

## Ocenianie przedmiotowe z wychowania fizycznego:

Wychowanie fizyczne jest przedmiotem obowiązkowym. Ma na celu wspieranie i doskonalenie wszechstronnego rozwoju ucznia (fizycznego, psychicznego, intelektualnego, emocjonalnego i społecznego). Utrwala nawyk uczestnictwa w aktywności fizycznej dla zdrowia i utrzymania sprawności fizycznej przez całe życie. Wpływa na wszechstronny rozwój organizmu, korygowanie wad postawy i stymuluje rozwój i funkcjonowanie układu ruchowego, sercowo-naczyniowego, oddechowego i nerwowego.

**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 o wymaganiach edukacyjnych i sposobach sprawdzania wiedzy i umiejętności.

### Obowiązki ucznia na lekcjach wychowania fizycznego

- a) przyniesienie stroju sportowego i przebranie się przed lekcją
- b) przestrzeganie regulaminu korzystania z obiektów, przyrządów i przyborów sportowych
- c) wykonywanie poleceń nauczyciela
- d) dodatkowo uczeń zwolniony z zajęć z powodu braku stroju do ćwiczeń jest zobowiązany do pomocy w przenoszeniu sprzętu na lekcji, sędziowanie ogólną pomoc w prowadzeniu lekcji.

**Na ocenę z wychowania fizycznego składają się:**

#### 1. Umiejętności

#### 2. Aktywność

#### 3. Systematyczność

#### 4. Postęp

#### 1. Umiejętności

##### a) Motoryka

Sprawdzian umiejętności motorycznych:

-szybkość, zwinność, skoczność, siła, gibkość, wytrzymałość

##### b) Technika

Koszykówka: wykonanie dwutaktu, podania i chwytu piłki

Siatkówka: odbicia sposobem górnym i dolnym i umiejętność zagrywki dowolnym sposobem

Gimnastyka: umiejętność wykonania przewrotu w przód i w tył. Lekkoatletyka: technika biegu i technika skoku

**Średnia ocen za umiejętności - ocena poprawności wykonania określonych elementów technicznych gier zespołowych i ćwiczeń gimnastycznych. Pod uwagę brane są możliwości ucznia oraz jego zaangażowanie i wysiłek.**

## **2. Aktywność**

a) **w postaci plusów** - za wszelkie przejawy aktywności podczas lekcji, tj. przygotowanie i prowadzenie rozgrzewki lub innej części lekcji, przygotowanie i przekazanie wiadomości z określonego zagadnienia, prawidłowe sędziowanie, protokołowanie, lub inna pomoc w organizacji lekcji.

b) **w postaci minusów** - za brak zaangażowania podczas wykonywanych ćwiczeń, nieprzestrzeganie zasad bezpieczeństwa, nie podporządkowywanie się poleceniom nauczyciela, nieprzestrzeganie zasady fair play.

**Ocena celująca** - same plusy, bez minusów,

**Ocena bardzo dobra** - duża liczba plusów z max. jednym minusem,

**Ocena dobra** - przewaga plusów nad minusami,

**Ocena dostateczna** - plusy i minusy w równowadze,

**Ocena dopuszczająca** - przewaga minusów nad plusami,

**Ocena niedostateczna** - same minusy.

## **3. Systematyczność**

**Ocena celująca** - obecny na wszystkich lekcjach

**Ocena bardzo dobra**-1-2 nieobecności

**Ocena dobra**-3-4 nieobecności

**Ocena dostateczna**-5-6 nieobecności

**Ocena dopuszczająca**-7-8 nieobecności

**Ocena niedostateczna-9 i więcej nieobecności.**

Nieobecność rozważana jest jako godzina nieusprawiedliwiona. Nauczyciel wychowania fizycznego może usprawiedliwić dwukrotnie nieobecność ucznia na lekcji, pomimo, iż był obecny tego dnia w szkole. Reszta nieobecności będzie traktowana jako nieusprawiedliwiona, co wpłynie **na obniżenie oceny za systematyczność**. Zwolnienie lekarskie usprawiedliwia godziny nieobecności nie wpływa na obniżenie oceny za systematyczność.

**Częste unikanie czynnego udziału w lekcji bez konkretnego uzasadnienia (powrót po chorobie, świeża kontuzja w trakcie diagnozy, jednorazowe złe samopoczucie potwierdzone przez rodziców), bądź zwolnienia lekarskiego jest traktowane jako brak systematyczności i wpływa na obniżenie oceny.**

#### **4. Postęp**

Badany próbami sprawności fizycznej, wybieranymi indywidualnie przez uczącego nauczyciela i przeprowadzanymi trzy razy w roku szkolnym.

**Ocena celująca** - poprawa wszystkich prób,

**Ocena bardzo dobra** - poprawa niektórych wyników bez obniżania pozostałych,

**Ocena dobra** - poprawa jednych a obniżenie innych prób,

**Ocena dostateczna** - obniżenie wyników niektórych prób bez poprawy innych,

**Ocena dopuszczająca** - pogorszenie wyników wszystkich prób,

**Ocena niedostateczna** - nieprzystąpienie do prób.

Dodatkowe działania uczniów wpływające na podwyższenie oceny z wychowania fizycznego:

Reprezentowanie szkoły w zawodach międzyszkolnych.

Udział w nieobowiązkowych pozalekcyjnych zajęciach rekreacyjno-sportowych.

Udział w organizowaniu imprez sportowych.

#### **Kryteria oceny z wychowania fizycznego**

**Ocena celująca (6) – wymagania wykraczające**

Uczeń:

Posiada zakres umiejętności i wiadomości wykraczający poza program nauczania danej klasy z zadań dodatkowych otrzymywał ocenę celującą.

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 nie budzi zastrzeżeń posiada prawidłowe nawyki higieniczno-zdrowotne

Szanuje i dba szkolny sprzęt sportowy i potrafi wykorzystać go zgodnie z przeznaczeniem

Wykazuje się bardzo dobrą znajomością przepisów gier sportowych.

**Ocena bardzo dobra (5) - wymagania dopełniające**

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 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.

Regularnie bierze udział w lekcjach wychowania fizycznego.

**Ocena dobra (4) - wymagania rozszerzające**

Uczeń:

Opanował umiejętności ruchowe, zawarte w programie nauczania, na poziomie podstawowym wykonując ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie.

Wykazuje dość dobre postępy w osobistym usprawnianiu.

Posiadane wiadomości potrafi wykorzystać w praktyce przy pomocy nauczyciela .Cechuje go pozytywny stosunek do przedmiotu i aktywna postawa na lekcji.

Zna i stosuje zasady higieny osobistej.

Nie wykazuje rażących błędów w zakresie wychowania społecznego (jest koleżeński i zdyscyplinowany)

### **Ocena dostateczna (3) – wymagania podstawowe**

#### Uczeń:

Opanował materiał programowy na przeciętnym poziomie ze znacznymi brakami

Wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy.

Posiada niepełne wiadomości z zakresu kultury fizycznej i nie potrafi ich wykorzystać w praktycznym działaniu.

Jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do kultury fizycznej budzi zastrzeżenia

Nie wykazuje aktywności na lekcjach

### **Ocena dopuszczająca (2) - wymagania konieczne**

#### Uczeń:

Nie opanował materiału w stopniu dostatecznym i ma poważne braki

Ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi W minimalnym stopniu opanował wiadomości z zakresu kultury fizycznej

Jest często nieprzygotowany do zajęć i wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu

Jego postawa społeczna budzi poważne zastrzeżenia

### **Ocena niedostateczna (1)**

Uczeń nie opanował podstawy programowej z w-f.

Jego stosunek do przedmiotu jest lekceważący

Nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu

Uczeń jest notorycznie nieprzygotowany do lekcji lub nieobecny

### Przygotowanie do lekcji

Uczeń dwa razy w półroczu może zgłosić nieprzygotowanie do lekcji bez usprawiedliwienia. Za każde kolejne nieprzygotowanie do lekcji uczeń otrzyma ocenę niedostateczną.

### ZASADY OCENIANIA

- Oceny na zakończenie półrocza lub roku szkolnego nie są średnią arytmetyczną ocen cząstkowych; średnia ta może być jedynie sugestią dla nauczyciela. Ocena roczna może stanowić średnią arytmetyczną ocen na pierwsze i drugie półrocze pod warunkiem, że uczeń na koniec każdego półrocza otrzymał ocenę minimum dopuszczającą.
- Uczeń ma prawo poprawić każdą ocenę.
- Uczeń zobowiązany jest poprawiać ocenę niedostateczną z testu lub sprawdzianu. Termin poprawy ustala nauczyciel w porozumieniu z uczniem.
- Ocena niedostateczna uzyskana w pierwszym terminie otrzymuje wagę przypisaną danej formie zaliczenia.
- Ocena z poprawy testów i sprawdzianów zostaje wstawiona do dziennika z wagą przypisaną danej formie zaliczenia.
- O ocenie śródrocznej i rocznej decyduje hierarchia ważności ocen oraz terminowe wywiązywanie się uczniów z wykonywania wymaganych zaliczeń i testów w półroczu. Dopuszcza się następujący system wagowy ocen:

Forma oceniania		Waga
Reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych	4	
Postęp		4
Systematyczność		4
Sprawdzian/test		3
Aktywność		3
inne formy zaliczenia materiału		2 lub 1

- Ocena śródroczna lub roczna wystawiana jest wg. następującego klucza:

Ocena śródroczna/roczna	Średnia ważona z ocen
Celujący	Powyżej 5,20
Bardzo dobry	4,71 - 5,20
Dobry	3,81 - 4,70
Dostateczny	2,81 - 3,80
Dopuszczający	1,81 - 2,80

Niedostateczny

0 - 1,80

\* nauczyciel uznaniowo ma prawo do wystawienia wyższej oceny śródrocznej lub rocznej niż wskazuje na to średnia z ocen (średnia ocen jest tylko sugestią dla nauczyciela).

Średnia ważona ma jedynie charakter pomocniczy, ponieważ końcowa ocena z przedmiotu jest ustalana indywidualnie dla każdego ucznia, z uwzględnieniem wielu aspektów jego pracy, a nie wyłącznie na podstawie wyliczeń matematycznych.