

**ZASADY WEWNATRZSZKOLNEGO OCENIANIA Z PRZEDMIOTU**  
**WYCHOWANIE FIZYCZNE DLA KLAS IV-VIII SZKOŁY PODSTAWOWEJ**  
**NR 4 W SWARZĘDZU**

**I. OBSZARY OCENY Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**

**1. Postawa ucznia i jego kompetencje społeczne**

Nauczyciel na lekcjach wychowania fizycznego ma na względzie w szczególności:

- a) dyscyplinę uczniów podczas zajęć
- b) przestrzeganie przez uczniów zasad bezpieczeństwa podczas lekcji
- c) przestrzeganie regulaminu korzystania z obiektów sportowych
- d) postaw "Fair play" podczas lekcji
- e) higienę stroju i ciała
- f) współpracę z grupą
- g) reprezentowanie szkoły w zawodach
- h) udział w zajęciach pozalekcyjnych
- i) uprawianie sportu wyczynowo (uzyskiwanie znaczących osiągnięć-dokumentowane)
- j) poziom kultury osobistej

**2. Systematyczny udział i aktywność w trakcie zajęć**

**Przygotowanie do zajęć:**

a) uczeń zobowiązany jest do przynoszenia zmiennego stroju i zmiennego obuwia sportowego - **biała koszulka bawełniana z rękawkiem, ciemne spodnie, spodnie od dresu bądź legginsy (dotyczy dziewcząt), białe skarpetki obuwie nie rysujące parkietu, najlepiej o jasnej podeszwie.**

b) w miesiącu wrześniu, październiku oraz w okresie od kwietnia do czerwca zajęcia mogą odbywać się na powietrzu (uczeń ma obowiązek nosić strój stosowny do warunków atmosferycznych)

c) w szatni nie pozostawiają cennych rzeczy (oddają je na przechowanie nauczycielowi), za wartościowe przedmioty pozostawione w szatni, szkoła nie ponosi odpowiedzialności

- d) nauczyciel ma prawo wchodzić do szatni, w której przebierają się uczniowie
- e) przed lekcją przebrani i przygotowani do zajęć uczniowie ustawiają się w dwuszeregu na korytarzu
- f) na salę gimnastyczną, boisko sportowe uczniowie udają się wraz z nauczycielem
- g) podczas lekcji zabrania się noszenia biżuterii, zegarków, okularów
- h) w trakcie trwania roku szkolnego uczniowie mogą podczas 2 łączonych lekcji wychowania fizycznego uczęszczać wraz z nauczycielem na basen bądź lodowisko (zajęcia na basenie i lodowisku są odpłatne), wymagana pisemna zgoda rodziców
- i) w ciągu jednego semestru uczniowie mają prawo 2 razy zgłosić nauczycielowi niedyspozycję, każdy kolejny raz wiąże się z oceną niedostateczną
- j) w ciągu jednego semestru uczniowie mają prawo 2 razy zgłosić brak stroju bez usprawiedliwienia, każdy kolejny raz wiąże się z oceną niedostateczną

Aktywność ucznia na zajęciach wychowania fizycznego zaznaczana jest przy pomocy znaków (+) i (-) lub oceny. Nauczyciel przy aktywności ucznia uwzględnia:

- a) zaangażowanie w wykonywanie ćwiczeń i zadań zbliżone do maksymalnych swoich możliwości
- b) inwencję twórczą
- c) aktywny udział w zajęciach i współuczestnictwo w ich organizacji
- d) Frekwencja oraz przygotowanie do zajęć znacząco wpływa na ocenę śródroczną i roczną z wychowania fizycznego. Uczeń ma obowiązek usprawiedliwienia każdej nieobecności na zajęciach z wychowania fizycznego. Również zajęcia fakultatywne są zajęciami wpływającymi na frekwencję. Uczniowie nie opuszczają obiektu sportowego bez zgody nauczyciela przed dzwonkiem.

### **3. Kontrola sprawności fizycznej (według MTSF)**

#### **4. Umiejętności ruchowe**

- wybrane umiejętności techniczne, taktyczne, utylitarne, ruchowe, organizacyjne.  
Nauczyciel bierze pod uwagę
  - przede wszystkim możliwości psychofizyczne ucznia, wkład jego pracy, estetykę wykonania ćwiczenia,  
poprawność wykonania techniki i stosowanie taktyki płynność oraz tempo przebiegu ćwiczenia, stopień trudności (podstawowy, rozszerzony)
  - umiejętność organizowania czasu wolnego, zawodów sportowo-rekreacyjnych, sędziowania, samokontroli
  - uczeń podczas oceny ma prawo do dwóch lub trzech prób w zależności od rodzaju ćwiczeń.  
Oceniana jest zawsze próba lepsza
  - uczeń ma prawo poprawić ocenę niedostateczną, dopuszczającą, dostateczną po opanowaniu danej czynności ruchowej w ciągu dwóch tygodni od daty wykonania zadania.
  - jeśli z przyczyn losowych uczeń opuścił zajęcia ze sprawdzianem, ma obowiązek zaliczenia sprawdzianu w ciągu 30 dni po uzgodnieniu terminu z nauczycielem. Po upływie tego czasu, w wyniku nie przystąpienia do zaliczenia uczeń dostaje ocenę niedostateczną.  
Uczeń może otrzymać ze sprawdzianu ocenę w skali od 1 do 6.
- Ocenę niedostateczną** otrzymuje uczeń, który odmówi przystąpienia do sprawdzianu.

#### **5. Wiadomości**

- oceniane są wybrane zagadnienia edukacji prozdrowotnej, podstawowe przepisy gry z poszczególnych dyscyplin, wybrane zagadnienia z pierwszej pomocy
- uczeń zwolniony z ćwiczeń ruchowych ma obowiązek przebywać na zajęciach i realizować zadania teoretyczne oraz pomagać nauczycielowi w organizacji zajęć. Uczeń otrzymuje ocenę ze sprawdzianów teoretycznych, z którymi został zapoznany wcześniej przez nauczyciela, z opracowania np. referatów, gazetek dotyczących kultury fizycznej i sportu, aktywnej pomocy i zaangażowaniu w organizację zajęć

## **II. ZASADY OCENIANIA**

1. Każdy uczeń jest oceniany obiektywnie i indywidualnie
2. Każdy uczeń zna zasady i kryteria oceniania oraz poziomy wymagań na poszczególne oceny
3. Uczeń jest informowany o każdej ocenie, oceny są jawne
4. Uczeń wie w jaki sposób może poprawić ocenę

### III. METODY I NARZĘDZIA WYKORZYSTYWANE DO OCENIANIA UCZNIĄ

1. Zachowanie i postawa objawiająca się aktywnością na zajęciach lekcyjnych, pozalekcyjnych i pozaszkolnych, stosunkiem do przedmiotu i frekwencją na zajęciach wychowania fizycznego, dbałością o zdrowie, unikaniem nałogów, przestrzeganiem regulaminów i obowiązków uczniowskich, życzliwym stosunkiem do innych.
2. Kontrola poziomu zdolności koordynacyjno - kondycyjnych, których wyznacznikiem jest poziom i postęp w rozwoju: siły, szybkości, wytrzymałości, mocy, zwinności i zręczności. Narzędziem służącym sprawdzeniu poziomu zdolności są testy opracowane przez nauczycieli wychowania fizycznego
3. Poziom umiejętności ruchowych - przyswojenie właściwej techniki ruchu oraz dodatkowo taktyki w grach. Wyznacznikiem jest stopień i postęp opanowania czynności ruchowych zaobserwowanych podczas gry, zadań kontrolno -oceniających, testów umiejętności ruchowych, sprawdzianów okresowych i końcowych.
4. Umiejętności organizacyjne charakteryzujące się stopniem opanowania, umiejętności współorganizowania i organizowania zajęć rekreacyjnych, sportowych, zabaw w grupach rówieśników.
5. Wiadomości z zakresu wychowania fizycznego, objawiającymi się znajomością określonej tematyki o rozwoju fizycznym, rozwoju sprawności fizycznej, zachowaniach prozdrowotnych, technice i taktyce, higienie, hartowaniu, zasadach bezpieczeństwa, regulaminach i przepisach, zasadach czystej gry, zasadach sportowego kibicowania.

### IV. CZĘSTOTLIWOŚĆ OCENIANIA

1. Ocena za indywidualne umiejętności ruchowe – w zależności od zadań kontrolno-oceniających 4-6 ocen w semestrze
2. Dodatkowo uczeń może być, ale nie musi oceniony za wiadomości (wg uznania nauczyciela)
3. Ponadto uczeń powinien otrzymać dodatkową ocenę za:
  - uczestnictwo i przygotowanie w lekcji – 1-2 w semestrze,
  - aktywność i postawę wobec przedmiotu i kultury fizycznej – 1-2 oceny w semestrze
4. Ocena za udział w zawodach sportowych i aktywność pozalekcyjną – 1 ocena za każdorazowy udział

**Uczeń powinien otrzymać w semestrze minimum 6 ocen z przedmiotu wychowanie fizyczne.**

### V. WYMAGANIA SZCZEGÓŁOWE NA POSZCZEGÓLNE OCENY

**Celująca (6)** – Jest zawsze przygotowany do zajęć. Charakteryzuje się wysokim poziomem kultury osobistej Osiąga duży postęp w usprawnianiu się. Poziom opanowania umiejętności technicznych znacznie przewyższa wymagania. Zastosowanie umiejętności w praktycznym działaniu: jest doskonały w różnych dyscyplinach i konkurencjach. Poziom wiedzy wykraczający poza program danej klasy. Potrafi praktycznie wykorzystać wiedzę w konkursach, zawodach tworzeniu nowych rozwiązań. Wzorowo pełni funkcję lidera grupy

ćwiczebnej lub grupy ćwiczebnej. Uzyskuje znaczny postęp w kolejnych próbach sprawnościowych. Stosuje wszystkie przepisy i zasady sportowe omawiane na lekcji. Dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego. Rozwija swoje uzdolnienia. Aktywnie uczestniczy w życiu sportowym na terenie szkoły, bądź też w innych formach działalności związanych z wychowaniem fizycznym. Systematycznie reprezentuje szkołę w rozgrywkach sportowych, nie odmawia udziału w nich. Poczyna się do współodpowiedzialności za stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły.

**Bardzo dobra (5)** – Jest przygotowany do zajęć, sporadycznie nie bierze udziału w lekcjach. Stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć. Charakteryzuje się wysokim poziomem kultury osobistej. Ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, zna przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie. Osiąga poprawę w większości prób. Systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu. Posiada ogromny zasób wiedzy. Umie zastosować wiedzę w samodzielnym rozwiązywaniu zadań. Podejmuje duży wysiłek, systematycznie stara się. Dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego. Jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego nie budzą najmniejszych zastrzeżeń.

**Dobra (4)** – Jest przygotowany do zajęć, ale zdarza mu się nie brać udziału w lekcjach. Uczeń dysponuje dobrą sprawnością motoryczną. Charakteryzuje się właściwym poziomem kultury osobistej. Ćwiczenia wykonuje prawidłowo, lecz nie dość dokładnie, z małymi błędami technicznymi. Posiada dobrą wiedzę nt. rozwoju fizycznego. Brak stałej poprawy. Pojedyncze próby poprawione. Nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnianiem, wykazuje stałe i dość dobre postępy w tym zakresie. Opanował większość umiejętności, lecz w różnym stopniu. Radzi sobie w różnych dyscyplinach sportowych. Zna większość zagadnień i pojęć. Sprawnie posługuje się wiedzą. Dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego. Jego postawa społeczna i stosunek do kultury fizycznej nie budzi większych zastrzeżeń. Podejmuje wysiłek, stara się - jednak niesystematycznie. Raczej nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym

**Dostateczna (3)** - Jest przygotowany do zajęć, często zdarza mu się nie brać udziału w lekcjach. Uczeń dysponuje przeciętną sprawnością motoryczną. Nie dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego. Posiada tylko podstawowe umiejętności. Ćwiczenia wykonuje niepewnie i z większymi błędami technicznymi. Wykazuje małe postępy w usprawnianiu. Nie bardzo daje sobie radę w kilku dyscyplinach. Zna podstawowe pojęcia i zagadnienia. Nie bierze udziału w zajęciach pozalekcyjnych. Sporadycznie wykorzystuje wiedzę do rozwiązywania problemów. Uczestniczy w lekcji, mało się stara. Przeszkadza kolegom. Przejawia pewne braki w zakresie postawy społecznej i w stosunku do kultury fizycznej. Nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym

**Dopuszczająca (2)** - Uczeń bardzo często jest nieprzygotowany do zajęć. Charakteryzuje się przeciętnym poziomem kultury osobistej. Opanował minimalną ilość wiadomości. Nie radzi sobie w większości dyscyplin. Ćwiczenia wykonuje niepewnie z dużymi błędami technicznymi. Potrafi wykonać ćwiczenia o niskim stopniu trudności. Wykazuje bardzo małe postępy w usprawnianiu motorycznym. Ma minimalny zasób pojęć i wiadomości. Nie potrafi samodzielnie zastosować wiedzy w praktyce. Nie wkłada wysiłku, nie stara się. Nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym. Sporadycznie ćwiczy. Przejawia duże braki w zakresie postawy społecznej i stosunku do wychowania fizycznego.

**Niedostateczna (1)** – Prawie zawsze jest nieprzygotowany do zajęć. Nie przystępuje lub nie kończy prób mimo możliwości. Ćwiczenia wykonuje z bardzo dużymi błędami technicznymi, lub nie potrafi ich wykonać. Nie wykonuje żadnych postępów w usprawnianiu się. Nigdy nie stosuje zasad bezpiecznej organizacji zajęć. Posiada niedostateczną wiedzę na temat rozwoju

fizycznego i motorycznego. Nie dba o stan techniczny urządzeń i przyborów, często je niszczy i dewastuje.