

## WYCHOWANIE FIZYCZNE

Nauczyciel ustalający ocenę z wychowania fizycznego zobowiązany jest do wzięcia w szczególności pod uwagę wysiłku wkładanego przez ucznia, zaangażowanie podczas zajęć szkolnych i pozaszkolnych form ruchowych, a także możliwości indywidualnych.

### **KRYTERIA BRANE POD UWAGĘ PRZY WYSTAWIANIU OCENY Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO:**

- a.) Aktywność
- b.) Frekwencja
- c.) Umiejętności
- d.) Wiadomości
- e.) Postęp wyników i sprawności
- f.) Aktywność pozalekcyjna
- g.) Psychofizyczne predyspozycje oraz możliwości ucznia

- **Aktywność** - aktywność na zajęciach, zasady higieny, stosunek do nauczyciela i rówieśników, poszanowanie mienia szkolnego, kultura osobista w czasie zajęć, gotowość do zajęć, reprezentowanie szkoły w zawodach.
- **Frekwencja:**
  - celujący** - powyżej 95% obecności i każdorazowe podjęcie ćwiczeń
  - bardzo dobry** - 90%-95%
  - dobry** - 80%-89%
  - dostateczny** - 70-79%
  - dopuszczający** - 60%-69%
  - niedostateczny** - poniżej 60%
  - niesklasyfikowany** – poniżej 50%
- **Umiejętności** - wybrane elementy techniczno-taktyczne (sprawdziany dostosowane do poziomu grupy, stopnia zaawansowania i możliwości uczniów).

#### **Wystawiając ocenę brane pod uwagę jest:**

- ✓ poprawność wykonania elementu technicznego,
- ✓ płynność przebiegu ćwiczeń,
- ✓ stopień trudności,
- ✓ indywidualny postęp osiągnięć uczniów w opanowaniu danego elementu,
- ✓ możliwości ucznia i wkład jego pracy,

- **Wiadomości** – zakres oceniania wiadomości może obejmować wiedzę z zakresu sędziowania, zasad asekuracji i samo asekuracji, znajomość zasad bezpieczeństwa oraz umiejętności diagnozy własnej sprawności, pisemne prace z wiedzy na temat przepisów dyscyplin sportowych, wiadomości z zakresu edukacji zdrowotnej.

Progi procentowe, osiągnięć przeliczanych na stopień, w pracach pisemnych określone zostały w Statucie Szkoły.

- **Postęp wyników i sprawności** - sprawność fizycznie ucznia określana jest za pomocą wybranych testów i prób. Testy są wskaźnikiem dalszego postępowania ucznia w usprawnianiu. Przystępując do pierwszych prób, zaliczeń, uczeń swoim wynikiem ustala swój standard (swój wyjściowy poziom możliwości). Po pewnym czasie próba jest przeprowadzana po raz drugi by określić czy uczeń poczynił postępy w swojej sprawności.
- **Aktywność pozalekcyjna** – uczestnictwo w dodatkowych zajęciach sportowych w szkole lub klubie, udział w pozalekcyjnych rozgrywkach, turniejach, reprezentowanie szkoły na zawodach sportowych, inne dodatkowe działania sportowe.
- **Psychofizyczne predyspozycje i możliwości ucznia:**
  - wysiłek wkładany przez ucznia i wywiązywanie się z obowiązków wynikających z specyfiki przedmiotu;
  - przestrzeganie zasady indywidualizacji;
  - efekt pracy nad samodoskonaleniem;

## **SPOSOBY MONITOROWANIA OSIĄGNIĘĆ I MOŻLIWOŚCI UCZNIĄ:**

- sprawdzanie umiejętności i wiedzy z zakresu programu nauczania wynikające z podstawy programowej, umożliwiające kontrolę postępów uczniów;
- sprawdziany umiejętności - technika i sprawdziany motoryczności – testy sprawności;
- aktywność ucznia na zajęciach (szczególna obserwacja, oraz informowanie ucznia o jego osiągnięciach na bieżąco );
- przygotowanie do zajęć, postawa, czyli podejście ucznia do przedmiotu, postęp (wysiłek włożony w zadania wykonywane na zajęciach);
- systematyczne sprawdzanie i ocenianie wiadomości ucznia na tematy dotyczące zdrowego stylu życia, dbałości o własne zdrowie, bezpieczeństwa i podstawowych przepisów gier sportowych;

- Nauczyciel podczas sprawdzianów informuje ucznia co uczeń powinien zmienić aby jego ocena była wyższa (oceniając kształtujące)

- Oceny bieżące ustala się w stopniach według następującej skali określonej w Statucie Szkoły

### **OCENĘ CELUJĄCĄ (6), otrzymuje uczeń, który**

- Prezentuje wybitny poziom umiejętności i rozwoju sprawności znacznie wykraczający poza program nauczania
- Jest zawsze przygotowany do lekcji i bierze udział we wszystkich zajęciach z wychowania fizycznego.
- Jest aktywny podczas lekcji, bardzo chętnie i z zaangażowaniem wykonuje polecenia nauczyciela, a także samodzielnie doskonali swoje umiejętności i sprawność ruchową.
- Doskonale opanował elementy dyscyplin sportowych objętych programem nauczania.
- Posiada dużą znajomość zasad taktyki i techniki.
- Aktywnie bierze udział w pozalekcyjnych i pozaszkolnych zajęciach sportowo-rekreacyjnych.
- Osiąga sukcesy w zawodach sportowych godnie reprezentując szkołę.
- Swoją postawą społeczną i stosunkiem do przedmiotu nie budzi zastrzeżeń. Jest zdyscyplinowany i koleżeński.
- Podczas zajęć przestrzega zasad BHP i innych regulaminów, zasad "fair play" dba o bezpieczeństwo swoje i innych.
- Posiada prawidłowe nawyki higieniczno - zdrowotne, zawsze posiada właściwy ubiór na lekcji w-f.
- Szanuje i dba o sprzęt sportowy, potrafi go wykorzystać zgodnie z przeznaczeniem.
- Systematycznie podnosi poziom swojej sprawności fizycznej i motorycznej.

### **OCENĘ BARDZO DOBRĄ (5), otrzymuje uczeń, który**

- Prezentuje wysoki poziom umiejętności i rozwoju sprawności w pełnym zakresie przewidzianym programem nauczania.
- Jest przygotowany do zajęć i nie opuszcza zajęć lekcyjnych (nieobecności są zazwyczaj usprawiedliwione).
- Jest aktywny podczas lekcji, bardzo chętnie i z zaangażowaniem wykonuje polecenia nauczyciela, w miarę swoich możliwości samodzielnie doskonali swoje umiejętności i sprawność.
- W pełni opanował elementy dyscyplin sportowych objętych programem nauczania.
- Wykazuje się bardzo dobrą znajomością taktyki i techniki.
- Czynnie uczestniczy w pozalekcyjnych i pozaszkolnych zajęciach sportowo-rekreacyjnych.
- Osiąga sukcesy w zawodach sportowych, godnie reprezentując szkołę.
- Swoją postawą społeczną i stosunkiem do przedmiotu nie budzi zastrzeżeń. Jest zdyscyplinowany i koleżeński.
- Podczas zajęć przestrzega zasad BHP i innych regulaminów, zasad "fair play" , dba o bezpieczeństwo własne i innych.
- Prowadzi sportowy tryb życia, posiada prawidłowe nawyki higieniczno - zdrowotne, posiada właściwy strój na zajęcia w-f.
- Szanuje i dba o sprzęt sportowy oraz potrafi go wykorzystać zgodnie z przeznaczeniem.

- Systematycznie podnosi poziom swojej sprawności fizycznej i motorycznej.

#### **OCENE DOBRA (4), otrzymuje uczeń, który :**

- Prezentuje dobry poziom umiejętności i rozwoju sprawności w zakresie przewidzianym w programie nauczania.
- Na ogół nie opuszcza zajęć wychowania fizycznego, lecz zdarzają mu się przypadki niesystematyczności pod względem przygotowania do lekcji.
- Jest aktywny podczas zajęć, chętnie i zaangażowaniem wykonuje polecenia nauczyciela, w miarę swoich możliwości samodzielnie doskonali swoje umiejętności i sprawność.
- Opanował w stopniu dobrym elementy dyscyplin sportowych objętych programem nauczania.
- Wykazuje się dobrą znajomością zasad taktyki i techniki.
- Sporadycznie bierze udział w pozalekcyjnych i pozaszkolnych zajęciach sportowo-rekreacyjnych.
- Swoją postawą społeczną i stosunkiem do przedmiotu nie budzi większych zastrzeżeń. Jest w miarę zdyscyplinowany i koleżeński.
- Na ogół przestrzega zasad BHP, zasad "fair play", stara się dbać o bezpieczeństwo swoje i innych.
- Posiada prawidłowe nawyki higieniczno - zdrowotne, stara się być przygotowanym do zajęć w-f pod względem stroju sportowego.
- Stara się szanować i dbać o sprzęt sportowy, lecz nie zawsze potrafi go wykorzystać zgodnie z przeznaczeniem.
- Sprawność fizyczną i motoryczną utrzymuje na poziomie zbliżonym do wyników z poprzedniego semestru.

#### **OCENE DOSTATECZNA (3), otrzymuje uczeń, który :**

- Prezentuje przeciętny poziom umiejętności i rozwoju sprawności w zakresie poniżej wymagań przewidzianych programem nauczania.
- Niesystematycznie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego, często jest nieprzygotowany do lekcji.
- Nie wykazuje się aktywnością podczas lekcji, niechętnie wykonuje polecenia nauczyciela, nie wykazuje starań w kierunku samodzielnego doskonalenia swoich umiejętności.
- Opanował w stopniu dostatecznym elementy dyscyplin sportowych objętych programem nauczania.
- Wykazuje braki (słaba znajomość) w znajomości techniki i taktyki .
- Nie uczestniczy w pozalekcyjnych i pozaszkolnych zajęciach sportowo-rekreacyjnych.
- Jego postawa społeczna i stosunek do przedmiotu budzą pewne zastrzeżenia. Jest mało zdyscyplinowany i koleżeński.
- Nie zawsze przestrzega zasad BHP, zasad "fair play", nie zawsze pamięta o tym, jak ważne jest bezpieczeństwo własne i innych.
- Jego nawyki higieniczno - zdrowotne, budzą pewne zastrzeżenia (braki), zdarza mu się częste nieprzygotowanie do zajęć.
- Stara się szanować i dbać o sprzęt sportowy, lecz nie zawsze potrafi go wykorzystać zgodnie z przeznaczeniem.
- Poziom sprawności fizycznej i motorycznej obniża się w porównaniu do wyników z poprzedniego semestru lub roku szkolnego.

### **OCENE DOPUSZCZAJACA (2), otrzymuje uczeń, który :**

- Prezentuje słaby poziom umiejętności i rozwoju sprawności w dużo niższym zakresie niż przewiduje to program nauczania.
- Często opuszcza zajęcia wychowania fizycznego, jak również często jest nieprzygotowany do lekcji.
- Nie wykazuje się aktywnością podczas lekcji, z dużym oporem wykonuje polecenia nauczyciela, nie widzi potrzeby w kierunku samodzielnego doskonalenia swoich umiejętności.
- Nie opanował w stopniu dopuszczającym elementów dyscyplin sportowych objętych programem nauczania.
- Nie zna podstawowych zasad taktyki i techniki.
- Nie uczestniczy w żadnych pozalekcyjnych i pozaszkolnych zajęciach sportowo-rekreacyjnych.
- Jego postawa społeczna i stosunek do przedmiotu budzi wiele zastrzeżeń. Jest niezdyscyplinowany i niekoleżeński.
- Często narusza zasady BHP, regulaminy, nie dostosowuje się do zasad "fair play" podczas gry.
- Jego nawyki higieniczno - zdrowotne, budzą wiele zastrzeżeń. Prowadzi raczej niehigieniczny i niesportowy tryb życia.
- Nie szanuje i nie dba o sprzęt sportowy, nie potrafi wykorzystać go zgodnie z przeznaczeniem.
- Nie pracuje nad podniesieniem swojej sprawności fizycznej i motorycznej. We wszystkich próbach poziom sprawności jest znacznie niższy od poprzednich wyników.

### **OCENE NIEDOSTATECZNA (1), otrzymuje uczeń, który :**

- Prezentuje bardzo słaby poziom umiejętności i rozwoju sprawności w zakresie uniemożliwiającym realizację programu nauczania.
- Nagminnie opuszcza zajęcia wychowania fizycznego, bardzo często jest nieprzygotowany do zajęć.
- Nie przejawia żadnej aktywności podczas lekcji, nie wykonuje poleceń nauczyciela, nie widzi żadnej potrzeby w kierunku samodzielnego doskonalenia swoich umiejętności.
- Nie opanował podstawowych umiejętności w zakresie dyscyplin sportowych objętych programem nauczania.
- Nie zna żadnych podstawowych zasad taktyki i techniki.
- Nie uczestniczy w żadnych pozalekcyjnych i pozaszkolnych zajęciach sportowo-rekreacyjnych.
- Jego postawa społeczna i stosunek do przedmiotu budzą wiele kontrowersji i zastrzeżeń. Jest niezdyscyplinowany i niekoleżeński.
- Rażąco i bardzo często narusza zasady BHP, stwarzając niebezpieczeństwo i zagrożenie dla siebie i innych, nie potrafi dostosować się do zasad „fair play” podczas gry, wchodząc często w konflikty z kolegami.
- Prowadzi bardzo niehigieniczny i niesportowy tryb życia. Regularnie nieprzygotowany do zajęć pod względem stroju sportowego.

- Niszczy szkolny sprzęt sportowy, nie potrafi wykorzystać go zgodnie z przeznaczeniem.
- Nie pracuje nad podniesieniem swojej sprawności fizycznej i motorycznej.

### **UCZEŃ NIE SKLASYFIKOWANY**

- Jeżeli suma zajęć w których uczeń nie bierze aktywnego udziału (choroba, niedyspozycja, itp.) przekroczy 50% zajęć, które się odbyły, uczeń nie będzie sklasyfikowany z przedmiotu wychowanie fizyczne.
- Uczeń niesklasyfikowany z powodu usprawiedliwionej nieobecności może zdawać egzamin klasyfikacyjny.
- W przypadku ucznia niesklasyfikowanego z powodu nieusprawiedliwionych nieobecności na jego wniosek lub na wniosek jego rodziców (opiekunów prawnych), rada pedagogiczna może wyrazić zgodę na egzamin klasyfikacyjny.
- Egzamin klasyfikacyjny ma przede wszystkim formę zadań praktycznych.
- Egzamin klasyfikacyjny przeprowadza się nie później niż w dniu poprzedzającym dzień zakończenia rocznych zajęć dydaktyczno-wychowawczych. Termin egzaminu klasyfikacyjnego uzgadnia się z uczniem i jego rodzicami.
- Uczeń, który z przyczyn usprawiedliwionych nie przystąpił do egzaminu klasyfikacyjnego w wyznaczonym terminie, może przystąpić do niego w dodatkowym terminie wyznaczonym przez dyrektora szkoły.
- Egzamin klasyfikacyjny przeprowadza nauczyciel danych zajęć edukacyjnych w obecności wskazanego przez dyrektora szkoły nauczyciela takich samych lub pokrewnych zajęć edukacyjnych.
- W czasie egzaminu klasyfikacyjnego mogą być obecni – w charakterze obserwatorów – rodzice (prawni opiekunowie) ucznia.
- Z przeprowadzonego egzaminu klasyfikacyjnego sporządza się protokół, który stanowi załącznik do arkusza ocen ucznia. Sposób zapisu protokołu określa statut szkoły.

### **KAŻDEGO UCZNIĄ OBOWIĄZUJE STRÓJ SPORTOWY:**

**Zajęcia na obiektach sportowych** -koszulka szkolna (czarna lub szara) obuwie sportowe, spodenki.

**Zajęcia na pływalni** – strój kąpielowy, klapki, przybory do mycia, (ewentualnie okulary pływackie), czepek dziewczynki obowiązkowo.

W ciągu semestru uczeń może być 3 razy nieprzygotowany do lekcji bez konsekwencji (nieprzygotowanie do zajęć uczeń zgłasza prowadzącemu przed lekcją) Za każdy następny brak stroju uczeń otrzymuje ocenę niedostateczną.

Uczeń ma prawo do jednokrotnego poprawienia oceny w formie i terminie ustalonej przez nauczyciela na zajęciach pozalekcyjnych.

Ocena uzyskana z poprawy wpisywana jest w miejsce dotychczasowej oceny; uczeń pozostaje przy pierwotnej ocenie ze sprawdzianu, jeśli w wyniku poprawy sprawdzianu otrzymał ocenę taką samą, bądź niższą,

Przystąpienie do sprawdzianów lub testów sprawnościowych jest obowiązkowe a ich nie zaliczenie w wyznaczonym terminie jest równoznaczne z częściową oceną niedostateczną

Uczeń może poprawić ocenę ze sprawdzianu w ciągu 2 tygodni po konsultacji z prowadzącym zajęcia. Gdy poprawiona ocena będzie lepsza, to zastąpi pierwotną ocenę ze sprawdzianu. Jednak gdy uczeń nie poprawi oceny nie będzie to powodowało zmiany pierwotnej oceny. Brak przystąpienia do sprawdzianu wiąże się z otrzymaniem przez ucznia częściowej oceny **niedostatecznej**.

Minimalna ilość ocen cząstkowych z Wychowania Fizycznego w semestrze 11 ocen.

Pozostałe oceny otrzymuje uczeń z aktywności na zajęciach, zawodów sportowych, uczestnictwo w zajęciach pozalekcyjnych.

Nauczyciel informuje uczniów ustnie o sprawdzianach i ich zakresie z tygodniowym wyprzedzeniem, lub wcześniej gdy warunki na to pozwalają.

### **WAGI OCEN:**

Waga 1 – aktywność pozalekcyjna

Waga 2 – oceny za zawody sportowe

Waga 3 – oceny z zakresu podstawy programowej

Waga 4 – aktywność/nieprzygotowanie

Waga 5 – oceny z zakresu treningu kierunkowego

### **KODY KOLUMN Z OCENAMI W DZIENNIKU ELEKTRONICZNYM**

TK – oceny z treningu kierunkowego (w zależności od dyscypliny)

PP – oceny z podstawy programowej (w zależności od dyscypliny)

ZAW – oceny za udział w zawodach, turniejach sportowych

AKT (waga 4) – oceny za aktywność na lekcji/nieprzygotowanie do zajęć

AKT (waga 1) – oceny za aktywność pozalekcyjną

### **Kryteria podwyższania rocznej oceny proponowanej:**

1. Liczba nieobecności usprawiedliwionych ogółem na zajęciach z przedmiotu wychowanie fizyczne (z wyłączeniem chorób, potwierdzonych zwolnieniem lekarskim, zwolnieniem napisanym przez rodzica ucznia spowodowanym okresem rekonwalescencji po przebytej chorobie) nie może przekraczać 20 %.
2. Usprawiedliwienie wszystkich nieobecności na zajęciach.
3. Przystąpienie do wszystkich niezaliczonych testów sprawnościowych i testów z umiejętności ruchowych przewidzianych przez nauczyciel.
4. Podwyższenie przewidywanej rocznej oceny klasyfikacyjnej z wychowania fizycznego ma przede wszystkim formę zadań praktycznych i wiadomości o przepisach z poszczególnych dyscyplin sportowych oraz z zakresu wiedzy z edukacji zdrowotnej.
5. Uczniowi, który wyraził chęć podwyższenia przewidywanej rocznej oceny klasyfikacyjnej, nauczyciel danego przedmiotu wyznacza zakres obowiązującego materiału oraz określa formę sprawdzianu sprawności motorycznej lub umiejętności fizycznych.
6. Wynik przeprowadzonego sprawdzianu nie może wpłynąć na obniżenie proponowanej oceny rocznej.

Uczeń, który spełnia powyższe kryteria może starać się o podwyższenie oceny.

**USTALENIE WARUNKÓW I SPOSOBÓW PRZEKAZYWANIA  
RODZICOM(PRAWNYM OPIEKUNOM) INFORMACJI  
O POSTĘPACH I TRUDNOŚCIACH W NAUCE**

1. Nauczyciel informuje rodziców o poziomie osiągnięć edukacyjnych oraz o postępach w tym zakresie w czasie (oceny bieżące, śródroczne, roczne):

- zebrań z rodzicami
- konsultacji indywidualnych
- zespołów wychowawczych
- dziennik elektroniczny (komunikator)

Na 14 dni przed radą klasyfikacyjną końcowo roczną, nauczyciel przedmiotu poprzez dziennik elektroniczny, informuje rodzica o przewidywanej dla ucznia ocenierocznej.

**SPOSOBY UDZIELANIA POMOCY UCZNIOM W PLANOWANIU WŁASNEGO  
ROZWOJU I KIERUNKÓW DALSZEJ PRACY**

- Zajęcia pozalekcyjne z uczniem słabszym lub zdolnym
- Dodatkowe zajęcia szkoleniowe z danej dyscypliny sportu