

Przedmiotowy System Oceniania z wychowania fizycznego

1) Ocena Celująca

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

a) postawy i kompetencji społecznej (spełnia co najmniej 5 kryteriów):

- jest zawsze przygotowany do zajęć wychowania fizycznego,
- nie ćwiczy na lekcjach tylko w bardzo ważnych powodów zdrowotnych lub osobistych,
- bardzo chętnie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkoły i środowiska,
- reprezentuje szkołę w zawodach sportowych,
- systematycznie bierze udział w zajęciach rekreacyjno- sportowych,
- uprawia dyscypliny i konkurencje sportowe w innych klubach, podejmuje dowolne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym.

b) systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 5 kryteriów):

- w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 95-100% zajęć,
- w sposób ponad bardzo dobry wykonuje wszystkie ćwiczenia,
- wzorowo pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,
- pokazuje i demonstrowa większość umiejętności ruchowych,
- prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące poprawnie pod względem merytorycznymi metodycznym,
- umie samodzielnie przygotować miejsce ćwiczeń,
- w sposób bezwzględny stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego,
- poczuwa się do współodpowiedzialności za stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły.

c) sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego (spełnia 5 kryteriów)

- zalicza wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania,
- samodzielnie zabiega o poprawę lub uzupełnienie próby sprawnościowej, w której nie uczestniczył z ważnych powodów,
- uzyskuje bardzo znaczny postęp w kolejnych próbach sprawnościowych,
- dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego,
- oblicza wskaźnik BMI,

d) aktywności fizycznej (spełnia co najmniej 5 kryteriów):

- zalicza wszystkie sprawdziany bez błędów technicznych lub taktycznych,
- ćwiczenia wykonuje zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
- potrafi wykonać ćwiczenia o znacznym stopniu trudności,
- wykonuje ćwiczenia ruchowe nie tylko efektownie, ale i efektywnie,
- stosuje opanowane umiejętności ruchowe w czasie zawodów i rozgrywek sportowych,
- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia w sposób znaczący wpływa na wyniki drużyny szkolnej w zawodach.

e) wiadomości (spełnia 4 kryteria):

- zalicza testy na ocenę bardzo dobrą lub celującą,
- stosuje wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych,
- posiada rozległą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego,
- wykazuje się dużym zakresem wiedzy na temat bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą.

2) Ocena Bardzo Dobra

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

a) postawy i kompetencji społecznej (spełnia co najmniej 4 kryteria):

- jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy,
- nie ćwiczy na lekcjach tylko w bardzo ważnych powodach zdrowotnych lub osobistych,
- chętnie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkoły i środowiska,
- reprezentuje szkołę w zawodach sportowych,
- niesystematycznie bierze udział w zajęciach rekreacyjno- sportowych,
- niekiedy podejmuje indywidualne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym.

b) systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 4 kryteria):

- w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 80-90% zajęć,
- w sposób bardzo dobry wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,
- bardzo dobrze pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,
- pokazuje i demonstrowa niektóre umiejętności ruchowych,
- prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące poprawnie pod względem merytorycznymi metodycznym,
- umie z pomocą nauczyciela przygotować miejsce ćwiczeń,
- stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego,
- dba o dobry stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły.

c) sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego (spełnia co najmniej 4 kryteria):

- zalicza wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania,
- poprawia lub uzupełnia próbę sprawnościową, w której nie uczestniczył z ważnych powodów,
- uzyskuje znaczny postęp w kolejnych próbach sprawnościowych,
- dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego,
- oblicza wskaźnik BMI,

d) aktywności fizycznej (spełnia co najmniej 4 kryteria):

- zalicza wszystkie sprawdziany bez błędów technicznych lub taktycznych,
- ćwiczenia wykonuje zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
- potrafi wykonać ćwiczenia o dużym stopniu trudności,

- wykonuje ćwiczenia ruchowe efektywnie i efektywnie,
- stosuje opanowane umiejętności ruchowe w czasie gry właściwej, w trakcie zajęć,
- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia wpływa na wyniki drużyny szkolnej w zawodach.

e) wiadomości (spełnia co najmniej 3 kryteria):

- zalicza testy na ocenę bardzo dobrą lub dobrą,
- stosuje przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych,
- posiada bardzo dobrą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego,
- wykazuje się bardzo dobrym zakresem wiedzy na temat bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą.

3) Ocena Dobra

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

a) postawy i kompetencji społecznej (spełnia co najmniej 3 kryteria):

- jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy,
- nie ćwiczy na lekcjach tylko z ważnych powodów zdrowotnych lub osobistych,
- współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkoły i środowiska,
- bierze udział w szkolnych w zawodach sportowych,
- niesystematycznie bierze udział w zajęciach rekreacyjno- sportowych,

b) systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 3 kryteria):

- w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 70% zajęć,
- w sposób dobry wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,
- dobrze pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,
- pokazuje i demonstrowa niektóre umiejętności ruchowe,
- prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące w miarę poprawnie pod względem merytorycznymi metodycznym,
- umie z pomocą nauczyciela przygotować miejsce ćwiczeń,
- stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego,
- dba o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły.

c) sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego (spełnia co najmniej 3 kryteria):

- zalicza większość testów i prób sprawnościowych ujętych w programie nauczania,
- poprawia lub uzupełnia próby sprawnościowej, w której nie uczestniczył z ważnych powodów,
- wykonuje określone próby sprawności fizycznej na ocenę dobrą,
- dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego,
- oblicza wskaźnik BMI,
- raczej nie podejmuje indywidualny program treningowy w celu poprawy wyniku w danej sprawności fizycznej.

d) aktywności fizycznej (spełnia co najmniej 3 kryteria):

- zalicza wszystkie sprawdziany z niewielkimi błędami technicznymi lub taktycznymi,
- ćwiczenia wykonuje nie zawsze zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
- potrafi wykonać ćwiczenia o przeciętnym stopniu trudności,
- wykonuje ćwiczenia ruchowe efektownie ale mało efektywnie,
- stosuje w stopniu dobrym opanowane umiejętności ruchowe w czasie gry właściwej, w trakcie zajęć,
- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyny szkolnej w zawodach.

e) wiadomości (spełnia co najmniej 2 kryteria):

- zalicza testy na ocenę dobrą,
- stosuje przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych,
- posiada dobrą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego,
- wykazuje się dobrym zakresem wiedzy na temat bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą.

4) Ocena Dostateczna

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

a) postawy i kompetencji społecznej:

- jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy,
- nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów zdrowotnych lub osobistych,
- nie wykazuje chęci współpracy z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkoły i środowiska,
- nie bierze udziału w szkolnych zawodach sportowych,
- nie bierze udziału w zajęciach rekreacyjno- sportowych,

b) systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć:

- w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 50% zajęć,
- w sposób dostateczny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,
- rzadko pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,
- na poziomie dostatecznym pokazuje i demonstruje umiejętności ruchowe,
- nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki lub ćwiczeń kształtujących poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
- potrafi z pomocą nauczyciela przygotować miejsce ćwiczeń,
- rzadko stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego,
- stara się dbać o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły.

c) sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego:

- zalicza tylko niektóre testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania,
- nie poprawia lub nie uzupełnia próby sprawnościowej, w której nie uczestniczył z ważnych powodów,

- wykonuje określone próby sprawności fizycznej na ocenę dostateczną,
- nie dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego,
- nie oblicza wskaźnik BMI,
- nie wykazuje chęci do indywidualnej poprawy swojej sprawności fizycznej.

d) aktywności fizycznej :

- zalicza wszystkie sprawdziany z dużymi błędami technicznymi lub taktycznymi,
- ćwiczenia wykonuje nie zawsze zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
- potrafi wykonać ćwiczenia o niskim stopniu trudności,
- wykonuje ćwiczenia ruchowe mało efektywnie,
- stosuje w stopniu dostatecznym opanowane umiejętności ruchowe w czasie gry właściwej, w trakcie zajęć,

e) wiadomości :

- zalicza testy na ocenę dostateczną,
- stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych,
- posiada dostateczną wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego,
- posiada dostateczną wiedzę z zakresu bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą.

5) Ocena Dopuszczająca

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

a) postawy i kompetencji społecznej :

- bardzo często jest nieprzygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. nie posiada odpowiedniego stroju sportowego,
- nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów zdrowotnych lub osobistych,
- nie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkoły i środowiska,
- nie bierze udziału w szkolnych zawodach sportowych,
- nie bierze udziału w zajęciach rekreacyjno- sportowych,

b) systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć :

- w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 30% zajęć,
- w sposób nieprawidłowy wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,
- nie pełni funkcji lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,
- nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych,
- nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki lub ćwiczeń kształtujących poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
- potrafi z pomocą nauczyciela przygotować miejsce ćwiczeń,
- bardzo często nie stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego,
- nie dba o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły.

c) sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego :

- zalicza tylko pojedyncze testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania,
- nie poprawia lub nie uzupełnienia próby sprawnościowej, w której nie uczestniczył,
- wykonuje określone próby sprawności fizycznej na ocenę dopuszczającą,
- nie dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego,
- nie oblicza wskaźnik BMI,
- nie wykazuje chęci do indywidualnej poprawy swojej sprawności fizycznej

d) aktywności fizycznej :

- zalicza wszystkie sprawdziany z rażącymi błędami technicznymi lub taktycznymi,
- ćwiczenia wykonuje nie zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
- potrafi wykonać ćwiczenia o bardzo niskim stopniu trudności,
- wykonuje ćwiczenia ruchowe mało efektywnie,
- nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowych w czasie gry właściwej, w trakcie zajęć,

e) wiadomości :

- zalicza testy na ocenę dopuszczającą,
- stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych,
- posiada niewielką wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego,
- wykazuje niski zakres wiedzy na temat bieżących wydarzeń sportowych w kraju .

6) Ocena Niedostateczna

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

a) postawy i kompetencji społecznej :

- prawie zawsze jest nieprzygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. nie posiada odpowiedniego stroju sportowego,
- odmawia udziału w lekcji
- bardzo często nie ćwiczy na lekcjach z powodów błahych lub osobistych,
- nie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkoły i środowiska,
- nie bierze udziału w szkolnych zawodach sportowych,
- nie bierze udziału w zajęciach rekreacyjno- sportowych,

b) systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć :

- w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy poniżej 20% zajęć,
- nieprawidłowo wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,
- nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych,
- nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki lub ćwiczeń kształtujących poprawnie pod względem merytorycznymi metodycznym,
- nie przygotowuje miejsca ćwiczeń,
- nie stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego,
- nie dba o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły.

c) sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego :

- nie zalicza większości testów i prób sprawnościowych ujętych w programie nauczania,
- nie poprawia lub nie uzupełnienia próby sprawnościowej, w której nie uczestniczył ,
- nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych,
- nie dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego,
- nie oblicza wskaźnik BMI,
- nie wykazuje chęci do indywidualnej poprawy swojej sprawności fizycznej

d) aktywności fizycznej :

- zalicza wszystkie sprawdziany z rażącymi błędami technicznymi lub taktycznymi,
- ćwiczenia wykonuje nie zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
- odmawia wykonania ćwiczenia o bardzo niskim stopniu trudności,
- nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowych w czasie gry właściwej, w trakcie zajęć,
- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyny szkolnej w zawodach.

e) wiadomości :

- odmawia udziału w testach sprawnościowych,
- nie stosuje przepisów i zasad sportów indywidualnych oraz zespołowych,
- posiada niedostateczną wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego,
- wykazuje niedostateczny zakres wiedzy na temat bieżących wydarzeń sportowych w kraju .

Postanowienia końcowe;

1. Ocena z wychowania fizycznego jest integralną częścią wewnątrzszkolnego systemu oceniania szkoły.
2. Ocena semestralna lub roczna ustalana jest na podstawie ocen cząstkowych za określony poziom wiadomości , umiejętności w procesie szkolnego wychowania fizycznego.
3. Ocena semestralna i roczna nie jest średnią arytmetyczną ocen cząstkowych.
4. Przy ustaleniu oceny semestralnej i rocznej uwzględnia się przede wszystkim wysiłek ucznia, wynikający z realizacji programu nauczania oraz systematyczny i aktywny udział w lekcjach wychowania fizycznego.
5. Ocena z wychowania fizycznego może być podniesiona za dodatkową aktywność ucznia np. udział w zajęciach rekreacyjno-sportowych, zawodach sportowych, turniejach i rozgrywkach pozaszkolnych.
6. Obniżenie oceny z wychowania fizycznego na koniec semestru lub roku szkolnego następuje na skutek negatywnej postawy ucznia np. częste braki stroju, niesystematyczne ćwiczenie, brak zaangażowania w trakcie lekcji.
7. Szkolne ocenianie z wychowania fizycznego ma być czynnikiem motywującym młodzież do aktywności fizycznej w wymiarze teraźniejszym i przyszłościowym.

8. W uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony na czas określony z wychowania fizycznego według następujących zasad:

a) rodzice (opiekunowie prawni) mogą zwolnić ucznia z ćwiczeń na lekcjach wychowania fizycznego (do 5 dni, bezpośrednio następujących po sobie) po jego nieobecności w szkole spowodowanej chorobą. Zwolnienie z ćwiczeń na lekcjach wychowania fizycznego na okres dłuższy niż 5 dni musi być poparte opinią lekarza. **Jednorazowe zwolnienie z uczestnictwa w lekcji wf, należy przesłać dziennikiem elektronicznym do godziny 8.00 danego dnia.**

b) Dyrektor szkoły zwalnia ucznia z wykonywania określonych ćwiczeń fizycznych na zajęciach wychowania fizycznego, na podstawie opinii o braku możliwości uczestniczenia ucznia w tych zajęciach wydanej przez lekarza, na czas określony w tej opinii,

c) decyzję o zwolnieniu ucznia z udziału w ćwiczeniach na lekcjach wychowania fizycznego na okres semestru lub roku szkolnego podejmuje Dyrektor SP nr 14 na podstawie złożonego przez rodziców (opiekunów prawnych) podania popartego opinią lekarza,

d) podania, o których mowa w podpunkcie b), należy składać w terminie 14 dni od rozpoczęcia roku szkolnego (II semestru) lub daty wystawienia zwolnienia lekarskiego potwierdzającego niezdolność do ćwiczeń fizycznych.

9. Uczeń, który opuścił z własnej w 51% i więcej obowiązkowych zajęć wychowania fizycznego, otrzymuje ocenę - nieklasyfikowany na koniec I semestru lub roku szkolnego. Rada pedagogiczna w takim przypadku może ustalić dla ucznia egzamin klasyfikacyjny. Egzamin klasyfikacyjny obejmuje zadania praktyczne i teoretyczne, które były przedmiotem nauczania w trakcie roku szkolnego.

10. Uczeń i rodzice są zobowiązani do zgłaszania nauczycielowi wszelkich przeciwwskazań do wykonywania ćwiczeń (przebyte choroby, urazy)

11. W uzasadnionych przypadkach nauczyciel może zwolnić ucznia z czynnego uczestnictwa w lekcji. Natomiast uczeń zobowiązany jest zgłosić każdą niedyspozycję, która nastąpi przed, w trakcie lub po zakończeniu lekcji.

12. W przypadku zbyt częstych niedyspozycji lub wątpliwości, co do ich autentyczności nauczyciel kontaktuje się z rodzicem ucznia w celu wyjaśnienia ww. niedyspozycji.

13. **Uczeń może być w ciągu semestru trzy razy nieprzygotowany do lekcji bez konieczności przedstawienia usprawiedliwienia, w razie kolejnego i następnych przypadków otrzymuje ocenę niedostateczną.**

14. Uczeń jest zobowiązany do przestrzegania ustaleń zawartych w regulaminie sali gimnastycznej i obiektów sportowych. Nieprzestrzeganie ustalonych reguł powoduje uzyskanie uwagi w dzienniku.

15. Uczeń ma prawo poprawić ocenę częściową w formie i terminie uzgodnionym z nauczycielem.