

OCENIANIE, WYMAGANIA EDUKACYJNE Z PRZEDMIOTU WYCHOWANIE FIZYCZNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY ŚRÓDROCZNE I ROCZNE

Wiesław Perucki, Joanna Lichoń, Jadwiga Bargiel

Przy ocenianiu brane są pod uwagę następujące kryteria:

1. **systematyczny udział**
2. **aktywność**
3. **postęp sprawności fizycznej**
4. **postawa, wiedza i osiągnięcia**
5. **reprezentowanie szkoły**
6. **dodatkowa aktywność fizyczna**

Oceny z wychowania fizycznego:

- na koniec okresu ocena za systematyczny udział (2 oceny w ciągu roku)
- aktywność (2 oceny w środku roku)
- lekkoatletyka (biegi, konkurencje techniczne, test Coopera)
- zespołowe gry sportowe
- gimnastyka
- test sprawności fizycznej
- oceny za zawody
- ocena za dodatkową aktywność fizyczną

Ocena z wychowania fizycznego wystawiana jest na podstawie ocen cząstkowych uzyskanych w trakcie roku szkolnego.

SYSTEMATYCZNY UDZIAŁ

Ocena za systematyczny udział wystawiana jest na koniec okresu, w którym odbywały się zajęcia wychowania fizycznego, wg następującej skali:

- celujący(6)* – uczestnictwo 100%
- bardzo dobry (5)* – uczestnictwo w zakresie 91%-99%
- dobry (4)* – uczestnictwo w zakresie 81%- 90%
- dostateczny (3)* – uczestnictwo w zakresie 61% - 80%
- dopuszczający (2)* – uczestnictwo w zakresie 51%- 60%
- niedostateczny (1)* – uczestnictwo poniżej 50%

Uwagi:

Na ocenę nie wpływa brak aktywnego udziału w lekcji z powodu :

- nieobecności, jeżeli uczeń uczestniczył w innych zajęciach organizowanych przez szkołę (olimpiady, konkursy, wycieczki, zawody, występy itp.)
- nieobecności udokumentowanej zaświadczeniem lekarskim (choroby)

- przeciwwskazań lekarskich (krótkoterminowe zwolnienie z ćwiczeń na lekcji)
- szczególnych przypadków losowych.

AKTYWNOŚĆ

Aktywność na zajęciach podlega systematycznej ocenie wystawianej na koniec okresu i obejmuje:

- wykonanie ćwiczeń i zadań
- inwencję twórczą
- zaangażowanie i aktywny udział w zajęciach i współdziałanie w ich organizacji
- zdyscyplinowanie
- stosowanie podstawowych nawyków higienicznych
- znajomość podstawowych terminów i rodzajów ćwiczeń

Zaangażowanie w przebieg lekcji wyraża się przez aktywny udział we wszystkich działaniach i zadaniach realizowanych w czasie zajęć oraz związanych z ich organizacją (w tym także przygotowanie i odniesienie potrzebnego sprzętu sportowego, przyborów i przyrządów). Wykonywaniem ćwiczeń w sposób zbliżony do maksymalnych swoich możliwości. Inwencją twórczą. Wykorzystaniem zdobytej wiedzy i umiejętności w praktycznym działaniu. Udziałem w formach współzawodnictwa, rywalizacji i rozgrywek sportowych zastosowanych podczas zajęć. Stosowaniem przyjętych zasad, przepisów i regulaminów. Zdyscyplinowaniem.

Wyżej wymienionych warunków nie spełnia uczeń, który opuszcza lekcje (brak systematyczności). Jest nieprzygotowany do zajęć (zgłasza brak stroju). Nie bierze czynnego udziału w lekcji i jej organizacji.

Wykonuje ćwiczenia poniżej swoich możliwości, w sposób niedbały lub zagrażający bezpieczeństwu swojemu bądź innych ćwiczących. Odmawia wykonania ćwiczeń lub zadań bez podjęcia próby i wyjaśnienia lub usprawiedliwienia. Swoim zachowaniem dezorganizuje pracę nauczyciela oraz współćwiczących. Łamie lub nie stosuje przyjętych zasad, przepisów lub regulaminów. Wykazuje lekceważący stosunek do obowiązków wynikających ze specyfiki przedmiotu.

POSTĘP SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ :

W ciągu semestru uczeń otrzymuje oceny z postępu sprawności fizycznej z:

- LA (biegi, konkurencje techniczne, Cooper)
- ZGS
- gimnastyki
- testu sprawności fizycznej

O rodzaju, typie i ilości prób w ciągu okresu decyduje nauczyciel adekwatnie do swojego planu nauczania i realizowanego materiału. Ocena za postęp sprawności ma wpływ na podniesienie oceny.

POSTAWA, WIEDZA I OSIĄGNIĘCIA Z ZAKRESU KULTURY FIZYCZNEJ

Nauczyciel może sprawdzić wiedzę ucznia z zakresu kultury fizycznej, sportu i edukacji prozdrowotnej w wybranej przez siebie formie: pisemnej lub pytań bezpośrednich, prowadzenie rozgrzewki lub innego fragmentu lekcji, sędziowanie.

W powyższym kryterium ocenie podlega szeroko pojęta wiedza z zakresu kultury fizycznej, historii sportu i ruchu olimpijskiego, promowanie zdrowego stylu życia, własna postawa i nawyki z zakresu aktywności i rekreacji sportowej, a także znaczące osiągnięcia jako sportowiec, sędzia czy działacz.

REPREZENTOWANIE SZKOŁY

Uczeń reprezentujący szkołę w zawodach sportowych otrzymuje dodatkowe oceny częściowe, zależne od rangi imprezy i osiągniętego rezultatu.

DODATKOWA AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA

Uczeń który bierze udział w zajęciach pozalekcyjnych i nadobowiązkowych otrzymuje raz w okresie ocenę częściową odpowiednią do zaangażowania w tych zajęciach: dobrą, bardzo dobrą lub celującą.

Uczeń biorący udział w zawodach szkolnych i międzyszkolnych otrzymuje ocenę bieżącą odpowiednią do zaangażowania i efektów: dobrą, bardzo dobrą lub celującą.

Uczeń trenujący lub podejmujący aktywność fizyczną w klubie, sekcji lub innej organizacji, po udokumentowaniu (przedstawienie stosownych zaświadczeń, dyplomów, sprawozdań, notatek prasowych itp.) otrzymuje ocenę odpowiednią do zaangażowania i efektów: dobrą, bardzo dobrą lub celującą.

**WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY
ŚRÓDROCZNE I ROCZNE
Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**

Ocenę celującą może otrzymać uczeń, którego oceny cząstkowe kwalifikują go do uzyskania minimum oceny bardzo dobrej i dodatkowo posiada osiągnięcia w zawodach sportowych minimum na szczeblu powiatu.

OCENA CELUJĄCA

Uczeń:

- Potrafi wybrać i bezbłędnie wykonać ćwiczenia kształtujące poszczególne zdolności motoryczne używając prawidłowej terminologii, uzasadnia swój wybór
- Posiada dużą znajomość zasad i gier zespołowych, konkurencji LA, gimnastyki itp. Nie popełnia błędów technicznych, ma właściwe tempo, ruchy są płynne i staranne, ćwiczenia wykonane zgodnie z przepisami. Stosuje wymagane pozycje (wyjściową i końcową)
- Systematycznie rozwija umiejętności z zakresu gier sportowych, konkurencji LA, gimnastyki
- Systematycznie poprawiać swoją sprawność
- Jest przygotowany do lekcji i bierze aktywny udział we wszystkich zajęciach wychowania fizycznego
- Aktywnie uczestniczyć w życiu sportowym na terenie szkoły bądź też w innych formach działalności związanych z kulturą fizyczną
- Posiada osiągnięcia w zawodach sportowych minimum na szczeblu powiatu
- Jest wzorem do naśladowania dla swoich kolegów na zajęciach sportowych w szkole i poza nią

OCENA BARDZO DOBRA

Uczeń:

- Potrafi wybrać i bezbłędnie wykonać ćwiczenia kształtujące poszczególne zdolności motoryczne oraz sposób rzeczowy uzasadnić swój wybór
- Wykonuje ćwiczenia prawidłową techniką, dynamicznie, płynnie i estetycznie. Stosuje wymagane pozycje, wszystkie ruchy są staranne
- Wykazywać znajomość zasad i przepisów gier zespołowych, konkurencji LA, gimnastyki itp.
- Zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie nauczania
- Posiadać duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystywać je w praktycznym działaniu
- Systematycznie doskonalić swoją sprawność motoryczną
- Jest przygotowany i angażuje się w zajęcia
- Swym stosunkiem do wychowania fizycznego nie powinien budzić najmniejszych zastrzeżeń

OCENA DOBRA

Uczeń:

- Wykonuje ćwiczenia starannie. Występują drobne błędy w technice, estetyce lub płynności ruchu. Uczniowi zdarza się pominąć lub zapomnieć o stosowaniu wymaganych pozycji, wszystkie ruchy są poprawne
- Potrafi w sposób prawidłowy wybrać i wykonać kilka ćwiczeń kształtujących poszczególne zdolności motoryczne oraz potrafi w prosty sposób uzasadnić swój wybór
- Utrzymuje sprawność motoryczną na poziomie zbliżonym do wyników diagnozy wstępnej
- Podejmuje wysiłek i starania w opanowanie umiejętności z zakresu gier sportowych, konkurencji LA, gimnastyki
- Orientuje się w zasadach i przepisach gier sportowych, konkurencji LA
- Wykazywać osiągnięcia w rozwoju sprawności motorycznej, umiejętności sportowych stosownie do możliwości
- Jest często przygotowany do zajęć i się w nie angażuje
- Jest zdyscyplinowany, koleżeński, wykonuje polecenia nauczyciela

OCENA DOSTATECZNA

Uczeń:

- Wykonuje ćwiczenia z błędami w technice, estetyce, tempie lub płynności ruchu. Nie zachowuje odpowiedniej sylwetki. Pomija lub nie stosuje wymaganych pozycji, postaw. Ruchy są poprawne lecz nie staranne
- Potrafi wybrać i wykonać co najmniej po dwa ćwiczenia kształtujące poszczególne zdolności motoryczne (występują błędy w zakresie terminologii). Uczeń nie zawsze potrafi w prosty sposób uzasadnić swój wybór
- Dysponuje przeciętną sprawnością motoryczną mimo takich predyspozycji
- Mało stara się aby opanować umiejętności gier sportowych, gimnastyki, konkurencji LA
- Wykazuje braki w znajomości zasad i przepisów gier sportowych, gimnastyki, konkurencji LA
- Zdarza mu się być nie przygotowanym do zajęć lub wykazywać małe zaangażowanie
- Przejawia pewne braki w postawie i stosunku do kultury fizycznej, nie zawsze stosuje się do zaleceń nauczyciela

OCENA DOPUSZCZAJĄCA

Uczeń:

- Potrafi samodzielnie wybrać co najmniej po jednym ćwiczeniu kształtującym poszczególne zdolności motoryczne, występują błędy w zakresie terminologii, wykonaniu. Nie umie samodzielnie uzasadnić swojego wyboru, jednak potrafi to zrobić z pomocą nauczyciela
- Podejmuje próbę wykonania ćwiczenia samodzielnie lub z asekuracją nauczyciela. Ruch jest uproszczony

- Nie podejmuje wysiłku w opanowaniu umiejętności z zakresu gier sportowych, gimnastyki, konkurencji LA
- Wykazuje znaczące braki w znajomości zasad i przepisów gier sportowych, gimnastyki konkurencji LA
- Nie jest pilny i wykazuje bardzo małe postępy w usprawnieniu
- Na zajęciach wychowania fizycznego ma niechętny stosunek do ćwiczeń

OCENA NIEDOSTATECZNA

Uczeń:

- Nie potrafi wykonać podstawowych ćwiczeń, nie zna terminologii, postaw
- Nie pracuje nad podniesieniem sprawności motorycznej
- Nie opanował wymaganych umiejętności w zakresie gier zespołach, gimnastyki, konkurencji LA
- Nie zna podstawowych zasad gier zespołach, gimnastyki, konkurencji LA
- Jest nieprzygotowany do zajęć i wykazuje brak zaangażowania
- Nie wykonuje, ignoruje polecenia nauczyciela
- Nie podejmuje prób wykonania ćwiczenia