

# **PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO W KLASACH IV – VIII**

## **Wymagania ogólne na lekcjach wychowania fizycznego**

### **Obowiązki ucznia na lekcjach wychowania fizycznego:**

- przynoszenie stroju sportowego (koszulka, spodenki sportowe lub dres i obuwie sportowe na jasnej podeszwie) i przebranie się przed lekcją, dbanie o higienę ciała i stroju,
- aktywne uczestnictwo podczas lekcji,
- terminowe przystępowanie do sprawdzianów, w razie nieobecności zaliczanie sprawdzianów w ciągu dwóch tygodni od powrotu do szkoły,
- usprawiedliwianie nieobecności na najbliższej lekcji wf od przyjscia do szkoły,
- dostarczenie zwolnienia lekarskiego od lekarza specjalisty do końca września w przypadku stałej niedyspozycji zdrowotnej (decyzje o zwolnieniu ucznia z zajęć podejmuje dyrektor szkoły),
- dostarczenie zwolnienia lekarskiego od lekarza specjalisty do końca września z wybranych ćwiczeń do nauczyciela wf,
- dopuszczalna ilość zwolnień od rodziców w ciągu semestru to 4 godz. lekcyjne,
- przestrzegania regulaminu korzystania z obiektów , przyrządów i przyborów sportowych (używanie sprzętu zgodnie z przeznaczeniem, za zniszczony sprzęt odpowiada uczeń),
- przestrzeganie zasad BHP, fair play, zdyscyplinowanie, współpraca z grupą,
- wykonywanie poleceń nauczyciela,
- zakaz wnoszenia i korzystania z komórek oraz innych urządzeń (np. mp3, głośniki itp.) podczas zajęć wychowania fizycznego.

## Kryteria oceny 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 w lekcjach, a także za pomoc nauczycielowi (np. pokaz, przeprowadzenie rozgrzewki propozycje ciekawych rozwiązań dotyczących tematu lekcji).

**Ocenę niedostateczną** za negatywny stosunek do przedmotu (niezdyscyplinowanie, stwarzanie zagrożenia na lekcji, odmowa wykonania ćwiczenia).

Nauczyciel może również nagradzać ucznia za aktywną postawę na lekcji **plusem (+)** pięć zebranych **plusów** staje się oceną bardzo dobrą.

Nauczyciel może upomnieć ucznia **minusem (-)** za negatywny stosunek do ćwiczeń na danej lekcji, złe zachowanie, brak poszanowania sprzętu. Pięć odnotowanych minusów staje się oceną niedostateczną.

### 2. Przygotowanie do lekcji

- uczeń w semestrze może zgłosić nieprzygotowanie do zajęć w wymiarze dwóch godzin z powodu braku stroju lub złego samopoczucia. Za każde kolejne, nieusprawiedliwione nieprzygotowanie uczeń otrzymuje ocenę niedostateczną,

- ucieczka z lekcji jest traktowana jak nieprzygotowanie,

- jeżeli uczeń na lekcji kontrolnej nie ma stroju lub jest niobecny musi uzupełnić sprawdzian na najbliższej lekcji wf, lub w terminie wyznaczonym przez nauczyciela.

### **3. Aktywność pozalekcyjna**

- uczeń może być gratyfikowany oceną bardzo dobrą lub celującą za udział w zajęciach pozalekcyjnych i reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych, osiągając wysokie wyniki sportowe, zajmowanie punktowanych miejsc w zawodach ogólnopolski, wojewódzkich, posiadanie klasy sportowej.

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

- **Ocenie podlegają**

1. Umiejętności z zakresu programu nauczania

- technika wykonania ćwiczenia z gimnastyki,
- wybrane elementy gier zespołowych, lekkiej atletyki,
- sprawność ogólna

2. Poziom cech motorycznych

- sprawdziany: siły, szybkości, wytrzymałości, skoczności

3. Wiedza z zakresu programu nauczania

- przepisy zespołowych gier sportowych,
- przepisy BHP na lekcjach wf,
- znajomość zasad fair play,
- elementy higieny człowieka (związane z wf),
- prawidłowa terminologia w określeniu nazw przyrządów, przyborów oraz ćwiczeń.

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

### **Ocena celująca (6)**

**Uczeń spełnia wszystkie wymagania przynajmniej na ocenę bardzo dobra (5).** Jego poziom opanowania umiejętności technicznych znacznie przewyższa wymagania. Regularnie bierze udział w lekcjach wychowania fizycznego (100% obecności), 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.

### **Ocena bardzo dobra (5)**

Uczeń zawsze posiada właściwy strój. Regularnie bierze udział w lekcjach wychowania fizycznego jest aktywny podczas lekcji, chętnie i zaangażowaniem wykonuje powierzone mu zadania. Posiada prawidłowe nawyki higieniczno – zdrowotne. Szanuje i dba o szkolny sprzęt sportowy i potrafi wykorzystać go zgodnie z przeznaczeniem. Wykazuje bardzo dobrą znajomość przepisów gier sportowych i umiejętność pomocy przy ich organizacji. Całkowicie opanował materiał programowy, jest bardzo sprawny fizycznie. Ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, 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, przestrzega zawsze zasad BHP i „fair play”.

#### **Ocena 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. 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.

#### **Ocena 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.

#### **Ocena dopuszczająca (2)**

Uczeń nie opanował w dostatecznym stopniu materiału programowego. Jest mało sprawny fizycznie. Ćwiczenia wykonuje niechętnie z dużymi błędami technicznymi. 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.

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

Uczeń w stopniu minimalnym opanował program nauczania wf. Wykazuje niską sprawność motoryczną, 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. Stosunek ucznia do kultury fizycznej i jego postawa społeczna są negatywna.

Opracowali:

Nauczyciele wychowania fizycznego

Bogdan Żuchliński

Bartosz Winiarski

Dorota Kwaśniewska