

SZKOŁA PODSTAWOWA NR 1 IM. JANUSZA KORCZAKA W CZERSKU

# **PRZEDMIOTOWE ZASADY OCENIANIA W KLASACH IV - VIII**

## **WYCHOWANIE FIZYCZNE**

**NAUCZYCIELE UCZĄCY:**

EWA PRUSZAK

TOMASZ KĘDZIERSKI

MARIAN SZMAGLIŃSKI

JACEK WYCINKA

FILIP PRUSZAK

CZESŁAW SIKORA

*Przy ustaleniu oceny wychowania fizycznego należy przede wszystkim brać pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć, a także systematyczność udziału ucznia w zajęciach oraz aktywność ucznia w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej.*

*(Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 10 czerwca 2015 r. w sprawie szczegółowych warunków i sposobu oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych)*

Śródroczna i roczna ocena klasyfikacyjna z wychowania fizycznego uwzględnia oceny z następujących obszarów:

1. Aktywność w czasie zajęć -A
2. Umiejętności praktyczne - U
3. Wiadomości z zakresu edukacji fizycznej- W
4. Działalność na rzecz kultury fizycznej – KF
5. Przygotowanie do lekcji – ST

Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego w szczególności pod uwagę bierze się:

- 1) wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć;
- 2) zaangażowanie, dobra wola i systematyczność udziału w zajęciach. Poziom sprawności fizycznej i rozwój motoryczny nie będą mieć decydującego znaczenia;
- 3) świadome uczestnictwo uczniów w podnoszeniu i utrzymywaniu sprawności fizycznej, zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego;

## **I. OCENIANE FORMY AKTYWNOŚCI**

Uczeń otrzymuje ocenę za:

- **aktywność w czasie zajęć (A)** – wysiłek i chęci włożone w ćwiczenia, ocena za udział w grze zespołowej na lekcji, zaangażowanie i stosunek ucznia do rówieśników podczas gry, postawa ucznia podczas gry, przestrzeganie przepisów fair play, umiejętność współpracy w zespole, wykorzystanie poznanych elementów gry w grze szkolnej uproszczonej lub właściwej, kulturę osobistą, systematyczne usprawnianie (dążenie do poprawiania swojej sprawności), przestrzeganie regulaminu sal i zasad bezpieczeństwa na lekcji wychowania fizycznego, udział w zajęciach pozalekcyjnych, pozaszkolnych i zawodach sportowych. Uczniowie są oceniani za aktywność bieżącą oraz semestralną. W ocenianiu aktywności bieżącej nauczyciel może stosować następujące sposoby oceniania:
  - „plusy” (trzy plusy - ocena bardzo dobra),
  - „minusy” (trzy minusy - ocena niedostateczna),
  - ocena cząstkowa z wykorzystaniem pełnej skali ocen.

Na koniec każdego semestru uczeń otrzymuje jedną ocenę za aktywność semestralną, która jest jedną z najważniejszych ocen branych pod uwagę przy wystawianiu oceny śródrocznej lub rocznej.

- **umiejętności ruchowe ucznia (U)** – oceniane są z tych działów, które były przedmiotem nauczania w danym semestrze (np. gimnastyka, gry zespołowe, lekkoatletyka itd.)

Ocenie mogą podlegać umiejętności z zakresu:

1. Samoocena sprawności fizycznej.
2. Lekkoatletyka - obszar ten nie podlega ocenie wyrażonej stopniem szkolnym. Ocena rozwoju fizycznego, sprawności i wydolności organizmu stanowi wyłącznie informację dla ucznia, rodzica i nauczyciela. Ocenic możemy jedynie postęp ucznia.
3. Zespołowe gry sportowe.
4. Gimnastyka.
5. Różne formy ćwiczeń muzyczno – ruchowych.

*Ocena wybranej umiejętności ruchowej winna być poprzedzona jej nauką i doskonaleniem. Nauczyciel powinien powiadomić uczniów co najmniej jedną jednostkę lekcyjną wcześniej o zamiarze przeprowadzenia oceny danej umiejętności.*

- **wiadomości z zakresu kultury fizycznej i sportu (W)** – sprawdzane są podczas oceniania umiejętności w danej dyscyplinie w formie ustnej (przed wykonaniem elementu technicznego uczniowi zadaje się pytanie) lub podczas dyskusji:

- a. znajomość zasad zdrowego stylu życia,
- b. podstawowe przepisy gier rekreacyjnych i zespołowych,
- c. podstawowe przepisy drogowe,
- d. wiadomości z zakresu zdrowia, rozwoju fizycznego, psychicznego, społecznego i sprawności fizycznej - znajomość nazwisk zasłużonych polskich sportowców.

- **działalność na rzecz kultury fizycznej (KF)**

1. pomoc przy zawodach sportowych, przygotowanie gazetki sportowej, sędziowanie, przygotowanie prezentacji multimedialnej na temat zawodów sportowych, teledyski, przygotowanie układu tanecznego,
2. systematyczny, udokumentowany udział w nieobowiązkowych zajęciach o charakterze sportowym, rekreacyjnym, tanecznym lub turystycznym, organizowanych przez szkołę lub inne instytucje:

\* 1 godz. w tygodniu - ocena bardzo dobry (5) o wadze 1, wystawiana raz w semestrze,

\* 2- 3 godz. w tygodniu – ocena celujący (6) o wadze 2, wystawiana raz w semestrze,

3. wykonywanie prac na rzecz zdrowia, sportu, rekreacji, tańca i turystyki – ocena o wadze 1; wystawiana w zależności od potrzeb,

4. reprezentowanie szkoły w rywalizacji sportowej:

\* ocena celujący o wadze 1- rywalizacja szkolna

\*ocena celujący o wadze 2 - rywalizacja gminna

\*ocena celujący o wadze 3 - rywalizacja powiatowa

\*ocena celujący o wadze 4 - rywalizacja wojewódzka

- **przygotowanie do lekcji (ST) - strój sportowy i higiena osobista**

Przez przygotowanie do zajęć rozumie się posiadanie przez ucznia czystego, odpowiedniego stroju sportowego: biała lub z logo szkoły koszulka, obuwie sportowe, spodenki. Szczególną uwagę zwraca się na higienę i właściwe przeznaczenie stroju (tylko do ćwiczeń fizycznych). Za każdy przypadek braku stroju lub brak odpowiedniego obuwia lub niewłaściwej higieny stroju nauczyciel stawia po jednym minusie, co w przeliczeniu na oceny przedstawiać się będzie następująco:

**trzy minusy – ocena niedostateczna o wadze 1**

## II. TYTUŁOWANIE RUBRYK W DZIENNIKU LEKCYJNYM

**A** – aktywność w czasie zajęć, wkładany wysiłek

**U** – umiejętności ruchowe ucznia (w opisie wpisujemy np. lekkoatletyka , gimnastyka , taniec , piłka siatkowa itd.)

**W** – wiadomości z zakresu kultury fizycznej i sportu

**KF**- działalność na rzecz kultury fizycznej (zdrowia, tańca, sportu, rekreacji i turystyki)

**ST** – przygotowanie do lekcji - strój sportowy i higiena osobista

## III. WAGA OCEN

<b>FORMA AKTYWNOŚCI</b>	<b>WAGA</b>
Aktywność w czasie zajęć (ocena semestralna)	<b>6</b>
Aktywność w czasie zajęć (ocena częściowa)	<b>1</b>
Umiejętności ruchowe ucznia	<b>1</b>
Wiadomości z zakresu kultury fizycznej i sportu	<b>2</b>
Działalność na rzecz kultury fizycznej	<b>1-4</b>
Przygotowanie do zajęć – strój sportowy i higiena osobista	<b>6</b>

## IV. OGÓLNE ZASADY OCENIANIA

1. Wszystkie obszary oceniania eksponują wysiłek ucznia oraz uwzględniają zdefiniowane w podstawie programowej umiejętności i wiadomości.
2. Przy ocenianiu ucznia z wychowania fizycznego na pierwszym miejscu brany jest pod uwagę wysiłek oraz aktywność wkładana przez ucznia w zajęcia.
3. Na początku każdego roku szkolnego przedstawiane są uczniom szczegółowe kryteria oceniania.
4. Bardzo ważnym elementem przy wystawieniu uczniowi oceny z wychowania fizycznego jest regularne przynoszenie przez niego stroju sportowego i aktywny udział w zajęciach.

5. Ocena z wychowania fizycznego może być podniesiona o jedną ocenę za wysokie osiągnięcia sportowe lub inne szczególne działania i zasługi.
6. Uczeń ma prawo do poprawy oceny cząstkowej na zasadach ustalonych z nauczycielem.
7. Rodzice otrzymują informację o ocenach na bieżąco, mają dostęp do dziennika elektronicznego i na zebraniach rodzicielskich.

## **V. SPOSÓB USTALANIA OCENY KLASYFIKACYJNEJ ŚRÓDROCZNEJ I ROCZNEJ**

Przy wystawianiu ocen semestralnych i rocznych może być brana pod uwagę średnia ważona obliczona w następujący sposób:

### **Ocena semestralna :**

1,24 - niedostateczny  
1,25-1,50 – niedostateczny plus  
1,51-1,74- dopuszczający minus  
1,75- 2,24 – dopuszczający  
2,25-2,50 – dopuszczający plus  
2,51- 2,74 – dostateczny minus  
2,75-3,24 – dostateczny  
3,25-3,50- dostateczny plus  
3,51-3,74 – dobry minus  
3,75- 4,24- dobry  
4,25-4,50 – dobry plus  
4,51-4,74 – bardzo dobry minus  
4,75-5,24 – bardzo dobry  
5,25- 5,50- bardzo dobry plus  
5,51 – celujący

### **Ocena roczna**

1,50- niedostateczny  
1,51 -2,50 – dopuszczający  
2,51-3,30 – dostateczny  
3,51 – 4,50- dobry  
4,51- 5,50 – bardzo dobry  
5,51 – celujący

## VI. WYMAGANIA EDUKACYJNE NIEZBĘDNE DO UZYSKANIA POSZCZEGÓLNYCH ŚRÓDROCZNYCH I ROCZNYCH OCEN KLASYFIKACYJNYCH

Skala ocen	Szczegółowe kryteria oceny
<p><b>Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który:</b></p>	<p><b><u>Aktywność</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wykazuje bardzo dużą aktywność i zaangażowanie na lekcjach.</li> <li>2. Jest zawsze przygotowany do zajęć (posiada zawsze strój sportowy).</li> <li>3. Wkłada bardzo dużo wysiłku w wykonane zadania.</li> <li>4. Powierzone mu zadania wykonuje sumiennie i starannie.</li> <li>5. Systematycznie uczęszcza na zajęcia – ewentualne nieobecności ma usprawiedliwione.</li> </ol> <p><b><u>Umiejętności</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wkłada duży wysiłek w opanowanie nowych umiejętności ruchowych: sportowych, rekreacyjnych i użytecznych.</li> <li>2. Stosuje prawidłową technikę w grze podczas: koźlowania w biegu ze zmianą kierunku ruchu, podania piłki jednorącz i oburącz, rzutu piłki do kosza, rzutu i strzału piłki do bramki, odbicia piłki sposobem górnym.</li> <li>3. Stosuje prawidłową technikę podczas gry w koszykówkę, siatkówkę, piłkę ręczną, piłkę nożną i inne gry rekreacyjne.</li> <li>4. Wykonuje bezbłędnie przewrót w przód z marszu i przewrót w tył.</li> <li>5. Wykonuje własny układ gimnastyczny.</li> <li>6. Inicjuje i organizuje dowolną zabawę lub grę ruchową.</li> <li>7. Potrafi dobrać kilka ćwiczeń kształtujących wybrane zdolności motoryczne.</li> <li>8. Potrafi dobrać po trzy ćwiczenia ułatwiające utrzymanie prawidłowej postawy ciała.</li> <li>9. Potrafi wykonać improwizację ruchową do wybranej muzyki.</li> </ol> <p><b><u>Wiadomości</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wyjaśnia zależność pomiędzy aktywnością fizyczną a zdrowiem.</li> <li>2. Wymienia i omawia zasady zdrowego stylu życia.</li> <li>3. Omawia sposoby postępowania w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia.</li> <li>4. Wyjaśnia dlaczego należy chronić organizm przed nadmiernym nasłonecznieniem i wyziębieniem.</li> <li>5. Dobiera odpowiedni strój i obuwie do ćwiczeń w zależności od miejsca zajęć oraz pogody.</li> <li>6. Zna zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych oraz zasady bezpiecznego zachowania się nad wodą i w górach.</li> <li>7. Opisuje prawidłową postawę ciała.</li> <li>8. Wymienia zasady czystej gry w sporcie i w życiu oraz wyjaśnia dlaczego należy przestrzegać ustalonych reguł w trakcie rywalizacji sportowej.</li> <li>9. Wymienia zasady i metody hartowania organizmu.</li> <li>10. Omawia zasady bezpiecznego zachowania się nad wodą i w górach.</li> <li>11. Omawia sposoby ochrony przed nadmiernym nasłonecznieniem.</li> <li>12. Zna podstawowe przepisy gier rekreacyjnych i sportowych.</li> <li>13. Zna podstawowe zasady poruszania się po drodze.</li> <li>14. Omawia prawidłowe zachowanie się zawodnika i kibica sportowego.</li> <li>15. Zna zasady zachowania się na zabawie tanecznej, w dyskotecce.</li> <li>16. Zna przepisy gier zespołowych.</li> </ol>

<p><b>Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który:</b></p>	<p><b><u>Aktywność</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Na zajęciach jest aktywny i zaangażowany.</li> <li>2. Jest przygotowany do zajęć.</li> <li>3. Starannie i sumiennie wykonuje powierzone mu zadania.</li> <li>4. Systematycznie uczęszcza na zajęcia – zdarzają się nieobecności usprawiedliwione.</li> </ol> <p><b><u>Umiejętności</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Stara się opanować jak najwięcej nowych umiejętności ruchowych: sportowych, rekreacyjnych, utylitarnych.</li> <li>2. Stosuje w grze w miarę poprawnie: kozłowanie i prowadzenie piłki w biegu i ze zmianą kierunku ruchu, podania piłki jednorącz i oburącz, rzuty i strzały piłki do kosza i do bramki, odbicia piłki sposobem górnym.</li> <li>3. Stosuje w miarę poprawną technikę gry w unihokeja.</li> <li>4. Potrafi zorganizować dowolną zabawę lub grę ruchową.</li> <li>5. Z drobnymi błędami wykonuje przewrót w przód i w tył.</li> <li>6. Potrafi dobrać po jednym ćwiczeniu kształtującym wybrane zdolności motoryczne oraz ułatwiającym utrzymywanie prawidłowej postawy ciała.</li> <li>7. Potrafi wykonać improwizację ruchową do wybranej muzyki.</li> </ol> <p><b><u>Wiadomości</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wymienia podstawowe zasady aktywnego wypoczynku.</li> <li>2. Wymienia zasady bezpieczeństwa na zajęciach ruchowych oraz zasady zachowania się nad wodą i w górach.</li> <li>3. Wymienia podstawowe cechy prawidłowej postawy ciała, opisuje ogólnie własną postawę.</li> <li>4. Zna podstawowe przepisy gier rekreacyjnych i sportowych.</li> <li>5. Zna podstawowe zasady poruszania się po drodze.</li> <li>6. Omawia postępowanie w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia.</li> <li>7. Potrafi dobrać odpowiedni strój sportowy do panującej pogody. Zna podstawowe zasady hartowania organizmu.</li> <li>8. Zna podstawowe zasady zachowania się zawodnika i kibica.</li> <li>9. Wie jak zachować się na zabawie tanecznej i dyskoteci.</li> <li>10. Podaje niektóre nazwiska znanych polskich sportowców.</li> <li>11. Wie jak udzielić poszkodowanemu pomocy.</li> <li>12. Wie jak ochronić się przed nadmiernym nasłonecznieniem.</li> </ol>
<p><b>Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który:</b></p>	<p><b><u>Aktywność</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nie zawsze jest aktywny i zaangażowany na zajęciach.</li> <li>2. Z reguły jest przygotowany do zajęć.</li> <li>3. Sporadycznie jest nieobecny na zajęciach.</li> <li>4. Potrzebuje motywacji podczas wykonywania zadań ruchowych.</li> </ol> <p><b><u>Umiejętności</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nie wykazuje specjalnego zaangażowania w opanowanie nowych umiejętności ruchowych.</li> <li>2. Stosuje w grze tylko niektóre elementy techniki.</li> <li>3. W miarę swoich możliwości uczestniczy w niektórych grach rekreacyjnych</li> <li>4. Potrafi zorganizować dowolną zabawę lub grę ruchową.</li> <li>5. Podejmuje próby wykonania przewrotu w przód i w tył.</li> <li>6. Przy pomocy nauczyciela potrafi wykonać improwizację ruchową do wybranej muzyki.</li> </ol>

	<p><b><u>Wiadomości</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wymienia podstawowe zasady aktywnego wypoczynku.</li> <li>2. Wymienia zasady bezpieczeństwa na zajęciach ruchowych oraz zasady zachowania się nad wodą i w górach.</li> <li>3. Wymienia podstawowe cechy prawidłowej postawy ciała, opisuje ogólnie własną postawę.</li> <li>4. Zna podstawowe przepisy gier rekreacyjnych i sportowych.</li> <li>5. Zna podstawowe zasady poruszania się po drodze.</li> <li>6. Omawia postępowanie w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia.</li> <li>7. Potrafi dobrać odpowiedni strój sportowy do panującej pogody. Zna podstawowe zasady hartowania organizmu.</li> <li>8. Zna podstawowe zasady zachowania się zawodnika i kibica.</li> <li>9. Wie jak zachować się na zabawie tanecznej i dyskoteci.</li> <li>10. Podaje niektóre nazwiska znanych polskich sportowców.</li> <li>11. Wie jak udzielić poszkodowanemu pomocy.</li> <li>12. Wie jak ochronić się przed nadmiernym nasłonecznieniem.</li> </ol>
<p><b>Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który:</b></p>	<p><b><u>Aktywność</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nie wykazuje szczególnej aktywności na zajęciach.</li> <li>2. Bywa bardzo często nieprzygotowany do zajęć.</li> <li>3. Często jest nieobecny na zajęciach.</li> <li>4. Powierzone mu zadania wykonuje niestarannie i niedbale.</li> </ol> <p><b><u>Umiejętności</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nie wykazuje chęci do opanowania nowych umiejętności ruchowych.</li> <li>3. Nie potrafi lub nie chce zastosować prawidłowej techniki gry w grach sportowych lub rekreacyjnych.</li> <li>4. Z pomocą nauczyciela próbuje zorganizować dowolną zabawę lub grę.</li> <li>5. Z trudem podejmuje próby wykonania przewrotu w przód i w tył.</li> </ol> <p><b><u>Wiadomości</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wymienia tylko niektóre zasady zdrowego stylu życia.</li> <li>2. Nie rozumie zależności pomiędzy aktywnością fizyczną a zdrowiem.</li> <li>3. Nie potrafi wymienić podstawowych zasad bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych.</li> <li>4. Nie potrafi podać przykładu wady postawy, nie potrafi opisać własnej postawy.</li> <li>5. Nie zna sposobów postępowania w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia.</li> <li>6. Nie wie, jak ochronić organizm przed nadmiernym nasłonecznieniem.</li> <li>7. Bardzo słabo zna przepisy gier rekreacyjnych i sportowych.</li> <li>8. Bardzo słabo zna podstawowe przepisy poruszania się po drodze.</li> <li>9. Nie potrafi wymienić zasad i metod hartowania.</li> <li>10. Nie potrafi wymienić zasad zachowania się w roli zawodnika i kibica.</li> </ol>
<p><b>Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który:</b></p>	<p><b><u>Aktywność</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Na zajęciach nie wykazuje żadnej aktywności.</li> <li>2. Regularnie jest nieprzygotowany do zajęć.</li> <li>3. Bardzo często opuszcza zajęcia.</li> <li>4. Powierzone mu zadania wykonuje niestarannie, okazując lekceważący stosunek do tego, co robi.</li> </ol> <p><b><u>Umiejętności</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nie podejmuje żadnych prób opanowania nowych umiejętności sportowych i rekreacyjnych.</li> <li>2. W czasie gry stosuje błędną technikę.</li> </ol>



	<p>3. Niezbyt zależy mu na opanowaniu nowych umiejętności.</p> <p><b><u>Wiadomości</u></b></p> <p>1. Nie potrafi wymienić zasad zdrowego stylu życia.  2. Nie odpowiada na zadane mu pytania lub odpowiada jednym słowem.  3. Nie zna podstawowych przepisów gier oraz przepisów ruchu drogowego.  4. Nie zależy mu na przyswojeniu nowych wiadomości.</p>
<p><b>Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który:</b></p>	<p><b><u>Aktywność</u></b></p> <p>1. Na zajęciach nie wykonuje i nie chce wykonywać żadnych powierzonych mu zadań.  2. Wykazuje skrajnie lekceważący stosunek do przedmiotu.  3. Do zajęć nigdy nie jest przygotowany.  4. Samowolnie i nagminnie opuszcza zajęcia.</p> <p><b><u>Umiejętności</u></b></p> <p>1. Nie wykonuje żadnych powierzonych mu zadań na zajęciach.  2. Nie podchodzi do ćwiczeń i pokazuje swoim zachowaniem, że nie zależy mu na opanowaniu żadnych umiejętności ruchowych.</p> <p><b><u>Wiadomości</u></b></p> <p>1. Z uporem i premedytacją nie udziela odpowiedzi na żadne z zadanych mu pytań.  2. Nie chce przyswoić żadnych wiadomości dotyczących wychowania fizycznego i zdrowia.  3. Lekceważy wszelkie próby nawiązania z nim rozmowy na omawiany temat.</p>

## VII. AKCEPTACJA ZESPOŁU