

## Przedmiotowy system oceniania z wychowania fizycznego

### 1. Obszary oceny z wychowania fizycznego:

1. Umiejętności
2. Poziom sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego
3. Wiadomości
4. Postawy, nastawienia i zachowanie
5. Frekwencja i przygotowanie do zajęć

#### Ad.1.1

**Umiejętności** – wybrane umiejętności techniczne, taktyczne, utylitarne, ruchowe, organizacyjne

Nauczyciel bierze pod uwagę;

- poprawność wykonania techniki i stosowanie taktyki (płynność oraz tempo przebiegu ćwiczenia, stopień trudności (podstawowy, rozszerzony), możliwości psychofizyczne ucznia oraz wkład jego pracy.
- umiejętność organizowania czasu wolnego, zawodów sportowo-rekreacyjnych, sędziowania, samokontroli.

Nauczyciel stosuje testy nauczycielskie zgodnie z planem pomiaru osiągnięć umiejętności ruchowych, organizacyjnych i utylitarnych, sprawdziany, organizuje wewnętrzne zawody i imprezy sportowo-rekreacyjne.

Uczeń podczas oceny ma prawo do dwóch lub trzech prób w zależności od rodzaju ćwiczeń. Oceniana jest zawsze próba lepsza.

#### Ad.1.2

**Poziom sprawności fizycznej** ucznia mierzony jest wybranym przez nauczyciela bądź ucznia testem sprawności fizycznej ( min. Międzynarodowy Test Sprawności Fizycznej, Eurofit, inne próby testowe) Uczeń po przeprowadzonym teście powinien dokonać samooceny swojej sprawności.

**Rozwój fizyczny** ucznia badany poprzez pomiary antropometryczne (wysokość, masa ciała), pomiary fizjologiczne (pojemność, życiową płuc, rytm oddechu, rytm tętna), wzrokowa ocena postawy ciała (wady postawy, proporcje, zakresy ruchów w stawach).

#### Ad.1.3

**Wiadomości** – wybrane zagadnienia edukacji prozdrowotnej, pierwszej pomocy, sportowej, rekreacyjnej zawarte w planie dydaktyczno – wychowawczym.

Nauczyciel ocenia wiadomości ucznia stosując zadania domowe, sprawdziany, testy, referaty, wypowiedzi, odpowiedzi, obserwację ucznia na zajęciach (wykonywanie zadań- wykorzystanie wiedzy w działaniu). W obszarze tym uczeń otrzymuje plusy, minusy lub ocenę w skali od 1-6.

## Oceny ze sprawdzianów

- I. Uczeń może uzyskać ze sprawdzianu ocenę w skali od 1-6
- II. Po otrzymaniu oceny niezadowolającej ze sprawdzianu uczeń ma możliwość poprawy w ciągu dwóch tygodni od daty wykonania zadania.
- III. Uczeń może poprawić ten sam sprawdzian jeden raz.

### Ad.1.4

**Postawy, nastawienia, zachownie** – ocenie podlega stosunek do wychowania fizycznego, stosunek do partnera i przeciwnika, aktywność, zaangażowanie, wartości.

Nauczyciel ocenia ten obszar obserwując ucznia. Nagradza aktywną postawę „plusami” bądź oceną bdb. (5 plusów odpowiada ocenie bdb). Uczeń może otrzymać plus za:

- zaangażowanie i aktywną postawę na zajęciach,
- ciekawą propozycję ćwiczeń, zabawy ruchowej, rozgrzewki i inne,
- pomoc uczniom słabszym, sportową postawę, stosowanie zasad fair-play,
- angażowanie się w „życie sportowe” szkoły, przynależność do klubów sekcji szkoły.

Zachowanie oceniane jest wg. punktowego systemu oceny z zachowania.

### Ad.1.5

#### **Frekwencja i przygotowanie do zajęć.**

Frekwencja i przygotowanie do zajęć wpływa w zdecydowany sposób na ocenę półroczną i roczną z wychowania fizycznego.

- I. Uczeń ma obowiązek usprawiedliwienia każdej nieobecności na zajęciach u nauczyciela w-f.
- II. Uczeń może być nieklasyfikowany, jeżeli brak jest podstaw ustalenia oceny klasyfikacyjnej z powodu nieobecności ucznia na zajęciach przekraczającej połowę czasu przeznaczanego na te zajęcia w szkolnym planie nauczania
- III. Uczeń może przed zajęciami zgłosić trzy razy w ciągu półrocza nie przygotowanie do lekcji bez konsekwencji – kolejny brak stroju oznacza ocenę niedostateczną.
- IV. Każdego ucznia obowiązuje strój sportowy; koszulka, obuwie sportowe, spodenki, dres.

2. **Ocena z wychowania fizycznego** wystawiana jest dwa razy w ciągu roku szkolnego (na pierwsze półrocze oraz koniec roku szkolnego) zgodnie z zasadami PSO w skali od 1-6.
3. Oceny klasyfikacyjne na pierwsze i drugie półrocze ustala się w stopniach wg. następującej skali:  
Niedostateczny -1  
Dopuszczający -2  
Dostateczny -3  
Dobry -4

Bardzo dobry -5

Celujący -6

4. Nauczyciel na początku roku informuje uczniów o wymogach edukacyjnych wynikających z realizowanego przez siebie programu nauczania oraz o sposobach sprawdzania wiedzy i umiejętności.
5. Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego należy brać w/w obszary oceniania.
6. Nauczyciel jest zobowiązany obniżyć wymagania edukacyjne dla ucznia, u którego stwierdzono specyficzne trudności w uczeniu się lub deficyty rozwojowe (opinia PPP, inna poradnia specjalistyczna)
7. W uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego.
8. Decyzję o zwolnieniu ucznia z zajęć podejmuje dyrektor szkoły na podstawie opinii lekarza.
9. W przypadku zwolnienia ucznia z zajęć w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się „zwolniony”.

### KRYTERIA OCENY UCZNIĄ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

#### CELUJĄCA

- Uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bdb.
- Swoją postawą daje przykład do naśladowania, prowadzi zdrowy i aktywny tryb życia
- Reprezentuje szkołę w zawodach sportowych.
- Aktywnie uczestniczy w życiu sportowym na terenie szkoły bądź też w innych formach działalności związanej z kulturą fizyczną.

#### 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 w zakresie 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 sportowych i zawodach sportowych.

#### DOBRA

- Uczeń w zasadzie 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 usprawnianiem, wykazuje stałe i dość dobre postępy w tym zakresie.
- Jego postawa społeczna i stosunek do kultury fizycznej nie budzi większych zastrzeżeń.
- Angażuje się w zajęcia o charakterze sportowo – rekreacyjnym.

#### 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.
- W jego wiadomościach z zakresu w-f są znaczne luki, a tych które ma nie umie wykorzystać w praktyce.
- Wykazuje małe postępy w usprawnianiu.
- Przejawia pewne braki w zakresie wychowania społecznego, w postawie i stosunku do kultury fizycznej.

#### DOPUSZCZAJĄCA

- Uczeń nie opanował materiału programowego w stopniu dostatecznym i ma poważne luki.
- Jest mało sprawny fizycznie
- Ćwiczenia wykonuje niechętnie z dużymi błędami technicznymi
- Posiada małe wiadomości z zakresu kultury fizycznej, nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną.
- Nie jest pilny i wykazuje bardzo małe postępy w usprawnianiu.
- Na zajęciach w-f przejawia poważne braki w zakresie wychowania społecznego, ma niechętny stosunek do zajęć.

#### NIEDOSTATECZNA

- Uczeń nie spełnia wymagań stawianych przez program.
- Wykonuje jedynie najprostsze ćwiczenia i w dodatku z rażącymi błędami.
- Nie posiada wiadomości z zakresu kultury fizycznej.
- Ma lekceważący stosunek do zajęć i nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu.
- Nie wykazuje chęci do uczestnictwa w zajęciach, nagminnie jest nieprzygotowany bądź opuszcza zajęcia