

**WYCHOWANIE FIZYCZNE – SZCZEGÓLNE ZASADY OCENIANIA W SZKOLE PODSTAWOWEJ I LICEUM
w roku szkolnym 2023/2024**

nauczyciel: Elżbieta Cieślicka

grupy: 5ab dz, 6ab dz, 7a dz, I A dz, I G dz, II E dz, III A dz

Na ocenę z wychowania fizycznego składają się:

- a. wysiłek, jaki uczeń włożył w wykonanie ćwiczeń, testów sprawnościowych dostosowanych do swoich możliwości,
- b. systematyczne ćwiczenie i przygotowanie do zajęć,
- c. aktywność na lekcji (prezentowanie ćwiczeń dodatkowych, prowadzenie rozgrzewki, przygotowywanie układów ćwiczeń)

Na ocenę okresową liczy się średnia ocen z ćwiczeń, testów sprawnościowych, średnia ocen z aktywności oraz średnia ocen z systematyczności i przygotowania do zajęć.

Na ocenę roczną liczy się ocena z pierwszego okresu wliczona w średnią arytmetyczną z ocenami częściowymi z drugiego okresu.

Ocena może być podwyższona o jeden stopień, gdy uczeń wykazał się 90% obecnością.

Ocena może być podwyższona o jeden stopień w przypadku reprezentowania szkoły w zawodach szkolnych, międzyszkolnych, wojewódzkich oraz udziału w szkolnych akcjach dotyczących promocji zdrowia.

Ocena może być podwyższona o jeden stopień w przypadku uprawiania dyscypliny sportowej (poza szkołą).

Uczeń będzie mógł uzyskać wyższą ocenę roczną niż proponowana po przystąpieniu do poprawy ocen, które uzyskał w czasie drugiego okresu roku szkolnego.

Uczeń ma prawo do poprawy każdej oceny w terminie uzgodnionym z nauczycielem, liczy się tylko ocena poprawiona.

Uczeń ma prawo w ciągu jednego okresu zgłosić dwa razy nieprzygotowanie do zajęć (przez nieprzygotowanie do zajęć z wychowania fizycznego rozumiany jest brak stroju sportowego). Za każdym następnym nieprzygotowaniem uczeń uzyskuje ocenę niedostateczną.

Ocenę wyższą za pierwszy okres i ocenę roczną może uzyskać uczeń, który godnie reprezentuje szkołę na zawodach sportowych oraz aktywnie uczestniczy w zajęciach i wykazuje ciągły postęp w umiejętnościach i wiedzy w zakresie wychowania fizycznego.

WYMAGANIA NA POSZCZEGÓLNE OCENY Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

OCENA	WYMAGANIA
CELUJĄCY	<ul style="list-style-type: none">• Uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bdb.• Aktywnie uczestniczy w zawodach międzyszkolnych itp.- zajmuje punktowane miejsca.• Godnie reprezentuje szkołę na wszelkich zawodach sportowych.• Rozwija uzdolnienia, odznacza się inwencją twórczą.• Zawsze przygotowany do lekcji, zawsze aktywny.• Zna i stosuje w praktyce zasady bhp w zakresie wychowania fizycznego.• Wykazuje ciągły postęp w umiejętnościach i wiedzy z zakresu wf.• Jest wzorem dla kolegów, pomaga im w rozwiązywaniu pojawiających się np. problemów z wykonaniem jakiegoś ćwiczenia.• Odnosnie systemów punktowych spełnia wymagania tam zawarte dotyczące obecności, ocen itp.
BARDZO DOBRY	<ul style="list-style-type: none">• Uczeń doskonale opanował wiadomości i umiejętności z zakresu wf w danej klasie.• Odznacza się dużą sprawnością fizyczną, umiejętnościami z zakresu organizowania gier i zabaw, pomysłowością i własną inwencją twórczą w tym zakresie.

	<ul style="list-style-type: none"> • Ćwiczenia wykonuje dokładnie, pewnie, z właściwą techniką i dbałością o estetykę ruchu oraz z wielkim zaangażowaniem, zna podstawowe zasady i przepisy poznanych gier i zabaw. • Stosuje w praktyce podstawowe przepisy i elementy techniczne poznanych dyscyplin sportowych. • Systematycznie poprawia i doskonali swoje umiejętności motoryczne i techniczne. • Posiada umiejętność samooceny i samokontroli w zakresie sprawności motorycznej. • Potrafi sam przygotować swój organizm do wysiłku fizycznego– aktywnie uczestniczy w rozgrzewce. • Postawa ucznia oraz stosunek do lekcji wf nie budzi żadnych zastrzeżeń. • Bierze aktywnie, choć niesystematycznie udział w zajęciach pozalekcyjnych i w zawodach sportowych.
DOBRY	<ul style="list-style-type: none"> • Uczeń opanował wymagania programowe w stopniu podstawowym. • Odnacza się dobrą sprawnością motoryczną, ćwiczenia wykonuje prawidłowo bez większego wysiłku, z niewielkimi błędami technicznymi, nie dość dokładnie. • Stara się poprawiać i doskonalić swoje umiejętności • Zdobyte wiadomości wykorzystuje w praktyce z niewielką pomocą nauczyciela. • Dbą o higienę ciała i stroju. Jego postawa społeczna i zaangażowanie nie budzą większych zastrzeżeń. • Sporadycznie bierze udziału w zajęciach pozalekcyjnych i zawodach sportowych. • Aktywnie i systematycznie bierze udział w zajęciach.
DOSTATECZNY	<ul style="list-style-type: none"> • Wymagania programowe uczeń opanował przeciętnie, ze znacznymi lukami. • Ćwiczenia wykonuje niedbale, niepewnie, z małym zaangażowaniem, z dużymi błędami technicznymi. • Uczeń wykazuje spadek sprawności motorycznej i nie doskonali swoich umiejętności. • Nie umie wykorzystać zdobytych umiejętności i wiadomości w praktyce. • Na zajęcia wf uczęszcza niesystematycznie (absencja z własnej winy). • Zaniedbuje higienę własną i stroju sportowego. • Przejawia niewłaściwy stosunek do zajęć, do współwiczących. • Wykazuje małą aktywność na lekcjach wf.
DOPUSZCZAJĄCY	<ul style="list-style-type: none"> • Brak opanowania programu w stopniu dostatecznym. • Uczeń jest mało sprawny fizycznie i wykonuje ćwiczenia niechętnie, niedbale, z niewielkim wkładem wysiłku, z dużymi błędami. • Nie posiada umiejętności związanych z samooceną, samokontrolą poprawności wykonywanych zadań oraz doskonaleniem swojej sprawności ruchowej. • Wykazuje bardzo małą aktywność na lekcjach wf, przejawia lekceważący stosunek do zajęć i ćwiczących (absencja, brak stroju, brak inwencji własnej). • Przejawia poważne braki w swojej postawie podczas zajęć: niewłaściwa kultura osobista, higiena ciała i stroju, nieprzestrzeganie zasad bhp, nieodpowiedzialne zachowanie się, brak współpracy w grupie.
NIEDOSTATECZNY	<ul style="list-style-type: none"> • Uczeń nie opanował materiału w zakresie przewidzianym programem umiejętności i wiadomości. • Ma lekceważący stosunek do przedmiotu (nieusprawiedliwiona absencja, ciągły brak stroju, niechętnie wykonuje ćwiczenia, brak postępów w pracy nad swoją sprawnością, nie wykazuje żadnych chęci poprawy).

Należy pamiętać, że ocena z wychowania fizycznego jest wypadkową wielu obszarów działania ucznia i przy wystawieniu oceny należy brać pod uwagę realizację i stopień zaangażowania ucznia w każdym z nich.

Niewątpliwie jednym z najważniejszych kryteriów, które mają wpływ na ocenę jest stosunek ucznia do obowiązków szkolnych dotyczących realizacji programu z wychowania fizycznego. Uczestnictwo w lekcji, nieprzygotowanie do zajęć, stopień zaangażowania podczas lekcji, postawa ucznia, dążenie do postępu to ważne elementy oceny ucznia.