

NA OCENĘ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NA KONIEC SEMESTRU I NA KONIEC ROKU SZKOLNEGO SKŁADAJĄ SIĘ TAKIE CZYNNIKI JAK:

1. Stopień opanowania materiału
2. Poziom sprawności ucznia i jego postęp w usprawnieniu.
3. Stopień opanowania poszczególnych umiejętności ruchowych.
4. Wiedza ucznia i umiejętności wykorzystywania jej w praktyce.
5. Postawa ucznia i stosunek do wychowania fizycznego.
6. Udział ucznia w różnorodnych zajęciach pozalekcyjnych i nadobowiązkowych.
7. Rozumienie i stosowanie w praktyce zdrowego stylu życia.

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

Jednym z podstawowych kryteriów przy ocenie ucznia jest jego systematyczny i aktywny udział w zajęciach wychowania fizycznego oraz wysiłek jaki uczeń włożył w usprawnianiu się i w kształtowaniu 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 (koszulka, spodenki sportowe lub dres i zmienne obuwie sportowe) i przebranie się przed lekcją wf
- przestrzeganie regulaminu korzystania z obiektów, przyrządów i przyborów sportowych na terenie szkoły i poza nim (np. zajęcia na basenie)
- wykonywanie poleceń nauczyciela
- dostosowanie się do zaleceń sanitarnych panujących na terenie placówki w związku z COVID-19

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.

Nauczyciel może upomnieć ucznia minusem (-) za negatywny stosunek do ćwiczeń na danej lekcji, złe zachowanie, brak poszanowania sprzętu, negatywny stosunek do przedmiotu (niezdyscyplinowanie, stwarzanie zagrożenia na lekcji, odmowa wykonania ćwiczenia) Trzy odnotowane minusy skutkują wpisaniem informacji (uwagi) do rodzica w dzienniku elektronicznym .

2. Przygotowanie do lekcji

- uczniowi na zajęciach w/w ze względu na bezpieczeństwo a nie wolno nosić żadnej biżuterii oraz zegarków (rzeczy te można zostawić przed lekcją u nauczyciela lub schować w szatni)
- 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 wpisaną do dziennika elektronicznego.

3. Aktywność pozalekcyjna

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

II. Umiejętności z zakresu programu nauczania:

Na podstawie sprawdzianów praktycznych (w wyjątkowych sytuacjach testów pisemnych) z lekkoatletyki, gimnastyki, gier zespołowych, zajęć na basenie bądź testów sprawności fizycznej, oceniamy poziom umiejętności ruchowych i sprawności fizycznej, a także postępy w rozwoju sprawności fizycznej w ciągu roku szkolnego, a także aktywności na zajęciach, frekwencji, reprezentowaniu szkoły na zawodach sportowych.

Z zakresu wiadomości i umiejętności ocenie podlega:

- właściwe przeprowadzenie rozgrzewki, poprawny wybór ćwiczeń przygotowujących do wysiłku fizycznego (przynajmniej 1-2 razy w ciągu roku),
- znajomość przepisów zespołowych gier sportowych, konkurencji lekkoatletycznych, zabaw i gier ruchowych,
- technika wykonywania ćwiczeń gimnastycznych, wybranych elementów gier zespołowych, lekkiej atletyki i pływania (w klasach, które uczestniczą na zajęciach na basenie),
- wiedza na temat historii sportu ze szczególnym uwzględnieniem osiągnięć Polaków,
- znajomość aktualnych wydarzeń sportowych,

- ocena poziomu cech motorycznych - sprawdziany: siły, szybkości, wytrzymałości i skoczności,
- wiedza na temat przepisów BHP na lekcjach wf,
- znajomość i przestrzeganie zasad fair-play,
- wiedza z wybranych elementów edukacji zdrowotnej,
- wiedza na temat higieny człowieka (związanych z wf),
- prawidłowa terminologia w określaniu nazw przyrządów, przyborów oraz ćwiczeń,
- zasady zdrowego stylu życia.

Uczeń powracający do szkoły po dłuższej usprawiedliwionej nieobecności lub po zwolnieniu lekarskim jest zobowiązany do zaliczenia zaległych sprawdzianów (ustalając termin i formę z nauczycielem, jednakże w terminie nie dłuższym niż 2 tygodnie od przyjścia do szkoły).

Ocenę niedostateczną ze sprawdzianu praktycznego można poprawić w terminie do dwóch tygodni od daty wystawienia.

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 (6)

Uczeń:

- spełnia wszystkie wymagania przynajmniej na ocenę bardzo dobrą (5)
- 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,
- zawsze posiada właściwy strój, dostosowany do wymogów lekcji wf i ustaleń nauczyciela
- swoją postawą społeczną i stosunkiem do przedmiotu nie budzi zastrzeżeń
- 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

Bardzo dobra (5)

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 doskonalili 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 SKS 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

Dobra (4)

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

Dostateczna (3)

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

Dopuszczająca (2)

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

Niedostateczna (1)

Uczeń:

- jest daleki od spełnienia wymagań stawianych przez program nauczania wf
- posiada bardzo niską sprawność motoryczną
- 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 celującą lub bardzo dobrą.

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.

100% aktywności na lekcji wf w danym miesiącu = ocena celująca

Zgłoszenie braku stroju, nieobecność lub niedyspozycja (2 razy w miesiącu) = ocena bardzo dobra

Dziewczęta w czasie niedyspozycji zwalniane są z wykonywania intensywnego wysiłku fizycznego, natomiast uczennica przebywa razem z klasą na lekcji, lecz nie bierze aktywnego udziału w zajęciach (wymagane jest odpowiednie zwolnienie z lekcji przygotowane przez rodzica/opiekuna).

Uczeń, który jest zwalniany z zajęć wychowania fizycznego na podstawie zwolnienia lekarskiego, może nie uczestniczyć w lekcji na pierwszych i ostatnich lekcjach w-f na podstawie zgody rodziców, którzy biorą w tym czasie pełną odpowiedzialność za ucznia (pisemna zgoda rodzica)

Uczeń który opuścił więcej niż 50% lekcji jest niesklasyfikowany. Dla takiej osoby może być przeprowadzony egzamin klasyfikacyjny. Sprawy dopuszczenia do egzaminu regulują odrębne przepisy (WSO)