

## **Przedmiotowy system oceniania z wychowania fizycznego w klasach IV – VIII**

Ocena z wychowania fizycznego powinna być obiektywna i zindywidualizowana. Zawierać powinna indywidualne możliwości ucznia oraz jego zaangażowanie w pracę nad sobą. Należy w szczególności brać pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć, możliwości ucznia, jego aktywność w proponowanych formach oraz umiejętności. Przy ustalaniu ocen z WF, oprócz wysiłku wkładanego przez ucznia w wykonywanie ćwiczeń uwzględnia się jego systematyczny udział w zajęciach oraz aktywność w działaniach szkoły na rzecz kultury fizycznej.

### **Założenia ogólne:**

1. Ocenianie z wychowania fizycznego jest integralną częścią wewnątrzszkolnego systemu oceniania szkoły.
2. Ocena z wychowania fizycznego może być podniesiona za dodatkową aktywność ucznia np.: udział w zajęciach dodatkowych, zawodach sportowych, turniejach pozaszkolnych, konkursach plastycznych o tematyce sportowej.
3. Obniżenie oceny z wychowania fizycznego następuje wskutek negatywnej postawy ucznia np.: częste braki stroju, niesystematyczne ćwiczenie, sporadyczne uczestniczenie w sprawdzianach, brak właściwego zaangażowania w czasie poszczególnych lekcji.
4. Uczeń może być zwolniony z wychowania fizycznego decyzją dyrektora szkoły na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach uczestniczenia w tych zajęciach, wydanej przez lekarza.
5. W przypadku zwolnienia ucznia z zajęć wychowania fizycznego na okres uniemożliwiający wystawienie oceny, zamiast stopnia nauczyciel wpisuje zwolniony.
6. Ocena semestralna lub roczna ustalana jest na podstawie ocen cząstkowych za określony poziom wiadomości, umiejętności i kompetencji społecznych.
7. Ocena semestralna lub roczna wystawiana będzie na podstawie ocen ważonych.

waga 3 – udział w zawodach sportowych jako reprezentacja szkoły

waga 2 – sprawdziany wiadomości i umiejętności

waga 1 – aktywność, strój

8. Oceny cząstkowe za określony poziom wiadomości, umiejętności i kompetencji społecznych będą realizowane wg następującej skali ocen:

2 – dopuszczający

3 – dostateczny

4 – dobry

5 – bardzo dobry

6 - celujący

### **Kontrakt z uczniem:**

1. Uczeń ma obowiązek poznać zasady bhp na lekcji wychowania fizycznego i przestrzegać je.
2. Uczeń ma obowiązek posiadać na lekcji wychowania fizycznego strój sportowy, obuwie sportowe ( dostosowane tylko do ćwiczeń na sali gimnastycznej ).
3. Wstęp na salę gimnastyczną tylko w obuwiu sportowym.
4. Przy ocenie z przedmiotu nauczyciel uwzględni: czynne uczestnictwo w lekcji, sumienne i staranne wywiązywanie się z obowiązków wynikających z przedmiotu, zaangażowanie w przebieg lekcji, przygotowanie do zajęć, właściwy stosunek do przeciwnika i własnego ciała, opanowanie wiadomości i umiejętności przewidzianych dla poszczególnych klas zgodnie z indywidualnymi możliwościami i predyspozycjami, dokonywanie samooceny i samokontroli własnej sprawności fizycznej, aktywności na lekcji, udział w konkursach sportowych szkolnych i poza szkolnych oraz udział w zajęciach klubu sportowego.
5. Nieprzygotowanie do zajęć (brak stroju) uczeń ma obowiązek w ciągu tygodnia poprawić pracą pisemną dotyczącą wybranej tematyki.
6. Uczniowie, niećwiczący mają obowiązek pomagać w organizacji lekcji nauczycielowi.
7. Zwolnienie z ćwiczeń na lekcji wychowania fizycznego nie zwalnia ucznia z obecności na tej lekcji.
8. Uczeń, który ma zwolnienie lekarskie może być zwolniony z lekcji, jeżeli jest to jego pierwsza lub ostatnia lekcja, po uprzednim przedstawieniu nauczycielowi oświadczenia rodziców, że w tym czasie biorą za niego odpowiedzialność.
9. Możliwość uczestniczenia ucznia w zajęciach wychowania fizycznego z ograniczeniem wykonywania niektórych, wskazanych przez lekarza ćwiczeń fizycznych.

10. Za rzeczy wartościowe pozostawione przez ćwiczących w szatni dyrekcja szkoły oraz prowadzący zajęcia nie odpowiadają.
11. Uczeń ma zakaz wnoszenia na lekcję wychowania fizycznego: odtwarzaczy, telefonów komórkowych oraz artykułów spożywczych i ich spożywania.
12. Uczeń ma obowiązek zaliczania poszczególnych elementów obejmujących program nauczania.
13. Uczniowie nie mają prawa przebywać na sali gimnastycznej w czasie przerwy bez opieki nauczyciela.
14. Wychodzenie ucznia z lekcji możliwe jest jedynie za zgodą nauczyciela.
15. Uczniowie mają obowiązek dbać o sprzęt sportowy, jak i o ład i porządek w szatniach.

### **Ocenianie odbywa się za pomocą:**

1. Obserwacji ucznia: przygotowanie do lekcji-strój sportowy, współdziałanie w grupie, przygotowywanie dodatkowych ćwiczeń, pomoc w rozkładaniu i sprzątaniu sprzętu sportowego
2. Testów sprawności fizycznej oraz sprawdzianów umiejętności ruchowych
3. Sprawdzianów wiadomości
4. Aktywności
5. Udziału w konkursach sportowych
6. Udziału w imprezach sportowych na terenie Poznania i województwa

### **Kryteria oceniania:**

#### **1) Ocena celująca**

Ocenę celującą na pierwszy semestr lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń który:

- a) jest zawsze przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój
- b) charakteryzują się wysokim poziomem kultury osobistej
- c) bardzo chętnie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej
- d) reprezentują szkołę w zawodach sportowych na poziomie wojewódzkim
- e) w sposób ponad bardzo dobry wykonuje wszystkie ćwiczenia w czasie lekcji,
- f) w sposób bezwzględny stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego
- g) zalicza wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania bez jakichkolwiek błędów technicznych i taktycznych
- h) uzyskuje bardzo znaczny postęp w kolejnych próbach sprawnościowych np. w ciągu roku szkolnego
- i) potrafi wykonać ćwiczenia o znacznym stopniu trudności

j) stosuje wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych i zespołowych które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego

## **2) Ocena bardzo dobra**

Ocenę bardzo dobrą na pierwszy semestr lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń który:

- a) jest zawsze przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, ale sporadycznie nie bierze udziału w lekcjach z różnych powodów
- b) charakteryzują się wysokim poziomem kultury osobistej
- c) chętnie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej
- d) reprezentują szkołę w zawodach sportowych na poziomie miejskim
- e) w sposób bardzo dobry wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji
- f) pokazuje i demonstrowa niektóre umiejętności ruchowe
- g) zalicza prawie wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania bez większych błędów technicznych i taktycznych
- h) potrafi wykonać ćwiczenia o znacznym stopniu trudności
- i) stosuje opanowane umiejętności ruchowe w czasie gry właściwej w trakcie zajęć
- j) stosuje prawie wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych i zespołowych które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego

## **3) Ocena dobra**

Ocenę dobrą na pierwszy semestr lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń który:

- a) jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego (m.in. posiada strój sportowy), ale zdarza się mu nie brać udziału w lekcjach z różnego powodu
- b) charakteryzują się wysokim poziomem kultury osobistej
- c) nie uczęszcza na zajęcia sportowo – rekreacyjne
- d) w sposób dobry wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji
- e) nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowe
- f) wykonuje określone próby sprawności fizycznej na ocenę dobrą
- g) wykonuje ćwiczenia nie zawsze zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych
- h) potrafi wykonać ćwiczenia o przeciętnym stopniu trudności
- i) nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowych w czasie gry właściwej lub szkolnej
- J) stosuje prawie wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych i zespołowych które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego

## **4) Ocena dostateczna**

Ocenę dostateczną na pierwszy semestr lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń który:

- a) jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego (m.in. posiada strój sportowy), ale często zdarza się mu nie brać udziału w lekcjach z różnego powodu

- b) charakteryzują się przeciętnym poziomem kultury osobistej
- c) często używa nieodpowiednich sformułowań w kontaktach z rówieśnikami i nauczycielem
- d) nie uczęszcza na zajęcia sportowo – rekreacyjne
- e) w sposób dostateczny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji
- f) nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowe, nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki
- g) wykonuje określone próby sprawności fizycznej na ocenę dostateczną, duże błędy techniczne i taktyczne podczas prezentowanych umiejętności
- h) nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych np. w ciągu roku
- i) wykonuje ćwiczenia prawie zawsze niezgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych
- j) wykazuje się przeciętnym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych

### **5) Ocena dopuszczającą**

Ocenę dopuszczającą na pierwszy semestr lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń który:

- a) bardzo często jest nie przygotowany do zajęć lekcyjnych, zapomina stroju
- b) charakteryzują się niskim poziomem kultury osobistej
- c) nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki
- d) zalicza tylko pojedyncze testy i próby sprawnościowe z rażącymi błędami technicznymi lub taktycznymi
- e) nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych np. w ciągu roku
- f) potrafi wykonać ćwiczenia o bardzo niskim stopniu trudności
- g) nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowych w czasie gry właściwej lub szkolnej
- h) wykonuje zadania ruchome mało efektywnie np. nie trafia do bramki, nie rzuca celnie do kosza
- i) stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych i zespołowych

### **6) Ocena niedostateczna**

Ocenę niedostateczną na pierwszy semestr lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń który:

- a) prawie zawsze jest nie przygotowany do lekcji, zapomina stroju
- b) charakteryzuje się bardzo niskim poziomem kultury osobistej
- c) nigdy nie stosuje zasad bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego, a zachowanie ucznia zawsze zagraża zdrowiu, a nawet życiu współwiczających
- d) zalicza sprawdziany umiejętności ruchowych z bardzo rażącymi błędami technicznymi lub taktycznymi
- e) nie potrafi wykonać ćwiczeń nawet o bardzo niskim stopniu trudności.