

# Kryteria oceny ucznia z wychowania fizycznego w ZS Oleszyce

Osiągnięcia ocenianego ucznia będą porównywane w zakresie każdego z siedmiu następujących kryteriów oceny:

1. Stopień opanowania materiały podstawy programowej.
2. Sprawność fizyczną.
3. Stopień umiejętności ruchowych.
4. Wiedzę ucznia i umiejętność jej wykorzystania w praktycznym działaniu.
5. Postępy w usprawnieniu.
6. Postawę ucznia i stosunek do wychowania fizycznego
7. Uczestnictwo w zajęciach nadobowiązkowych

## Warunki uzyskania odpowiedniej oceny:

### Celująca – 6

- Uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bdb. / 5 /
- Aktywnie uczestniczy w życiu sportowym szkoły, bądź też innych formach działalności związanych z wychowaniem fizycznym.
- Zajmuje punktowane miejsca w zawodach ogólnopolskich, wojewódzkich, posiada klasę sportową.

### Bardzo dobra – 5

- Uczeń całkowicie opanował materiał podstawy programowej.
- Jest bardzo sprawny fizycznie.
- Ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, pewnie, w odpowiednim tempie i dokładnie, zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie.
- Posiada duże wiadomości w zakresie kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu.
- Systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnieniu.
- Jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego nie budzą najmniejszych zastrzeżeń.
- Bierze aktywny udział w sportowych zajęciach pozalekcyjnych i zawodach sportowych, nie jest to jednak działalność systematyczna.

### Dobra – 4

- Uczeń w zasadzie opanował materiał podstawy programowej.
- Dysponuje dobrą sprawnością motoryczną.
- Ćwiczenia wykonuje prawidłowo, lecz nie dość dokładnie z małymi błędami technicznymi.
- Posiadane wiadomości potrafi wykorzystać w praktyce przy pomocy nauczyciela.
- Nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnieniem, wykazuje stałe i dość dobre postępy w tym zakresie.
- Jego postawa społeczna i stosunek do kultury fizycznej nie budzi większych zastrzeżeń.
- Nie bierze udziału w zajęciach pozalekcyjnych.

### **Dostateczna – 3**

- Uczeń opanował materiał podstawy programowej na przeciętnym poziomie ze znacznymi lukami.
- Dysponuje przeciętną sprawnością motoryczną. Ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie i z większymi błędami technicznymi.
- Wykazuje małe postępy w usprawnieniu motorycznym.
- Jego wiadomości z zakresu kultury fizycznej są znaczne luki, a tych które ma nie potrafi wykonać w praktyce.
- Wykazuje małe postępy w usprawnieniu.
- Przejawia pewne braki w zakresie wychowania społecznego, w postawie i stosunku do kultury fizycznej.

### **Dopuszczająca – 2 – treści konieczne**

- Uczeń opanował podstawy programowej w stopniu dostatecznym i ma poważne luki.
- Jest mało sprany fizycznie.
- Ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi.
- Posiada małe wiadomości z zakresu kultury fizycznej, nie potrafi wykonać zadań związanych z oceną.
- Nie jest pilny i wykazuje małe postępy w usprawnieniu.
- Na zajęciach wychowania fizycznego przejawia poważne braki w zakresie wychowania społecznego, ma niechętny stosunek do ćwiczeń.

### **Niedostateczna – 1**

- Uczeń jest daleki od stopnia wymagań stawianych przez program podstawy programowej.
- Posiada bardzo małą sprawność motoryczną.
- Wykazuje jedynie najprostsze ćwiczenia i w dodatku z rażącymi błędami.
- Charakteryzuje się niewiedzą w zakresie kultury fizycznej.
- Ma lekceważący stosunek do zajęć i nie wykazuje żadnych postępów w usprawnieniu.
- Na zajęciach wychowania fizycznego wykazuje duże braki w zakresie wychowania fizycznego.

# Ustalenia dodatkowe

- Ocenę okresową z wychowania fizycznego oraz roczną otrzymuje uczeń za:
  - Umiejętności**, w tym celu przeprowadza się sprawdziany z realizowanej partii materiału nauczania.  
Prowadzący na tydzień przed dokonaniem sprawdzianu ustala wraz z grupą ćwiczebną zakres umiejętności, formą oceniania dostosowaną do możliwości danej grupy.
  - Aktywność** na zajęciach wychowania fizycznego według indywidualnej oceny nauczyciela.
  - Frekwencją** na podstawie prowadzonych przez nauczyciela notatek w zeszycie osobistym.
- Uczeń ma prawo do zwolnienia z zajęć wychowania fizycznego jeden raz w semestrze. Po wykorzystaniu ustalonego limitu tylko zaświadczenie lekarskie zwalnia ucznia z zajęć wychowania fizycznego lub ustne zwolnienie przez rodzica. Brak takiego zaświadczenia oraz brak stroju lub elementu stroju (koszulki, trampki) powoduje, że uczeń otrzymuje ocenę niedostateczną z frekwencji, co w konsekwencji obniża ogólną ocenę z wychowania fizycznego (dwie oceny niedostateczne obniżają ocenę ogólną o jeden stopień). Za ucieczkę z lekcji wychowania fizycznego uczeń otrzymuje również ocenę niedostateczną z frekwencji.
- Niedyspozycje kobiece nie zwalniają z udziału w zajęciach wychowania fizycznego, w uzasadnionych przypadkach po rozmowie z rodzicami lub opiekunami, higienistką szkolną dopuszcza się możliwość zwolnienia z zajęć wpisując datę zwolnienia.
- Uczeń który posiada zwolnienie lekarskie za okres całego roku szkolnego otrzymuje wpis „zwolniony” w arkuszu ocen i na świadectwie szkolnym.
- Sposoby informacji uczniów i rodziców o wynikach pracy na lekcjach:
  - bieżące informacje ucznia
  - wywiadówki, konsultacje z rodzicami
  - oceny semestralne i końcowe wpisane na miesiąc przed końcem semestru

## I Kryteria oceniania

- Postawa wobec kultury fizycznej** – uczestnictwo w różnych formach Kultury Fizycznej (sport, rekreacja, turystyka, fitness) organizowanych przez szkołę i ośrodki samorządowe). Rozumuje potrzeby zdrowego stylu życia (zachowania pro zdrowie, hartowanie organizmu dyscyplina i aktywność na lekcji, wzorowa frekwencja oraz postępowanie według zasady „fair play”). Posiadanie umiejętności samooceny.
- Sprawność morfofunkcjonalna i motoryczna** – poziom sprawności ucznia (kondycyjnej i morfofizjologicznej) z uwzględnieniem postępu na danym etapie kształcenia(rozwoju).
- Umiejętności** – poziom umiejętności ucznia z zakresu realizowanych form aktywności ruchowej (z uwzględnieniem postępu).
- Wiadomości** – stan wiedzy dotyczący sprawności morfofunkcjonalnej, motorycznej, troski o zdrowie, umiejętność sędziowania i optymizmu. Wiadomości z zakresu treści wychowania fizycznego, ścieżki edukacyjnej, pro zdrowotnej wiadomości z uwzględnieniem właściwego doboru i praktycznego zastosowania odpowiednich narzędzi pomiaru. Znajomość przepisów gry i zachowań.
- Opanowanie treści programowych z określonego poziomu wymagań** –

Treści:

- Konieczne – ocena dopuszczająca
- Podstawowe – ocena dostateczna
- Dopełniające – ocena dobra
- Rozszerzające – ocena bardzo dobra
- Wykraczający – ocena celująca

## II Wymagania programowe

1. **Niedostateczny** – Uczeń ma lekceważący stosunek do przedmiotu, nauczyciela i kolegów. Na zajęciach ćwiczy wybiórczo, często jest nie przygotowany. Nie chce wykonywać żadnych ćwiczeń, prób i testów mimo zachęty ze strony nauczyciela. Wykazuje znaczne braki w opanowaniu treści programowych.
2. **Dopuszczający** – Uczeń nie wykazuje zainteresowania poprawą swojej sprawności fizycznej i umiejętności, nie stosuje zasad zdrowego stylu życia. W zajęciach uczestniczy nie systematycznie, opuszcza lekcje ( duża ilość nieobecności nieusprawiedliwionych ). Wykonuje niechętnie najprostsze ćwiczenia. Wykazuje duże braki w opanowaniu treści programowych, ograniczając się tylko do treści koniecznych.
3. **Dostateczny** – Uczeń niesystematycznie podejmuje działania na rzecz poprawy swojej sprawności fizycznej i nabycia umiejętności. Zajęcia opuszcza sporadycznie ( ma nieobecności nieusprawiedliwione ). Zadania i ćwiczenia wykonuje niepewnie i z dużymi błędami. Opanował treści programowe w zakresie podstawowym.
4. **Dobry** – Uczeń podejmuje działania na rzecz poprawy swojej sprawności fizycznej i nabycia umiejętności, rozumie potrzebę zdrowego stylu życia. Jest obecny na zajęciach ( dopuszcza się nieobecności nieusprawiedliwione ). Chętnie uczestniczy w lekcjach oraz zajęciach pozalekcyjnych. Opanował materiał programowy w zakresie rozszerzonym.
5. **Bardzo dobry** – Uczeń systematycznie działa na rzecz poprawy swojej sprawności fizycznej i umiejętności, biorąc czynny udział w zajęciach lekcyjnych i pozalekcyjnych. Zna zasady zdrowego stylu życia i świadomie samodzielnie próbuje je wdrażyć w życiu rodzinnym. Jego zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego nie budzi zastrzeżeń. Swoją postawą zachęca innych do udziału w zajęciach.
6. **Celujący** – Uczeń spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą. Jest wzorem do naśladowania na zajęciach w szkole i środowisku. Reprezentuje szkołę w rozgrywkach sportowych. Świadomie i systematycznie stosuje zasady zdrowego stylu życia oraz je promuje. Opanował materiał programowy w zakresie treści wykraczających.

## III Częstotliwość oceniania

1. Minimalna ilość ocena w semestrze ( zgodne z WSO ).
2. Aktywność na każdej lekcji ( udział w zajęciach poza lekcyjnych na koniec semestru lub roku).
3. Frekwencja sprawdzana na każdej lekcji ( ocena na koniec semestru lub roku ).
4. Postęp sprawności fizycznej ( 2-3 razy w roku ).
5. Umiejętności, nie mniej niż jeden raz w miesiącu.
6. Wiadomości, na bieżąco.

V sposób oceniania

1. Zgodne z WSO wg. Sali 1 – 6.
2. Graficznie (+) (-).
3. Słownie.
4. Karta oceny opisowej.

## IV Ocena za postęp sprawności ( rozwój motoryczności ).

Cechy motoryczne polegające ocen i oceniania np. siła, szybkość, wytrzymałość, skoczność, zwinność. Mierzymy je wybranymi testami.

- 6 – wybitna poprawa wyniku,
- 5 – lepszy wynik od diagnozy wstępnej,
- 4 – tendencja do poprawy, brak stałej poprawy,
- 3 – wynik utrzymany na poziomie diagnozy wstępnej,
- 2 – wynik słabszy od diagnozy wstępnej,
- 1 – odszukać przyczyny.

Ocena semestralna lub roczna jest wynikiem analizy postępu określonych cech motorycznych ( w wyniku długotrwałej choroby ucznia możemy odstąpić od regulaminu ).

#### VII Ocena za wiadomości

- 6 – uczeń posiada wiadomości nad programowe z zakresu kultury fizycznej i wykorzystuje je w praktyce,
- 5 – uczeń posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i wykorzystuje w praktycznym działaniu,
- 4 – uczeń posiada wiadomości, umie wykorzystać w praktyce inspirowany przez nauczyciela,
- 3 – uczeń posiada liczne braki w wiadomościach, a tych, które posiada nie umie wykorzystać w praktyce,
- 2 – uczeń posiada małe wiadomości z zakresu kultury fizycznej,
- 1 – uczeń charakteryzuje się niewiedzą z zakresu kultury fizycznej.

### VI Ocena za aktywność

- 6 – bardzo duża ilość plusów,
- 5 – bardzo duża ilość plusów z nielicznymi minusami,
- 4 – przewaga plusów nad minusami ( równowaga – czyste konto),
- 3 – przewaga minusów nad plusami,
- 2 – kilka minusów bez plusów,
- 1 – duża ilość minusów bez plusów

**„Plusy” uczniowie zdobywają za:** przejawy zaangażowania, wykonywanie ćwiczeń sposób zbliżony do swoich maksymalnych możliwości, inwencję twórczą, aktywny udział w zajęciach i współuczestnictwo w ich realizacji, pracę na rzecz swojego zdrowia, stosowanie zabiegów higienicznych, zdyscyplinowanie i udział w rozgrywkach społecznych.

**„Minusy” uczniowie otrzymują za:** niechętny lub negatywny stosunek do uczestnictwa w zajęciach, brak dyscypliny, brak stosowania zabiegów higienicznych.

### VII Ocena za frekwencję

- 6 – uczestnictwo we wszystkich zajęciach,
- 5 – wszystkie nieobecności usprawiedliwione,
- 4 – jedna nieobecność nieusprawiedliwiona,
- 3 – kilka nieobecności nieusprawiedliwionych,
- 2 – duża ilość nieobecności nieusprawiedliwionych
- 1 – bardzo duża ilość nieobecności nieusprawiedliwionych

### VIII Zasady egzaminu poprawkowego

Ocenę z przedmiotu można poprawić tylko z oceny niedostatecznej na dopuszczającą. Egzamin poprawkowy przeprowadzony jest terminie przeznaczonym przez dyrekcję szkoły ( do 31 sierpnia ). Jest to egzamin komisyjny w skład, której wchodzi dwóch nauczycieli i dyrektor. Uczeń chcąc uzyskać ocenę poprawną musi wykazać się umiejętnościami i wiadomościami na ocenę dostateczną obejmującą zakres podstawowy ( minimum ).