

# Kryteria oceniania z wychowania fizycznego

Przedmiotem oceny z wychowania fizycznego jest:

1. Postawa ucznia na lekcjach obejmująca:

- systematyczność uczestnictwa w zajęciach wychowania fizycznego;
- aktywność na lekcjach wychowania fizycznego - dokładność, sumienność w wykonywaniu ćwiczeń sportowych, zaangażowanie w sportową rywalizację;
- przygotowanie do lekcji - strój sportowy, brak przedmiotów zagrażających zdrowiu i bezpieczeństwu, np.: biżuteria, gumy do żucia itp., u dziewcząt spięte włosy;
- przestrzeganie zasady "fair play" i kulturalnego zachowania w stosunku do nauczyciela i współćwiczących;
- stosunek do mienia sportowego - poszanowanie przyborów, urządzeń oraz obiektów sportowych;

2. Poziom sprawności fizycznej i postęp w jej rozwoju:

- sprawność kondycyjna - siła, szybkość i wytrzymałość;
- sprawność koordynacyjna - zwinność, zręczność, gibkość, równowaga

3. Umiejętności ruchowe

- poziom opanowania techniki ruchu i założeń taktycznych;

4. Wiadomości z zakresu wychowania fizycznego obejmujące znajomość:

- przepisów gier, konkurencji lekkoatletycznych i gimnastycznych;
- zasad bezpieczeństwa podczas uprawiania sportów, korzystania ze sprzętu sportowego;
- asekuracji i samoochrony podczas wykonywania ćwiczeń fizycznych;
- nazewnictwa ćwiczeń ogólnorozwojowych wykorzystywanych w rozgrzewkach

5. Sportowa aktywność pozalekcyjna obejmująca:

- systematyczny udział w wybranych przez siebie formach dodatkowych zajęć sportowo rekreacyjnych;
- podnoszenie swoich umiejętności ruchowych w pozaszkolnych klubach, sekcjach sportowych działających na terenie miasta i gminy;
- udział i godne reprezentowanie klasy i szkoły w szkolnych i pozaszkolnych konkursach, zawodach oraz masowych imprezach sportowych;

6. Umiejętności organizacyjne:

- stopień opanowania umiejętności zorganizowania i przeprowadzenia zajęć sportowych lub rekreacyjno sportowych.

## System oceniania

1. W ocenianiu cząstkowym, jak i semestralnym stosowane są następujące stopnie i ich cyfrowe odpowiedniki w skali od 1 do 6;

1 - niedostateczny

2 - dopuszczający

3 - dostateczny

4 - dobry

5 - bardzo dobry

6 - celujący

### Kryteria oceny z wychowania fizycznego

**Ocenę celującą** - otrzymuje uczeń, który:

- na lekcjach wychowania fizycznego stanowi wzór dla współwiczących - jest zawsze przygotowany do zajęć, zaangażowany, ambitny, ćwiczy dokładnie i rzetelnie;
- twórczą postawą, umiejętnościami i wiadomościami wykracza poza program nauczania w danej klasie;
- prowadzi zdrowy i higieniczny tryb życia;
- zawsze kieruje się zasadą "fair play";
- chętnie bierze udział w zajęciach sportowych, sportowo rekreacyjnych, zawodach sportowych reprezentując szkołę;

**Ocenę bardzo dobrą** - otrzymuje uczeń, który:

- aktywnie i systematycznie uczestniczy w zajęciach lekcyjnych;
- na lekcjach jest zdyscyplinowany, koleżeński, ambitny i pilny;
- prezentuje umiejętności ruchowe na poziomie bardzo dobrym, potrafi wykorzystać je w praktyce;
- systematycznie podnosi poziom swojej sprawności fizycznej;
- wykazuje dużą samodzielność i pomysłowość podczas zajęć;
- chętnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych lub pozaszkolnych o charakterze sportowo rekreacyjnym;

**Ocenę dobrą** - otrzymuje uczeń, który:

- systematycznie i aktywnie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego;
- jest przygotowany do wszystkich zajęć (zawsze posiada strój sportowy), prowadzi higieniczny tryb życia;
- potrafi wykorzystać swoje umiejętności w praktyce;
- dba o swoją sprawność fizyczną, stara się ją rozwijać;
- posiada podstawowe wiadomości w zakresie dyscyplin sportowych uprawianych w szkole (określonych programem nauczania w danej klasie);

**Ocenę dostateczną** - otrzymuje uczeń, który:

- niesystematycznie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego, często jest nieprzygotowany do zajęć;
- opanował umiejętności ruchowe podlegające ocenie w stopniu dostatecznym;
- podczas wykonywania ćwiczeń ruchowych wymaga nadzoru nauczyciela;
- wykazuje małe postępy w usprawnianiu motorycznym;
- wykazuje znaczące braki w zakresie wiadomości;

**Ocenę dopuszczającą** - otrzymuje uczeń, który:

- systematycznie uchyla się od ćwiczeń na lekcjach wychowania fizycznego;
- odmawia uczestnictwa w sprawdzianach w zakresie umiejętności;
- wykazuje duże braki w zakresie wiedzy i umiejętności;
- nie jest pilny i wykazuje małe postępy w usprawnianiu;
- przejawia poważne braki w zakresie wychowania społecznego, ma niechętny lub negatywny stosunek do ćwiczeń i dyscypliny na lekcji wychowania fizycznego;

**Ocenę niedostateczną** - otrzymuje uczeń, który:

- prezentuje lekceważący stosunek do przedmiotu;
- nagminnie opuszcza zajęcia wychowania fizycznego (ucieczki z lekcji), jest notorycznie nieprzygotowany do zajęć;
- nie opanował podstawowych umiejętności w zakresie dyscyplin sportowych objętych programem nauczania, jest daleki od spełnienia wymagań stawianych przez program;
- nie bierze czynnego udziału w lekcjach, swoim zachowaniem dezorganizuje pracę stwarzając niebezpieczeństwo dla siebie i innych;
- prowadzi niehigieniczny i niesportowy tryb życia.

### Kryteria dodatkowe

Znaczący wpływ na ocenę mogą mieć:

- uczestnictwo w zorganizowanych formach aktywności ruchowej - pozaszkolne kluby, sekcje sportowe itp.;
- reprezentowanie szkoły na zawodach sportowych różnego szczebla;
- udział i reprezentowanie swojej klasy w szkolnych konkursach i międzyklasowych turniejach sportowych;
- oceny niedostateczne otrzymane w wyniku częstego nieprzygotowania do lekcji.

Dopuszcza się również:

- możliwość różnicowania oceny na podstawie ilości zwolnień z ćwiczeń na lekcji wychowania fizycznego na pisemną prośbę rodzica.

## Zwolnienie z zajęć wychowania fizycznego

- zwolnienia z zajęć wychowania fizycznego z powodu przewlekłej choroby dokonuje dyrektor szkoły na podstawie opinii wydanej przez lekarza oraz pisemnej prośby rodziców (prawnych opiekunów);
- uczeń posiadający częściowe zwolnienie lekarskie lub obniżone wymagania programowe bierze udział w sprawdzianach wskazanych przez nauczyciela i jest oceniany za aktywność;
- usprawiedliwienia nieobecności lub niećwiczenia ucznia mogą dokonywać tylko rodzice (prawni opiekunowie) w formie pisemnej;
- usprawiedliwienie niećwiczenia powinno mieć miejsce podczas zajęć, których dotyczy.

## Inne ustalenia

- uczeń może zostać nieklasyfikowany, jeśli jego nieobecności (powyżej 50%) uniemożliwiają wystawienie oceny;
- dopuszcza się możliwość niećwiczenia bez usprawiedliwienia maksymalnie 3 razy w semestrze. Każde kolejne nieprzygotowanie do zajęć skutkuje otrzymaniem oceny niedostatecznej, co ma znaczący wpływ na obniżenie oceny końcowej;
- uczeń w czasie 2 tygodni po sprawdzianie może poprawić ocenę na wyższą po wcześniejszym ustaleniu terminu z nauczycielem;
- uczeń, który nie uczestniczył w sprawdzianie musi go zaliczyć w ciągu 2 tygodni, po wcześniejszym ustaleniu terminu z nauczycielem, nieprzystąpienie do zaliczenia wiąże się z wystawieniem oceny niedostatecznej z danego sprawdzianu;
- jeśli uczeń odmawia udziału w sprawdzianie umiejętności w trakcie lekcji, na której on się odbywa otrzymuje ocenę niedostateczną.

## Standardy wymagań

Standardy wymagań są integralną częścią powyższych zasad

- przygotowanie ucznia do lekcji wyrażające się przez posiadanie odpowiedniego ubioru
- zaangażowanie ucznia podczas zajęć: za aktywność na lekcjach uczeń otrzymuje wysokie oceny; za unikanie ćwiczeń, przeszkadzanie innym, nieprzestrzeganie zasad bezpieczeństwa uczeń otrzymuje minusy lub oceny niedostateczne
- uczeń, który bierze udział w zajęciach pozalekcyjnych otrzymuje ocenę częściową odpowiednią do zaangażowania w te zajęcia - bardzo dobrą lub celującą
- stosunek do przedmiotu - wysiłek jaki uczeń włożył w to, by jego wyniki w stosunku do możliwości były bardzo wysokie premiowany jest oceną bardzo dobrą lub celującą
- we wszystkich sprawdzianach umiejętności ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który nie podejmuje się wykonania ćwiczenia bez żadnego usprawiedliwienia

W przypadku przejścia szkoły na system nauki zdalnej obowiązują wszystkie wyżej wymienione zasady, a szczególny wpływ na ocenę ma aktywny udział w

zajęciach i zaangażowanie w pracę na lekcjach. Sprawdziany umiejętności uczniowie wykonują na lekcji przy włączonych kamerach, ewentualnie mogą wysłać do nauczyciela nagranie.