

# **PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**

## **DLA II ETAPU EDUKACJI**

### **W SZKOLE PODSTAWOWEJ nr 204 w WARSZAWIE**

**I. Wymagania oceniania zostały oparte na określeniu czterech komponentów składających się na ocenę półroczną i roczną, przy czym na pierwszym miejscu brany jest pod uwagę wysiłek wkładany zaangażowanie przez ucznia w zajęcia**

- Postawa ucznia
- Zachowanie na zajęciach
- Poziom umiejętności ruchowych
- Wiadomości z zakresu edukacji fizycznej,
- Postępy w zakresie umiejętności technicznych i cech motorycznych

*Kryteria umiejętności ruchowych*

#### **- Celująca**

Uczeń wykonał bezbłędnie ćwiczenia, które objęte są programem nauczania w danej klasie. Wyróżnia się na tle klasy oraz bierze udział w zawodach szkolnych oraz miejskich zawodach sportowych.

#### **- Bardzo dobra**

Uczeń wykonał ćwiczenie bezbłędnie w bardzo dobrym tempie. Wyróżnia się na tle klasy.

#### **- Dobra**

Uczeń wykonał ćwiczenie z małymi błędami w dobrym tempie - błędy jednak w wyraźny sposób nie wpłynęły na poprawność demonstrowanej ewolucji ruchowej lub wykonał ćwiczenie poprawnie, lecz w nienaturalnym tempie.

**- Dostateczna**

Uczeń wykonał ćwiczenie z wyraźnymi błędami w dobrym tempie – błędy zakłóciły poprawność demonstrowanej ewolucji ruchowej lub wykonał ćwiczenie z małymi błędami, lecz w nienaturalnym tempie.

**- Dopuszczająca**

Uczeń wykonał ćwiczenie w sposób niedbały, z dużymi błędami w nienaturalnym tempie.

**- Niedostateczna**

Uczeń bez podania przyczyny odmówił wykonania ćwiczenia lub w dniu sprawdzianu nie jest właściwie przygotowany (bez uzasadnienia) do zajęć.

**- Forma sprawdzianu** - działania praktyczne (wykonanie określonego ćwiczenia, ewolucji, elementu technicznego).

Postawa ucznia

**\* Przygotowanie do zajęć:**

Przez przygotowanie do zajęć rozumie się posiadanie przez ucznia czystego, odpowiedniego stroju sportowego. Należy zwrócić szczególną uwagę na higienę i właściwe przeznaczenie stroju (tylko do ćwiczeń fizycznych). Za każdy przypadek braku stroju, bądź braku odpowiedniego obuwia lub niewłaściwej higieny stroju, nauczyciel stawia po jednym minusie.

Trzy minusy - ocena 1 (niedostateczna).

Ocena niedostateczna za nie przygotowanie do lekcji dyskwalifikuje ucznia z możliwości uzyskania oceny celującej na półrocze lub na koniec roku z wychowania fizycznego, bądź spowoduje obniżenie innej oceny o jedną w dół.

**\* Aktywny udział w zajęciach i współuczestnictwo w ich organizacji.**

**\* Postawa wobec przedmiotu** - zaangażowanie w wykonywanie ćwiczeń i zadań zbliżone do maksymalnych swoich możliwości lub brak zaangażowania i realizacji wymagań nauczyciela. Nauczyciel może ocenić uczniów po każdych zajęciach, stawiając im oceny : plusy, minusy, bardzo dobrą, niedostateczną. 3 plusy – ocena bardzo dobra ; 3 minusy- ocena niedostateczna.

\* Wywiązywanie się z postawionych zadań

\* Udział w zajęciach pozalekcyjnych (w ramach SKS), reprezentowanie szkoły w z międzyszkolnych zawodach sportowych:

Bezpodstawne odmówienie wzięcia udziału w określonych imprezach sportowych spowoduje brak możliwości ubiegania się o ocenę celującą. Uczeń, który uprawia dowolną dyscyplinę sportu w klubie sportowym bądź reprezentuje szkołę w międzyszkolnych zawodach sportowych i ma wysokie osiągnięcia sportowe (zajmuje miejsca I-III min. w zawodach dzielnicowych) - otrzymuje ocenę semestralną lub końcową wyższą o jeden stopień. Uczeń trenujący i odnoszący sukcesy na poziomie wojewódzkim i wyżej zobowiązany jest dostarczyć nauczycielowi zaświadczenie z Klubu o swoich sukcesach. Uczeń, który uprawia dowolną dyscyplinę sportu w sposób rekreacyjny (po przedstawieniu zaświadczenia z klubu lub z innej formacji) lub reprezentuje szkołę w zawodach sportowych, lecz nie odnosi wysokich osiągnięć-otrzymuje podwyższenie oceny semestralnej lub końcoworocznej o 0,5.

\* Praca na rzecz szkolnego wychowania fizycznego

Forma społecznego zaangażowania ucznia na rzecz kultury fizycznej i sportu może być różna (np. wykonywanie prostych przyborów, pomoc w organizacji imprez sportowych, przygotowanie referatu, itp.) - w zależności od pomysłowości nauczyciela i uczniów. Społeczne zaangażowanie ucznia oceniamy dwa razy w roku (przed zakończeniem każdego semestru).

\* w okresie jesienno-zimowym i zimowo- wiosennym uczeń zobowiązany jest do posiadania dresu sportowego lub cieplejszej odzieży , czapki i rękawiczek (używanej w zależności od temp. zewnętrznej).

Zachowanie na zajęciach

\* Przestrzeganie zasad bezpieczeństwa podczas lekcji.

\* Stosowanie się do regulaminu regulaminów obiektów sportowych

\* Stosunek do nauczyciela/ prowadzącego zajęcia i innych uczniów

\* Przestrzeganie przez ucznia ustalonych reguł z nauczycielem.

\* Kultura osobista, kultura słowa.

\* Postawa „Fair play” podczas lekcji

\* Współpraca z grupą (stosunek do kolegów i koleżanek).

\* Zaangażowanie w wykonywanie ćwiczeń i zadań.

\* Inwencja twórcza i inicjatywy.

#### **Poziom umiejętności ruchowych ucznia:**

\* Postęp w opanowywaniu umiejętności: utylitarnych, rekreacyjnych i sportowych, wymienionych w podstawie programowej wychowania fizycznego na danym etapie kształcenia.

W drugim semestrze nauki nauczyciel bierze pod uwagę w szczególności postęp w opanowywaniu umiejętności w stosunku do stanu wyjściowego uzyskanego w pierwszym semestrze. Za poprawę osiągniętego wyniku należy podwyższyć uzyskaną ocenę o pół stopnia a w przypadku dużej poprawy wyniku o cały jeden stopień.

#### **Wiadomości z zakresu edukacji fizycznej:**

\* Znajomość zasad zdrowego stylu życia

\* Podstawowe przepisy gier rekreacyjnych i zespołowych

\* Podstawowe przepisy drogowe

\* Wiadomości odnoszące się do zdrowia rozwoju fizycznego

\* Podstawowe wiadomości z olimpizmu

\* Znajomość nazwisk zasłużonych polskich sportowców

**Poziom wiadomości** z zakresu edukacji fizycznej powinien być ściśle związany z tym, co nauczyciel przekazał uczniom w czasie jednostki lekcyjnej. Powinny to być informacje krótkie i łatwo przyswajalne.

**Forma sprawdzianu poziomu wiadomości** - jest dowolna - ustna lub pisemna.

Rozwój fizyczny, sprawność fizyczna, wydolność organizmu

\* Poziom **sprawności motorycznej** (siła, szybkość, skoczność, zwinność, wytrzymałość), wydolność organizmu- określamy na podstawie wyników uzyskanych w wybranych testach.

Test sprawności fizycznej oraz test wydolności jest do wglądu u nauczyciela wychowania fizycznego (**uzyskany wynik nie podlega ocenie wyrażonej stopniem, stanowi jedynie informację dla ucznia, rodzica i nauczyciela o poziomie sprawności ogólnej danego ucznia**)

## **II. Zasady poprawiania ocen bieżących i uzupełniania sprawdzianów.**

\* Poprawianie ocen bieżących może wystąpić tylko wówczas, gdy uczniowie będą realizowali podobne treści programowe, tj., gdy wystąpią ku temu odpowiednie warunki lokalowo - sprzętowe (np. poprawienie oceny wymaga ponownego rozstawienia odpowiedniego specjalistycznego sprzętu).

\* Chęć poprawy danej oceny należy zgłosić nauczycielowi wychowania fizycznego.

\* Nauczyciel wyznacza termin i sposób poprawy oceny .

\* Uczeń ma prawo do zaliczenia zaległego sprawdzianu w terminie nie dłuższym niż dwa tygodnie od momentu powrotu do szkoły, w przypadku nie dopełnienia obowiązku zaliczenia zaległego sprawdzianu zostaje wystawiona ocena 1( niedostateczna ) , która będzie brana pod uwagę przy ustalaniu oceny śródrocznej i rocznej.

\* Daną ocenę można poprawić tylko jeden raz.

\* Nieudana próba nie skutkuje obniżeniem poprawianej oceny.

### III. Zwolnienia z ćwiczeń

\* Uczniowie, którzy ze względu na stan zdrowia nie mogą w pełni brać udziału w zajęciach wychowania fizycznego, zobowiązani są do przedstawienia odpowiedniego zaświadczenia lekarskiego nauczycielowi prowadzącemu. Uczeń taki ma obowiązek zaliczenia danego działu tematycznego w innej formie w okresie jednego miesiąca. Tematykę zadań dodatkowych, uczeń otrzymuje od swojego nauczyciela wychowania fizycznego.

\* W przypadku, gdy **zwolnienia z ćwiczeń na lekcjach wychowania fizycznego na prośbę rodziców przekroczą 60%** wszystkich zajęć w danym semestrze – uczeń zobowiązany jest przedstawić opinię lekarza w przeciwnym razie może być nieklasyfikowany.

### IV. Sposoby dokumentowania ocen

\* Ocenę z w/w obszarów oceniania dokumentowane będą w dziennikach zajęć lekcyjnych oraz w dokumentacji nauczyciela prowadzącego zajęcia.

### V. Częstotliwość sprawdzania i oceniania jest uzależniona od tematyki realizowanej podczas zajęć wychowania fizycznego. Przyjmuje się, że:

\* Sprawność motoryczną ocenia się dwa razy w roku szkolnym (w I i II półroczu).

\* Umiejętności ruchowe od 3 do 6 razy w semestrze.

\* Wiadomości – co najmniej raz w roku szkolnym.

\* Inne komponenty ocenia się w zależności od potrzeb i możliwości, na bieżąco.

\* W przypadku, gdy postawa ucznia, jego poziom umiejętności i postęp sprawności motorycznej w drugim semestrze zmieni się znacząco, uczniowi można podnieść ocenę końcową.

## **VI. Sposoby informowania rodziców o postępach ucznia:**

- \* Wszystkie oceny cząstkowe, które uczeń otrzymuje w czasie semestru są do wglądu u nauczyciela prowadzącego zajęcia oraz na zebraniach rodzicielskich.
- \* W przypadku problemów ucznia, związanych z zaliczeniem stawianych mu wymagań, nauczyciel ma obowiązek powiadomić rodziców lub prawnych opiekunów o zaistniałej sytuacji zgodnie ze Statutem Szkoły i Wewnątrzszkolnym Systemem Oceniania.

# **PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO W KLASACH SPORTOWYCH**

## **I. Ogólne zasady oceniania**

1. Ocena semestralna/roczna z wychowania fizycznego będzie wypadkową ocen końcowych z poszczególnych obszarów oceniania z zajęć lekcyjnych.
2. Wszystkie obszary oceniania eksponują wysiłek ucznia oraz uwzględniają zdefiniowane w podstawie programowej umiejętności i wiadomości.
3. Przy ocenianiu ucznia z wychowania fizycznego na pierwszym miejscu brany jest pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w zajęcia, aktywność w działaniach podejmowanych na rzecz rozwijania sportu szkolnego, oceny ze sprawdzianów ruchowych oraz systematyczny udział we wszystkich zajęciach.
4. Uczeń ma prawo do poprawy oceny ze sprawdzianu w terminie nie dłuższym niż dwa tygodnie od momentu powrotu do szkoły, w przypadku nie dopełnienia obowiązku poprawy oceny zostaje wystawiona ocena 1 (niedostateczna), która będzie brana pod uwagę przy ustalaniu oceny śródrocznej i rocznej.
5. Uczeń jest informowany o uzyskaniu danej oceny na bieżąco, w razie wątpliwości może zgłosić się do nauczyciela prowadzącego w celu uzyskania pełnej informacji.
6. W ustalonych przypadkach uczeń może być zwolniony z określonych ćwiczeń na zajęciach wychowania fizycznego. Decyzję podejmuje Dyrektor szkoły na podstawie wydanej opinii przez lekarza specjalistę o ograniczonych możliwościach wykonywania przez ucznia tych ćwiczeń na określony czas podany w tej opinii lekarskiej.
7. W uzasadnionych przypadkach dyrektor szkoły może zwolnić ucznia z realizacji zajęć z wychowania fizycznego na podstawie opinii wydanej przez lekarza o braku możliwości uczestniczenia ucznia w tych zajęciach na czas określony w tej opinii.
8. Nauczyciel może oceniać uczniów po każdych zajęciach, stawiając im plusy lub ocenę bardzo dobrą za zaangażowanie na lekcji lub minusy za jego brak:  
  
3 plusy – ocena bardzo dobra;  
3 minusy – ocena niedostateczna

9. Uczeń bez ważnych badań sportowych może być zgodnie z regulaminem danych zawodów wykluczony z uczestnictwa

## **II. Szczegółowe kryteria oceniania ucznia**

Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego należy brać pod uwagę:

1. Wyniki sprawdzianów,
2. Zaangażowanie na lekcji – (trzy plusy – ocena bardzo dobra, trzy minusy – ocena niedostateczna)
3. Postawa na lekcji
4. Zawody sportowe – dzielnicowe, WOM

### **1) Sprawność motoryczna, umiejętności ruchowe i wiadomości**

1. Poziom sprawności motorycznej (siła, szybkość, zwinność, wytrzymałość) określamy na podstawie wyników uzyskanych w wybranych testach. Uzyskany wynik przekłada się na określoną ocenę.
2. Ocenę sprawności motorycznej nauczyciel przeprowadza bez wcześniejszej zapowiedzi.
3. W drugim okresie nauki brany jest pod uwagę stan oraz postęp w zakresie sprawności motorycznej ucznia w stosunku do stanu wyjściowego uzyskanego w pierwszym okresie.
4. Forma sprawdzianu - działania praktyczne właściwe dla danej dyscypliny sportowej (wykonanie określonego ćwiczenia, elementu technicznego)
5. Poziom umiejętności ruchowych ucznia oceniamy z tych działów, które były przedmiotem nauczania w danym semestrze (np. gimnastyka, gry zespołowe, lekka atletyka, pływanie).
6. Ocena sprawdzania umiejętności ruchowych: zgodnie z kryteriami oceniania dla danej klasy.
7. Forma sprawdzianu poziomu wiadomości - jest dowolna - ustna lub pisemna.

## **2) Przygotowanie do zajęć**

1. Przez przygotowanie do zajęć lekcji wychowania fizycznego rozumie się posiadanie przez ucznia odpowiedniego stroju sportowego. Należy zwrócić szczególną uwagę na higienę i właściwe przeznaczenie stroju (tylko do ćwiczeń fizycznych) – koszulka z krótkim rękawem, spodenki krótkie lub długie, skarpetki, obuwie sportowe zmienne.
2. Nieprzygotowanie do zajęć uczeń ma prawo zgłosić raz w semestrze. Każde następne jest równoważne z oceną niedostateczną
3. Uczniowie zgłaszają nauczycielowi swoje nieprzygotowanie do zajęć przed lekcją.
4. W okresie jesienno – zimowym i zimowo – wiosennym uczeń zobowiązany jest do posiadania dresu sportowego lub cieplejszej odzieży, czapki i rękawiczek (w zależności od temperatury zewnętrznej) na zajęciach w terenie.

## **3) Postawa ucznia i stosunek do wychowania fizycznego**

1. Przez postawę ucznia rozumie się:
  - a. zaangażowanie w zajęcia i współuczestnictwo w ich organizacji,
  - b. inwencję twórczą,
  - c. postawę społeczną ucznia (stosunek do kolegów i koleżanek),
  - d. kulturę osobistą,
  - e. systematyczne usprawnianie (dążenie do poprawy swojej sprawności),
  - f. sumienne i staranne wywiązywanie się z obowiązków,
  - g. dyscyplinę podczas zajęć,
  - h. przestrzeganie zasad bezpieczeństwa podczas lekcji,
  - i. przestrzeganie regulaminu korzystania z obiektów sportowych,
  - j. dbanie o higienę osobistą (dezynfekcja rąk, w miarę możliwości zachowanie dystansu społecznego).

- k. postawę "Fair play" podczas lekcji,
- l. współpracę z grupą.

#### **4) Zaangażowanie w rozpowszechnianiu kultury fizycznej**

Forma zaangażowania ucznia na rzecz kultury fizycznej i sportu może być różna (np. wykonanie prostych przyborów do ćwiczeń, redagowanie gazetki, pomoc w organizacji imprez sportowych, przygotowanie referatu itp.) - w zależności od inwencji twórczej uczniów.

#### **5) Udział w zajęciach pozalekcyjnych, zawodach sportowych**

1. Za reprezentowanie szkoły w zawodach, udział w zajęciach pozalekcyjnych w ramach UKS, udział w szkolnych rozgrywkach uczeń może otrzymać częściową ocenę      bardzo dobrą lub celującą.
2. Gdy uczeń spełnia wszystkie wymagania na daną ocenę, nauczyciel może podnieść ocenę śródroczną lub roczną o pół lub cały stopień za szczególne osiągnięcia sportowe wykraczające poza podstawę programową

Pół stopnia – ranga mazowiecka i niżej

Cały stopień – ranga ogólnopolska i wyżej

#### **6) Kryteria oceniania poszczególnych form aktywności podczas zajęć na basenie**

Ocenie podlega:

1. Postawa na lekcji pływania:
  - a) Zdyscyplinowanie przed, po i w trakcie zajęć
  - b) Stosunek do współwiczących, nauczyciela, ratownika
  - c) Zaangażowanie i sumienne wykonywanie poleceń na lekcji
2. Przygotowanie do zajęć - Uczeń ma obowiązek posiadać strój do pływania (strój kąpielowy/kąpielówki, czepek, klapki, ręcznik)

### 3. Rozwój umiejętności pływackich

Nauczyciel zwraca uwagę na Indywidualny postęp w wykonywaniu danego elementu na poszczególnych poziomach zaawansowania oraz predyspozycje i wkład pracy własnej w osiągnięcie progresu

### 4. Wiadomości z zakresu zasad bezpieczeństwa dotyczących przebywania na pływalni i kąpieliskach otwartych. Nauczyciel ocenia:

- a) Znajomość i przestrzeganie zasad bezpiecznej kąpieli i korzystania z pływalni
- b) Znajomość tematyki udzielania pierwszej pomocy tonącemu oraz podstawowych przyczyn utonięć

Uczeń na koniec każdego okresu otrzymuje dwie oceny częściowe, pierwszą za aktywność i przygotowanie do zajęć i drugą za postępy mierzone sprawdzianami dla poszczególnych grup zaawansowania oraz wiadomości teoretyczne z zakresu bezpieczeństwa i podstaw ratownictwa wodnego. Brak realizacji zajęć na pływalni bez uzasadnienia skutkuje obniżeniem oceny z wychowania fizycznego

### 7) Skala ocen:

#### **OCENA CELUJĄCA – 6**

- a) Uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą,
- b) Aktywnie uczestniczy w życiu sportowym na terenie szkoły bądź też w innych formach działalności związanych z kulturą fizyczną. Prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia,
- c) Zajmuje punktowe miejsca w zawodach sportowych, reprezentuje szkołę w zawodach,
- d) Wykazuje się szczególnym zaangażowaniem w pracy, twórczą postawą, umiejętnościami, wiadomościami wykraczającymi poza program nauczania w danej klasie.

### **OCENA BARDZO DOBRA – 5**

- a) Uczeń całkowicie opanował materiał podstawy programowej,
- b) Prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia,
- c) Ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie,
- d) Posiada duże wiadomości w zakresie kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu,
- e) Systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnieniu,
- f) Jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego nie budzą najmniejszych zastrzeżeń,
- g) Bierze aktywny udział w zajęciach UKS i zawodach sportowych.

### **OCENA DOBRA - 4**

- a) Uczeń w zasadzie opanował materiał podstawy programowej,
- b) Dysponuje dobrą sprawnością motoryczną,
- c) Ćwiczenia wykonuje prawidłowo, lecz nie dość dokładnie z małymi błędami technicznymi,
- d) Posiadane wiadomości potrafi wykorzystać w praktyce przy pomocy nauczyciela,
- e) Nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnieniem, wskazuje stałe i dość dobre postępy w tym zakresie,
- f) Jego postawa społeczna i stosunek do kultury fizycznej nie budzą większych zastrzeżeń,
- g) Prowadzi higieniczny tryb życia, uczestniczy w zajęciach pozaszkolnych w charakterze sportowo-rekreacyjnym.

### **OCENA DOSTATECZNA – 3**

- a) Uczeń opanował materiał podstawy programowej na przeciętnym poziomie ze znacznymi lukami,
- b) Dysponuje przeciętną sprawnością fizyczną. Ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie z większymi błędami technicznymi,
- c) Wykazuje małe postępy w usprawnieniu motorycznym,

- d) W jego wiadomościach z zakresu kultury fizycznej są znaczne luki i nie potrafi ich wykorzystać w praktyce,
- e) Wykazuje małe postępy w usprawnianiu,
- f) Przejawia pewne braki w zakresie wychowania społecznego, w postawie i stosunku do kultury fizycznej.

#### **OCENA DOPUSZCZAJĄCA – 2**

- a) Uczeń nie opanował materiału podstawy programowej w stopniu dostatecznym i ma pewne luki,
- b) Jest mało sprawny fizycznie,
- c) Ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi,
- d) Posiada małe wiadomości z zakresu kultury fizycznej, nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną,
- e) Nie jest pilny i wykazuje bardzo małe postępy w usprawnieniu,
- f) Na zajęciach wychowania fizycznego przejawia poważne braki w zakresie wychowania społecznego, jest niechętny do ćwiczeń.

#### **OCENA NIEDOSTATECZNA – 1**

- a) Uczeń jest daleki od spełnienia wymagań stawianych przez program podstawy programowej,
- b) Posiada bardzo niską sprawność motoryczną,
- c) Wykonuje jedynie najprostsze ćwiczenia i w dodatku z rażącymi błędami,
- d) Charakteryzuje się niewiedzą w zakresie kultury fizycznej,
- e) Ma lekceważący stosunek do zajęć i nie wykazuje żadnych postępów w usprawnieniu,
- f) Na zajęciach wychowania fizycznego wykazuje duże i rażące braki w zakresie wychowania społecznego.

**PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO DLA II ETAPU EDUKACJI  
W SZKOLE PODSTAWOWEJ nr 204 w WARSZAWIE  
KSZTAŁCENIE NA ODLEGŁOŚĆ**

**VII. Wymagania oceniania zostały oparte na określeniu czterech komponentów składających się na ocenę w czasie KO, przy czym na pierwszym miejscu brany jest pod uwagę wysiłek wkładany w zaangażowanie przez ucznia w zajęcia**

- Postawa ucznia
- Zachowanie na zajęciach
- Poziom umiejętności ruchowych
- Wiadomości z zakresu edukacji fizycznej,
- Postępy w zakresie umiejętności technicznych i cech motorycznych

*Kryteria umiejętności ruchowych*

☐ ☐ **Celująca**

Uczeń wykonał wszystkie zadania zlecone przez nauczyciela, które objęte są programem nauczania w danej klasie. Wyróżnia się na tle klasy i przejawia inicjatywę własną w kształceniu na odległość

☐ ☐ **Bardzo dobra**

Uczeń wykonał wszystkie zadania zlecone przez nauczyciela, które objęte są programem nauczania w danej klasie.

☐ ☐ **Dobra**

Uczeń wykonał większość zadań zleconych przez nauczyciela.

☐ ☐ **Dostateczna**

Uczeń wykonał mniej niż 50% zadań zleconych przez nauczyciela

☐ ☐ **Dopuszczająca**

Uczeń sporadycznie wykonywał zadania zlecone przez nauczyciela.

☐ ☐ **Niedostateczna**

Uczeń nie wykonał zadań zleconych przez nauczyciela.

**Forma sprawdzianu** - działania praktyczne (wykonanie określonego ćwiczenia, ewolucji, elementu technicznego).

### **Postawa ucznia**

- \* Przygotowanie do zajęć:

Przez przygotowanie do zajęć rozumie się posiadanie przez ucznia czystego, odpowiedniego stroju sportowego.

- \* Aktywny udział w zajęciach.

\* Postawa wobec przedmiotu - zaangażowanie w wykonywanie ćwiczeń i zadań zbliżone do maksymalnych swoich możliwości lub brak zaangażowania i realizacji wymagań nauczyciela.

### **Zachowanie na zajęciach**

- \* Przestrzeganie zasad bezpieczeństwa podczas wykonywania zadań.

- \* Przestrzeganie przez ucznia ustalonych reguł z nauczycielem.

- \* Kultura osobista, kultura słowa.

- \* Zaangażowanie w wykonywanie ćwiczeń i zadań.

- \* Inwencja twórcza i inicjatywy.

### **Poziom umiejętności ruchowych ucznia:**

\* Postęp w opanowywaniu umiejętności: utylitarnych, rekreacyjnych i sportowych, wymienionych w podstawie programowej wychowania fizycznego na danym etapie kształcenia.

### **Wiadomości z zakresu edukacji fizycznej:**

- \* Znajomość zasad zdrowego stylu życia

- \* Podstawowe przepisy gier rekreacyjnych i zespołowych

- \* Podstawowe przepisy drogowe

- \* Wiadomości odnoszące się do zdrowia rozwoju fizycznego

- \* Podstawowe wiadomości z olimpizmu

- \* Znajomość nazwisk zasłużonych polskich sportowców

**Poziom wiadomości** z zakresu edukacji fizycznej powinien być ściśle związany z tym, co nauczyciel przekazał uczniom w czasie jednostki lekcyjnej. Powinny to być informacje krótkie i łatwo przyswajalne.

**Forma sprawdzianu poziomu wiadomości** - jest dowolna - ustna lub pisemna.

### **Rozwój fizyczny, sprawność fizyczna, wydolność organizmu**

\* Poziom **sprawności motorycznej** (siła, szybkość, skoczność, zwinność, wytrzymałość), wydolność organizmu- określamy na podstawie wyników uzyskanych w wybranych testach.

Test sprawności fizycznej oraz test wydolności jest do wglądu u nauczyciela wychowania fizycznego (**uzyskany wynik nie podlega ocenie wyrażonej stopniem, stanowi jedynie informację dla ucznia, rodzica i nauczyciela o poziomie sprawności ogólnej danego ucznia**)

### **Zasady poprawiania ocen bieżących i uzupełniania sprawdzianów.**

\* Poprawianie ocen bieżących może wystąpić tylko wówczas, gdy uczniowie będą realizowali podobne treści programowe, tj., gdy wystąpią ku temu odpowiednie warunki lokalowo - sprzętowe (np. poprawienie oceny wymaga ponownego rozstawienia odpowiedniego specjalistycznego sprzętu).

\* Chęć poprawy danej oceny należy zgłosić nauczycielowi wychowania fizycznego.

\* Nauczyciel wyznacza termin i sposób poprawy oceny .

\* Uczeń ma prawo do zaliczenia zaległego sprawdzianu w terminie nie dłuższym niż dwa tygodnie od momentu powrotu do szkoły, w przypadku nie dopełnienia obowiązku zaliczenia zaległego sprawdzianu zostaje wystawiona ocena 1( niedostateczna ) , która będzie brana pod uwagę przy ustalaniu oceny śródrocznej i rocznej.

\* Daną ocenę można poprawić tylko jeden raz.

\* Nieudana próba nie skutkuje obniżeniem poprawianej oceny.

### **Zwolnienia z ćwiczeń**

\* Uczniowie, którzy ze względu na stan zdrowia nie mogą w pełni brać udziału w zajęciach wychowania fizycznego- rodzice zobowiązani są do przesłania mailem lub poprzez librus odpowiedniego zaświadczenia lekarskiego do wychowawcy klasy( do wiadomości nauczyciela prowadzącego) Uczeń taki ma obowiązek zaliczenia danego działu tematycznego w innej formie w okresie do zakończenia KO. Tematykę zadań dodatkowych, uczeń otrzymuje od swojego nauczyciela wychowania fizycznego.

### **Sposoby dokumentowania ocen**

- \* Oceny z w/w obszarów oceniania dokumentowane będą w dziennikach zajęć lekcyjnych oraz w dokumentacji nauczyciela prowadzącego zajęcia.

**Częstotliwość sprawdzania i oceniania jest uzależniona od tematyki realizowanej podczas zajęć wychowania fizycznego. Przyjmuje się, że:**

- \* Sprawność motoryczną ocenia raz w czasie kształcenia na odległość.
- \* Umiejętności ruchowe raz w czasie kształcenia na odległość.
- \* Wiadomości – raz w czasie kształcenia na odległość.
- \* Inne komponenty ocenia się w zależności od potrzeb i możliwości, na bieżąco.

**Sposoby informowania rodziców o postępach ucznia:**

- \* Wszystkie oceny cząstkowe, które uczeń otrzymuje w czasie KO są do wstawiane do dziennika elektronicznego librus.
- \* W przypadku problemów ucznia, związanych z zaliczeniem stawianych mu wymagań, nauczyciel ma obowiązek powiadomić rodziców lub prawnych opiekunów o zaistniałej sytuacji zgodnie ze Statutem Szkoły i Wewnątrzszkolnym Systemem Oceniania.

## **PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO W KLASACH SPORTOWYCH EDUKACJI Wczesnoszkolnej**

1. Ocena śródroczna i końcowo roczna jest oceną opisową, składają się na nią oceny cząstkowe w skali od 1-6. Nauczyciel prowadzący zajęcia nie wystawia stopni na koniec semestru, czy roku szkolnego, tylko opisuje uzyskany przez ucznia poziom efektów edukacyjnych w określonym obszarze.

W klasach I-III przedmiotem kontroli i oceny są poniższe kryteria :

### 1. Uczestnictwo :

- Zaangażowanie na lekcji- zaangażowanie w zajęcia i współuczestnictwo w ich organizacji, inwencja twórcza, sumienne i staranne wywiązywanie się z obowiązków
- Postawa na lekcji- postawa społeczna ucznia (stosunek do kolegów i koleżanek), kultura osobista, systematyczne usprawnianie (dążenie do poprawy swojej sprawności), dyscyplina podczas zajęć, przestrzeganie zasad bezpieczeństwa podczas lekcji, przestrzeganie regulaminu korzystania z obiektów sportowych, postawa "Fair play" podczas lekcji, współpraca z grupą, zaangażowanie w rozpowszechnianiu kultury fizycznej w zależności od inwencji twórczej uczniów.
- Przygotowanie do zajęć lekcji wychowania fizycznego- uczeń posiada odpowiedni strój sportowy.
  - Należy zwrócić szczególną uwagę na higienę i właściwe przeznaczenie stroju (tylko do ćwiczeń fizycznych)– koszulka z krótkim rękawem, spodenki krótkie lub długie, skarpetki, obuwie sportowe zmienne.
  - Nieprzygotowanie do zajęć uczeń ma prawo zgłosić raz w semestrze. Każde następne jest równoważne z oceną niedostateczną
  - Uczniowie zgłaszają nauczycielowi swoje nieprzygotowanie do zajęć przed lekcją.
  - W okresie jesienno –zimowym i zimowo –wiosennym uczeń zobowiązany jest do posiadania w terenie dresu sportowego lub cieplejszej odzieży, czapki i rękawiczek (w zależności od temperatury zewnętrznej).
- Nauczyciel może oceniać uczniów po każdych zajęciach, stawiając im plusy lub ocenę bardzo dobrą za zaangażowanie na lekcji lub minusy za jego brak: 3 plusy– ocena bardzo dobra; 3 minusy– ocena niedostateczna

2. Opanowanie umiejętności ruchowych i technicznych- ocenie podlegają umiejętności z różnych form aktywności ruchowej, realizowanych zgodnie z wybranym programem nauczania. Uczniowie otrzymują ze sprawdzianów oceny od celującej do niedostatecznej.

3. Postęp sprawności fizycznej- poziom sprawności motorycznej (siła, szybkość, zwinność, wytrzymałość) określamy na podstawie wyników uzyskanych w wybranych testach. Postęp (nie poprawił się, poprawił się, wybitnie się poprawił) zapisywany jest w karcie opisowej oceny ucznia z wychowania fizycznego.

4. Wiadomości- forma sprawdzianu poziomu wiadomości jest dowolna ustna lub pisemna.

W ocenie opisowej należy wskazać, w których aspektach rozwoju fizycznego, motorycznego, nauczaniu i doskonaleniu podstawowych umiejętności ruchowych, czy aktywności fizycznej uczniów uzyskał postęp, które pozostały bez zmian, a które wymagają zdecydowanej poprawy. Służy do tego karta opisowej oceny ucznia z wychowania fizycznego (tabela poniżej).

## Karta opisowej oceny ucznia z wychowania fizycznego

### KARTA OPISOWEJ OCENY UCZNIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Imię i nazwisko.....

Klasa.....rok urodzenia.....data

Uwagi.....

#### Uczestnictwo w lekcji \*

Aktywnie i chętnie uczestniczy

Chętnie uczestniczy

Niechętnie uczestniczy

Często nie ma stroju

Przestrzega zasad bezpieczeństwa

Przestrzega zasad higieny

Inne.....

#### Zaangażowanie\*

Jest twórczy i zaangażowany

Aktywnie uczestniczy i współpracuje z kolegami

Biernie uczestniczy

Przeszkadza innym

Inne.....

#### Opanowanie umiejętności ruchowych w stopniu

|                           | wybitnym | Bardzo dobrym | dobrym | przeciętnym | niskim |
|---------------------------|----------|---------------|--------|-------------|--------|
| <b>Gry i zabawy</b>       |          |               |        |             |        |
| Gimnastyka                |          |               |        |             |        |
| .....                     |          |               |        |             |        |
| .....                     |          |               |        |             |        |
| <b>Lekkoatletyka</b>      |          |               |        |             |        |
| .....                     |          |               |        |             |        |
| .....                     |          |               |        |             |        |
| <b>Mini gry zespołowe</b> |          |               |        |             |        |
| .....                     |          |               |        |             |        |
| .....                     |          |               |        |             |        |
| .....                     |          |               |        |             |        |
| <b>Pływanie</b>           |          |               |        |             |        |
| <b>Inne formy</b>         |          |               |        |             |        |
| .....                     |          |               |        |             |        |
|                           |          |               |        |             |        |

#### Postępy sprawności fizycznej

|                                       | Nie poprawił się | Poprawił się w małym stopniu | Wybitnie się poprawił |
|---------------------------------------|------------------|------------------------------|-----------------------|
| <b>Siła (rzut piłką lekarską)</b>     |                  |                              |                       |
| <b>Szybkość (bieg na 40m)</b>         |                  |                              |                       |
| <b>Wytrzymałość (marszobieg 400m)</b> |                  |                              |                       |
| <b>Gibkość (skłon w przód)</b>        |                  |                              |                       |
| <b>Zwinność (bieg wahadłowy)</b>      |                  |                              |                       |

Wiadomości:

Ocena wiadomości z testu Zalecenia.....\*Właściwe podkreślić