

WYMAGANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

1. Postanowienia ogólne

1.1 Ocena z przedmiotu wychowanie fizyczne jest sumą wysiłku wkładanego przez ucznia w podnoszenie swojej sprawności psychomotorycznej, jego zaangażowania i aktywności, systematycznego uczestnictwa w zajęciach i frekwencji, jak również postępu uzyskanego w sprawdzianach umiejętności oraz reprezentowanie szkoły na zawodach sportowych.

Zgodnie z § 9 rozporządzenia w sprawie warunków i sposobu oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów... podstawowym przedmiotem oceny z wychowania fizycznego jest wysiłek ucznia. Ranga pozostałych właściwości ucznia (umiejętności i wiadomości) może być indywidualnie ustalana przez nauczyciela, przy czym warto pamiętać, iż w wielu przypadkach ocena postępu np. umiejętności, ma bardziej motywujący charakter niż ocena poziomu umiejętności, jako przedmiot oceny. (T. Frołowicz).

Przedmiotem oceniania w całym roku szkolnym są wskaźniki wysiłku:

- Aktywność
- Postawa i Systematyczność
- Umiejętności i Wiadomości
- Aktywność dodatkowa

2. Kontrakt z uczniem

2.1 Nauczyciel ma prawo na każdej lekcji ocenić aktywność ucznia, jego postawę względem kultury fizycznej oraz sprawdzić wiedzę i umiejętności ucznia.

2.2 Zakres oceny:

2.2.1 **AKTYWNOŚĆ** (zaangażowanie): funkcją aktywności jest wdrażanie ucznia do podejmowania maksymalnego wysiłku, inicjatywy i samodzielności, samokontroli oraz samooceny. Ocenie podlega indywidualny wkład aktywności fizycznej ucznia – wysiłek włożony w wykonanie zadania ruchowego oraz umiejętności współdziałania z partnerem, zespołem i nauczycielem. Nauczyciel może oceniać plusami bądź minusami, które zapisuje w swoim zeszycie wcześniej informując ucznia o wpisie, dodatkowo oceniani są ocenami cząstkowymi. Plusy uzyskuje się za:

- wykonanie ćwiczeń i zadań w sposób zbliżony do swoich maksymalnych możliwości,
- pozytywną inwencje twórczą, obowiązkowość, sumienność, zdyscyplinowanie i życzliwy stosunek do innych,

- aktywny udział w zajęciach i współuczestnictwo w ich organizacji,
 - zastosowanie we właściwy sposób swojej wiedzy i umiejętności,
 - zdyscyplinowanie, przestrzeganie zasad fair play
 - stosowanie odpowiednich zabiegów higienicznych
- Za trzy plusy uczeń otrzymuje ocenę bardzo dobrą. Minusy

uzyskuje się za:

- niechęć do podejmowania wysiłku na miarę możliwości ucznia,
- unikanie ćwiczeń i zaangażowania bez uzasadnionego powodu,

Za trzy minusy uczeń otrzymuje ocenę niedostateczną.

Uczeń, który podczas przebywania na bloku sportowym stwarza niebezpieczeństwo dla siebie lub innych, nie przestrzega dyscypliny, regulaminu korzystania z sali gimnastycznej i zasad BHP na lekcji, lub nie szanuje mienia szkolnego otrzymuje punkty ujemne zgodnie z punktowym systemem oceniania zachowania.

2.2.2 POSTAWA I SYSTEMATYCZNOŚĆ: ocenie podlega głównie frekwencja, w celu wdrażania ucznia do systematycznego uczestnictwa w zajęciach wychowania fizycznego w aspekcie wychowawczym i zdrowotnym. Nauczyciel ma prawo ocenić przygotowanie się do zajęć, estetyczny wygląd i odpowiedni strój sportowy (biała koszulka, ciemne spodenki, białe skarpetki, buty sportowe na białej lub kauczukowej podeszwie nierysujące parkietu, gumka do związania włosów), oraz ilość godzin aktywnego uczestnictwa ucznia na zajęciach wychowania fizycznego. Uczeń może być dwa razy w semestrze nieprzygotowany do lekcji bez żadnych konsekwencji, po powiadomieniu nauczyciela przed rozpoczęciem zajęć. Za każdym razem otrzymuje stosowny wpis: „**np**” (nieprzygotowanie do zajęć) – „**bs**” (brak stroju). Za trzecim i każdym kolejnym razem nieprzygotowanie do zajęć oraz spóźnienia na lekcję wpływają na miesięczną ocenę z Postawy i Systematyczności na lekcji WF.

2.2.3 UMIEJĘTNOŚCI I WIADOMOŚCI:

Testy i sprawdziany oceniają sprawność fizyczną i umiejętności sportowe każdego ucznia. Każdy uczeń z testu postępu sprawności fizycznej, oceniany jest według indywidualnych predyspozycji i umiejętności z uwzględnieniem poprzedniego wyniku (w szczególności z LA).

Pod uwagę brany jest wysiłek, jaki uczeń włożył w stosunku do swych możliwości po to, by jego wyniki były jak najlepsze. W sprawdzianie umiejętności sportowych, ocenie podlega poprawność wykonania określonych elementów technicznych gier zespołowych, ćwiczeń gimnastycznych, lekkiej atletyki, rytmu – tańca oraz zakresu wiedzy, które są przekazywane

na lekcji. Technika indywidualna oceniana podczas gier. Nauczyciel ocenia wszystkie testy i sprawdziany, jakie przeprowadził w danym semestrze. Uczeń, który z przyczyn losowych nie brał udziału w sprawdzianie (choroba lub rekonwalescencja), wyjątek stanowi lekarskie oświadczenie o przeciwwskazaniach, ma prawo i powinien zaliczyć go w późniejszym terminie (do końca danego semestru).

Wiadomości ucznia oceniane są w trakcie bezpośrednich zajęć ze znajomości przepisów gier i zabaw, jak również na podstawie kartkówek z wiedzy o sporcie, bhp, profilaktyce zdrowia, udzielaniu pierwszej pomocy. Ponadto nauczyciel może ocenić umiejętności organizacyjne, organizacja zawodów sportowych i imprez sportowo – rekreacyjnych, organizacyjne na lekcji, prowadzenie rozgrzewki, sędziowanie, znajomość przepisów i założeń taktycznych, zasad gier i zabaw ruchowych oraz rekreacyjnych.

2.2.4 AKTYWNOŚĆ DODATKOWA: Ocenianiu podlega zaangażowanie dodatkowe ucznia w sport i rekreację, uczestnictwo w zajęciach dodatkowych i zawodach sportowych.

Kryterium to ma na celu wspieranie i rozwijanie talentów wybitnych uczniów, poprzez nagradzanie ich wysoką oceną za godne reprezentowanie swojej klasy lub szkoły na zawodach sportowych. Ocenie podlega każdy udział ucznia w zawodach sportowych reprezentując naszą szkołę, pomoc w organizacji imprez sportowych na terenie szkoły, oraz przygotowywanie materiałów dydaktycznych (prezentacje, gazetki).

Uczniowie oceniani są ocenami częściowymi 5 i 6. Częstkową ocenę **celującą** (6) uczeń uzyskuje, gdy:

- Godnie i właściwie reprezentuje swoją szkołę i odnosi sukcesy w reprezentowaniu szkoły, występując w zawodach różnych dyscyplin sportowych.
- Systematycznie uczestniczy w dodatkowych sportowych zajęciach na terenie szkoły.
- Angażuje się w prowadzenie lub pomaga w opracowaniu materiałów dydaktycznych (kroniki sportowej, referat, album, prezentacja multimedialna, gazetka ścienna) i wykonana praca ma wysoką wartość merytoryczną i estetyczną.
- Uczeń otrzymuje jednorazowo częściową ocenę celującą za znaczący sukces sportowy (pierwsze miejsca) udokumentowany dyplomem, medalem lub zaświadczeniem od trenera/ instruktora.

Częstkową ocenę **bardzo dobrą** (5) uczeń uzyskuje, gdy:

- Bierze udział w reprezentowaniu szkoły, występując w zawodach różnych dyscyplin Sportowych.

- Sporadycznie uczestniczy w dodatkowych zajęciach sportowych.
- Pomaga w organizowaniu imprez sportowych na terenie szkoły.

2.3 Udział w zawodach NIE JEST PODSTAWĄ do wystawienia OCENY CELUJĄCEJ na semestr lub koniec roku szkolnego.

2.4 TRENOWANIE w klubie sportowym nie jest równoznaczne z otrzymaniem oceny celującej na semestr lub koniec roku szkolnego.

2.5 Rodzic jest zobowiązany powiadomić nauczyciela wychowania fizycznego o problemach zdrowotnych będących przeciwwskazaniem bądź ograniczeniem pełnego uczestnictwa w lekcjach wychowania fizycznego. Rodzic bierze pełną odpowiedzialność za nie poinformowanie nauczyciela wychowania fizycznego o stanie zdrowia dziecka.

2.6 W uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony z realizacji zajęć wychowania fizycznego. Decyzję o zwolnieniu ucznia na wniosek rodziców podejmuje dyrektor szkoły na podstawie opinii wydanej przez lekarza.

3. Przy wystawianiu oceny nauczyciel uwzględnia kryteria ustalania ocen z wychowania fizycznego:

Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który:

Uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą, ponadto:

- samodzielnie i systematycznie zdobywa i prezentuje wiedzę i umiejętności, twórczo rozwija swoje zainteresowania i uzdolnienia poprzez aktywny udział w życiu sportowym na terenie szkoły oraz w innych formach działalności związanej z kulturą fizyczną (w klubach sportowych, kołach lub ogniskach sportowych – działania udokumentowane: dyplomy, medale, zaświadczenia z klubu);
- samodzielnie rozwiązuje nietypowe problemy w zakresie programu nauczania danej klasy, prowadzi samodzielnie część wstępną lekcji, proponuje nowe formy ruchu i ćwiczenia;
- aktywnie i systematycznie uczestniczy w dodatkowych zajęciach pozalekcyjnych rozwijających jego uzdolnienia;
- bierze udział w rozgrywkach wewnątrzszkolnych i odnosi sukcesy;
- prezentuje postawę fair play i jest wzorem dla innych uczniów;
- potrafi wykorzystać zdobytą wiedzę w działaniach prozdrowotnych szkoły;
- pełni funkcję organizatora sportu.
- optymalnie i systematycznie podejmuje wysiłek fizyczny na maksymalnym, osiąganym dla siebie poziomie

Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który:

- opanował pełen zakres umiejętności i wiedzy określony wymaganiami edukacyjnymi programu nauczania przedmiotu w danej klasie;
- jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego nie budzą najmniejszych zastrzeżeń. Systematycznie pracuje w ciągu roku (semestru);
- jest aktywny, wkłada maksymalny wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego,
- wykazuje pozytywny stosunek do przedmiotu oraz aktywnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych;
- regularnie bierze udział w rozgrywkach wewnątrzszkolnych. Godnie i właściwie reprezentuje siebie i swoją klasę;
- ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie, zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie;
- posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej, edukacji zdrowotnej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu;
- jest zawsze przygotowany do zajęć, dba o higienę osobistą;
- osiąga sukcesy na miarę swoich możliwości i wykazuje znaczący postęp w podnoszeniu swojej sprawności i umiejętności taktycznych.

Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który:

- 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 nieznacznej pomocy nauczyciela;
- cechuje go pozytywny stosunek do przedmiotu i aktywna postawa na lekcji, sporadycznie odstępuje od systematycznej pracy w ciągu roku (semestru);
- zna i stosuje zasady higieny osobistej;
- nie wykazuje rażących błędów w zakresie wychowania społecznego (jest koleżeński i zdyscyplinowany).

Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który:

- opanował materiał programowy na podstawowym poziomie ze znacznymi brakami;
- wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy;
- ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi;

- posiada niepełne wiadomości z zakresu kultury fizycznej i nie potrafi ich wykorzystać w praktycznym działaniu;
- przejawia braki w zakresie wychowania społecznego, w postawie i stosunku do przedmiotu;
- sporadycznie jest nieprzygotowany do lekcji;
- nie wykazuje aktywności na lekcjach.

Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który:

- nie opanował materiału w stopniu dostatecznym i ma poważne braki, posiada wiadomości i umiejętności niezbędne do kontynuowania nauki;
- ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi;
- jego wiadomości z przedmiotu są niewystarczające, nie zawsze rozumie i stosuje przyswojone treści;
- niesystematycznie bierze udział w zajęciach i wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu;
- jest często nieprzygotowany do zajęć;
- jego postawa społeczna budzi poważne zastrzeżenia.

Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który:

- nie opanował niezbędnego minimum wiadomości i umiejętności stawianych w podstawie programowej;
- najprostsze ćwiczenia wykonuje z rażącymi błędami;
- nie wykonuje typowych ćwiczeń i zadań o niewielkim stopniu trudności, nawet przy wydatnej pomocy nauczyciela;
- często świadomie odmawia wykonania ćwiczeń;
- charakteryzuje się niewiedzą z zakresu kultury fizycznej;
- jego stosunek do przedmiotu jest lekceważący, a postawa na lekcji nieodpowiednia – utrudniająca sprawne i bezpieczne prowadzenie zajęć;
- nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu popartych brakiem woli.

Obszar oceny		SZKOŁA PODSTAWOWA Kryteria 4 godz./tyg. – około 16 godz./tyg.						
Systematyczność Regularność	Regularność uczestnictwa na lekcjach WF Uczeń nieobecny - NB Uczeń niećwiczący – NC / BS Uczeń niedysponowany – ND Uczeń spóźniony -SP Nieobecność do 2 tygodni (choroba/ zwolnienie lekarskie) – maksymalna ocena bardzo dobra. Nieobecność 3 tygodnie i więcej (choroba/ zwolnienie lekarskie) – brak oceny		O ocenie decyduje liczba NB, NC, ND, SP, BS					
			6 cel	5 bdb	4 db	3 dst	2 dop	1 ndst
			0	1-2	3-5	6-8	9-12	>13
Umiejętności Wiadomości	Ruchowe	Umiejętności z indywidualnych i zespołowych form aktywności ruchowej: techniczne, taktyczne, utylitarne, zdrowotne i twórcze oceniane podczas wykonywanej aktywności. W tym obszarze stosujemy indywidualizację!					Samoocena Ocena	
	Inne	Poziom umiejętności organizacyjnych, umiejętność prowadzenia rozgrzewki, fragmentu lekcji, sędziowania, organizacji zawodów, imprez itp.						
	Praktyczne stosowanie wiedzy	Poziom opanowania wiedzy z 4 bloków tematycznych podstawy programowej.						
Aktywność Zaangażowanie	Uczeń może otrzymać minus za brak zaangażowania, pracę poniżej swoich możliwości lub za niewykonywanie poleceń nauczyciela. W tym dziale realizowane są wymagania z podstawy programowej w zakresie kompetencji społecznych.		O ocenie decyduje liczba minusów					
			6 cel	5 bdb	4 db	3 dst	2 dop	1 ndst
			0	1-2	3-5	6-8	9-12	>13
Aktywność dodatkowa	Sport	Przez aktywność dodatkową w obszarze sport należy rozumieć udział ucznia w zawodach sportowych (SZS) oraz w udokumentowanej, pozaszkolnej aktywności ruchowej w klubach sportowych. W tym obszarze uczeń promowany jest tylko ocenami 5 lub 6. Celująca ocena = wybitne osiągnięcia sportowe.						
	Rekreacja	Przez aktywność dodatkową w obszarze rekreacja należy rozumieć udział ucznia w organizacji imprez szkolnych o charakterze rekreacyjnym, prowadzenie kroniki, gazetki, strony WWW itp. W tym obszarze uczeń promowany jest tylko ocenami 5 lub 6.						