

WYCHOWANIE FIZYCZNE – SZCZEGÓŁOWE ZASADY OCENIANIA W LICEUM
w roku szkolnym 2023/2024

nauczyciel: Magdalena Makowska grupy: 0 H dz, I D dz, I F dz, II AB dz, II C dz, II H dz, III C dz, IV B dz, IV H dz

1. Przygotowanie do lekcji:
 - a. biała koszulka
 - b. spodenki nie krępujące ruchów w dowolnym kolorze
 - c. buty sportowe na zmianę
 - d. skarpetki bawełniane
 - e. dozwolony 2-krotny brak stroju; kolejny brak stroju = ocena niedostateczna
 - f. niedyspozycja nie zwalnia z uczestnictwa w lekcji
 - g. przed lekcją należy zgłosić gorsze samopoczucie.
2. Sprawdziany umiejętności - ocena poprawności wykonania określonych elementów technicznych gier zespołowych i ćwiczeń gimnastycznych.
 - a. sprawdzian umiejętności odbywa się po każdym dziale materiału
 - b. ocenie podlega: technika, tempo, postęp, umiejętność gry w zespole, skuteczność
 - c. po zwolnieniu lekarskim należy zaliczyć sprawdzian 2 tygodnie po powrocie do szkoły
 - d. sprawdziany można, ale nie trzeba poprawiać, należy je poprawić na miesiąc przed wystawianiem oceny na I okres i rocznej
 - e. jeśli uczeń nie ma możliwości poprawić sprawdzianu w formie fizycznej, nauczyciel wyznaczy inny sposób zaliczenia np.: gazetka o tematyce sportowej, zdrowotnej, referat, prezentacja, itp.)
3. Sprawdziany motoryczności - ocenianie wg limitów czasowych (obliczanych na podstawie wyników klas w jednym roczniku, średni wynik = ocena dobra) uzyskanych w próbach sprawnościowych oraz testach z uwzględnieniem postępów, jakie uczeń uczynił w toku nauki.
4. Praca na lekcji - szczególna obserwacja i ocena aktywności
 - a. zdobywając trzy „+” uczeń otrzymuje ocenę bardzo dobrą
 - b. oceny z aktywności otrzymujemy za np.: prowadzenie samodzielne rozgrzewki, wygrywanie konkursów sportowych, pomoc nauczycielowi w organizacji zawodów międzyklasowych, sędziowanie, przygotowanie gazetki szkolnej – sportowej, prace na rzecz kultury fizycznej, krzewienie edukacji zdrowotnej, młodzieżowy lider zdrowia.
5. Oceny cząstkowe według skali stopniowej: 1, 2, 3, 4, 5, 6.
6. Całkowite bądź częściowe zwolnienie z ćwiczenia na lekcji wychowania fizycznego należy przynieść w momencie, gdy wystawi je lekarz prowadzący lub po powrocie do szkoły po zwolnieniu lekarskim. Dyrektor po zapoznaniu się z dokumentacją wystawi zwolnienie z ćwiczenia na lekcji wychowania fizycznego. Jeśli jest to ostatnia bądź pierwsza lekcja rodzice (opiekunowie prawni) mogą napisać prośbę o zwolnienie ucznia z tych godzin.
7. Ustalenia oceny końcowej:
 - a. pod uwagę brany jest wysiłek, jaki uczeń włożył w stosunku do swych możliwości po to, by jego wyniki były jak najlepsze
 - b. średnia ocen ze sprawdzianów, testów (3-5 ocen)
 - c. ocena z aktywności na lekcji
 - d. ocena z frekwencji:

100% - 97%	celujący
96% - 86%	bardzo dobra
85% - 70%	dobra
69% - 53%	dostateczna
52% - 41%	dopuszczająca
40% - 0%	niedostateczna

e. uczestnictwo w zawodach międzyszkolnych jako reprezentant szkoły

f. ilość zwolnień od rodziców:

do 4 razy - bardzo dobry

od 5 do 8 razy - dobry

od 9 do 12 razy - dostateczny

powyżej 12 - dopuszczający

8. Warunki uzyskania wyższej oceny niż proponowana:

a. ocena z wychowania fizycznego jest wynikiem pracy ucznia na lekcjach w ciągu całego roku szkolnego. Podstawą oceny na koniec roku szkolnego jest aktywny udział w lekcjach przejawiający się wysoką frekwencją, systematycznym przygotowaniem do lekcji, wysoką dyscypliną, umiejętnością współpracy w grupie, dbaniem o bezpieczeństwo swoje i współwiczących, a także zaangażowaniem w życie sportowe klasy i szkoły

b. uczeń może wnioskować o podniesienie oceny proponowanej o jeden stopień wyżej, gdy:

- wniosek o podwyższenie oceny zawiera uzasadnienie, ocenę, o jaką ubiega się uczeń; wnioski bez uzasadnienia nie będą rozpatrywane
- nauczyciel biorąc pod uwagę oceny cząstkowe i postępy ucznia uznał zmianę oceny za możliwą
- wszystkie nieobecności są usprawiedliwione
- sprawdziany zaliczone są w pierwszym terminie
- uczeń uzyskał ze wszystkich sprawdzianów oceny pozytywne

c. roczny sprawdzian umiejętności i wiadomości z wychowania fizycznego ma przede wszystkim formę zadań praktycznych, podczas których uczeń powinien wykazać się również wiadomościami teoretycznymi, które przekazywane są przez prowadzącego na lekcjach

KRYTERIA OCEN - WYCHOWANIE FIZYCZNE

Przy ustaleniu oceny z wychowania fizycznego powinniśmy brać pod uwagę wysiłek, jaki uczeń wkłada w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tego przedmiotu.

Oceniając ucznia mamy na celu:

- poinformować go o poziomie jego osiągnięć edukacyjnych
- motywować do dalszego wysiłku, samodoskonalenia i pracy nad sobą
- dostarczać rodzicom, nauczycielom informacji o postępach, trudnościach i szczególnych uzdolnieniach
- umożliwienie nauczycielowi kontroli postępów ucznia, doskonalić warsztat pracy.

Ocenianie powinno być: rzetelne, trafne, zrozumiałe dla ucznia i rodziców, obiektywne i jawne. Odbywa się za pomocą obserwacji ucznia, testów sprawności fizycznej, sprawdzianów umiejętności ruchowych, aktywności w zakresie działań prozdrowotnych, konkursów sportowych.

Oceniane będą:

- postawa wobec wychowania fizycznego i zdrowego ciała
- zaangażowanie i przygotowanie się do lekcji
- stosunek do partnera i przeciwnika, do własnego ciała
- postęp w opanowaniu umiejętności i wiadomości przewidzianych w danej klasie uwzględniając indywidualne możliwości
- osiągnięte wyniki w sportach wymiernych, technika i dokładność wykonania zadania
- wiadomości.

Ocena celująca:

- umiejętności ruchowe wykonuje bardzo dobrze i stosuje je w praktyce;
- osiąga najlepsze wyniki w klasie;
- zawsze kieruje się zasadą „fair play”;
- czynnie pomaga nauczycielowi (np.: sędziowanie, organizacja zawodów międzyklasowych, pomoc

- w organizacji szkolnych imprez sportowych np.: Trzymaj Formę);
- posiada rozszerzoną wiedzę z zakresu kultury fizycznej;
- aktywnie uczestniczy w życiu sportowym szkoły bądź też w innych formach działalności związanych z kulturą fizyczną;
- jego postawa wobec kolegów i nauczyciela stanowi wzór do naśladowania;
- zajmuje punktowane miejsca w zawodach sportowych, kwalifikując się do finałów na szczeblu wojewódzkim;
- spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą;

Ocena bardzo dobra:

- potrafi wykorzystać posiadane wiadomości i umiejętności w praktyce;
- nie ma żadnej oceny niedostatecznej;
- systematycznie podnosi poziom swojej sprawności fizycznej;
- jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego nie budzą najmniejszych zastrzeżeń;
- bierze aktywny udział w zawodach sportowych;
- ma zaliczone wszystkie sprawdziany z zakresu umiejętności i wiadomości;
- prowadzi sportowy, higieniczny tryb życia;

Ocena dobra:

- ćwiczenia wykonuje prawidłowo, lecz nie dość dokładnie, z małymi błędami technicznymi;
- jego postawa społeczna i stosunek do kultury fizycznej nie budzą większych zastrzeżeń;
- nie bierze udziału w zajęciach poza lekcyjnych;
- posiadane umiejętności potrafi wykorzystać przy pomocy nauczyciela;
- bierze udział w zajęciach pozaszkolnych o charakterze sportowo- rekreacyjnym;

Ocena dostateczna:

- opanował materiał na przeciętnym poziomie, ze znacznymi lukami;
- ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie i z większymi błędami technicznymi;
- wykazuje małe postępy w usprawnianiu motorycznym;
- w jego wiadomościach z zakresu kultury fizycznej są znaczne luki, a wiadomości, które posiada nie potrafi wykorzystać w praktyce;
- przejawia pewne braki w zakresie wychowania społecznego i w stosunku do kultury fizycznej;
- uczestniczy w zabawach, grach i ćwiczeniach, ale mało się stara;

Ocena dopuszczająca:

- ćwiczenia wykonuje niechętnie, z dużymi błędami technicznymi;
- posiada małe wiadomości z zakresu kultury fizycznej;
- nie jest pilny, ma niechętny stosunek do ćwiczeń;
- wykazuje małe postępy w usprawnianiu;
- słabo interesuje się sportem i rekreacją;
- nie podejmuje żadnych działań na lekcji;
- nie dba o swoje postępy w rozwoju sprawności fizycznej;

Ocena niedostateczna nie jest przewidziana, ale jeśli uczeń:

- nie spełnia wymagań sprawnościowych;
- nie wykazuje postępów w usprawnianiu fizycznym i umiejętnościach ruchowych;
- nie potrafi opanować podstawowych umiejętności technicznych;
- cechuje go niewiedza w zakresie wiadomości z wychowania fizycznego;
- nie zna podstawowych przepisów,

to wówczas otrzyma ocenę niedostateczną.