

# Przedmiotowe zasady oceniania

## wychowanie fizyczne

### I Kontrakt z uczniem

1. Uczeń ma obowiązek posiadać na lekcji wychowania fizycznego strój sportowy :

\*biała koszulka,

\*krótkie spodenki sportowe,

\*białe skarpetki,

\*obuwie sportowe z jasną podeszwą dostosowane do ćwiczeń na sali gimnastycznej,

\* dres(w wyznaczonym przez nauczyciela terminie.)

2. Ze względu na warunki bezpieczeństwa zabrania się noszenia w czasie zajęć, ozdób, zegarków itp. oraz wszelkich urządzeń elektronicznych. Paznokcie u rąk nie powinny wystawać ponad opuszki palców. Włosy muszą być spięte. Uczeń, który nie dostosuje się do w/w pkt. może zostać nie dopuszczony do zajęć.

3. Uczeń może być nieprzygotowany do lekcji w wymiarze 2 godzin w półroczu bez konsekwencji. Każdy następny brak stroju powoduje ocenę niedostateczną.

4. Za rzeczy wartościowe pozostawione w szatni lub na zajęciach, nauczyciele wychowania fizycznego nie ponoszą odpowiedzialności.

5. Uczniowie nie mają prawa przebywać na sali gimnastycznej bez opieki nauczyciela.

6. Uczeń ma obowiązek stosować się do zasad BHP na lekcji wychowania fizycznego (sala sportowa, boisko szkolne).

7. Zwolnienia z zajęć wychowania fizycznego na prośbę rodzica podyktowane względami zdrowotnymi lub innymi sytuacjami losowymi, nie dłuższe niż dwa tygodnie, są honorowane przez nauczyciela i przyjmowane na kartce.

8. Uczeń ma obowiązek przedstawienia udokumentowanego zaświadczenia od lekarza o przeciwwskazaniach do wykonywania ćwiczeń ruchowych.

9. O zwolnieniu długoterminowym z zajęć decyduje dyrektor szkoły w oparciu o zaświadczenie lekarskie.

10. Uczeń ma obowiązek zgłosić nauczycielowi prowadzącemu swoją niedyspozycję fizyczną przed zajęciami (zbiórka). Wszelkie niedyspozycje fizyczne i powstałe w czasie zajęć wychowania fizycznego należy niezwłocznie zgłosić nauczycielowi prowadzącemu zajęcia.

11. Uczeń ma prawo do poprawienia oceny ze sprawdzianu umiejętności ruchowych i wiadomości. Jeżeli uczeń nie brał udział w sprawdzianie ma obowiązek przystąpić do niego w terminie ustalonym z nauczycielem. Ocena bardzo dobra nie podlega poprawie.

12. Uczeń, który wykazuje brak zaangażowania na lekcji ( odmawia wykonania ćwiczeń wykonuje je niedbale, nie stosuje się do wskazówek i poleceń nauczyciela) otrzymuje minus-3 minusy to częściowa ocena niedostateczna.

Uczeń wyróżniający się swoją aktywnością na lekcji otrzymuje plus –

3 plusy to ocena bardzo dobra. Ilość ocen zależy od nauczyciela.

## **II Kryteria oceniania**

Przedmiotem oceny jest:

### **1. Postawa**

Ocenie podlega:

- przygotowanie do lekcji,
- przestrzeganie zasad czystej gry (zasady „ fair play”),
- umiejętność współdziałania w grupie, zespole,
- kulturalne kibicowanie.

### **2. Aktywność**

Ocenie podlega:

- wysiłek wkładany przez ucznia w usprawnianie się,
- udział w organizację lekcji ( przeprowadzenie rozgrzewki, inwencja w organizowaniu gier i zabaw oraz w doborze ćwiczeń).

### 3. Wiadomości

Ocenie podlegają:

- znajomość podstawowych przepisów gier i zabaw,
- wiadomości dotyczące organizowania i sędziowania zawodów sportowych,
- wiadomości związane z zasadami zdrowego stylu życia.

### 4. Umiejętności

Ocenie podlegają:

- umiejętności ruchowe z zakresu lekkiej atletyki, gier zespołowych i gimnastyki,
- umiejętności organizowania i sędziowania zawodów sportowych,
- umiejętności bycia widzem i kibicem.

Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który:

- Prezentuje wybitny poziom umiejętności i rozwoju sprawności koordynacyjno-kondycyjnej znacznie wykraczający poza program nauczania.
- Jest aktywny podczas lekcji, bardzo chętnie i z zaangażowaniem wykonuje polecenia koordynacyjno-ruchową.
- Swoją postawą społeczną i stosunkiem do przedmiotu nie budzi zastrzeżeń. Jest zdyscyplinowany, koleżeński, posiada prawidłowe nawyki higieniczno - zdrowotne, zawsze posiada właściwy ubiór na lekcji WF.
- Szanuje i dba o szkolny sprzęt sportowy i potrafi wykorzystywać go zgodnie z przeznaczeniem.
- Wykazuje się bardzo dobrą znajomością przepisów i wiadomości w zakresie dyscyplin sportowych objętych programem nauczania.
- Aktywnie bierze udział w pozalekcyjnych zajęciach sportowo – rekreacyjnych lub godnie reprezentuje szkołę w międzyszkolnych zawodach sportowych.
- Potrafi dokonać samooceny i samokontroli rozwoju fizycznego.

Ocenę **bardzo dobrą** otrzymuje uczeń, który:

- Prezentuje wysoki poziom umiejętności i rozwoju sprawności koordynacyjno-kondycyjnej w pełnym zakresie przewidzianym programem nauczania.
- Jest aktywny podczas lekcji, chętnie i z zaangażowaniem wykonuje polecenia nauczyciela, w miarę możliwości samodzielnie doskonali swoje umiejętności i sprawność koordynacyjno-ruchową.
- Swoją postawą społeczną i stosunkiem do przedmiotu nie budzi zastrzeżeń. Jest zdyscyplinowany, koleżeński, posiada prawidłowe nawyki higieniczno - zdrowotne, zawsze posiada właściwy ubiór na lekcji WF.
- Szanuje i dba o szkolny sprzęt sportowy i potrafi wykorzystywać go zgodnie z przeznaczeniem.
- Wykazuje się dobrą znajomością przepisów gier i zabaw sportowych i umiejętnością pomocy przy ich organizacji.
- Aktywnie bierze udział w pozalekcyjnych zajęciach sportowo - rekreacyjnych.
- Potrafi dokonać samooceny i samokontroli rozwoju fizycznego.

Ocenę **dobrą** otrzymuje uczeń, który:

- Prezentuje dobry poziom umiejętności i rozwoju sprawności koordynacyjno-kondycyjnej w zakresie przewidzianym programem nauczania.
- Jest aktywny podczas lekcji, wykonuje polecenia nauczyciela, stara się samodzielnie doskonalić swoje umiejętności i sprawność koordynacyjno-ruchową.
- Swoją postawą społeczną i stosunkiem do przedmiotu nie budzi większych zastrzeżeń. Jest zdyscyplinowany, koleżeński, posiada prawidłowe nawyki higieniczno - zdrowotne, zawsze posiada właściwy ubiór na lekcji WF.
- Szanuje i dba o szkolny sprzęt sportowy, nie zawsze potrafi wykorzystywać go zgodnie z przeznaczeniem.
- Wykazuje się dobrą znajomością przepisów gier i zabaw sportowych i umiejętnością pomocy przy ich organizacji.
- Sporadycznie bierze udział w pozalekcyjnych zajęciach sportowo - rekreacyjnych.
- Potrafi dokonać samooceny i samokontroli rozwoju fizycznego.

Ocenę **dostateczną** otrzymuje uczeń, który:

- Prezentuje słaby poziom umiejętności i rozwoju sprawności koordynacyjno-kondycyjnej w zakresie poniżej wymagań przewidzianych programem nauczania.
- Nie wykazuje się aktywnością podczas lekcji, niechętnie wykonuje polecenia nauczyciela, nie wykazuje starań w kierunku samodzielnego doskonalenia swoich umiejętności i sprawności koordynacyjno-ruchowej.
- Jego postawa społeczna i stosunek do przedmiotu budzi pewne zastrzeżenia. Jest mało zdyscyplinowany, jego nawyki higieniczno - zdrowotne przedstawiają pewne braki, nie zawsze posiada właściwy ubiór na lekcji WF.
- Szanuje szkolny sprzęt sportowy, lecz nie potrafi wykorzystywać go zgodnie z przeznaczeniem.
- Wykazuje się słabą znajomością przepisów gier i zabaw sportowych i umiejętnością pomocy przy ich organizacji.
- Nie uczestniczy w pozalekcyjnych zajęciach sportowo - rekreacyjnych.
- Nie potrafi dokonać samooceny i samokontroli rozwoju fizycznego.

Ocenę **dopuszczającą** otrzymuje uczeń, który:

- Prezentuje bardzo słaby poziom umiejętności i rozwoju sprawności koordynacyjno-kondycyjnej w dużo niższym zakresie niż przewiduje to program nauczania.
- Nie wykazuje się aktywnością podczas lekcji, z dużym oporem wykonuje polecenia nauczyciela, nie widzi potrzeby samodzielnego doskonalenia swoich umiejętności i sprawności koordynacyjno-ruchowej.
- Jego postawa społeczna i stosunek do przedmiotu budzi wiele zastrzeżeń. Jest niezdyscyplinowany, wykazuje duże braki prawidłowych nawyków higieniczno - zdrowotnych, bardzo często nie posiada właściwego ubioru na lekcji WF.
- Nie szanuje szkolnego sprzętu sportowego, nie potrafi wykorzystywać go zgodnie z przeznaczeniem.
- Nie zna przepisów gier i zabaw sportowych i nie potrafi pomóc przy organizacji zawodów sportowych.
- Nie uczestniczy w żadnych dodatkowych formach aktywności ruchowej w szkole.

Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który:

- Nie przejawia żadnej aktywności podczas lekcji, nie wykonuje poleceń nauczyciela, nie widzi potrzeby samodzielnego doskonalenia swoich umiejętności i sprawności koordynacyjno-ruchowej.
- Jego postawa społeczna i stosunek do przedmiotu budzi wiele zastrzeżeń. Jest niezdyscyplinowany, nie posiada prawidłowych nawyków higieniczno - zdrowotnych, regularnie nie posiada właściwego ubioru na lekcji WF.
- Niszczy szkolny sprzęt sportowy, nie potrafi wykorzystywać go zgodnie z przeznaczeniem.
- Nie zna przepisów gier i zabaw sportowych i nie potrafi pomóc przy organizacji zawodów sportowych.