

PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO W KLASACH V- VI

Ocena z wychowania fizycznego (semestralna/roczna)

- Postawa ucznia Zachowanie na zajęcia
- Poziom umiejętności ruchowych
- Wiadomości z zakresu edukacji fizycznej

Obszar oceniania	Przedmiot oceny
Postawa ucznia - Systematyczny udział w zajęciach	- aktywność i zaangażowanie - przygotowanie do zajęć (odpowiedni strój) - systematyczność udziału w zajęciach - postawa wobec przedmiotu - wywiązywanie się z postawionych zadań - udział w zajęciach pozalekcyjnych, pozaszkolnych i zawodach sportowych - praca na rzecz szkolnego wychowania fizycznego
Zachowanie na zajęciach - Aktywność lekcyjna i pozalekcyjna	- przestrzeganie zasad bezpieczeństwa - stosunek do nauczyciela/prowadzącego i innych uczniów - przestrzeganie ustalonych reguł i przepisów kultura słowa
Poziom umiejętności ruchowych - postęp w usprawnianiu	- postęp w opanowywaniu umiejętności: utylitarnych, rekreacyjnych i sportowych, wymienionych w podstawie programowej wychowania fizycznego na danym etapie kształcenia.
Wiadomości z zakresu edukacji fizycznej - wiedza	- znajomość zasad zdrowego stylu życia - podstawowe przepisy gier rekreacyjnych i zespołowych - wiadomości odnoszące się do zdrowia, rozwoju fizycznego, psychicznego, społecznego i sprawności
Rozwój fizyczny, sprawność fizyczna, wydolność. - umiejętności ruchowe	- wysokość i ciężar ciała - postawa ciała - marszowo-biegowy test Coopera - sprawność i wydolność fizyczna mierzona prostym testem. Ocena rozwoju fizycznego, sprawności

Obszary oceniania:

- Systematyczny udział w zajęciach

Oceniane jest bezpośrednie uczestnictwo ucznia w zajęciach (ćwiczenie). O ocenie końcowej decyduje łączna liczba (w skali semestru) niećwiczeń lub nieobecności nieusprawiedliwionych na zajęciach.

Uwagi:

1. Usprawiedliwione nieobecności na zajęciach lub zwolnienia lekarskie z ćwiczeń trwające łącznie dłużej niż miesiąc powoduje, że uczeń nie może otrzymać z tego obszaru oceny celującej, a dłużej niż dwa miesiące – oceny bardzo dobrej.
2. Nauczyciel może bez pisemnej prośby rodzica zwolnić ucznia z ćwiczeń w wypadku złego samopoczucia lub niedyspozycji tylko wtedy, gdy uczeń posiada właściwy strój sportowy.
3. Uczeń niećwiczący pozostaje na lekcji i włącza się do aktywnie w jej organizację, za co może otrzymać plusa w obszarze aktywności.
4. Spóźnienia na zajęcia uwzględnione są w ocenie ze sprawowania.

Kryteria oceny miesięcznej z obszaru systematycznego udziału na zajęciach

- **celujący** uczestnictwo we wszystkich lekcjach, możliwość 1 niećwiczenia usprawiedliwionego
- **bardzo dobry** 2 – niećwiczenia lub 1 nieusprawiedliwione nieobecności
- **dobry** 3 - niećwiczenia lub 3 nieusprawiedliwione nieobecności
- **dostateczny** 4 - niećwiczenia lub 4 nieusprawiedliwione nieobecności
- **dopuszczający** 5 niećwiczenia lub 5 nieusprawiedliwionych nieobecności
- **niedostateczny** powyżej 6 - niećwiczeń lub powyżej 6 nieusprawiedliwionych nieobecności.

- Aktywność lekcyjna i pozalekcyjna

Przez cały semestr, oceniana jest plusami i minusami aktywność ucznia na zajęciach lekcyjnych oraz punktami działalność i zaangażowanie w życie sportowe szkoły i środowiska

(+) plusy zdobywa uczeń za :

- zaangażowanie i wkład pracy adekwatny do własnych możliwości
- inwencję twórczą oraz aktywny udział indywidualny i zespołowy w planowaniu i organizowaniu zajęć
- właściwą samokontrolę o obiektywną samoocenę poziomu sprawności i umiejętności
- pomoc uczniom mniej uzdolnionym ruchowo i stosowanie zasad fair - play w rywalizacji sportowej

(-) minusy uczeń otrzymuje za :

- jak wyżej – przy niechętnym bądź negatywnym stosunku do:
 - uczestnictwa w zajęciach ,
 - dyscypliny,
 - współpracy z grupą
 - strój niezgodny z wcześniejszymi ustaleniami.

Kryteria końcowe do aktywności lekcyjnej i pozalekcyjnej

- **celujący** – 10 i więcej plusów bez minusa
- **bardzo dobry** –7-9 plusów z max 1 minusem
- **dobry** - 4-6 plusów z max 2 minusami
- **dostateczny** –1-3 plusy z max 3 minusami
- **dopuszczający** - brak plusów lub 4-6 minusów
- **niedostateczny** – więcej niż 6 minusów

Punkty uczeń zdobywa za:

- pomoc w dbaniu o ład i porządek, we właściwym poszanowaniu sprzętu i przyborów .
- udział w szkolnych rozgrywkach sportowych, imprezach rekreacyjnych, konkursach, rajdach, itp. W charakterze zawodnika , organizatora , sędziego, sprawozdawcy czy kibica,
- opracowanie gazetki szkolnej o tematyce zdrowotnej lub sportowej
- zorganizowanie pokazu mało znanej dyscypliny sportowej lub
- poprowadzenie kroniki sportowej lub strony internetowej informującej o wydarzeniach sportowych w szkole
- pomoc w organizowaniu imprezy środowiskowej sportowo-rekreacyjnej.

W ocenie końcowej z tego obszaru decyduje łączna liczba zdobytych w semestrze plusów, minusów i punktów.

Uwagi :

- 1.Uczeń, który nie zdobył żadnego punktu lub otrzymał więcej niż 3 minusy nie może otrzymać z tego obszaru oceny wyżej niż dostateczny
- 2.Na zajęciach wf obowiązuje ucznia strój sportowy (na zmianę) składający się z koszulki i spodenek oraz obuwia sportowego
- 4.Przed przystąpieniem do zajęć uczeń ma obowiązek zdjęcia wszelkiej biżuterii typu : zegarki, łańcuszki, kolczyki.

- Postęp w usprawnianiu

Oceniany jest indywidualny postęp lub regres wyników uzyskanych przez ucznia w 4 próbach sprawności. Nauczyciel ustala próby sprawności fizycznej – test sprawnościowy. Kryteria oceny końcowej z obszaru postępu w usprawnianiu

- **Celujący** - poprawa wyników 4 prób
- **Bardzo dobry** – poprawa 1-3 wyników bez pogorszenia żadnej próby
- **Dobry** – uzyskanie wyników na tym samym poziomie lub poprawa jednych a pogorszenie drugich
- **Dostateczny** – obniżenie 1-3 wyników

- **Dopuszczający** – obniżenie wszystkich prób
- **Niedostateczny** – nieprzystąpienie do 3-4 prób

Uwagi:

1. Uczeń oceniany jest za indywidualny postęp wyników bez względu na ich wartość, najpierw w stosunku do diagnozy wstępnej a następnie w stosunku do najlepszego uzyskanego wyniku.
2. Nieprzystąpienie do każdej z prób obniża ocenę końcową o jeden stopień
3. Po nieobecności uczeń ma obowiązek w ciągu tygodnia ustalić termin zaliczenia
4. Dopuszcza się odstępstwa od w/w kryteriów , jeśli obniżenie nastąpiło po kontuzji lub chorobie.

- Wiedza

Oceniane jest wykonanie przez ucznia trzech zadań w każdym semestrze. Zadania dotyczą umiejętności praktycznego zastosowania zdobytej wiedzy z zakresu:

- przygotowania organizmu do wysiłku (rozgrzewka)
- stosowania ćwiczeń oddechowych, rozciągających i relaksacyjnych
- wzmacniania grup mięśniowych odpowiedzialnych za utrzymanie prawidłowej postawy ciała
- wiedzy dotyczącej zasad zdrowego stylu życia
- organizacji i sędziowania zawodów sportowych

- Umiejętności ruchowe

Wystawiane są oceny z różnych dyscyplin przez cały semestr.

Kryteria oceny końcowej do umiejętności ruchowych

- **celujący** – uzyskanie przewagi ocen celujących nad bardzo dobrymi
- **bardzo dobry** – uzyskanie ocen bardzo dobrych nad dobrymi
- **dobry** - uzyskanie ocen co najmniej dobrych nad dostatecznymi,
- **dostateczny** – uzyskanie przewagi ocen co najmniej dostatecznych nad dopuszczającymi
- **dopuszczający** – uzyskanie przewagi ocen co najmniej dopuszczających nad niedostatecznymi.
- **Niedostateczny** - uzyskanie ocen niedostatecznych

Uwagi:

1. Ocenę niedostateczną uczeń otrzymuje tylko wtedy , kiedy odmawia wykonania zadania
2. Nieprzystąpienie do sprawdzianu obniża ocenę końcową z tego obszaru o jeden stopień , wyjątek stanowi ocena dopuszczająca
3. Uczeń po nieobecności w szkole ma obowiązek w ciągu 2 tygodni ustalić termin zaliczenia
4. Uczeń ma prawo poprawić ocenę ze sprawdzianu w terminie 2 tygodnie od jej uzyskania

5. W przypadku długotrwałej choroby lub kontuzji dopuszcza się odstępstwa od w/w kryteriów

Kryteria końcowe oceny semestralnej / rocznej.

Ocena z wf wystawiana jest na podstawie ocen końcowych z 5 obszarów.

Uwagi:

1. Uczeń, który otrzymał niedostateczny z któregoś z obszarów nie może otrzymać oceny końcowej wyższej niż dobry
2. Można podnieść ocenę o jeden stopień, gdy:
 - reprezentuje szkołę w zawodach sportowych
 - systematycznie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych (90%)
 - uprawia wyczynowo sport poza szkołą i ma sukcesy
3. Oceny są jawne, uczeń informowany jest o uzyskaniu danej oceny na bieżąco, o zagrożeniach informujemy miesiąc przed wystawieniem ocen.

ZWOLNIENIA UCZNIĄ Z WYKONYWANIA OKREŚLONYCH ĆWICZEŃ FIZYCZNYCH NA ZAJĘCIACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

- Podstawą do tego zwolnienia będzie opinia lekarza o ograniczonych możliwościach wykonywania przez ucznia ćwiczeń wskazująca, jakich ćwiczeń fizycznych – czy też – jakiego rodzaju ćwiczeń – uczeń nie może wykonywać oraz przez jaki okres. W tym przypadku uczeń uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego z ograniczeniem wykonywania niektórych, wskazanych przez lekarza ćwiczeń fizycznych. Uczeń ten jest oceniany i klasyfikowany.

NIEKLASYFIKOWANIE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

- Uczeń opuścił więcej niż 50% zajęć bez usprawiedliwienia.

ZWOLNIENIE CAŁKOWITE

- Uczeń może być zwolniony z czynnego uczestniczenia w zajęciach z wychowania fizycznego na okres półroczny, bądź całego roku na podstawie decyzji lekarza specjalisty za zgodą Dyrektora Szkoły.