

# **PRZEDMOTOWE ZASADY OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO W KLASACH IV-VIII W SZKOLE PODSTAWOWEJ NR1 W TUCHOLI**

*Podstawą oceny z wychowania fizycznego jest wysiłek włożony przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć.*

Oceniane będą :

## **1. PRZYGOTOWANIE UCZNIA DO ZAJĘĆ :**

- systematyczne noszenie stroju sportowego : koszulka , spodenki sportowe lub dres
- dobór stroju sportowego i obuwia w zależności od pogody i miejsca ćwiczeń

Za jednorazowe zgłoszone przed lekcją nieprzygotowanie do zajęć ( brak stroju ) uczeń otrzymuje „-„. Trzy takie znaki w ciągu semestru to ocena cząstkowa niedostateczna .Za każde kolejne nieprzygotowanie do zajęć , uczeń otrzymuje kolejną ocenę niedostateczną .

## **2. POSTAWA I AKTYWNOŚĆ UCZNIA PODCZAS ZAJĘĆ :**

- zaangażowanie na lekcjach : sumienne wykonywanie zadań , chęć do ćwiczeń
- dyscyplina na lekcjach : zachowanie nie zagrażające bezpieczeństwu innych przestrzeganie zasad kulturalnego zachowania , wykonywanie poleceń nauczyciela dbałość o sprzęt sportowy
- odnoszenie się do nauczyciela właściwie i z szacunkiem
- przeprowadzenie rozgrzewki , demonstracja ćwiczeń , sędziowanie pomoc innym ćwiczącym

Za dodatkowe zaangażowanie w przebieg zajęć , aktywność i przygotowanie się do zajęć uczeń otrzymuje „+”. Trzy takie znaki w ciągu semestru zamieniają się w ocenę bardzo dobrą.

## **3. DZIAŁALNOŚĆ SPORTOWA POZALEKCYJNA I POZASZKOLNA :**

- reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych
- aktywny i systematyczny udział w zajęciach SKS
- udział w nieobowiązkowej , zorganizowanej aktywności fizycznej o charakterze sportowym rekreacyjnym , tanecznym , turystycznym , organizowane przez inne instytucje niż szkoła .

Ocena z wychowania fizycznego może być podniesiona o jedną do góry za wysokie osiągnięcia sportowe lub inne szczególne działania i zasługi .

#### **4. WIADOMOŚCI – WIEDZA Z ZAKRESU PROGRAMU NAUCZANIA I JEJ WYKORZYSTYWANIE W PRAKTYCE :**

- sposoby przygotowania organizmu do wysiłku
- podstawowe przepisy gier sportowych
- przepisy BHP na lekcjach
- znajomość zasad fair play ‘
- wiadomości z zakresu edukacji zdrowotnej
- elementy higieny człowieka
- prawidłowe nazewnictwo ćwiczeń , przyborów przyrządów
- śledzenie bieżących wydarzeń sportowych
- znajomość polskich wybitnych sportowców

Wiedzę sprawdzamy w trakcie zajęć wychowania fizycznego na zasadzie obserwacji , rozmów , dyskusji , w trakcie sędziowania .

#### **5 . UMIEJĘTNOŚCI Z POSZCZEGÓLNYCH DYSCYPLIN SPORTOWYCH :**

- umiejętności oceniamy poprzez zadania kontrolno-oceniające : sprawdzamy wybrane umiejętności ruchowe oraz obserwujemy ucznia w trakcie wykonywania ćwiczeń
- technika i taktyka wykonania poszczególnych elementów nauczanych dyscyplin sportowych i konkurencji
- podczas wykonywania elementów technicznych oceniamy przede wszystkim : estetykę , płynność i poprawność danego ćwiczenia
- skuteczność wykonywanego ćwiczenia
- w przypadku przystąpienia ucznia do sprawdzianu umiejętności , nie otrzymuje on oceny niedostatecznej .

## SKALA OCEN

| Ocena | Umiejętności                                                                                                  |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 6     | Ćwiczenie wykonane bezbłędnie, w sposób płynny, bez dodatkowych „przyruchów” i w odpowiednim tempie           |
| 5     | Ćwiczenie wykonane bezbłędnie z zachowaniem prawidłowej formy ruchu, lecz z małym zachwianiem płynności ruchu |
| 4     | Ćwiczenie wykonane z jednym znacznym lub dwoma niewielkimi błędami w płynności ruchu                          |
| 3     | Ćwiczenie wykonane ze znacznymi dwoma lub czterema niewielkimi błędami w płynności lub formie ruchu           |
| 2     | Uczeń podejmuje próbę wykonania ćwiczenia, lecz nie potrafi go wykonać                                        |
| 1     | Uczeń nie podejmuje próby wykonania ćwiczenia                                                                 |

### 6.FREKWENCJA – UCZESTNICZENIE UCZNIA W ZAJĘCIACH:

- Uwzględniamy :nieobecności usprawiedliwione, nieobecności nieusprawiedliwione, zwolnienia od rodzica
- frekwencja mierzona jest stosunkiem ilości zajęć, w których uczeń uczestniczył, do ilości godzin przeprowadzonych w półroczu w danej klasie. Na koniec każdego półrocza frekwencja ucznia zostaje zsumowana, przeliczona na procenty i na tej podstawie wystawia się ocenę z tego zakresu. Oceniając frekwencję ucznia na zajęciach wf, można zastosować następującą skalę:
- zwolnienia lekarskie nie wpływają na obniżenie oceny;
- nieobecności nie liczymy, jeżeli uczeń w tym czasie lekcji wychowania fizycznego uczestniczył w innych zajęciach organizowanych przez szkołę (np. wyjazdy klasowe, zawody, konkursy, olimpiady);
- niedyspozycja u dziewcząt może być zwolnieniem z zajęć wychowania fizycznego, jednak nie powinna przekraczać dwóch zajęć w miesiącu.

| Ocena | Obecność na zajęciach<br>wychowania fizycznego w % |
|-------|----------------------------------------------------|
| 6     | 100%                                               |
| 5     | 89–99%                                             |
| 4     | 76–88%                                             |
| 3     | 63–75%                                             |
| 2     | 50–62%                                             |
| 1     | poniżej 50%                                        |

## 7. SPRAWNOŚĆ FIZYCZNA ( postęp lub jego brak ).

- ewaluujemy postęp lub regres wyników prób sprawnościowych, czyli poziom zmian w stosunku do diagnozy początkowej;
- przeprowadzamy sprawdziany: siły, szybkości, wytrzymałości, skoczności;
- skala ocen

### SKALA OCEN

| Ocena | Uzyskany wynik                           |
|-------|------------------------------------------|
| 6     | Najlepszy wynik w klasie                 |
| 5     | Postęp – uczeń poprawił swój wynik       |
| 4     | Uczeń uzyskał taki sam wynik             |
| 3     | Brak postępu – uczeń nie poprawił wyniku |

Każdy uczeń jest zobowiązany do zaliczenia wszystkich zadań sprawdzających wyznaczonych przez nauczyciela .

W przypadku niespełnienia tego punktu , uczeń musi podejść do zaliczenia uzupełniającego w ciągu 2 tygodni ,po wcześniejszym uzgodnieniu terminu z nauczycielem .

Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń , który nie przystąpi do sprawdzianu i nie wykorzysta możliwości zaliczenia zaległości w dodatkowym terminie .

**Na początku roku szkolnego uczeń zostaje zapoznany z zasadami oceniania z wychowania fizycznego .**