

KRYTERIA OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Ocena z wychowania fizycznego na koniec semestru i na koniec roku szkolnego jest wypadkową następujących składników:

1. Stopień opanowania wymagań programowych :

- Właściwe wykorzystanie zdolności koordynacyjno – kondycyjnych
- Poziom umiejętności ruchowych
- Poziom wiedzy
- Postęp w usprawnianiu

2. Aktywność

- Zaangażowanie w wykonywanie ćwiczeń i zadań zbliżone do maksymalnych swoich możliwości
- Inwencja twórcza
- Aktywny udział w zajęciach i współuczestnictwo w ich organizacji
- Reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych
- Udział w zajęciach pozalekcyjnych (SKS, inne zajęcia sportowe)
- Uprawianie sportu wyczynowo (uzyskanie znaczących osiągnięć)
- Spóźnienia
- Nieobecności nieusprawiedliwione
- Nieobecności usprawiedliwione
- Jednostkowe zwolnienia z ćwiczeń
- Ucieczki z zajęć

3. Postawa ucznia

- Dyscyplina podczas zajęć
- Przestrzeganie zasad bezpieczeństwa podczas lekcji
- Przestrzeganie regulaminu korzystania z obiektów sportowych
- Postawa „fair play” podczas lekcji
- Higiena ciała i stroju
- Współpraca z grupą

Uczniowie którzy ze względu na stan zdrowia nie mogą w pełni brać w pełni udziału w zajęciach wychowania fizycznego, **zobowiązani są do przedstawienia odpowiedniego zaświadczenia lekarskiego nauczycielowi prowadzącemu do dnia 30 września 2019 r. lub zaraz po zaistniałym urazie, chorobie. Do zwolnienia uczeń dołącza podanie od rodziców, które następnie podpisywane jest przez nauczyciela prowadzącego, wychowawcę oraz dyrektora szkoły.**

UWAGI DO KRYTERIÓW OCENY UCZNIÓW

1. O jakości wystawionej oceny powinien decydować poziom jaki reprezentuje uczeń w zakresie poszczególnych kryteriów. Należy zwrócić uwagę na wysiłek jaki uczeń wkłada w czynione postępy oraz aktywną jego postawę.
2. Uczeń ma prawo zgłosić, że jest nieprzygotowany do zajęć (brak stroju sportowego) 3 razy w danym semestrze. Każdy kolejny brak stroju skutkuje obniżeniem oceny.
3. Uczniowie zgłaszają swoje nieprzygotowanie do zajęć przed lekcją.
4. Dziewczęta w czasie niedyspozycji zwalniane są z intensywnego wysiłku fizycznego, natomiast obowiązuje je aktywne uczestnictwo w zajęciach.
4. Uczniowie zwolnieni z ćwiczeń na podstawie zaświadczenia (lekarskie, od rodziców) nie są zwalniani z obowiązku obecności na lekcji.
5. Dopuszczalna ilość zwolnień w semestrze przez rodzica wynosi 3 godziny lekcyjnych.
6. Uczeń, który jest nieobecny na sprawdzianie, ma obowiązek przystąpić do niego w okresie 2 tygodni od przyścia do szkoły lub w terminie wyznaczonym przez nauczyciela. W przypadku nie przystąpienia do zaliczenia uczeń otrzymuje wpis do dziennika w postaci „Nb/1”.
7. Uczniowie są zachęcani do oceny swoich zadań (do samokontroli i kontroli wzajemnej)
8. W celu wywołania i wzmacniania pozytywnej motywacji uczniów do aktywności ruchowej należy eksponować ich sukcesy. Nieudane próby zaliczenia określonej formy aktywności ruchowej nie mogą być przedmiotem krytycznych uwag.
9. Oceną bardzo dobrą lub dobrą ocenia się nie tylko wysiłek w wykonaniu zadań kontrolno ocenających, ale także postępy w jednostce lekcyjnej lub za wykazanie się specjalną inwencją twórczą.
10. W ocenianiu uwzględnia się obiektywne możliwości fizyczne ucznia (rozwój fizyczny i stan zdrowia).

WYMAGANIA SZCZEGÓŁOWE NA POSZCZEGÓLNE OCENY

Poziom umiejętności ruchowych sprawności fizycznej podlega ocenie w skali sześciostopniowej (1-6).

Celująca-(6) Uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą, wyniki znacznie przewyższają normy cech motorycznych na ocenę bardzo dobrą. Osiąga duży postęp w usprawnianiu się (np. poprawa we wszystkich próbach). Poziom opanowania umiejętności technicznych znacznie przewyższa wymagania. Zastosowanie umiejętności w praktycznym działaniu: jest doskonały we wszystkich dyscyplinach i konkurencjach. Poziom wiedzy wykraczający poza program danej klasy. Potrafi praktycznie wykorzystać wiedzę w konkurencjach, zawodach, tworzeniu nowych rozwiązań. Jest bardzo zaangażowany na lekcjach. Wspiera swoich kolegów i koleżanki w formie pomocy rówieśniczej. Rozwija swoje uzdolnienia. Aktywnie uczestniczy w życiu sportowym szkoły, bądź też w innych formach aktywności związanych z wychowaniem fizycznym. Systematycznie reprezentuje szkołę w rozgrywkach sportowych. Osiąga sukcesy na szczeblu miejskim, wojewódzkim i ogólnopolskim.

Bardzo dobra (5)- Uczeń jest bardzo sprawny fizycznie; osiąga wyniki wg norm na ocenę bardzo dobrą. Ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, zna przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie. Systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu. Doskonale opanował większość umiejętności. Bardzo dobrze sobie radzi w większości dyscyplin, posiada ogromny zasób wiedzy. Umie zastosować wiedzę w samodzielnym rozwiązywaniu zadań. Podejmuje duży wysiłek, systematycznie stara się. Reprezentuje szkołę w rozgrywkach sportowych, bierze udział w mistrzostwach szkoły, w zajęciach treningu SKS-u lub w innym klubie sportowym-osiągając dobre wyniki sportowe. Jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do zajęć nie budzi najmniejszych zastrzeżeń.

Dobra (4)- Uczeń dysponuje dobrą sprawnością motoryczną. Ćwiczenia wykonuje prawidłowo lecz nie dość dokładnie, z małymi błędami technicznymi. Wykazuje tendencje do poprawy wyników. Brak stałej poprawy ale pojedyncze próby są poprawione. Nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnianiem, wykazuje stałe i dość dobre postępy w tym zakresie. Opanował większość umiejętności lecz w różnym stopniu. Radzi sobie w różnych dyscyplinach sportowych. Zna większość zagadnień i pojęć. Sprawnie posługuje się wiedzą. Jego postawa społeczna i stosunek do kultury fizycznej nie budzi większych zastrzeżeń. Podejmuje wysiłek, stara się - jednak niesystematycznie.

Dostateczna (3)- Uczeń dysponuje przeciętną sprawnością motoryczną. Osiąga wyniki wg norm na ocenę dostateczną. Posiada tylko podstawowe umiejętności. Ćwiczenia wykonuje niepewnie z większymi błędami technicznymi. Wykazuje małe postępy w usprawnianiu. Nie bardzo daje sobie radę w kilku dyscyplinach. Zna podstawowe pojęcia i zagadnienia. Nie bierze udziału w zajęciach pozalekcyjnych. Sporadycznie wykorzystuje wiedzę do rozwiązywania problemów. Uczestniczy w lekcji, mało się stara. Przeszkadza kolegom. Przejawia pewne braki w zakresie postawy społecznej i w stosunku do kultury fizycznej.

Dopuszczająca (2)- Uczeń posiada słabą sprawność fizyczną. Osiąga wyniki znacznie poniżej oceny dostatecznej. Opanował minimalną ilość wiadomości. Nie radzi sobie w większości dyscyplin. Ćwiczenia wykonuje niepewnie z dużymi błędami technicznymi.

Wykazuje bardzo małe postępy w usprawnianiu motorycznym. Ma minimalny zasób pojęć i wiadomości. Nie potrafi samodzielnie zastosować wiedzy w praktyce. Nie wkłada wysiłku, nie stara się. Sporadycznie ćwiczy. Przejawia duże braki w zakresie postawy społecznej i stosunku do wychowania fizycznego. **Aktywne uczestnictwo podczas lekcji przekraczają 50% zajęć przypadających na cały semestr.**

Niedostateczna (1)- Uczeń posiada bardzo słabą sprawność fizyczną. Nie przystępuje lub nie kończy prób mimo możliwości. Ćwiczenia wykonuje z bardzo dużymi błędami technicznymi lub nie potrafi ich wykonać. Nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu się. Nie posiada żadnych umiejętności wymaganych dla danej klasy. Nie umie wystąpić w żadnej z dyscyplin. Nie bierze udziału w zajęciach pozalekcyjnych, nie uczestniczy w życiu sportowym szkoły. Nie rozróżnia pojęć. Nawet przy pomocy nauczyciela nie potrafi rozwiązać problemu, zadania sprawnościowego. Nie wykonuje ćwiczeń i poleceń. Stosunek ucznia do kultury fizycznej i jego postawa społeczna są negatywne. **Aktywne uczestnictwo podczas lekcji nie przekraczają 50% zajęć przypadających na cały semestr.**

OCENY Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO W OBEJMUJĄ:

1. MOTORYCZNOŚĆ

- Skok w dal z miejsca
- Wyskok dosiężny
- Rzut piłką lekarską
- Bieg szybkościowo- zwinnościowy 4 x 10m
- Bieg „po kopercie”
- Próbę siły mięśni brzucha
- Podciąganie / zwis na drążku wysokim – siłowe /siła statyczna/

2. UMIEJĘTNOŚCI

Gry zespołowe

- a) piłka siatkowa :
 - odbicia piłki sposobem dolnym
 - odbicia piłki sposobem górnym
 - zagrywka dolna, górna
- b) piłka koszykowa:
 - kozłowanie piłki RP i RL slalomem
 - rzut do kosza z dwutaktu
 - rzut do kosza z różnych pozycji
- c) piłka nożna:
 - żonglerka piłką

Gimnastyka

Ocenie podlegają umiejętności:

- przewrót w przód i w tył o różnych postawach wyjściowych i końcowych
- stanie na rękach przy ścianie
- łuk napięty podparty tyłem
- ćwiczenie równoważne

Cieężka atletyka

Ocenie podlegają umiejętności:

- umiejętność doboru ćwiczeń właściwych dla kształtowania wybranej partii mięśniowej,

Ocenie podlega wiedza:

- zasady bezpieczeństwa w siłowni szkolnej,
- poprawna technika wykonania wskazanych ćwiczeń

KRYTERIA DODATKOWE:

Tabela nr1

* <i>Kryteria dodatnie</i>	„+”
- wykonywanie zadań poleconych przez nauczyciela;	Plusy
- wykonywanie ćwiczeń w sposób zbliżony do swoich maksymalnych możliwości;	
- inwencję twórczą w sytuacji zadań problemowych;	
- umiejętność poprowadzenia rozgrzewki;	
- wzorową pracę na rzecz własnego zdrowia;	
- udział w rozgrywkach wewnątrzszkolnych;	
- stosowanie odpowiednich zabiegów higienicznych;	
- wzorowe zdyscyplinowanie /za wybitne przejawy zaangażowania/;	
- stosowanie zasady „FAIR PLAY”.	
* <i>Kryteria ujemne</i>	„-”
- niechętny, bądź negatywny stosunek do uczestnictwa w zajęciach;	Minusy
- brak dyscypliny, poszanowania urządzeń i sprzętu sportowego;	
- celowe działania powodujące urazowość własną i rówieśników;	
- nieodpowiednia kultura osobista;	
- używanie wulgarnych słów;	
- brak zaangażowania na zajęciach.	

3. EDUKACJA ZDROWOTNA

Zaliczenie bloku tematycznego z edukacji zdrowotnej jest jednym z elementów pozytywnej oceny śródsesestralnej i końcoworocznej z wychowania fizycznego.

Każdy uczeń otrzymuje zaliczenie gdy jego aktywność na zajęciach z edukacji zdrowotnej wynosi minimum 50%. W przypadku niższej aktywności uczeń jest zobowiązany do wykonania prac pisemnych w formie referatów lub prezentacji multimedialnych dotyczących tematyki zajęć, na których był nieobecny.