**PRZEDMIOTOWE ZASADY OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**

w Szkole Podstawowej nr 31 z Oddziałami Integracyjnymi im.

H. Sienkiewicza w Kielcach

## I. Zasady ogólne

Priorytety oceniania:

- uczestnictwo w zajęciach obowiązkowych, przygotowanie do zajęć, postawa ucznia i stosunek do WF.

- postęp sprawności motorycznej,

- wiadomości,

- udział w zajęciach nadobowiązkowych i zajęciach sportowych, społeczne zaangażowanie.

Ocena ucznia została podzielona na dwie podstawowe grupy oraz trzeci dodatkowy element nie wchodzący w skład obowiązków ucznia ( SKS, zawody, działalność sportowa, itp.).

1. W pierwszej grupie znajdują się oceny cząstkowe wystawiane przez prowadzącego raz w miesiącu.Ocenie podlega podejście ucznia do przedmiotu (strój, terminowe zaliczenia, frekwencja, natychmiastowe usprawiedliwianie ewentualnych niedyspozycji, itp.), zaangażowanie w lekcji ( wysiłek włożony w realizację danego tematu, inwencja twórcza, wykazanie pozytywnych cech wolicjonalnych ), kultura osobista ( spóźnienia, zachowanie wobec kolegów i nauczyciela, przestrzeganie zasad bhp ).
   Zaletą takiego oceniania jest to, że uczeń na bieżąco ( z miesiąca na miesiąc ) ma informacje o tym, czy spełnia podstawowe wymogi dotyczące lekcji oraz fakt, że oceny nie można poprawić na zasadzie „przyjdę pod koniec roku i wszystko zaliczę”. Wszystko co wypracował w danym okresie, zostaje zanotowane i ma wpływ na ocenę końcową.
2. Druga grupa ocen – określa wiedzę, umiejętności oraz sprawność fizyczną ucznia. Stosowana jest jako element wspomagający, „wyciągający” uczniów, którzy mają braki w przyswajaniu szeroko pojętej Kultury Fizycznej. Oceny te służyć mają przede wszystkim uczniowi w samoocenie własnych umiejętności, określaniu stopnia swojej sprawności fizycznej, by w przyszłości móc niwelować ewentualne różnice i podjąć dzieło samodoskonalenia. Mają

również pokazać znajomość przepisów różnych dyscyplin sportowych, umiejętność organizacji zawodów sportowych oraz zdolność przygotowania organizmu do wysiłku poprzez przeprowadzenie samodzielnej rozgrzewki.

3. Dodatkową formą „doceniania” ucznia jest też uwzględnianie w jego ocenie końcowej, jego zainteresowań pozalekcyjnych ( SKS, zawody szkolne, treningi w klubach, organizację imprez sportowych, itp. ). Działalność taka powoduje podniesienie uczniowi oceny o jeden stopień, (nie jest równoznaczna z oceną celującą, lecz na pewno jej nie wyklucza).

- poprawianie ocen bieżących może wystąpić tylko wówczas, gdy uczniowie będą realizowali podobne treści programowe tj. gdy wystąpią odpowiednie warunki lokalowo-sprzętowe ( np. poprawienie oceny wymaga ponownego rozstawienia odpowiedniego sprzętu )

- chęć poprawy danej oceny należy zgłosić nauczycielowi wychowania fizycznego,

- daną ocenę można poprawić tylko jeden raz, w ciągu 2 tygodni,

- nieudana próba nie skutkuje obniżeniem poprawianej oceny,

- uczniowie, którzy ze względu na stan zdrowia nie mogą w pełni brać udziału w zajęciach WF zobowiązani są do przedstawienia odpowiedniego zwolnienia lekarskiego nauczycielowi

- dopuszcza się zwolnienie napisane przez rodzica lub opiekuna, jednak nie na okres dłuższy niż jeden tydzień

- w uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony z zajęć WF. Decyzję o zwolnieniu ucznia podejmuje dyrektor szkoły na podstawie orzeczenia lekarskiego lub poradni psychologiczno-pedagogicznej lub innej poradni specjalistycznej.

## II. Rodzaje aktywności podlegającej ocenie.

1. Stopień opanowania wymagań podstawowych i ponadpodstawowych w zakresie : sprawności motorycznej, poziomu umiejętności ruchowych i poziomu wiadomości na lekcjach WF.
2. Uczestnictwo w zajęciach obowiązkowych, frekwencja.
3. Przygotowanie do zajęć.
4. Postawa ucznia i stosunek do wychowania fizycznego.
5. Udział w zajęciach nadobowiązkowych, zawodach sportowych.
6. Społeczne zaangażowanie na rzecz krzewienia Kultury Fizycznej.

<u>Ad.1 Sprawność motoryczna, umiejętności ruchowe i wiadomości</u>.

- *Poziom sprawności motorycznej* ( siła, szybkość, zwinność, wytrzymałość ) określamy na podstawie wyników uzyskanych w wybranych testach.Ocenę sprawności motorycznej nauczyciel przeprowadza bez wcześniejszej zapowiedzi. Nauczyciel powinien wziąć pod uwagę w szczególności stan sprawności motorycznej ucznia w stosunku do stanu wyjściowego tj. za poprawę wyniku należy podwyższyć ocenę o pól stopnia, w przypadku dużej poprawy wyniku o jeden stopień. ( ocenie podlega postęp )

- *Poziom umiejętności ruchowych* ucznia oceniamy z tych działów, które były przedmiotem nauczania w danym semestrze( zgodnie z podstawą programową). Oceny umiejętności ruchowych możemy dokonać 2 razy w semestrze.

**Kryteria i narzędzia sprawdzania umiejętności ruchowych.**

**Ocena celująca** – uczeń wykonał bezbłędnie i w szybkim tempie ćwiczenie, które objęte jest programem nauczania w danej klasie.

**Ocena bardzo dobra** – uczeń wykonał ćwiczenie bezbłędnie w dobrym tempie.

**Ocena dobra** – uczeń wykonał ćwiczenie z małymi błędami w dobrym tempie- błędy jednak w wyraźny sposób nie wpłynęły na poprawność demonstrowanego zadania ruchowego lub wykonał ćwiczenie poprawnie, lecz w nienaturalnym tempie.

**Ocena dostateczna** – uczeń wykonał ćwiczenie z wyraźnymi błędami w dobrym tempie- błędy zakłóciły poprawność demonstrowanej ewolucji ruchowej lub wykonał ćwiczenie z małymi błędami, lecz w nienaturalnym tempie.

**Ocena dopuszczająca** – uczeń wykonał ćwiczenie w sposób niedbały, z dużymi błędami w nienaturalnym tempie.

**Ocena niedostateczna** – uczeń bez podania przyczyny odmówił wykonania ćwiczenia lub w dniu sprawdzianu nie jest właściwie przygotowany ( bez uzasadnienia ) do zajęć.

Forma sprawdzianu – działania praktyczne- wykonanie określonego ćwiczenia, ewolucji, elementu technicznego.
O terminie sprawdzianu i o tym jakie zadanie ruchowe będzie oceniane nauczyciel powinien poinformować uczniów na lekcji go poprzedzającej lub wcześniejszej.

- *Poziom wiadomości* z zakresu szeroko pojętej kultury fizycznej i egzekwowanie tych wiadomości powinno ściśle wynikać z tego, co nauczyciel przekazał uczniom na zajęciach wychowania fizycznego. Powinny to być informacje krótkie i łatwo przyswajalne.
  Forma sprawdzianu jest dowolna – ustna lub pisemna.
  Poziom wiadomości ucznia oceniamy co najmniej jeden raz w roku.

Ad.3  Przygotowanie do zajęć.

Przez przygotowanie do lekcji wychowania fizycznego rozumie się posiadanie przez ucznia czystego, odpowiedniego stroju sportowego. Należy zwrócić szczególną uwagę na higienę i właściwe przeznaczenie stroju ( tylko do ćwiczeń fizycznych ) – koszulka T-shirt, spodenki krótkie lub długie, zmienne obuwie sportowe.Za każdy przypadek braku stroju, bądź braku odpowiedniego obuwia nauczyciel stawia po jednym minusie. Za czwarty minusy to ocena niedostateczna. Każdy następny minus skutkuje kolejnymi ocenami niedostatecznymi.

Ad.4  Postawa ucznia i stosunek do wychowania fizycznego.

Rozumiemy przez to:

- aktywny udział w lekcjach i współuczestnictwo w ich organizacji
- inwencję twórczą
- postawę społeczną ucznia ( stosunek do nauczyciela, kolegów i koleżanek )
- kulturę osobistą
- systematyczne dążenie do poprawy swojej sprawności
- stosunek do zajęć sportowych ( zaangażowanie w wykonywanie ćwiczeń i zadań zbliżone do maksymalnych swoich możliwości )
- dyscyplinę podczas zajęć
- przestrzeganie zasad bezpieczeństwa podczas lekcji
- przestrzeganie regulaminów korzystania z obiektów sportowych
- postawa „fair play” podczas lekcji
- współpraca z grupą

Postawa uczniów, przygotowanie do zajęć i ich stosunek do wychowania fizycznego są oceniane przez nauczyciela oceną cząstkową po upływie każdego kolejnego miesiąca w danym semestrze.

Ad.5  Udział w zajęciach nadobowiązkowych, zawodach sportowych.

Rozumiemy przez to:

- reprezentowanie szkoły w zawodach międzyszkolnych
- udział w zajęciach pozalekcyjnych, udział w rozgrywkach szkolnych
- uprawianie sportu wyczynowo ( uzyskiwanie znaczących osiągnięć )

W w/w formach powinni brać udział wszyscy ci uczniowie, którzy spełniają określone warunki postawione przez nauczyciela WF, takie jak: poziom sprawności fizycznej, postawa społeczna.
Uczeń, który uprawia dowolną dyscyplinę sportu w klubie sportowym bądź reprezentuje szkolę w zawodach sportowych może otrzymać ocenę semestralną lub roczną wyższą o jeden stopień.

Ad.6 Społeczne zaangażowanie na rzecz krzewienia kultury fizycznej.

Forma społecznego zaangażowania ucznia może być różna np. wykonywanie prostych przyborów, pomoc w organizacji imprez sportowych, przygotowanie referatu, plakatu itp. w zależności od pomysłowości nauczyciela i uczniów. Społeczne zaangażowanie ucznia oceniamy dodatkową oceną.

## III. Formy oraz częstotliwość sprawdzania osiągnięć uczniów

1. Obserwacja uczniów podczas lekcji: sposób wykonywania zadań ruchowych, zaangażowanie, przygotowanie do lekcji, zachowanie względem współćwiczących, nauczyciela, obecności na lekcjach, spóźnienia, przestrzeganie zasad BHP - ocena wystawiana raz w miesiącu,
2. Testy umiejętności ruchowych lub pojedyncze zadania ruchowe, sprawdzające postęp w opanowaniu umiejętności ruchowych – 1 lub 2 w semestrze.
3. Próby sprawności i wydolności fizycznej – 1 raz w roku, ocenie podlega postęp i wysiłek włożony w próbę, nie jej wynik.
4. Testy lub rozmowy sprawdzające wiadomości uczniów – mogą być 1 raz w semestrze.
5. Samodzielne przeprowadzenie rozgrzewki do danego typu lekcji – 1 raz w semestrze.

## IV. Kryteria oceniania

### 1. Wymagania na poszczególną ocenę:

**Ocena celująca- 6**

- uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą- 5
- aktywnie i systematycznie uczestniczy w życiu sportowym szkoły
- prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia
- systematycznie reprezentuje szkołę w zawodach sportowych i zajmuje punktowane miejsca
- jego postawa wobec nauczyciela i kolegów stanowi wzór do naśladowania

**Ocena bardzo dobry- 5**

- uczeń całkowicie opanował materiał programowy
- jest sprawny fizycznie
- ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, pewnie, dokładnie i w odpowiednim tempie, zna podstawowe zasady dyscyplin sportowych zawartych w programie
- posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktyce
- systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu

- jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do zajęć WF nie budzą żadnych zastrzeżeń
- bierze aktywny udział w zajęciach pozalekcyjnych i zawodach sportowych, nie jest to jednak działalność systematyczna
- zna przepisy BHP,  regulaminy i przestrzega ich

**Ocena dobry- 4**

- uczeń w dobrym stopniu opanował materiał programowy
- dysponuje dobrą sprawnością motoryczną
- 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 usprawnianiem, wykazuje stale, dość dobre postępy w tym zakresie
- jego postawa społeczna nie budzi większych zastrzeżeń
- zna i przestrzega przepisy BHP i regulaminy

**Ocena dostateczny- 3**

- uczeń opanował materiał programowy na przeciętnym poziomie
- dysponuje przeciętną sprawnością motoryczną
- ćwiczenia wykonuje niesprawnie i z większymi błędami technicznymi
- wykazuje mały postęp w usprawnianiu motorycznym
- w jego wiadomościach z zakresu kultury fizycznej są znaczne braki
- przejawia pewne luki w zakresie kultury osobistej w postawie i w stosunku do współćwiczących i prowadzącego zajęcia, nie zachowuje dyscypliny, nie szanuje sprzętu sportowego
- zna i przestrzega przepisy BHP i regulaminy

**Ocena dopuszczający- 2**

- uczeń nie opanował materiału programowego w stopniu dostatecznym
- jest mało sprawny fizycznie
- ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi
- posiada minimalne wiadomości z zakresu kultury fizycznej, nie potrafi wykonać prostych zadań z samoocenią
- nie jest pilny i wykazuje znikomy postęp w usprawnianiu
- często opuszcza lekcje WF, nie usprawiedliwiając ich, bardzo często nie przynosi stroju sportowego
- ma niechętny stosunek do ćwiczeń, często nie stosuje się do poleceń nauczyciela, nie zachowuje dyscypliny, jego postawa w stosunku do kolegów i nauczyciela pozostawia wiele do życzenia
- zna przepisy BHP i regulaminy, ale nie zawsze ich przestrzega

**Ocena niedostateczny- 1**

- uczeń jest daleki od spełnienia wymagań stawianych przez program
- posiada bardzo niską sprawność motoryczną
- wykonuje jedynie najprostsze ćwiczenia w dodatku z rażącymi błędami
- nie posiada wiadomości z zakresu kultury fizycznej
- nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu i ma lekceważący stosunek do zajęć: brak stroju, nie słucha poleceń nauczyciela, przeszkadza kolegom, swym zachowaniem stwarza zagrożenie bezpieczeństwa ćwiczących
- notorycznie opuszcza lekcje WF nie usprawiedliwiając ich
- na zajęciach WF wykazuje duże, rażące braki jeśli chodzi o kulturę osobistą, zachowanie się wobec nauczyciela i współćwiczących

Na ocenę śródroczną i roczną dodatni wpływ mogą mieć:

- wzorowa postawa na wszystkich zajęciach lekcyjnych, pozalekcyjnych i zawodach sportowych
- 100% frekwencja na zajęciach
- uczestnictwo w pozaszkolnych formach kultury fizycznej ( kluby sportowe, towarzystwa związane z kulturą fizyczną )
- pomoc w organizacji pozaszkolnych imprez rekreacyjno-sportowych
- prace na rzecz szkoły ( imprezy, plakaty, gazetki, plansze )

Na ocenę śródroczną i roczną ujemny wpływ mogą mieć:

- niepożądane zachowania w obrębie kultury fizycznej i zdrowia ( np. stosowanie różnego rodzaju używek ), niewłaściwe zachowanie na imprezach sportowo-rekreacyjnych w szkole i poza szkolą ( kibicowanie, postawa wobec nauczyciela i kolegów )
- nieusprawiedliwione nieobecności na zajęciach
- nadużywanie zwolnień z czynnego uczestnictwa w lekcji

2. **Waga ocen:**

Biorąc pod uwagę specyfikę jakim przedmiotem jest wychowanie fizyczne, ustalamy wagę 1 dla wszystkich wymagań podlegających ocenie.

3. **Skala oceny śródrocznej i rocznej wg. średniej ważonej.**

Ocena:

Celująca: 5.50 – 6.00

| | |
|---|---|
| Bardzo dobra: | 4.70 – 5.49 |
| Dobra: | 3.70 - 4.69 |
| Dostateczna: | 2.70 – 3.69 |
| Dopuszczająca: | 1.70 – 2.69 |
| Niedostateczna: | 0.00 – 1.69 |

Nauczyciel może podnieść ocenę każdego ucznia biorąc pod uwagę:

- wyjątkowe zaangażowanie podczas lekcji wychowania fizycznego w trakcie całego semestru lub roku szkolnego,
- organizowanie, współorganizowanie życia sportowego szkoły,
- wzorową frekwencję na lekcjach wf, w trakcie semestru lub całego roku szkolnego.

Podpisy nauczycieli wychowania fizycznego:

**PRZEDMIOTOWE ZASADY OCENIANIA ZDALNEGO WF (aneks do PZO)**

## I. Ogólne zasady oceniania tym sposoby monitorowania postępów uczniów, weryfikacji ich wiedzy oraz umiejętności z wychowania fizycznego realizowanego w formie on-line, a także zasady informowania rodziców i uczniów o postępach w nauce i uzyskanych ocenach

1. Nowe zasady oceniania promują przede wszystkim dobre chęci i zaangażowanie ucznia w wykonanie przesłanych zadań.

2. Nauczyciel systematycznie przesyła uczniom materiały edukacyjne w zakresie wiedzy i umiejętności oraz zachęca do podejmowania domowej aktywności fizycznej, wynikających z wymagań zawartych zarówno w podstawie programowej wychowania fizycznego, jak i realizowanym programie nauczania.

3. Materiały edukacyjne, w szczególności z edukacji zdrowotnej, to: linki lub gotowe materiały do quizów, krzyżówek, gier, filmów, artykułów, prezentacji itp.

4. Ocenianiu będą podlegać prace i odpowiedzi uczniów na zadania udostępnione im lub przesłane za pośrednictwem e-dziennika.

5. Każda inicjatywa ucznia również zostanie nagrodzona pozytywną oceną ( wykonane prezentacje,

6. Nauczyciel szczegółowo wskazuje zadania do wykonania, sposób ich realizacji oraz formę w jakiej należy przesłać efekty pracy.

7. Ponadto po każdym miesiącu zajęć uczeń otrzymuje ocenę za aktywność, na podstawie zaangażowania zdalnego w lekcję, przesłanych nauczycielowi prac, udokumentowanej filmikami aktywności fizycznej.

8. Oceny na bieżąco są wpisywane do dziennika elektronicznego i są one jawne zarówno dla ucznia, jak i jego rodziców (opiekunów prawnych).

9. Wystawiając ocenę, nauczyciel zwraca szczególną uwagę na kreatywność podopiecznych, ich zaangażowanie, wkład pracy, przestrzeganie terminów oddawania zleconych prac i zadań.

10. Nauczyciel wystawia ocenę roczną, biorąc pod uwagę zarówno oceny uzyskane w trakcie trwania zajęć w szkole oraz te zdobyte przez ucznia w trakcie realizowania wychowania fizycznego w formie zdalnej.

11. Uczeń może być nieklasyfikowany, jeżeli brak jest podstaw do ustalenia oceny rocznej.

12. Jeśli na miesiąc przed klasyfikacją roczną uczeń jest zagrożony oceną niedostateczną lub nieklasyfikowaniem, to nauczyciel informuje o tym jego rodziców.

**II. Kryteria na poszczególne oceny:**

**Celująca**

1. Uczeń prześle filmik z własnej aktywności fizycznej w warunkach domowych (mieszkanie, ogródek -10 min)

2. Uczeń opracuje własny materiał dydaktyczny typu: quiz, krzyżówka, przepisy na wesoło, prezentacja itp.

3. Uczeń przedstawi swoje pytanie dotyczące tematu/ materiału dydaktycznego przesłanego przez n-la

**Bardzo dobra**

1. Uczeń odpowie na zadane przez nauczyciela pytania lub/i rozwiąże zadania wysłane przez nauczyciela

2. Wykona 2 wybrane zadania na ocenę celującą

**Dobra**

1. Uczeń odpowie na zadane przez nauczyciela pytania lub/i rozwiąże zadania wysłane przez nauczyciela

2. Wykona 1 wybrane zadanie na ocenę celującą

**Dostateczna**

1. Uczeń odpowie na zadane przez nauczyciela pytania lub/i rozwiąże zadania wysłane przez nauczyciela niewyczerpująco.

**Dopuszczająca**

1. Uczeń potwierdzi mailem, że przeczytał artykuł lub obejrzał film (materiał przesłany przez n-la)

**Niedostateczna**

1. Uczeń nie podejmie się wykonania żadnego zadnia.

**III. Zasady BHP podczas zdalnego WF**

1. W czasie prowadzenia przez szkołę nauczania zdalnego pamiętaj o właściwej pozycji w pracy przy komputerze.

2. Zadbaj o przerwy w pracy oraz przewietrzone pomieszczenie.

3. Ćwiczenia wykonuj w stroju i obuwiu sportowym.

4. Przed wysiłkiem fizycznym pamiętaj o przeprowadzeniu rozgrzewki.

5. Wykonując ćwiczenia w domu, pamiętaj o suchym, czystym i równym podłożu.

6. Do ćwiczeń możesz wykorzystać karimatę, dywan.

7. Unikaj wykonywania ćwiczeń przy ostrych krawędziach wyposażenia mieszkania.
8. Nie ćwicz na krzesłach.

9. Nie jedz bezpośrednio przed wysiłkiem fizycznym, pij wodę.

10. W domu ćwicz wyłącznie wtedy gdy są obecni rodzice lub prawny opiekun.

Podpisy nauczycieli wychowania fizycznego: