE:

1. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 10 czerwca 2015r. w sprawie szczegółowych warunków i sposobu oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych sugeruje, że:

"Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego należy przede wszystkim brać pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć, a także systematyczność udziału ucznia w zajęciach oraz aktywność ucznia w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej."

2. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 r. 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.

3. Statut Szkoły Podstawowej im. Jana Długosza w Piekarach

4. Program nauczania

Autorski program nauczania wychowania fizycznego dla klas IV – VIII szkoły podstawowej „Wartości i Aktualizacje" Alicji Romanowskiej.

Głównym założeniem opracowanego systemu oceniania jest umożliwienie każdemu uczniowi zdobycie jak najwyższej oceny. Miarą tej oceny jest zaangażowanie, dobra wola, wysiłek wkładany w realizację założonych celów.

CELE OCENIANIA

1. Poinformowanie ucznia o poziomie osiągnięć edukacyjnych i postępach w tym zakresie.

2. Pomoc uczniowi w samodzielnym rozwoju.

3. Motywowanie ucznia do dalszej pracy, wysiłku i samodoskonalenia się.

4. Dostarczenie rodzicom i nauczycielom rzetelnej i szczegółowej informacji o postępach, trudnościach i specjalnych uzdolnieniach ucznia.

5. Umożliwienie nauczycielowi kontroli rozwoju ucznia, doskonalenie organizacji i metod pracy dydaktyczno-wychowawczej.

PODSTAWOWE CZYNNIKI WPŁYWAJĄCE NA OCENĘ

Ocena z wychowania fizycznego jest wypadkową ewaluacji następujących elementów:

1. Chęci – czyli wysiłku wkładanego przez ucznia w realizację zadań.
2. Postępów – czyli poziomu zmian w stosunku do diagnozy początkowej (efekty pracy ucznia) uwzględniając psychofizyczne predyspozycje i możliwości ucznia.
3. Postawy – stosunku do przedmiotu, partnera, przeciwnika, zaangażowania, stosunku do siebie i własnej aktywności.
4. Rezultatów – informacji o osiągniętych wynikach w sporcie, o dokładności wykonywanych zadań, poziomie wiedzy.

Wystawiając ocenę z Wychowania Fizycznego brane są pod uwagę wszystkie obszary oceniania ze szczególnym uwzględnieniem wysiłku wkładanego przez ucznia w usprawnianie się i wywiązywanie z podejmowanych zadań .

Miarą wysiłku wkładanego w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki wychowania fizycznego będzie:

1. Systematyczność udziału w zajęciach wychowania fizycznego.
2. Aktywność i zaangażowanie ucznia w trakcie zajęć wychowania fizycznego.
3. Aktywność ucznia w działaniach na rzecz sportu szkolnego i kultury fizycznej.
4. Dodatkowa praca w zakresie edukacji zdrowotnej.
5. Postępy w usprawnianiu.

Wymagania wobec uczniów będą różnicowane oraz dobierane odpowiednie metody w stosunku do każdego ucznia i stosowane wymagania uwzględniające jego możliwości. W przypadku wystąpienia stałych lub czasowych dysfunkcji będą wskazywane zamienne formy ruchu.

OBSZARY OCENIANIA

OBSZAR I – Poziom umiejętności ruchowych i elementów technicznych
- oceniane dla orientacji ucznia i nauczyciela, w jakim stopniu została opanowana dana czynność ruchowa oraz czy uczeń będzie potrafił wykorzystać dana czynność ruchową w warunkach naturalnych.

Wykonanie ocenianego elementu technicznego lub umiejętności ruchowej, będące obrazem i efektem pracy ucznia i wysiłku, będzie premiowane wyższą oceną.

OBSZAR II – Postępy w usprawnianiu swojej wydolności i sprawności fizycznej
- przeprowadzane sprawdziany są wyznacznikami pracy ucznia nad sobą i dają mu możliwość porównywania swoich wyników z wynikami kolegów.

Uczeń oceniany będzie za indywidualny postęp wyników bez względu na ich wartość.

OBSZAR III – Poziom wiedzy
- sprawdzane, by mieć pewność, że udział ucznia w wychowaniu fizycznym jest w pełni świadomy. Kontrolowane wiadomości dotyczą : funkcjonowania organizmu, kształtowania sprawności oraz doskonalenia jej, organizacji zajęć ruchowych, umiejętności działania na rzecz zdrowia, znajomości przepisów gier sportowych. Formą sprawdzania wiedzy będą krótkie wypowiedzi uczniów dotyczące przedstawionych zagadnień.

OBSZAR IV – Aktywność na rzecz sportu i rekreacji
Uczeń otrzymuje oceny za:
- udział w szkolnych imprezach rekreacyjno-sportowych - jako zawodnik, pomocnik sędziego, pomocnik organizatora, odpowiednio zaangażowany kibic.
- udział w pozaszkolnej imprezie rekreacyjno-sportowej - reprezentowanie szkoły

- opracowanie gazetki lub innych materiałów informacyjnych o tematyce sportowej lub zdrowotnej.
- aktywny i systematyczny udział w sportowych zajęciach pozalekcyjnych na terenie szkoły lub poza nią (uprawianie sportu wyczynowo np. w klubach sportowych)

OBSZAR V – Postawa, zaangażowanie ucznia

Ocena za postawę wobec przedmiotu i zaangażowanie dokonywane będzie przy uwzględnieniu następujących elementów:
- podejmowanie maksymalnego wysiłku dostosowanego do własnych możliwości
- sumienność wykonywania poleceń i ćwiczeń
- szacunek do nauczyciela, koleżanki i kolegi
- przestrzeganie zasad bezpieczeństwa, przepisów i regulaminów poszanowania mienia sportowego szkoły oraz dbałość o przyrządy i przybory szkolne
- dbałość o estetykę stroju i przestrzeganie zasad higieny
- odpowiednie zachowanie, dyscyplina na lekcji, kultura słowa, postępowania zgodnie z zasadą kulturalnego uczestnictwa i kibicowania podczas zajęć lekcyjnych i pozalekcyjnych
- wykazuje postawę „ fair – play” podczas zajęć, gier zespołowych
- pomoc uczniom mniej zdolnym ruchowo

OBSZAR VI – systematyczny udział w zajęciach

O ocenie decyduje regularny udział w zajęciach:
- systematyczny i aktywny udział w zajęciach lekcyjnych (frekwencja ćwiczenia), angażowanie się w wykonywanie ćwiczeń oraz w współzawodnictwo sportowe

- Poziom umiejętności ruchowych, indywidualną sprawność techniczną w zakresie poszczególnych dyscyplin sportowych ocenia się w każdym okresie roku szkolnego.
- Sprawność motoryczną ocenia się co najmniej dwa razy w roku szkolnym (w I i II okresie).
- Wiadomości ocenia się w trakcie zajęć na bieżąco w ciągu całego roku
- Odpowiednio przygotowana i przeprowadzona rozgrzewka premiowana jest wysoką oceną
- Aktywność ucznia w czasie zajęć nagradzana jest plusem (+) lub minusem (-). Uczeń za trzy (+) otrzymuje ocenę „bdb” za trzy (–) otrzymuje ocenę „ndst”.

Ocena cząstkowa za aktywność wpisywana jest systematycznie do dziennika lekcyjnego.

- Właściwa postawa, zaangażowanie ucznia możne być oceniane podczas każdych zajęć.

UWAGI

- Ocenie podlegają poszczególne elementy techniczne realizowane podczas zajęć, które zostały zawarte w planie dydaktycznym realizowanym w danej klasie.

- Nauczyciel może zwolnić ucznia z ćwiczeń w przypadku złego samopoczucia lub niedyspozycji (uczeń powinien być przygotowany do lekcji-posiadać strój sportowy)

- Uczeń niećwiczący przebywa na lekcji i włącza się w jej organizację

- Z obecności na lekcji wychowania fizycznego nauczyciel zwalnia na podstawie zwolnienia lekarskiego i dostarczonej do niego pisemnej prośby rodziców (na czas określony w opinii lekarza). Dotyczy to tylko pierwszych i ostatnich godzin lekcyjnych. W przypadku wystąpienia choroby trwającej powyżej 1 miesiąca, konieczne jest uzyskanie zgody - administracyjnej decyzji Dyrektora Szkoły

- Przez przygotowanie do zajęć rozumie się posiadanie przez ucznia czystego, odpowiedniego stroju sportowego na zmianę. Na odpowiedni strój składają się: koszulka, spodenki (lub dres sportowy) i sportowe obuwie. Uczeń ma prawo być 3 razy w jednym okresie nieprzygotowany do zajęć (brak możliwości wykonania ćwiczenia ze względu na brak własnego stroju na zmianę).

- Uczeń, który w okresie miał 100% obecności i zawsze był przygotowany do zajęć z Wychowania Fizycznego otrzymuje ocenę cząstkową „celującą”.
- Uczeń, który reprezentuje szkołę w zawodach i turniejach szkolnych otrzymuje z Wychowania Fizycznego ocenę cząstkową „celującą”.

- Uczeń, który osiąga sukcesy i bierze aktywny i systematyczny udział w sportowych zajęciach pozalekcyjnych na terenie szkoły lub poza nią (uprawianie sportu wyczynowo dwa i więcej razy w tygodniu, np. w klubach sportowych) otrzymuje z Wychowania Fizycznego ocenę cząstkową „celującą” – po przedstawieniu zaświadczenia z klubu lub związku sportowego.

- Każdy uczeń zobowiązany jest do zaliczenia wszystkich zadań sprawdzających wyznaczonych przez nauczyciela prowadzącego. Uczeń zwolniony lub nieobecny na sprawdzianie ma możliwość zaliczenia sprawdzianu w innym terminie. W przypadku przystąpienia ucznia do sprawdzianu, nie może on otrzymać oceny niedostatecznej. Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który nie przystąpi do sprawdzianu i nie

wykorzysta możliwości zaliczenia w dodatkowym terminie.

- W czasie zajęć z Wychowania Fizycznego zabrania się żucia gumy oraz używania przez uczniów (również tych pozostających na trybunach – niećwiczących) wszelkich urządzeń elektronicznych (np. aparaty, kamery, telefony komórkowe, radia, magnetofony, laptopy, tablety czy inne urządzenia elektroniczne, itp.), które nie wynikają ze specyfiki zajęć lekcyjnych.

FORMY I METODY KONTROLI

- obserwacja ucznia w trakcie zajęć
- zadania kontrolno – oceniające pozwalające określić stopień opanowania umiejętności ruchowych
- testy pozwalające określić rozwój sprawności motorycznej, ruchowej (bierze się pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia)
- wypowiedzi ustne w obszarze kontroli wiadomości
- samoocena

WYMAGANIA EDUKACYJNE

1. Rozwój fizyczny i sprawność fizyczna

	W zakresie wiedzy uczeń:	**W zakresie umiejętności uczeń:**
Klasa IV	1) rozpoznaje wybrane zdolności motoryczne człowieka; 2) rozróżnia pojęcie tętna spoczynkowego i powysiłkowego; 3) wymienia cechy prawidłowej postawy ciała;	1) dokonuje pomiarów wysokości i masy ciała oraz z pomocą nauczyciela interpretuje ich wyniki; 2) mierzy tętno przed i po wysiłku oraz z pomocą nauczyciela interpretuje wyniki; 3) wykonuje próbę siły mięśni brzucha oraz gibkości kręgosłupa; 4) demonstruje po jednym ćwiczeniu kształtującym wybrane zdolności motoryczne; 5) wykonuje ćwiczenia wspomagające utrzymywanie prawidłowej postawy ciała;
Klasa V- V	1) wymienia kryteria oceny wytrzymałości w odniesieniu do wybranej próby testowej (np. test Coopera); 2) wymienia kryteria oceny siły i gibkości w odniesieniu do wybranej próby testowej (np. siły mięśni brzucha, gibkości dolnego odcinka kręgosłupa); 3) wskazuje grupy mięśniowe odpowiedzialne za prawidłową postawę ciała;	1) wykonuje próby sprawnościowe pozwalające ocenić wytrzymałość tlenową, siłę i gibkość oraz z pomocą nauczyciela interpretuje uzyskane wyniki; 2) demonstruje ćwiczenia wzmacniające mięśnie posturalne i ćwiczenia gibkościowe, indywidualne i z partnerem; 3) demonstruje ćwiczenia rozwijające zdolności koordynacyjne wykonywane indywidualnie i z partnerem;
Klasa VII – VIII	1) wyjaśnia, jakie zmiany zachodzą w budowie ciała i sprawności	1) dokonuje pomiarów wysokości i masy ciała oraz samodzielnie

	fizycznej w okresie dojrzewania płciowego; 2) wymienia testy i narzędzia do pomiaru sprawności fizycznej; 3) wskazuje zastosowanie siatek centylowych w ocenie własnego rozwoju fizycznego;	interpretuje ich wyniki; 2) wykonuje wybrane próby kondycyjnych i koordynacyjnych zdolności motorycznych; 3) ocenia i interpretuje poziom własnej sprawności fizycznej; 4) demonstruje zestaw ćwiczeń kształtujących wybrane zdolności motoryczne; 5) demonstruje zestaw ćwiczeń kształtujących prawidłową postawę ciała;

2. Aktywność fizyczna

	W zakresie wiedzy uczeń:	**W zakresie umiejętności uczeń:**
Klasa IV	1) opisuje sposób wykonywania poznawanych umiejętności ruchowych; 2) opisuje zasady wybranej regionalnej zabawy lub gry ruchowej; 3) rozróżnia pojęcie technika i taktyka; 4) wymienia miejsca, obiekty i urządzenia w najbliższej okolicy, które można wykorzystać do aktywności fizycznej; 5) wyjaśnia co symbolizują flaga i znicz olimpijski, rozróżnia pojęcia olimpiada i igrzyska olimpijskie;	1) wykonuje i stosuje w grze kozłowanie piłki w miejscu i ruchu, prowadzenie piłki nogą, podanie piłki oburącz i jednorącz, rzut piłki do kosza z miejsca, rzut i strzał piłki do bramki z miejsca, odbicie piłki oburącz sposobem górnym; 2) uczestniczy w minigrach; 3) organizuje w gronie rówieśników wybraną zabawę lub grę ruchową, stosując przepisy w formie uproszczonej; 4) uczestniczy w wybranej regionalnej zabawie lub grze ruchowej; 5) wykonuje przewrót w przód z różnych pozycji wyjściowych; 6) wykonuje dowolny układ gimnastyczny lub taneczny w oparciu o własną ekspresję ruchową; 7) wykonuje bieg krótki ze startu wysokiego 8) wykonuje marszobiegi w terenie; 9) wykonuje rzut z miejsca i krótkiego rozbiegu lekkim przyborem; 10) wykonuje skok w dal z miejsca i z krótkiego
Klasa V- VI	1) wymienia podstawowe przepisy wybranych sportowych i rekreacyjnych gier zespołowych; 2) opisuje zasady wybranej gry rekreacyjnej pochodzącej z innego kraju europejskiego; 3) opisuje podstawowe zasady taktyki obrony i ataku w wybranych grach zespołowych; 4) wymienia rekomendacje aktywności fizycznej dla swojego wieku (np. ŚOZ lub UE);	1) wykonuje i stosuje w grze : kozłowanie piłki w ruchu ze zmianą tempa i kierunku, prowadzenie piłki nogą ze zmianą tempa i kierunku, podanie piłki oburącz i jednorącz w ruchu, rzut piłki do kosza z biegu po kozłowaniu (dwutakt), rzut i strzał piłki do bramki w ruchu, odbicie piłki

	5) definiuje pojęcie rozgrzewki i opisuje jej zasady; 6) opisuje ideę starożytnego i nowożytnego ruchu olimpijskiego;	oburącz sposobem górnym i dolnym, rozegranie „na trzy”, wykonuje zagrywkę ze zmniejszonej odległości, rzut i chwyt ringo; 2) uczestniczy w minigrach oraz grach szkolnych i uproszczonych; 3) uczestniczy w grze rekreacyjnej pochodzącej z innego kraju europejskiego; 4) organizuje w gronie rówieśników wybraną grę sportową lub rekreacyjną; 5) wykonuje przewrót w przód z marszu oraz przewrót w tył z przysiadu; 6) wykonuje wybrane inne ćwiczenie zwinnościowo-akrobatyczne (np. stanie na rękach lub na głowie z asekuracją, przerzut bokiem); 7) wykonuje układ ćwiczeń zwinnościowo-akrobatycznych z przyborem lub bez; 8) wykonuje dowolny skok przez przyrząd z asekuracją; 9) wykonuje proste kroki i figury tańców regionalnych i nowoczesnych; 10) wybiera i pokonuje trasę biegu terenowego; 11) wykonuje bieg krótki ze startu niskiego; 12) wykonuje rzut małą piłką z rozbiegu; 13) wykonuje skok w dal po rozbiegu oraz skoki przez przeszkody ; 14) przeprowadza fragment rozgrzewki;
Klasa VII – VIII	1) omawia zmiany zachodzące w organizmie podczas wysiłku fizycznego; 2) wskazuje korzyści wynikające z aktywności fizycznej w terenie; 3) wskazuje możliwości wykorzystania nowoczesnych technologii do oceny dziennej aktywności fizycznej; 4) charakteryzuje nowoczesne formy aktywności fizycznej (NP. Pilates, Zumba, Nordic Walking); 5) opisuje zasady wybranej formy aktywności	1) wykonuje i stosuje w grze techniczne i taktyczne elementy gier: w koszykówce, piłce ręcznej i piłce nożnej: zwody, obronę „każdy swego”, w siatkówce: wystawienie, zbicie i odbiór piłki; ustawia się prawidłowo na boisku w ataku i obronie; 2) uczestniczy w grach szkolnych i uproszczonych jako zawodnik i jako sędzia; 3) planuje szkolne rozgrywki sportowe według systemu pucharowego i „każdy z każdym”;

	fizycznej spoza Europy; 6) wyjaśnia ideę olimpijską, paraolimpijską i olimpiad specjalnych;	4) uczestniczy w wybranej formie aktywności fizycznej spoza Europy; 5) wykonuje wybrane ćwiczenie zwinnościowo-akrobatyczne (np. stanie na rękach lub na głowie z asekuracją, przerzut bokiem, piramida dwójkowa lub trójkowa); 6) planuje i wykonuje dowolny układ gimnastyczny; 7) opracowuje i wykonuje indywidualnie, w parze lub zespole dowolny układ tańca z wykorzystaniem elementów nowoczesnych form aktywności fizycznej; 8) wybiera i pokonuje trasę biegu terenowego z elementami orientacji w terenie; 9) wykonuje przekazanie pałeczki w biegu sztafetowym; 10) wykonuje skok w dal po rozbiegu z odbicia ze strefy lub belki oraz skoki przez przeszkody techniką naturalną; 11) diagnozuje własną, dzienną aktywność fizyczną wykorzystując nowoczesne technologie (urządzenia monitorujące, aplikacje internetowe); 12) przeprowadza rozgrzewkę w zależności od rodzaju aktywności;

3. Bezpieczeństwo w aktywności fizycznej

	W zakresie wiedzy uczeń:	**W zakresie umiejętności uczeń:**
Klasa IV	1) zna regulamin sali gimnastycznej i boiska sportowego; 2) opisuje zasady bezpiecznego poruszania się po boisku; 3) wymienia osoby, do których należy zwrócić się o pomoc w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia;	1) respektuje zasady bezpiecznego zachowania się podczas zajęć ruchowych ; 2) wybiera bezpieczne miejsce do zabaw i gier ruchowych; 3) posługuje się przyborami sportowymi zgodnie z ich przeznaczeniem; 4) wykonuje elementy samoochrony przy upadku, zeskoku
Klasa V- VI	1) wyjaśnia, dlaczego należy przestrzegać ustalonych reguł w trakcie rywalizacji sportowej; 2)	1) stosuje zasady asekuracji podczas zajęć ruchowych; 2) korzysta bezpiecznie ze

	omawia sposoby postępowania w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia; 3) wymienia zasady bezpiecznego korzystania ze sprzętu sportowego; 4) omawia zasady bezpiecznego zachowania się nad wodą i w górach w różnych porach roku;	sprzętu i urządzeń sportowych; 3) wykonuje elementy samoobrony (np. zasłona, unik, pad);
Klasa VII – VIII	1) wymienia najczęstsze przyczyny oraz okoliczności wypadków i urazów w czasie zajęć ruchowych, omawia sposoby zapobiegania im; 2) wskazuje zagrożenia związane z uprawianiem niektórych dyscyplin sportu	1) stosuje zasady samoasekuracji i asekuracji; 2) potrafi zachować się w sytuacji wypadków i urazów w czasie zajęć ruchowy

4. Edukacja zdrowotna

	W zakresie wiedzy uczeń:	**W zakresie umiejętności uczeń**
Klasa IV	1) opisuje jakie znaczenie ma aktywność fizyczna dla zdrowia; 2) opisuje piramidę żywienia i aktywności fizycznej; 3) opisuje zasady zdrowego odżywiania; 4) opisuje zasady doboru stroju do warunków atmosferycznych w trakcie zajęć ruchowych	1) przestrzega zasad higieny osobistej i czystości odzieży; 2) przyjmuje prawidłową postawę ciała w różnych sytuacjach;
Klasa V- VI	1) wyjaśnia pojęcie zdrowia; 2) opisuje pozytywne mierniki zdrowia; 3) wymienia zasady i metody hartowania organizmu; 4) omawia sposoby ochrony przed nadmiernym nasłonecznieniem i niską temperaturą; 5) omawia zasady aktywnego wypoczynku zgodne z rekomendacjami aktywności fizycznej dla swojego wieku (np. WHO lub UE);	1) wykonuje ćwiczenia kształtujące nawyk prawidłowej postawy ciała w postawie stojącej, siedzącej i leżeniu oraz w czasie wykonywania różnych codziennych czynności; 2) wykonuje ćwiczenia oddechowe i inne o charakterze relaksacyjnym; 3) podejmuje aktywność fizyczną w różnych warunkach atmosferycznych;
Klasa VII – VIII	1) wymienia czynniki, które wpływają pozytywnie i negatywnie na zdrowie i samopoczucie oraz wskazuje te, na które może mieć wpływ; 2) omawia sposoby redukowania nadmiernego stresu i radzenia sobie z nim w sposób konstruktywny; 3) omawia konsekwencje zdrowotne stosowania używek i substancji psychoaktywnych w odniesieniu do podejmowania aktywności fizycznej; 4) wymienia przyczyny i skutki otyłości oraz nieuzasadnionego odchudzania się i używania sterydów w celu zwiększenia masy mięśni;	1) opracowuje rozkład dnia, uwzględniając proporcje między pracą a wypoczynkiem, wysiłkiem umysłowym a fizycznym rozumiejąc rolę wypoczynku w efektywnym wykonywaniu pracy zawodowej; 2) dobiera rodzaj ćwiczeń relaksacyjnych do własnych potrzeb; 3) demonstruje ergonomiczne podnoszenie i przenoszenie przedmiotów o różnej wielkości i różnym ciężarze;

	5) wyjaśnia wymogi higieny wynikające ze zmian zachodzących w organizmie w okresie dojrzewania	

TREŚCI KSZTALCENIA – WYMAGANIA SZCZEGÓŁOWE ZAWARTE SĄ W PROGRAMIE

SKALA OCEN :

W Szkole Podstawowej uczniowie realizują w tygodniu 4 godziny Wychowania Fizycznego zgodnie z programem nauczania. Zajęcia odbywają się w danych klasach (bez podziału na grupy).

Przy ustalaniu oceny wychowania fizycznego należy przede wszystkim brać pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków z wynikających ze specyfiki tych zajęć, a także systematyczność udziału ucznia w zajęciach oraz aktywność w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej.

Ocena zawsze musi uwzględniać indywidualne predyspozycje i możliwości. Powinna zawierać informacje dotyczące: chęci, czyli stosunku do własnej aktywności fizycznej ucznia, jego wysiłek wkładany w wywiązywanie się z zadań, Ocenianie bieżące z zajęć edukacyjnych ma na celu monitorowanie pracy ucznia oraz przekazywanie uczniowi informacji o jego osiągnięciach edukacyjnych pomagających w uczeniu się, poprzez wskazanie, co uczeń robi dobrze, co i jak wymaga poprawy oraz jak powinien dalej się uczyć.

Oceniane umiejętności techniczne i ruchowe dotyczą różnych dyscyplin sportowych i będą oceniane w zależności od sposobu wykonania wg. skali:

1) stopień celujący – 6;

2) stopień bardzo dobry – 5;

3) stopień dobry – 4;

4) stopień dostateczny – 3;

5) stopień dopuszczający – 2;

6) stopień niedostateczny – 1 /niepodjęcie próby wykonania zadania/

Pozytywnymi ocenami klasyfikacyjnymi są oceny ustalone w stopniach pkt. 1–5, a negatywną oceną klasyfikacyjną jest ocena ustalona w stopniu pkt. 6.

KRYTERIA WYMAGAŃ DLA UCZNIA NA POSZCZEGOLNE OCENY

CELUJĄCY:

Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą, wykazuje się szczególnym zaangażowaniem w pracy, twórczą postawą. Aktywnie uczestniczy w życiu sportowym na terenie szkoły, bądź też w innych formach działalności związanej z kulturą fizyczną i rekreacją. Jest wzorem dla innych uczniów i swoją postawą zachęca innych do własnego rozwoju w zakresie wychowania fizycznego.

BARDZO DOBRY:

Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który bardzo starannie i sumiennie wykonuje zadania, dąży do opanowania pełnego zakresu umiejętności i wiedzy określonych w wymaganiach edukacyjnych programu nauczania przedmiotu w danej klasie. Wykazuje duże zaangażowanie na lekcjach, wkłada duży wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego oraz wykonanie ćwiczeń właściwą techniką. Posiada duże wiadomości z zakresu wychowania fizycznego i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu. Systematycznie doskonali swą sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu. Jest przygotowany do zajęć, dba o higienę osobistą dba o bezpieczeństwo własne i kolegów, prezentuje postawę fair - play, ma godną naśladowania postawę koleżeńską i sportową (pomoc słabszym i mniej sprawnym).

DOBRY:

Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który bez zarzutu wywiązuje się z obowiązków, stara się osiągać postęp w opanowaniu umiejętności i wiadomości. Angażuje się w przebieg lekcji, jest przygotowany do zajęć. Posiada wiadomości z zakresu wychowania fizycznego i stara się je wykorzystywać. Cechuje go pozytywny stosunek do przedmiotu. Zna i stosuje zasady higieny osobistej. Postawa i stosunek do przedmiotu nie budzi większych zastrzeżeń. Stara się przestrzegać zasad BHP.

DOSTATECZNY:

Oceny dostateczną otrzymuje uczeń adekwatnie do włożonego wysiłku w wywiązywanie się z obowiązków, stopnia postępu w opanowaniu umiejętności i wiadomości w poszczególnych klasach, poziomu staranności i sumienności w wykonywaniu zadań. Wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, posiada niepełne wiadomości z zakresu wychowania fizycznego i nie potrafi ich wykorzystać w praktycznym działaniu. Jego stosunek do przedmiotu budzi zastrzeżenia. Bywa

nieprzygotowany do lekcji. Nie wykazuje aktywności na lekcjach. Nie zawsze przestrzega zasad BHP.

DOPUSZCZAJĄCY:

Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który w zajęciach uczestniczy niesystematycznie, ma lekceważący stosunek do przedmiotu i nie wykazuje chęci usprawnienia się, oraz zdobywania wiedzy z zakresu wychowania fizycznego. Zadania ruchowe wykonuje niechętnie. Jego stosunek do przedmiotu budzi bardzo duże zastrzeżenia. Narusza zasady BHP.

NIEDOSTATECZNY:

Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który wykazuje szczególnie lekceważący stosunek do obowiązków wynikających ze specyfiki przedmiotu, nie bierze czynnego udziału w lekcji, swoim zachowaniem dezorganizuje pracę, stwarzając niebezpieczeństwo dla siebie i innych, jest notorycznie nieprzygotowany do zajęć.

Ocenianiu podlegają:

- sumienność i staranność w wywiązywaniu się z obowiązków wynikających z przedmiotu
- zaangażowanie w przebieg lekcji i przygotowanie się do zajęć
- stosunek do partnera i przeciwnika
- stosunek do własnego ciała
- aktywność fizyczna
- zaangażowanie w realizację zadań projektu edukacyjnego
- postęp w opanowaniu umiejętności i wiadomości przewidzianych dla poszczególnych klas zgodnie z indywidualnymi możliwościami i predyspozycjami

Jeżeli uczeń nie osiągnie 50% obecności na lekcjach w-f jest nieklasyfikowany z powodów usprawiedliwionych lub nieusprawiedliwionych.

W przypadku nieklasyfikowania ucznia z zajęć edukacyjnych w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się „nieklasyfikowany" albo „nieklasyfikowana".

Uczeń może wystąpić z prośbą o dodatkowe sprawdzenie wiedzy i umiejętności na stopień o jeden wyższy od przewidywanego. Prośba skierowana do dyrektora szkoły powinna zawierać krótkie uzasadnienie. Warunkiem ubiegania się o podwyższenie oceny jest systematyczne uczestnictwo w zajęciach, aktywność, zaangażowanie ucznia.

Na ocenę okresową (śródroczną) uczeń pracuje przez cały okres, a na ocenę końcową (roczną) przez cały rok szkolny. Ocena nie jest średnią

arytmetyczną z ocen. Na ocenę ma wpływ zaangażowanie, motywacja i wkład pracy ucznia.

Egzamin klasyfikacyjny i egzamin poprawkowy z Wychowania Fizycznego ma przede wszystkim formę zadań praktycznych.

(Szczegółowe wymagania edukacyjne z przedmiotu zawarte są w programie)

TRYB ZWALNINIA UCZNIA Z PRZEDMIOTU

Dyrektor szkoły może zwolnić ucznia z wykonywania określonych ćwiczeń fizycznych na zajęciach wychowania fizycznego, na podstawie opinii wydanej przez lekarza, o ograniczonych możliwościach wykonywania przez ucznia tych ćwiczeń na czas określony w tej opinii lub dokonać całkowitego zwolnienia z realizacji zajęć wychowania fizycznego. W tym celu rodzic (opiekun prawny) wnioskuje (z dołączonym zaświadczeniem lekarskim) w podaniu do Dyrektora szkoły o częściowe lub całościowe zwolnienie ucznia z ćwiczeń.

Jeżeli okres zwolnienia ucznia z realizacji zajęć, uniemożliwia ustalenie śródrocznej lub rocznej oceny klasyfikacyjnej, w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się „zwolniony” albo „zwolniona”.

Opracowanie:

Nauczyciele Wychowania Fizycznego