

## Przedmiotowy system oceniania z wychowania fizycznego

Cele kształcenia i wychowania fizycznego obejmują:

- kształtowanie umiejętności rozpoznawania i oceny własnego rozwoju fizycznego oraz sprawności fizycznej,
- zachęcanie do uczestnictwa w rekreacyjnych i sportowych formach aktywności fizycznej,
- poznawanie i stosowanie zasad bezpieczeństwa podczas aktywności fizycznej,
- kształtowanie umiejętności rozumienia związku aktywności fizycznej ze zdrowiem,
- kształtowanie umiejętności osobistych i społecznych sprzyjających całonocnej aktywności fizycznej.

Ocena semestralna lub roczna jest ustalana na podstawie ocen cząstkowych za określony poziom wiadomości, umiejętności i kompetencji społecznych w procesie szkolnego wychowania fizycznego. Ocena ta nie jest średnią arytmetyczną ocen cząstkowych. Przy ustaleniu oceny uwzględnia się przede wszystkim **wysiłek ucznia** wynikający z realizacji programu nauczania oraz **systematyczny i aktywny** udział w lekcjach wychowania fizycznego. Obniżenie lub podniesienie oceny w stosunku do oceny semestralnej może być tylko o jeden stopień. Uczeń może dwa razy na semestr być nieprzygotowanym do zajęć. Za każdy kolejny brak stroju otrzymuje ocenę niedostateczną.

## **Szczegółowe kryteria oceny semestralnej lub rocznej z wychowania fizycznego**

### ***Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który:***

1. Systematycznie uczestniczy w obowiązkowych zajęciach z wychowania fizycznego oraz jest zawsze przygotowany do lekcji (posiada wymagany strój sportowy).
2. Jest aktywny na lekcji.
3. Wykazuje zdyscyplinowanie w czasie trwania zajęć z wychowania fizycznego oraz przed i po ich zakończeniu (dotyczy pobytu w szatni).
4. Dokładnie wykonuje ćwiczenia i zalecenia przekazywane przez nauczyciela, dba o bezpieczeństwo własne i kolegów.
5. Ma godną naśladowania postawę koleżeńską i sportową (pomoc słabszym i mniej sprawnym).
6. Wykonuje elementy nauczane zgodnie z programem nauczania na ocenę bardzo dobrą i celującą.
7. Reprezentuje szkołę w zawodach szkolnych i międzyszkolnych.
8. Współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego.
9. Uprawia dyscypliny lub konkurencje sportowe w innych klubach lub sekcjach sportowych, podejmuje dowolne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym.
10. Zalicza wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania.
11. Uzyskuje postęp w kolejnych próbach sprawnościowych.
12. Prowadzi rozgrzewkę bardzo poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym.
13. Zna i stosuje przepisy gier zespołowych.
14. Posiada wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego.

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

1. Systematycznie uczestniczy w obowiązkowych zajęciach z wychowania fizycznego oraz jest zawsze przygotowany do lekcji (posiada wymagany strój sportowy).
2. Jest aktywny na lekcji.
3. Wykazuje zdyscyplinowanie w czasie trwania zajęć z wychowania fizycznego oraz przed i po ich zakończeniu (dotyczy pobytu w szatni).

4. Dokładnie wykonuje ćwiczenia i zalecenia przekazywane przez nauczyciela, dba o bezpieczeństwo własne i kolegów.
5. Ma godną naśladowania postawę koleżeńską i sportową (pomoc słabszym i mniej sprawnym).
6. Wykonuje elementy nauczane zgodnie z programem nauczania na ocenę dobrą i bardzo dobrą.
7. Uczeń robi systematyczne postępy.
8. Reprezentuje szkołę na zawodach sportowych szkolnych i międzyszkolnych.
9. Niekiedy podejmuje formy aktywności fizycznej w czasie wolnym.
10. Zalicza prawie wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania.
11. Prowadzi rozgrzewkę bardzo poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym.
12. Poprawia próby sprawnościowe.

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

1. Systematycznie uczestniczy w obowiązkowych zajęciach z wychowania fizycznego oraz jest zawsze przygotowany do lekcji (posiada wymagany strój sportowy).
2. Jest aktywny na lekcji.
3. Wykazuje zdyscyplinowanie w czasie trwania zajęć z wychowania fizycznego oraz przed i po ich zakończeniu (dotyczy pobytu w szatni).
4. Ma właściwą postawę koleżeńską i sportową (pomoc słabszym i mniej sprawnym).
5. Wykonuje elementy nauczane na ocenę, co najmniej dostateczną lub dobrą.
6. Uczeń robi systematyczne postępy na miarę swoich możliwości.
7. Mało angażuje się w życie sportowe szkoły i klasy.
8. Nie uczęszcza na dodatkowe zajęcia sportowo – rekreacyjne.
9. Raczej nie podejmuje form ruchowych w czasie wolnym.
10. Prowadzi rozgrzewkę w miarę poprawnie, często wymaga dodatkowych uwag i zaleceń nauczyciela.

***Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który:***

1. Niesystematycznie uczestniczy w obowiązkowych zajęciach z wychowania fizycznego oraz nie zawsze jest przygotowany do lekcji (często nie posiada wymaganego stroju sportowego).
2. Jest mało aktywny na lekcji i ma kłopoty z dyscypliną.
3. Poprawnie wykonuje elementy nauczane na ocenę dobrą i dostateczną.
4. Nie bierze udziału w szkolnych zawodach sportowych.
5. Nie uczęszcza na zajęcia sportowo ruchowe i nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym.
6. Nie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej kultury fizycznej i nie podejmuje aktywności ruchowej w czasie wolnym.
7. Nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowych w czasie gry właściwej lub szkolnej.

***Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który:***

1. Często z własnej winy opuszcza obowiązkowe zajęcia z wychowania fizycznego oraz często nie jest przygotowany do lekcji (nie posiada wymaganego stroju sportowego).
2. Jest mało aktywny, niezdyscyplinowany, ma nieobecności nieusprawiedliwione oraz lekceważący stosunek do zajęć.
3. Słabo wykonuje nauczane elementy (na ocenę dopuszczającą i dostateczną).
4. Narusza zasady dyscypliny w czasie trwania zajęć oraz przed i po ich zakończeniu, nie dba o bezpieczeństwo własne i kolegów, nie wykonuje ćwiczeń i zaleceń przekazywanych przez nauczyciela.
5. Charakteryzuje się niskim poziomem kultury osobistej.
6. Nie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej kultury fizycznej i nie podejmuje żadnej aktywności ruchowej w czasie wolnym.
7. Nie uzyskuje postępów w próbach sprawności, zalicza tylko pojedyncze testy i próby sprawnościowe ujęte w rozkładzie materiału.

**Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który:**

1. Bez usprawiedliwienia opuszcza zajęcia z wychowania fizycznego oraz nie jest przygotowany do lekcji prawie zawsze.
2. Ma lekceważący stosunek do przedmiotu, wykazuje brak aktywności na lekcji.
3. Rażąco narusza zasady dyscypliny w czasie trwania zajęć oraz przed i po ich zakończeniu, nie dba o bezpieczeństwo własne i kolegów, nie wykonuje ćwiczeń i zaleceń przekazywanych przez nauczyciela.
4. Charakteryzuje go bardzo niski poziom kultury osobistej.
5. Zachowuje się wulgarnie w stosunku do nauczycieli, pracowników szkoły i uczniów.
6. Nie zalicza testów i prób sprawnościowych.
7. Nie zna przepisów gier zespołowych