

## **KRYTERIA OCENY UCZNIĄ Z WYCHOWANI FIZYCZNEGO W ROKU SZKOLNYM 2020/2021**

W systemie oceniania przedmiotu: wychowanie fizyczne zwraca uwagę głównie na aktywną postawę wobec kultury fizycznej, co powinno wpłynąć na ukształtowanie nawyków i potrzeb niezbędnych do utrzymania zdrowia.

Obowiązki ucznia na lekcjach wychowania fizycznego:

- ✓ przynoszenie stroju sportowego (koszulka, spodenki sportowe lub dres i obuwie sportowe) i przebranie się przed lekcją w
- ✓ przestrzeganie regulaminu korzystania z obiektów, przyrządów i przyborów sportowych
- ✓ wykonywanie poleceń nauczyciela

Kryteria oceny ucznia:

### **I. Postawa ucznia:**

1. Aktywność i zaangażowanie ucznia w procesie rozwijania własnej sprawności w czasie lekcji.

Uczeń może otrzymać:

- ocenę pozytywną (motywującą) za systematyczne, aktywne, bez zastrzeżeń nauczyciela uczestnictwo na lekcjach, a także za pomoc nauczycielowi (np. pokaz, przeprowadzenie rozgrzewki, propozycje ciekawych rozwiązań dotyczących tematu lekcji);

- ocenę niedostateczną za negatywny stosunek do przedmiotu (niezdyscyplinowanie, stwarzanie zagrożenia na lekcji, odmowa wykonania ćwiczenia)

Nauczyciel może również nagradzać ucznia za aktywną postawę na lekcji plusami (+). Pięć „zebranych” plusów daje oceną bardzo dobrą.

Nauczyciel może upomnieć ucznia minusem (-) za negatywny stosunek do ćwiczeń na danej lekcji, złe zachowanie, brak poszanowania sprzętu. Pięć odnotowanych minusów skutkuje oceną niedostateczną.

### 2. Przygotowanie do lekcji

Uczeń dwa razy w semestrze może zgłosić nieprzygotowanie do lekcji z powodu braku stroju lub złego samopoczucia. Za każde kolejne, nieusprawiedliwione nieprzygotowanie uczeń otrzyma ocenę niedostateczną.

### 3. Aktywność pozalekcyjna

Uczeń może być gratyfikowany oceną bardzo dobrą lub celującą za udział w zajęciach pozalekcyjnych i reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych objętych kalendarzem SZS, osiągając wysokie wyniki sportowe.

## **II. Umiejętności z zakresu programu nauczania**

Ocenię podlegają:

1. umiejętności z zakresu programu nauczania:
  - ✓ technika wykonywania ćwiczeń z gimnastyki, wybrane elementy gier zespołowych, lekkiej atletyki, tenisa stołowego oraz zabaw ruchowych
  - ✓ sprawność ogólna
2. poziom cech motorycznych
  - ✓ sprawdziany: siły, szybkości, wytrzymałości, skoczności
3. wiedza z zakresu programu nauczania
  - ✓ przepisy zespołowych gier sportowych
  - ✓ przepisy bhp na lekcjach wf
  - ✓ znajomość zasad fair play
  - ✓ elementy higieny człowieka (związane z wf)
  - ✓ prawidłowa terminologia w określaniu nazw przyrządów, przyborów oraz ćwiczeń

W przypadku trudności z opanowaniem materiału wynikającej z długotrwałej choroby, uczeń ma możliwość zaliczenia umiejętności podlegających ocenie w danym semestrze nie później niż tydzień przed klasyfikacyjnym posiedzeniem Rady Pedagogicznej.

Jeżeli uczeń posiada zwolnienie lekarskie z konkretnych ćwiczeń, a chce otrzymać przynajmniej dobrą ocenę śródroczną lub roczną, może w celu „zaliczenia” wykonywać zadania dodatkowe, otrzymane przez nauczyciela (np. inne ćwiczenia, wykonanie sportowej gazetki szkolnej, opracowanie jakiegoś tematu z dziedziny kultury fizycznej, promocji zdrowia itp.).

Rodzic ma możliwość uzyskania rzetelnej i szczegółowej informacji o postępach, trudnościach i specjalnych uzdolnieniach ucznia na spotkaniach z rodzicami.

### **Ocena Dopuszczająca**

Uczeń:

- nie opanował materiału programowego w stopniu dostatecznym i ma poważne luki
- ćwiczenia wykonuje niechętnie, z dużymi błędami technicznymi
- nie jest pilny i wykazuje bardzo małe postępy w usprawnianiu
- ma niechętny stosunek do ćwiczeń
- bardzo często nie posiada właściwego ubioru na lekcji
- nie łamie zasad bezpieczeństwa na lekcji
- nie jest agresywny wobec kolegów i nauczyciela
- minimum dziesięciokrotnie uczestniczył w zajęciach wychowania fizycznego

### **Ocena Dostateczna**

Uczeń:

- opanował materiał programowy na przeciętnym poziomie ze znacznymi lukami
- ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie i z większymi błędami technicznymi
- wykazuje małe postępy w usprawnieniu motorycznym
- przejawia pewne braki w zakresie wychowania społecznego, w postawie i stosunku do kultury fizycznej; jest mało zdyscyplinowany

- często nie posiada właściwego ubioru na lekcji
- uczestniczy w co najmniej połowi zajęć wychowania fizycznego
- dba o higienę osobistą

### **Ocena Dobra**

Uczeń:

- w dobrym stopniu opanował materiał programowy
- ćwiczenia wykonuje prawidłowo, lecz nie dość dokładnie, z małymi błędami technicznymi
- posiadane wiadomości potrafi wykorzystać w praktyce przy pomocy nauczyciela
- nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnieniem, wykazuje stałe, dość dobre postępy w tym zakresie
- szanuje i dba o sprzęt sportowy
- zawsze posiada właściwy strój na lekcji
- jego postawa społeczna i stosunek do kultury fizycznej nie budzą większych zastrzeżeń

### **Ocena Bardzo dobra**

Uczeń:

- całkowicie opanował materiał programowy
- ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, pewnie, w odpowiednim tempie i dokładnie, zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie
- posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu
- systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu
- jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego nie budzą najmniejszych zastrzeżeń
- bierze aktywny udział w zawodach sportowych, nie jest to jednak działalność systematyczna
- posiada prawidłowe nawyki higieniczno-zdrowotne
- szanuje i dba o szkolny sprzęt sportowy i potrafi wykorzystywać go zgodnie z przeznaczeniem
- regularnie bierze udział w lekcjach wychowania fizycznego, jest aktywny podczas lekcji,
- chętnie i z zaangażowaniem wykonuje powierzone mu zadania

### **Ocena celująca**

Uczeń:

- spełnia wszystkie wymagania przynajmniej na ocenę bardzo dobrą (5)
- regularnie bierze udział w lekcjach wychowania fizycznego, jest aktywny podczas lekcji,
- chętnie i z zaangażowaniem wykonuje powierzone mu zadania

- aktywnie uczestniczy w życiu sportowym na terenie szkoły lub też w innych formach działalności związanych z kulturą fizyczną
- godnie reprezentuje szkołę w zawodach, zajmując punktowane miejsca
- zawsze posiada właściwy strój, dostosowany do wymogów lekcji wf i ustaleń nauczyciela
- swoją postawą społeczną i stosunkiem do przedmiotu nie budzi zastrzeżeń
- posiada prawidłowe nawyki higieniczno-zdrowotne
- szanuje i dba o szkolny sprzęt sportowy i potrafi wykorzystywać go zgodnie z przeznaczeniem
- wykazuje się bardzo dobrą znajomością przepisów gier sportowych i umiejętnością pomocy przy ich organizacji