

## PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA

### Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

#### 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
- Inwencję twórczą
- Aktywny udział w zajęciach i współuczestnictwo w ich organizacji
- Reprezentowanie szkoły w zawodach
- Udział w zajęciach pozalekcyjnych ( SKS, kółka sportowe)
- Uprawianie sportu wyczynowo( uzyskanie znaczących osiągnięć)

#### 3. Frekwencja – uczestnictwo w zajęciach

- Spóźnienia
- Nieobecności nieusprawiedliwione
- Nieobecności usprawiedliwione
- Jednostkowe zwolnienia z ćwiczeń
- Ucieczki z zajęć

#### 4. 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
- Przygotowanie do lekcji – systematyczne noszenie stroju
- Uczestnictwo w lekcji – ocena wybranego ucznia za zaangażowanie i aktywność na lekcji; uczniowie otrzymują „ ocenę pozytywną” za przejawy zaangażowania, wykonywanie ćwiczeń w sposób zbliżony do swoich maksymalnych możliwości, inwencję twórczą, aktywny udział w zajęciach i współzawodnictwo w ich realizacji; uczniowie otrzymują „ ocenę negatywną” za niechętny lub negatywny stosunek do uczestnictwa w zajęciach, brak dyscypliny, ewidentnego lekceważenia swoich obowiązków.

## WYMAGANIA I KRYTERIA OCENIANIA

### Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

#### Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który:

- spełnia wymagania na stopień bardzo dobry ;
- jest zawsze przygotowany do lekcji i bierze w nich aktywny udział ;
- doskonale opanował elementy dyscyplin sportowych objętych podstawą programową ;
- wykazuje dużą znajomość zasad i przepisów gier zespołowych oraz konkurencji lekkoatletycznych i gimnastycznych ;
- systematycznie podnosi poziom swojej sprawności fizycznej, osiąga najlepsze i coraz lepsze wyniki na sprawdzianach sprawnościowych ;
- przejawia dbałość o własne zdrowie i higienę osobistą ;
- jest koleżeński, przestrzega zasad „fair play”, aktywnie uczestniczy w zajęciach ;
- podczas zajęć sportowych przestrzega zasad bhp, dba o bezpieczeństwo własne i innych ;
- posiada duże wiadomości w zakresie w-f i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu.

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

- uczestnictwo i postawa do lekcji w-f nie budzi zastrzeżeń ;
- nie opuszcza lekcji wf i z reguły jest do nich przygotowany, aktywnie uczestniczy w zajęciach ;
- w pełni opanował elementy dyscyplin sportowych objętych podstawą programową ;
- wykazuje dużą znajomość zasad i przepisów gier zespołowych oraz konkurencji lekkoatletycznych i gimnastycznych ;
- podnosi poziom swojej sprawności fizycznej, przejawia duże zaangażowanie w osobistym usprawnianiu ;
- przejawia dbałość o własne zdrowie i higienę osobistą ;
- jest koleżeński, przestrzega zasad „fair play”, aktywnie uczestniczy w zajęciach ;
- podczas zajęć sportowych przestrzega zasad bhp, dba o bezpieczeństwo własne i innych ;
- opanował umiejętności i przyswoił wiadomości określone programem opracowanym na bazie podstaw programowych w stopniu dobrym.

#### Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który:

- uczestnictwo i postawa do lekcji w-f nie budzi większych zastrzeżeń ;
- nie opuszcza lekcji wf, ale nie zawsze jest do nich przygotowany, aktywnie uczestniczy w zajęciach ;
- w stopniu dobrym opanował elementy dyscyplin sportowych objętych podstawą programową ;
- zna ogólne zasady i przepisy gier zespołowych oraz konkurencji lekkoatletycznych i gimnastycznych ;
- przejawia dbałość o własne zdrowie i higienę osobistą ;
- jest koleżeński, przestrzega zasad „fair play”; aktywnie uczestniczy w zajęciach ;

- podczas zajęć sportowych przestrzega zasad bhp, dba bezpieczeństwo własne i innych ;
- opanował umiejętności i przyswoił wiadomości określone programem w stopniu dostatecznym przy ogromnym zaangażowaniu adekwatnym do swoich możliwości ;
- posiada wiadomości, potrafi wykorzystać w praktyce z pomocą nauczyciela.

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

- przejawia braki w zakresie uczestnictwa i postaw do lekcji w-f ;
- nie opuszcza lekcji wf, ale nie systematycznie jest do nich przygotowany;
- w stopniu dostatecznym opanował elementy dyscyplin sportowych objętych podstawą ; programową ;
- wykazuje braki w znajomości ogólnych zasad i przepisów gier zespołowych oraz konkurencji lekkoatletycznych i gimnastycznych ;
- nie przejawia dbałości o własne zdrowie i higienę osobistą ;
- przejawia przemoc wobec kolegów, nie przestrzega zasad „fair play”;
- opanował umiejętności przyswoił wiadomości określone programem w stopniu dopuszczającym;
- w jego wiadomościach w zakresie w-f są znaczne braki a te które posiada nie potrafi wykorzystać w praktyce.

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

- wykazuje poważne braki w zakresie zachowań i postaw do lekcji w-f ;
- opuszcza lekcji wf, nie systematycznie jest do nich przygotowany ;
- opanował elementów dyscyplin sportowych objętych podstawą programową ;
- wykazuje duże braki w znajomości ogólnych zasad i przepisów gier zespołowych oraz konkurencji lekkoatletycznych i gimnastycznych ;
- nie przejawia dbałości o własne zdrowie i higienę osobistą ;
- jest niekoleżeński i niezdyscyplinowany, nie przestrzega zasad bhp i „fair play”;
- ćwiczenie wykonuje niechętnie, poniżej swoich możliwości ;
- posiada małe wiadomości, nie potrafi wykonać prostych zadań.

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

- lekceważący stosunek do lekcji w-f ;
- nagminnie opuszcza lekcje wf i nie przygotowuje się do nich ;
- nie opanował elementów dyscyplin sportowych objętych podstawą programową ;
- nie zna zasad i przepisów gier zespołowych oraz konkurencji lekkoatletycznych i gimnastycznych;
- jest niezdyscyplinowany i konfliktowy;
- często świadomie narusza przepisy bhp, zagraża bezpieczeństwu swojemu i innych ;
- prowadzi niehigieniczny i niesportowy tryb życia ;
- nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu ;
- wykazuje najprostsze ćwiczenia z rażącymi brakami.

**Zwolnienia lekarskie**

Zwolnienie lekarskie semestralne i roczne wystawione przez lekarza specjalistę po przyjęciu przez nauczyciela wychowania fizycznego zatwierdza dyrektor szkoły.

**UWAGA**

W przypadku ciągłej usprawiedliwionej nieobecności w szkole lub ze względu na stan zdrowia braku czynnego uczestnictwa w lekcji w-f możliwe jest odstępstwo od w/w regulaminu .