

PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Ocena pracy ucznia i jego postępów w nauce w przypadku przedmiotu wychowanie fizyczne powinna odzwierciedlać przede wszystkim **aktywność i inicjatywę podczas zajęć, wkład pracy, sumiennosc i rzetelnosc** przy wykonywaniu różnego rodzaju zadań.

Zasady oceniania :

1. Oceny dokonuje się pod koniec każdego półrocza.

2. Półroczną i roczną ocenę z wychowania fizycznego ustala się według skali :

- 1 - niedostateczny
- 2 - dopuszczający
- 3 - dostateczny
- 4 - dobry
- 5 - bardzo dobry
- 6 – celujący

Półroczną i roczną ocenę z wychowania fizycznego uczeń otrzymuje na podstawie średniej ocen cząstkowych. W ciągu semestru uczeń może zdobyć 4 oceny ze sprawdzianów , dwie oceny z aktywności i ocenę za udział w zawodach.

Kategoria oceny	Waga
sprawdzian	1
aktywność	3
zawody	2

3. Podstawą oceny z wychowania fizycznego jest wysiłek włożony przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć.

Oceniane są :

- a) gotowość ucznia do lekcji i aktywność podczas zajęć
- b) postęp sprawności
- c) postęp w opanowaniu umiejętności
- d) wiadomości
- e) reprezentowanie szkoły na zawodach międzyszkolnych oraz pozaszkolna aktywność sportowa

4. Oceny bieżące w trakcie półrocza uczeń zdobywa za :

a) gotowość ucznia do lekcji i aktywność podczas zajęć – ocena z aktywności jest wystawiana dwa razy w semestrze i stanowi informację o aktywnym uczestniczeniu ucznia w lekcji wychowania fizycznego

Uczeń, który regularnie uczestniczy w zajęciach i przystąpił w tym czasie do wszystkich testów otrzymuje **ocenę bardzo dobrą**

Jeżeli natomiast uczeń nie brał udziału w lekcji z powodu braku stroju lub nieobecności. Zostaje to odnotowane i ma wpływ na ocenę z aktywności. Niedyspozycja nie zwalnia z ćwiczeń na lekcji (rodzaj aktywności zostaje dostosowany do samopoczucia uczennicy).

Ocena za aktywność jest obniżona jeżeli uczeń nie otrzyma oceny pozytywnej za wymagane testy lub sprawdziany do końca okresu.

Ocena z aktywności jest obniżona gdy uczeń odmówi reprezentowania szkoły w zawodach sportowych bez uzasadnienia.

b) postęp sprawności - uczeń w każdym półroczu wykonuje ćwiczenia w ramach testów sprawności fizycznej, których wyniki są porównywane z jego wcześniejszymi osiągnięciami odnotowanymi przez nauczyciela. Do sprawdzianów tych zlicza się: próby lekkoatletyczne – bieg wytrzymałościowy – 1700m., bieg na 100m., testy umiejętności z gier zespołowych, gimnastyki i ćwiczeń fitness.

c) postęp w opanowaniu umiejętności z wybranych dyscyplin sportowych - uczeń może uzyskać od 2 do 4 ocen w półroczu.

Ocenie podlega technika wykonania podstawowych elementów wybranych przez nauczyciela spośród dwóch gier zespołowych, gimnastyki, lekkoatletyki lub innej dyscypliny. Szczegółowe wymagania poszczególnych zaliczeń określone są przed sprawdzianem w zależności od stopnia sprawności zespołu. Dodatkowo uczeń może zostać oceniony za wybrany przez siebie zestaw ćwiczeń w rozgrzewce oraz za umiejętność sędziowania gier zespołowych. Dwie ostatnie formy są najczęściej stosowane u osób ze zwolnieniami częściowymi (np. zwolnienie z biegów, skoków itp.)

d) wiadomości - uczeń może zdobyć ocenę za wiadomości z zakresu wychowania fizycznego, edukacji zdrowotnej, przepisów gier zespołowych oraz podstaw fizjologii wysiłku fizycznego. Sprawdzenie wiedzy może odbyć się w formie słownej lub pisemnej.

e) reprezentowanie szkoły - uczeń, który reprezentuje szkołę na zawodach sportowych otrzymuje za swój start bieżącą ocenę celującą . Dodatkowo uczeń, który reprezentuje szkołę na zawodach sportowych lub rozwija swoje zainteresowania sportowe trenując poza szkołą może ubiegać się o podniesienie oceny półrocznej lub rocznej z wychowania fizycznego o jeden stopień.

5. Kryteria ocen semestralnych

Ocenę celującą - otrzymuje uczeń, który wykazuje szczególne zaangażowanie w lekcję, w okresie maksymalnie jeden raz zgłosił nieprzygotowanie do zajęć, spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą a ponadto:

- a) wyróżnia się aktywnością w czasie lekcji, stanowi wzór dla kolegów w grupie
- b) systematycznie bierze udział w zajęciach pozalekcyjnych, pozaszkolnych (kluby sportowe) lub reprezentuje szkołę w międzyszkolnych zawodach sportowych
- c) pomaga organizować imprezy szkolne o charakterze rekreacyjno - sportowym lub turystycznym wykorzystując znajomość przepisów sportowych i zasad turystyki kwalifikowanej
- d) wyróżnia się w grupie stałą dbałością o swoją sprawność i przestrzega zasady higieny.

Ocenę bardzo dobrą - otrzymuje uczeń, który aktywnie uczestniczy w zajęciach i bez zarzutu wywiązuje się ze swoich obowiązków, prowadzi aktywny styl życia i systematycznie doskonali swoją sprawność, w roku maksymalnie dwa razy zgłasza nieprzygotowanie do zajęć, spełnia wymogi na ocenę dobrą i ponadto:

- a) wykazuje wysoką aktywność w czasie zajęć, jest ambitny, docenia wartości aktywności ruchowej,
- b) zadania ruchowe technicznie poprawnie, w odpowiednim tempie, w sposób pewny i dokładny,
- c) zdał wszystkie sprawdziany w semestrze na miarę swoich możliwości,
- d) posiada i stosuje prawidłowe nawyki higieniczne

Ocenę dobrą - otrzymuje uczeń, który aktywnie uczestniczy w zajęciach, w roku maksymalnie trzy razy zgłosił nieprzygotowanie do zajęć, wykazuje poprawną aktywność w czasie zajęć, jest koleżeński i zdyscyplinowany, zachowuje zasady higieny osobistej (schludny wygląd, czysty strój sportowy), na miarę swoich możliwości fizycznych potrafi wykonać ćwiczenia zgodne z techniką danej dyscypliny

rekreacyjno-sportowej, zdał większość sprawdzianów w półroczu na miarę swoich możliwości fizycznych, dba o swoją sprawność fizyczną i czyni postępy.

Ocenę dostateczną - otrzymuje uczeń, który, w roku maksymalnie pięć razy zgłosił nieprzygotowanie do zajęć, wykazuje przeciętną aktywność w czasie zajęć, nie zdał wszystkich sprawdzianów w danym półroczu, wykonuje zadania ruchowe w sposób niepewny, z błędami technicznymi, w nieodpowiednim tempie, poniżej swoich możliwości fizycznych.

Ocenę dopuszczającą - otrzymuje uczeń, który uczestniczy nieregularnie w zajęciach wychowania fizycznego, w roku zgłosił ponad pięć razy nieprzygotowanie do zajęć, wykazuje niechętny stosunek do ćwiczeń fizycznych i nie podejmuje działań mających na celu podniesienie swojej sprawności, zdał mniej niż połowę sprawdzianów w danym okresie, a braki wynikają z przyczyn nieusprawiedliwionych, czynności ruchowe wykonuje w sposób minimalny, poniżej swoich możliwości fizycznych.

Ocenę niedostateczną - otrzymuje uczeń, który, wykazuje szczególnie lekceważący stosunek do obowiązków wynikających ze specyfiki przedmiotu, bardzo często nie bierze czynnego udziału w lekcji, nie wykonuje bieżących zadań programowych podczas lekcji mimo swoich możliwości fizycznych, nie czyni widocznych postępów, zdał nieliczne sprawdziany półroczu (mniej niż połowę), a braki wynikają z lekceważenia obowiązków na lekcji, swoim zachowaniem dezorganizuje pracę na lekcji, stwarza zagrożenie dla bezpieczeństwa swojego i innych uczniów,

Uczeń może podnieść swoją ocenę półroczną lub roczną o jeden stopień w przypadku gdy:

- uczestniczy systematycznie w zajęciach pozalekcyjnych,
- reprezentuje szkołę w zawodach międzyszkolnych,
- systematycznie podnosi swoją sprawność na zorganizowanych zajęciach pozaszkolnych,
- współorganizuje sportowe imprezy między klasowe, szkolne i międzyszkolne

6. Zasady oceniania osób z częściowymi zwolnieniami z wychowania fizycznego

a) Osoby z częściowymi zwolnieniami z wychowania fizycznego w ramach zaliczenia obowiązkowych sprawdzianów otrzymują zadania wyznaczone przez nauczyciela prowadzącego. W ramach zaliczenia wykonują prezentacje z edukacji zdrowotnej, prowadzą rozgrzewkę lub wykonują inne zadania dostosowane do swoich umiejętności i możliwości.

Uczeń który nie wykonuje poleceń nauczyciela podczas zajęć wychowania fizycznego, swoim zachowaniem stwarza zagrożenie utraty zdrowia dla siebie oraz innych współwiczających oraz nie przestrzega regulaminu obiektu sportowego na którym odbywają się zajęcia sportowe, zostaje wykluczony z zajęć w tym dniu i ponosi konsekwencje swojego zachowania (obniżona ocena za aktywność, ocena niedostateczna, kara regulaminowa zgodna ze statutem szkoły), natomiast pozostaje pod opieką nauczyciela do końca zajęć.