

# WYMAGANIA EDUKACYJNE I PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

## I. Obszary aktywności ucznia podlegające ocenianiu

1. Zachowanie i postawa.
2. Umiejętności ruchowe i organizacyjne.
3. Wiadomości z zakresu kultury fizycznej i sportu.

### **Ad. 1 Zachowanie i postawa:**

- Aktywność na zajęciach lekcyjnych i pozalekcyjnych (zaangażowanie, wysiłek wkładany w rozwój sprawności fizycznej, udział w życiu sportowym klasy i szkoły).
- Stosunek do przedmiotu i systematyczność udziału w zajęciach wychowania fizycznego.
- Przygotowanie do zajęć .
- Dbłość o zdrowie (higiena osobista, estetyka stroju).
- Przestrzeganie regulaminów, przepisów i obowiązków ucznia.
- Życzliwy stosunek do innych (postawa fair play).

### **Ad. 2 Umiejętności:**

- Umiejętności ruchowe: stopień opanowania umiejętności sportowo-rekreacyjnych, utylitarnych i zdrowotnych (co potrafię, jak wykonuję) zgodnie z planem pracy.
- Umiejętności organizacyjne, stopień umiejętności współorganizowania zadań rekreacyjnych i sportowych oraz zabaw w grupach rówieśniczych.
- Umiejętność udzielania pierwszej pomocy.

### **Ad. 3 Wiadomości z zakresu kultury fizycznej:**

- Znajomość tematyki: rozwój fizyczny, rozwój sprawności fizycznej, zdrowy styl życia, higiena, hartowanie organizmu.
- Znajomość i przestrzeganie zasad bezpieczeństwa na obiektach sportowych.
- Znajomość regulaminów, przepisów i zasad poznanych dyscyplin sportowych.
- Stosowanie zasady „czystej gry” i sportowego kibicowania.

## **II. Kryteria oceniania:**

### **Ocena celujący:**

- Uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą, jest kulturalny, wykonuje polecenia nauczyciela, szanuje przeciwnika, kolegów oraz spełnia co najmniej jeden z poniższych warunków:
  - posiada ponadprzeciętne umiejętności,
  - aktywnie uczestniczy w życiu sportowym na terenie szkoły, bądź też w innych formach działalności związanej z kulturą fizyczną,
  - prezentuje postawę fair play, jest wzorem dla innych uczniów,
  - zajmuje wysokie miejsce w zawodach gminnych, powiatowych lub wojewódzkich,
  - uczestniczy systematycznie w sportowych zajęciach pozalekcyjnych.

### **Ocena bardzo dobry:**

- Uczeń opanował pełen zakres umiejętności i wiedzy określony wymaganiami edukacyjnymi programu nauczania przedmiotu w danej klasie.
- Jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego nie budzą najmniejszych zastrzeżeń.
- Jest aktywny, wkłada maksymalny wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego, wykazuje pozytywny stosunek do przedmiotu.
- Ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, w odpowiednim tempie, zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie.
- Posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu.
- Systematycznie doskonali swą sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu.
- Jest zawsze przygotowany do zajęć, dba o higienę osobistą.
- Właściwie odnosi się do mniej sprawnych fizycznie.

### **Ocena dobry:**

- Uczeń opanował umiejętności ruchowe, zawarte w programie nauczania, na poziomie podstawowym wykonując ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie.
- Wykazuje dość dobre postępy w osobistym usprawnianiu, podejmuje liczne próby doskonalenia własnej sprawności fizycznej.
- Posiadane wiadomości potrafi wykorzystać w praktyce przy pomocy nauczyciela.

- Cechuje go pozytywny stosunek do przedmiotu i aktywna postawa na lekcji.
- Zna i stosuje zasady higieny osobistej.
- Nie wykazuje rażących błędów w zakresie wychowania społecznego (jest koleżeński)

#### **Ocena dostateczny:**

- Uczeń opanował materiał programowy na przeciętnym poziomie ze znacznymi brakami.
- Wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy.
- Ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi, czyni to niechętnie.
- Posiada niepełne wiadomości z zakresu kultury fizycznej i nie potrafi ich wykorzystać w praktycznym działaniu.
- Przejawia braki w zakresie wychowania społecznego, w postawie i stosunku do przedmiotu.
- Sporadycznie jest nieprzygotowany do lekcji.
- Nie wykazuje aktywności na lekcjach.

#### **Ocena dopuszczający:**

- Ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi.
- Jego wiadomości z przedmiotu są niewystarczające.
- Niesystematycznie bierze udział w zajęciach i wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu.
- Jest często nieprzygotowany do zajęć.
- Jego postawa społeczna budzi poważne zastrzeżenia.

#### **Ocena niedostateczny:**

- Uczeń jest daleki od spełniania wymagań stawianych w podstawie programowej.
- Najprostsze ćwiczenia wykonuje z rażącymi błędami.
- Często świadomie odmawia wykonania ćwiczeń.
- Charakteryzuje się niewiedzą z zakresu kultury fizycznej.
- Jego stosunek do przedmiotu jest lekceważący, a postawa na lekcji nieodpowiednia – utrudniająca sprawne i bezpieczne prowadzenie zajęć.
- Nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu.

## **Wystawienie pozytywnej oceny śródrocznej/ rocznej**

*Podstawą oceny śródrocznej/ rocznej z wychowania fizycznego jest:*

- Systematyczne i aktywne uczestnictwo w lekcji (minimum 50% obecności, wyjątek stanowią częściowe zwolnienia lekarskie).
- Zdyscyplinowanie i postawa fair play (ma to wpływ na podwyższenie lub obniżenie oceny).
- Postęp w rozwoju sprawności motorycznej mierzony na podstawie testów sprawnościowych.
- Znajomość przepisów i zasad poznanych dyscyplin sportowych.
- Wkład ucznia w opanowanie określonych umiejętności wyrażający się dodatkową pracą.
- Posiadanie czystego stroju sportowego oraz zmiennej obuwia.
- Ocena częściowa za przygotowanie do zajęć w półroczu:

3 x brak stroju – uczeń uzyskuje ocenę niedostateczną.

1 x w półroczu uczeń może zgłosić brak stroju - *(może stanowić brak możliwości otrzymania oceny celującej)*.

- Uczeń zawsze posiada strój sportowy – może uzyskać ocenę celującą (częstkową, a nawet roczną).

### **III. Ocena prac pisemnych będzie dokonywana według następującej skali procentowej:**

100% - 98%	celujący
97% - 90%	bardzo dobry
89% - 75%	dobry
74% - 50%	dostateczny
49% - 33%	dopuszczający
32% - 0%	niedostateczny

### **IV. Zwolnienia z lekcji wychowania fizycznego**

Uczeń i rodzice zobowiązani są do zgłaszania nauczycielowi wszelkich przeciwwskazań do wykonywania ćwiczeń (przebyte choroby, urazy). Każda niedyspozycja ucznia musi być potwierdzona przez rodzica na piśmie (za wyjątkiem nagłych wypadków). W innym przypadku będzie uznawana za brak stroju. Dopuszcza się zgłoszenie niedyspozycji przez ucznia jeśli zaistniała w szkole.

W uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego na czas określony. Decyzję o zwolnieniu ucznia z zajęć podejmuje dyrektor szkoły na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach uczestniczenia w tych zajęciach, wydanej przez lekarza. W przypadku

zwolnienia z zajęć wychowania fizycznego w dokumentacji przebiegu nauczania wpisuje się zwolniony (absencja na tyle długa, że nie ma możliwości wystawienia oceny śródrocznej/rocznej).

Na podstawie opinii lekarza uczeń może być zwolniony z wykonywania niektórych ćwiczeń podczas lekcji. Decyzję o ograniczeniach podejmuje dyrektor szkoły. Nauczyciel informuje rodziców o proponowanej ocenie na półrocze i koniec roku szkolnego wpisem w dzienniku w terminie ustalonym przez dyrektora szkoły.