

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

Przedmiot: wychowanie fizyczne;

Klasa: IV – VIII;

Nauczyciel:

- mgr Anna Szykiewicz
- mgr Michał Ukleja

## SPOSOBY OCENIANIA OSIĄGNIĘĆ UCZNIÓW.

Sprawdzanie i ocenianie wiadomości i umiejętności odbywa się na bieżąco w czasie trwania dwóch semestrów.

Na ocenę śródroczną i roczną z wychowania fizycznego składa się:

- I. ocena z aktywności,
- II. ocena ze sprawdzianu umiejętności.
- III. ocena z przestrzegania zasad bezpieczeństwa;
- IV. ocena z wiadomości.

### **AD. I**

Ocena z aktywności - waga 3

Obejmuje ona:

1. Przygotowanie do lekcji (uczeń musi mieć na lekcji strój sportowy tj. biała koszulka, spodenki sportowe oraz obuwie zmienne sportowe). Podczas zajęć na dworze obowiązuje strój sportowy odpowiedni do warunków atmosferycznych. Można dwa razy w ciągu semestru zapomnieć stroju. Uczeń zgłasza nieprzygotowanie do lekcji nauczycielowi. Każdy kolejny jego brak to ocena niedostateczna (1). W dniu zapowiedzianego sprawdzianu nie wolno uczniowi wykorzystać nieprzygotowania do lekcji.
2. Systematyczność i frekwencja – wynikająca z aktywnego udziału w lekcji, wywiązywania się z powierzonych zadań. Uczeń oceniany jest przez nauczyciela znakiem „plus” za posiadanie właściwego stroju (patrz punkt wyżej) na każdej lekcji lub znakiem „minus” jeśli go nie posiada. Jeżeli uczeń uczestniczy we wszystkich lekcjach w danym miesiącu, otrzymuje ocenę celującą

100% uczestnictwa w lekcji + właściwy strój celujący

84% - 99% bardzo dobry

67% - 83% dobry

51% - 66% dostateczny

33% - 50 dopuszczający

Poniżej 32% niedostateczny

3. Wykonywanie poleceń nauczyciela związanych z przedmiotem, zaangażowanie;
4. Pomoc ucznia w organizacji i przeprowadzaniu zajęć;
5. Udział w zajęciach pozalekcyjnych (SKS) na terenie szkoły.
6. Udział w zawodach szkolnych i międzyszkolnych.

## **AD.II**

Sprawdziany umiejętności i sprawność fizyczna – waga 2

Ocenie podlegają przede wszystkim :

1. LA (biegi, rzuty) - ocenie podlega przyrost lub spadek sprawności fizycznej.
2. Gimnastyka ( poprawne wykonywanie ćwiczeń, na miarę swoich możliwości, estetyka ruchu, zaangażowanie)
3. Gry zespołowe (zestaw umiejętności technicznych i taktycznych).

Uczeń otrzymuje ocenę niedostateczną ze sprawdzianu wtedy, gdy odmawia jego wykonania. Jeżeli uczeń nie był obecny na sprawdzianie, lub gdy nie może wziąć w nim udziału ze względu na zwolnienie lekarskie, otrzymuje „0”, które musi w ciągu dwóch tygodni uzupełnić, po wcześniejszym ustaleniu terminu z nauczycielem. Jeżeli nie uzupełni braków w wyznaczonym, ustalonym czasie, otrzymuje ocenę niedostateczną.

## **AD.III**

Zasady bezpieczeństwa – waga 2

1. Postawa ucznia na lekcji wychowania fizycznego.
2. Znajomość oraz respektowanie zasady „fair play”.
3. Przestrzeganie regulaminu związanego z obiektami sportowymi.
4. Przestrzeganie zasad BHP na lekcji wf.

Ze względów bezpieczeństwa zabrania się posiadania na lekcji w czasie ćwiczeń zegarka oraz wszelkich ozdób /kolczyków, łańcuszków, bransoletek, pierścionków itp. oraz gumy do żucia/

## **AD.IV**

Ocena z wiadomości - waga 2

Obejmuje ona zakres szeroko pojętej kultury fizycznej, przepisów określonej dyscypliny sportowej oraz edukacji zdrowotnej. Poziom wiedzy sprawdzany będzie poprzez testy, odpowiedzi ustne, oceny z projektów.

Dodatkowo uczeń może uzyskać ocenę za osiągnięcie wybitnych wyników sportowych oraz przygotowanie i poprowadzenie rozgrzewki (waga 1).

*UWAGA: stopień trudności na sprawdzianach wzrasta w zależności od wieku i płci. Oceny zależą także od możliwości ucznia oraz jego wkładu pracy. Uczeń może poprawić jedynie ocenę niedostateczną, dopuszczającą oraz dostateczną, po ustaleniu terminu z nauczycielem.*

## **ZASADY ŚRÓDROCZNEGO ORAZ ROCZNEGO PODSUMOWANIA OSIĄGNIĘĆ EDUKACYJNYCH UCZNI**

Przy ustalaniu śródrocznej oceny z wychowania fizycznego nauczyciel bierze pod uwagę wszystkie uzyskane w danym śródroczu oceny cząstkowe, i wystawia ocenę poprzez wyliczenie średniej ważonej. Z kolei wystawiając ocenę roczną pod uwagę bierze się osiągnięcia ucznia w całym roku szkolnym, jednak ocena ta nie może być wyższa o dwa od oceny śródrocznej. Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego, należy w szczególności brać pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć.

Ocena śródroczna oraz roczna ustala się według skali:

5,51 – celujący

4,6 – 5,5 – bardzo dobry

3,6 – 4,59 – dobry

2,6 – 3,59 - dostateczny

1,75 – 2,59 - dopuszczający

Poniżej 1,74 - niedostateczny

## UWAGI KOŃCOWE:

- 1/ Dyrektor szkoły zwalnia ucznia z zajęć z wychowania fizycznego, na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach uczestniczenia ucznia w tych zajęciach, wydanej przez lekarza, oraz na czas określony w tej opinii. W przypadku zajęć wychowania fizycznego opinia lekarza powinna określać jakich ćwiczeń fizycznych uczeń nie powinien wykonywać oraz przez jaki okres.
- 2/ Z aktywnego uczestnictwa ucznia w lekcji może zwolnić nauczyciel wychowania fizycznego, na podstawie krótkoterminowego zwolnienia od lekarza, lub rodzica (prawnego opiekuna), tj. zwolnienia nie przekraczającego 30 dni.
- 3/ Jeżeli okres zwolnienia ucznia z zajęć wychowania fizycznego, uniemożliwia ustalenie śródrocznej lub rocznej oceny klasyfikacyjnej, w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się „zwolniony” albo „zwolniona”.
- 4/ 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 tych zajęciach oraz aktywność ucznia w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej.
- 5/ Niedyspozycja związana z miesiączką nie zwalnia uczennic z całkowitej aktywności na lekcji wychowania fizycznego, a jedynie z intensywności pracy na lekcji.

## KRYTERIA OCENIANIA

### *OCENA CELUJĄCA:*

- Uczeń aktywnie uczestniczy we wszystkich zajęciach lekcyjnych, zawsze ma strój sportowy;
- Przykładnie wykonuje ćwiczenia z zakresu wszystkich realizowanych na zajęciach dyscyplin sportowych
- Uzyskuje na sprawdzianach oceny celujące i bardzo dobre;
- Przestrzega regulaminu sali gimnastycznej, jest zdyscyplinowany;
- Aktywnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych;
- Godnie reprezentuje szkołę w międzyszkolnych zawodach sportowych odnosi na nich sukcesy;
- Jego kultura osobista jest godna naśladowania;

### *OCENA BARDZO DOBRA*

- Uczeń całkowicie opanował materiał programowy;
- Posiada duży zasób wiadomości z zakresu kultury fizycznej;
- Uczeń aktywnie uczestniczy we wszystkich zajęciach lekcyjnych (nie może uzyskać ani jednej oceny niedostatecznej za nieprzygotowanie do lekcji);
- W sprawdzianach uzyskuje bardzo dobre wyniki;
- Przestrzega regulaminu sali gimnastycznej, jest zdyscyplinowany;
- Bierze udział w pozalekcyjnych zajęciach sportowych;

### *OCENA DOBRA*

- Dysponuje dobrą sprawnością fizyczną;
- Zdarza się mu zapomnieć stroju, ale nie więcej niż trzy razy w półroczu;
- Przestrzega regulaminu sali gimnastycznej, jest zdyscyplinowany;
- Osiąga dobre wyniki ze sprawdzianów
- Ćwiczenia wykonuje prawidłowo, ale nie dość dokładnie, z małymi błędami technicznymi;
- Posiadane wiadomości z zakresu kultury fizycznej potrafi wykorzystać w praktyce, przy pomocy nauczyciela;
- Jego postawa społeczna i stosunek do kultury fizycznej nie budzi większych zastrzeżeń;

### *OCENA DOSTATECZNA*

- Czasami zapomina stroju sportowego;
- Wykonuje większość poleceń nauczyciela;
- Osiąga dostateczne wyniki na sprawdzianach;
- Ma braki w wymaganych umiejętnościach;
- Dysponuje przeciętną sprawnością motoryczną;
- Ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z większymi błędami technicznymi;
- W jego wiadomościach z zakresu kultury fizycznej są znaczne luki
- Przejawia pewne braki w zakresie wychowania społecznego, w swojej postawie, stosunku do kultury fizycznej.

### *OCENA DOPUSZCZAJĄCA*

- Nie opanował materiału programowego w stopniu dostatecznym i ma duże luki.
- Często nie nosi stroju sportowego, ma niechętny stosunek do lekcji;
- Ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi.;
- Łamie regulamin sali gimnastycznej, wykazuje negatywną postawę do przedmiotu;
- Jest mało sprawny motorycznie, osiąga minimalne (dopuszczające) wyniki na sprawdzianach;
- Na zajęciach z wychowania fizycznego przejawia poważne braki w zakresie wychowania społecznego, ma niechętny stosunek do ćwiczeń;
- Posiada małe wiadomości z zakresu kultury fizycznej, wykazuje brak nawyków higienicznych.

### *OCENA NIEDOSTATECZNA*

- Uczeń nie ćwiczy więcej niż połowa zajęć w semestrze, nie przynosi na zajęcia stroju sportowego;
- Nie wykonuje poleceń nauczyciela;
- Nie przestrzega zasad regulaminu sali gimnastycznej, nie stosuje zasad „fair play”;
- Na sprawdzianach jest nieobecny lub otrzymuje oceny niedostateczne;
- Na zajęciach z wychowania fizycznego wykazuje duże i rażące braki w zakresie wychowania, ma lekceważący stosunek do przedmiotu;
- Nie przejawia chęci do pracy nad swoją bardzo niską sprawnością fizyczną;
- Najprostsze ćwiczenia wykonuje z błędami, nie stara się naprawić tych błędów mimo zachęć i pomocy ze strony nauczyciela i współwiczących;