

Przedmiotowe zasady oceniania na lekcjach wychowania fizycznego

Kryteria oceniania i metody sprawdzania osiągnięć

Na zajęciach z wychowania fizycznego uczeń jest zobowiązany do ćwiczenia w **stroju sportowym** (koszulka sportowa, spodenki lub dresy) – nie krępującym ruchy i umożliwiającym swobodne ćwiczenie w różnych pozycjach między innymi w leżeniu na podłodze. Strój powinien być czysty i schludny, na zajęcia uczniowie powinni zdejmować łańcuszki oraz inne elementy stroju mogące stanowić zagrożenie dla ćwiczących.

Ocena z wychowania fizycznego na koniec **I semestru i koniec roku szkolnego** jest oceną wypadkową obejmującą następujące kryteria:

1. Stopień opanowania wymagań programowych

- Poziom umiejętności ruchowych
- Właściwe wykorzystanie zdolności koordynacyjno – kondycyjnych
- Poziom wiedzy
- Postęp w usprawnianiu

2. Aktywność

- Zaangażowanie w wykonywanie ćwiczeń i zadań zbliżone do maksymalnych swoich możliwości
- Inwencję twórczą
- Aktywny udział w zajęciach i współuczestnictwo w ich organizacji
- Reprezentowanie szkoły w zawodach
- Udział w zajęciach pozalekcyjnych
- Uprawianie sportu wyczynowo (uzyskanie znaczących osiągnięć)

3. Frekwencja – uczestnictwo w zajęciach

- Spóźnienia
- Nieobecności nieusprawiedliwione
- Nieobecności usprawiedliwione
- Jednostkowe zwolnienia z ćwiczeń
- Ucieczki z zajęć

4. Postawa ucznia

- Dyscyplina podczas zajęć
- Przestrzeganie zasad bezpieczeństwa podczas lekcji
- Przestrzeganie regulaminu korzystania z obiektów sportowych
- Postawa „fair play” podczas lekcji
- Higiena ciała i stroju
- Współpraca z grupą

Uczniowie którzy ze względu na stan zdrowia nie mogą w pełni brać udziału w zajęciach wychowania fizycznego, zobowiązani są do przedstawienia odpowiedniego zaświadczenia lekarskiego nauczycielowi prowadzącemu.

Ocena celująca:

Ocenę celującą na semestr otrzymuje uczeń, który:

- Opanował w stopniu bardzo dobrym umiejętności przewidziane w programie nauczania.
- Aktywnie bierze udział w zajęciach lekcyjnych.
- Uczestniczy w różnorodnych formach pozalekcyjnych zajęć sportowych i rekreacyjnych
- Reprezentuje szkołę na zawodach sportowych szczebla powiatowego i rejonowego.
- Odnosi znaczące sukcesy sportowe.
- Podejmuje inne działania w zakresie szeroko pojmowanej kultury fizycznej wykraczającej poza program nauczania.
- Systematycznie podejmuje działania mające na celu podniesienie poziomu sprawności ruchowej.

Ocena bardzo dobra:

Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który:

- Opanował w stopniu bardzo dobrym i dobrym umiejętności przewidziane w programie nauczania.
- Aktywnie bierze udział w zajęciach lekcyjnych, jest zawsze do nich przygotowany (strój sportowy).
- Zna przepisy poznanych gier sportowych, gier i zabaw ruchowych, konkurencji lekkoatletycznych.
- Rozumie znaczenie aktywności ruchowej dla zdrowia.
- Przestrzega zasad bezpieczeństwa na zajęciach wychowania fizycznego.
- Systematycznie podejmuje działania mające na celu podniesienie poziomu sprawności ruchowej.

Ocena dobra:

Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który:

- Opanował w stopniu dobrym i dostatecznym umiejętności przewidziane w programie nauczania.

- W większości zajęć bierze aktywny udział, jest przeważnie do nich przygotowany (strój sportowy)
- Zna większość przepisów dotyczących poznanych gier sportowych, gier i zabaw ruchowych, konkurencji lekkoatletycznych.
- Przestrzega zasad bezpieczeństwa na lekcjach wychowania fizycznego.
- Rozumie znaczenie aktywności ruchowej dla zdrowia, ale nie zawsze się do nich stosuje.
- Niesystematycznie podejmuje działania mające na celu podniesienie poziomu sprawności ruchowej.

Ocena dostateczna:

Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który:

- Opanował w stopniu dostatecznym umiejętności przewidziane w programie nauczania.
- Niechętnie bierze udział w zajęciach lekcyjnych.
- Często jest nieprzygotowany do zajęć (brak stroju).
- Ma kłopoty z opanowaniem przepisów gier sportowych, gier i zabaw ruchowych, wybranych konkurencji lekkoatletycznych.
- Nie przywiązuje wagi do aktywności ruchowej jako czynnika zdrowia i rozwoju.
- Przestrzega zasad bezpieczeństwa na lekcji pod groźbą kary.
- Sporadycznie podejmuje działania mające na celu podniesienie poziomu sprawności ruchowej.

Ocena dopuszczająca:

Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który:

- Nie opanował przewidzianych programem nauczania umiejętności ruchowych, lub opanował je w niewielkim stopniu.
- Niechętni bierze udział w zajęciach lekcyjnych.
- Często jest nieprzygotowany do lekcji (brak stroju).
- Wykazuje lekceważący stosunek do przedmiotu.
- Opuszcza bez usprawiedliwienia zajęcia lekcyjne.

Ocena niedostateczna:

Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który:

- Nie opanował przewidzianych programem nauczania umiejętności (nie wykonywał sprawdzianów).
- Nie przestrzegał zasad bezpieczeństwa na lekcji.
- Wykazywał lekceważący stosunek do przedmiotu.
- Opuszczał bez usprawiedliwienia zajęcia lekcyjne.

Kryteria ocen z umiejętności

Ocena:

celująca – ćwiczenie wykonane wzorowo

bardzo dobra – ćwiczenie wykonane płynnie, bezbłędnie

dobra – ćwiczenie wykonane prawidłowo z niewielkimi błędami

dostateczna – ćwiczenie wykonane poprawnie z błędami

dopuszczająca – ćwiczenie wykonane z błędami

niedostateczna – uczeń nie wykonał ćwiczenia

W każdym semestrze z poszczególnych działów będą przeprowadzane sprawdziany opanowania umiejętności (z każdego 1 – 2 sprawdziny). W wypadku otrzymania przez ucznia oceny, która go nie satysfakcjonuje może on w ciągu dwóch tygodni od sprawdzianu

ponownie do niego przystąpić. W przypadku, gdy uczeń w dniu w którym był sprawdzian nie miała stroju sportowego ma tydzień na zgłoszenie się do sprawdzianu. Gdy tego nie zrobi otrzymuje ocenę niedostateczną bez możliwości poprawiania sprawdzianu.

Za pozytywne postępowanie na lekcji uczeń może otrzymać „+”, za negatywne – . Ocena z wiadomości na podstawie kartkówki, przygotowania zagadnień na lekcje, zestawu ćwiczeń kształtujących poszczególne grupy mięśniowe lub kształtujących poszczególne cechy motoryczne, prowadzenia rozgrzewki, itp.