

# PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO W KLASACH IV-VIII

## W SZKOLE PODSTAWOWEJ NR 5 W GRODZISKU MAZOWIECKIM

### W ROKU SZKOLNYM 2020/2021

OCENA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NA PIERWSZY SEMESTR I NA KONIEC ROKU SZKOLNEGO JEST SKŁADOWĄ OCEN: Z ZAJĘĆ W SYSTEMIE KLASOWOLEKCYJNYM I ZAJĘĆ DO WYBORU.

#### KRYTERIA WYSTAWIANIA OCEN Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

##### **Cele edukacyjne:**

1. Wspomaganie harmonijnego rozwoju psychofizycznego uczniów.
2. Rozwijanie i doskonalenie sprawności ruchowej uczniów.
3. Rozwijanie poczucia odpowiedzialności za zdrowie własne i innych.

##### **Wymagania szczegółowe - przygotowanie ucznia do:**

1. Uczestnictwa w kulturze fizycznej w okresie nauki szkolnej, a także po jej zakończeniu.
2. Inicjowania i współorganizowania aktywności ruchowej.
3. Dokonywania wyboru całonocnych form aktywności ruchowej.
4. Kształtowania prozdrowotnego stylu życia oraz dbałości o zdrowie.

Uczeń otrzymuje ocenę **CELUJĄCA**, gdy spełnia wymagania na oceny niższe oraz:

- Aktywnie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego,
- Systematycznie przynosi strój sportowy,
- Inspiruje działalności sportowe na terenie szkoły,
- Posiada bardzo wysoką sprawność fizyczną,
- Reprezentuje szkołę, miasto, kraj w zawodach sportowych,
- Dbą o własny rozwój fizyczny uczestnicząc w zajęciach sportowych szkolnych i pozaszkolnych.

Uczeń otrzymuje ocenę **BARDZO DOBRA**, gdy:

- Aktywnie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego,
- Osiąga wysoką sprawność fizyczną,
- Systematycznie przynosi strój sportowy,
- Ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką i w odpowiednim tempie,
- Zna przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie nauczania,
- Posiada teoretyczne wiadomości dotyczące przedmiotu i stosuje je w praktyce,
- Cechuje go pozytywny stosunek do przedmiotu i aktywna postawa na lekcjach,
- Chętnie reprezentuje szkołę w zawodach.

Uczeń otrzymuje ocenę **DOBRA**, gdy:

- Aktywnie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego,
- Systematycznie przynosi strój sportowy,
- Stara się ćwiczenia wykonywać prawidłowo, zgodnie z własnymi możliwościami,
- Przy pomocy nauczyciela potrafi wykorzystać w praktyce nabyte umiejętności,
- Posiada teoretyczne wiadomości dotyczące przedmiotu,
- Uzyskuje postępy w osiągnięciu sprawności fizycznej,
- Jego postawa na lekcjach nie budzi większych zastrzeżeń.

Uczeń otrzymuje ocenę **DOSTATECZNA**, gdy:

- Sporadycznie zapomina o stroju sportowym,
- Ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi,
- Jego wiadomości z zakresu przedmiotu są niewystarczające,
- Cechuje go brak aktywności na lekcjach wychowania fizycznego,
- Wykazuje małe postępy w doskonaleniu umiejętności,
- Jego postawa na lekcjach nie zawsze jest właściwa.

Uczeń otrzymuje ocenę **DOPUSZCZAJĄCA**, gdy:

- Często zapomina o stroju sportowym,
- Wykazuje niechęć do ćwiczeń, popełnia liczne błędy techniczne,
- Posiada bardzo małe wiadomości z zakresu wychowania fizycznego,
- Cechuje go brak aktywności na lekcjach wychowania fizycznego,
- Często opuszcza lekcje wychowania fizycznego,
- Nie wykazuje chęci poprawy.

Uczeń otrzymuje ocenę **NIEDOSTATECZNA**, gdy:

- Nie realizuje wymagań programowych,
- Bardzo często nie przynosi stroju sportowego (ponad 50% lekcji),
- Odmawia wykonywania ćwiczeń na lekcji,
- Nie podchodzi do zaliczenia sprawdzianu,
- Nie posiada w najmniejszym stopniu wiedzy z wychowania fizycznego,
- Na lekcjach przyjmuje postawę arogancką i lekceważącą,
- Nie wykazuje postępów w doskonaleniu umiejętności,
- Często opuszcza lekcje wychowania fizycznego.

Ocena z zajęć do wyboru ustalana jest na podstawie aktywnego udziału ucznia w zajęciach oraz czynionych postępów.

W klasie sportowej minimum jedna ocena cząstkowa powinna dotyczyć szkolenia sportowego.

Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego nauczyciel bierze pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia i wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć: strój sportowy – przynoszony na lekcje wychowania fizycznego (koszulka z krótkim rękawem lub bluza sportowa, spodnie krótkie lub długie sportowe, obuwie sportowe) oraz systematyczny udział w zajęciach i aktywność w działaniach na rzecz sportu szkolnego i kultury fizycznej.

Poprzez ocenianie kształtujące uczeń uzyskuje wskazówki w jaki sposób powinien pracować dalej, aby poprawić efekty swojej pracy.

Dopuszcza się możliwość dwukrotnego nieprzygotowania do lekcji wychowania fizycznego w semestrze (brak stroju bez usprawiedliwienia). Za każde kolejne nieprzygotowanie uczeń otrzymuje ocenę niedostateczną. Dziewczęta raz w miesiącu mogą nie uczestniczyć aktywnie w zajęciach ze względów fizjologicznych.

Sposoby sprawdzania osiągnięć i wiedzy: testy sprawnościowe, lekkoatletyka, zespołowe gry sportowe, gimnastyka, aktywność fizyczna, reprezentowanie szkoły, odpowiedź ustna.

Uczniowie, którzy posiadają zwolnienia całoroczne lub semestralne zobowiązani są dostarczyć w/w dokument do nauczyciela wychowania fizycznego do końca września. W przypadku przekroczenia w/w terminu rodzice (opiekunowie prawni) proszeni są o kontakt z nauczycielem wychowania fizycznego. Uczeń jest zobowiązany przebywać na lekcjach wychowania fizycznego do czasu dostarczenia zwolnienia lekarskiego. Po jego dostarczeniu, w przypadku, gdy lekcje są pierwszymi lub ostatnimi, rodzic może wystąpić do dyrekcji o zwolnienie dziecka do domu (dotyczy tylko zwolnień długoterminowych, druk u nauczycieli wychowania fizycznego i w sekretariacie). Niedostarczenie zwolnienia, brak wyjaśnień przyczyn nieobecności i niećwiczenia dziecka będzie skutkowało obniżeniem oceny z zachowania i nieusprawiedliwieniem nieobecnych godzin.

Ze względu na bezpieczeństwo ćwiczących na lekcjach wychowania fizycznego obowiązuje zakaz noszenia biżuterii – bransoletek, łańcuszków, długich kolczyków w uszach, kolczyków w nosie, kolczyków w pępku i innych częściach ciała oraz pierścionków. Uczniowie, którzy noszą okulary i są one konieczne na lekcjach wychowania fizycznego noszą je na odpowiedzialność Rodziców. Za rzeczy pozostawione w szatni odpowiedzialni są wyłącznie uczniowie.