

# **KRYTERIA OCENY UCZNIĄ** **Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**

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

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

## Obowiązki ucznia na lekcjach wychowania fizycznego:

- przynoszenie stroju sportowego (biała koszulka, granatowe, czarne, niebieskie spodenki sportowe/dres i zmienne obuwie sportowe) i przebranie się przed lekcją w-f.
- przestrzeganie regulaminu korzystania z obiektów, przyrządów i przyborów sportowych
- wykonywanie poleceń nauczyciela

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);
- ocenę niedostateczną za negatywny stosunek do przedmiotu (niezdyscyplinowanie, stwarzanie zagrożenia na lekcji, odmowa wykonania ćwiczenia)

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. Trzy odnotowane minusy stają się oceną niedostateczną.

## **2. Przygotowanie do lekcji**

- 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.
- dodatkowo uczeń może być zwolniony z ćwiczenia na lekcji wychowania fizycznego przez rodzica/opiekuna prawnego z powodu przebytej choroby, jednak podczas lekcji zalicza materiał teoretyczny z w-f przygotowany przez nauczyciela na ocenę, przebywa na sali gimnastycznej lub boisku, a w przypadku zajęć w terenie jest zobowiązany przebywać na świetlicy.

## **3. Aktywność pozalekcyjna**

Uczeń może być gratyfikowany oceną celującą (awans do zawodów powiatowych i I – III miejsce w zawodach wyższej rangi), indywidualnych zawodach pozaszkolnych osiągając znaczące wyniki lub oceną bardzo dobrą za udział w zawodach szkolnych i między klasowych organizowanych przez szkołę.

## **II. Umiejętności z zakresu programu nauczania**

Ocenie podlegają:

1. umiejętności z zakresu programu nauczania:

- technika wykonywania ćwiczeń z gimnastyki
- wybrane elementy gier zespołowych
- lekkiej atletyki (bieg, skok, rzut – progres swoich wyników)
- pływania (w klasach, które uczestniczą w zajęciach na basenie)
- sprawność ogólna

2. poziom cech motorycznych

- testy szybkości
- testy skoczności
- testy wytrzymałości

3. wiedza z zakresu programu nauczania

- przepisy zespołowych gier sportowych
- przepisy bhp na lekcjach wf
- znajomość zasad fair play
- wybrane wiadomości z zakresu edukacji zdrowotnej
- elementy higieny człowieka (związane z w-f)
- prawidłowa terminologia w określaniu nazw przyrządów, przyborów oraz ćwiczeń.

W przypadku trudności z opanowaniem materiału wynikającej z długotrwałej choroby, uczeń ma możliwość zaliczenia umiejętności podlegających ocenie w danym semestrze nie później niż dwa tygodnie przed klasyfikacyjnym posiedzeniem Rady Pedagogicznej.

Uczeń, który nie ma możliwości zaliczenia sprawdzianu w terminie powinien zaliczyć go na następnej lekcji z tej dyscypliny lub w innym terminie ustalonym z nauczycielem.

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 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**

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, zajmując punktowane miejsca, posiada klasę sportową
- ✓ zawsze posiada właściwy strój, dostosowany do wymogów lekcji w-f 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**

Uczeń:

- ✓ całkowicie opanował materiał programowy
- ✓ 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 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 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**

Uczeń:

- ✓ w dobrym stopniu opanował materiał programowy
- ✓ 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**

Uczeń:

- ✓ opanował materiał programowy na przeciętnym poziomie ze znacznymi lukami
- ✓ 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

Uczeń:

- ✓ nie opanował materiału programowego w stopniu dostatecznym i ma poważne luki
- ✓ 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

### Niedostateczna

Uczeń:

- ✓ jest daleki od spełnienia wymagań stawianych przez program nauczania w-f
- ✓ 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 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.