

Przedmiotowy system oceniania z wychowania fizycznego

Na ocenę z wychowania fizycznego mają wpływ:

- wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć wychowania fizycznego.
- postawa ucznia na zajęciach (aktywność, zaangażowanie)
- przygotowanie do zajęć,
- systematyczne uczęszczanie,
- poziom umiejętności i wiadomości
- udział w imprezach sportowych na terenie szkoły,
- reprezentowanie barw szkoły na zawodach międzyszkolnych na różnych szczeblach,
- oraz plusy (+) i minusy (-)

Plus (+) uczeń może otrzymać za:

- a) udział w zawodach (uczniowie stwarzający problemy wychowawcze na lekcjach mogą być wykluczeni z udziału w zawodach)
- b) udokumentowane uczestnictwo w dodatkowych zajęciach sportowych (szkolnych i klubowych)
- c) dodatkowa aktywność przejawiająca się w samodzielności (przeprowadzenie rozgrzewki)
- d) przygotowanie gazetki
- e) zaangażowanie na lekcji
- f) pomoc przy organizacji imprez sportowych

Minus (-) uczeń może otrzymać za:

- a) odmowę udziału w lekcji lub w ćwiczeniu bez konkretnej przyczyny
- b) zachowania stwarzające zagrożenia bezpieczeństwa, utrudniające ćwiczenia innym. Przykłady: wulgaryzmy, bójki, brutalne faule itp.
- c) nieusprawiedliwiona nieobecność na lekcji (ucieczka)
- d) brak poszanowania sprzętu sportowego np. :
 - rzucanie przyborów
 - kopanie piłek
 - wieszanie się na koszach itp.

1. Postawa ucznia na zajęciach:

- a) zaangażowanie, czynny, aktywny udział w lekcji,
- b) zachowanie (dyscyplina, słownictwo, poszanowanie sprzętu sportowego),
- c) właściwa i nienaganna postawa do przedmiotu, nauczycieli, kolegów i koleżanek.

2. Poziom umiejętności i wiadomości:

- a) umiejętności ocenia się dla orientacji ucznia i nauczyciela w jakim stopniu została opanowana dana czynność ruchowa,
- b) wiadomości sprawdza się aby mieć pewność, że udział w wychowaniu fizycznym jest w pełni świadomy,
- c) poziom rozwoju sprawności i wydolności: postępy – przeprowadzone sprawdziany są wyznacznikiem pracy nad sobą i dają możliwość porównania swoich wyników z normami dla danego wieku.

3. Przygotowanie do zajęć (strój sportowy – krótkie spodenki, getry, spodnie dresowe, biała bawełniana koszulka bez dużego dekoltu, dł. do bioder, bluza dresowa, obuwie wiązane)

- a) za pierwsze nie przygotowanie do zajęć (brak stroju) uczeń otrzymuje np, każde kolejne to wpis negatywny z zachowania

4. Aktywność na lekcji:

- a) aktywny, świadomy udział w zajęciach wychowania fizycznego,
- b) umiejętne wykorzystanie swoich możliwości oraz predyspozycji fizycznych i psychicznych,
- c) współpraca z nauczycielem i uczniami,
- d) propozycje ćwiczeń do realizacji tematu głównego lekcji,
- e) prowadzenie rozgrzewki wg swojej inicjatywy (inwencja twórcza jest premiowana po to, aby uczniowie czuli się docenieni i chcieli dalej się rozwijać),

f) uczeń proponuje różne formy zajęć rekreacyjnych (taka aktywność będzie mobilizowała uczniów do uczestnictwa w dodatkowych zajęciach),

5. Systematyczne uczęszczanie:

- a) systematyczne, stałe uczestnictwo w lekcji wychowania fizycznego,
- b) systematyczne doskonalenie swojej sprawności motorycznej (na miarę swoich możliwości).

6. Udział w imprezach sportowych na terenie szkoły:

- a) udział w zawodach sportowych, rozgrywkach,
- c) udział w zajęciach rekreacyjnych,
- d) pomoc w organizacji imprez sportowych.

7. Reprezentowanie barw szkoły na zawodach sportowych:

- a) uczeń reprezentuje szkołę na zawodach sportowych na różnych szczeblach (zawody miejskie, gminne, powiatowe, rejonowe, wojewódzkie, ogólnopolskie)

Sposoby sprawdzania osiągnięć:

- Testy sprawności fizycznej
- Konkurencje lekkoatletyczne
- Tory przeszkód
- Formy współzawodnictwa
- Sprawdzian umiejętności technicznych z danej dyscypliny
- Zawody
- Obserwacja ucznia
- Znajomość przepisów, sędziowanie (tylko uczniowie gimnazjum)
- Prowadzenie rozgrzewki
- Rozmowa, obserwacja, odpowiedź ustna itp.
- Wykonanie gazetki, plakatu, prezentacji multimedialnej
- Organizacja zawodów, gier rekreacyjnych

W przypadku, gdy z przyczyn zdrowotnych uczeń nie zalicza określonego sprawdzianu jest zobowiązany do wykonania zadania powierzonego mu przez nauczyciela. Jeżeli uczeń wykona zadanie w terminie wyznaczonym przez nauczyciela otrzymuje plus(+), jeżeli nie, otrzymuje minus (-).

OCENIE CZĄSTKOWEJ PODLEGAJĄ:

1. Testy sprawnościowe wybranych cech motorycznych

Szybkość
Skoczność
Siła ramion
Gibkość
Siła mięśni brzucha
Wytrzymałość
Zwinność

2. Lekkoatletyka

SZKOŁA PODSTAWOWA	GIMNAZJUM
Bieg 60 m	Bieg 100 m
Bieg 600 m	Bieg kl. I-III dz. 600 m, kl. I-III chł. 1000 m
Skok w dal	Skok w dal
Skok wzwyż	Skok wzwyż
Rzut p. palantową	Pchnięcie kulą
	Rzut oszczepem

3. Gimnastyka

**Skok kuczny, rozkroczny
Przewrót w przód, w tył
Stanie na rękach**

4. Gry zespołowe

**Koszykówka
Siatkówka
Piłka nożna
Piłka ręczna**

Wybrane elementy techniki z gier zespołowych.

5. Pływanie

Technika poszczególnych stylów

Wszystkie wymienione wyżej sprawności i dyscypliny do wyboru przez nauczyciela prowadzącego zajęcia w danej klasie.

Ustalenie oceny śródrocznej i końcowo rocznej.

Ocena	Wymagania
<i>Celująca</i>	<ul style="list-style-type: none">• umiejętności na poziomie dobrym i bardzo dobrym, i minimum 8 plusów• udokumentowane i systematyczne uczestnictwo w zajęciach treningowych sekcji sportowej• chętny udział w zawodach sportowych, osiągnięcie wysokich wyników• udział w sportowych zajęciach pozalekcyjnych
<i>Bardzo dobra</i>	<ul style="list-style-type: none">• umiejętności na poziomie bardzo dobrym i minimum 3 plusy• umiejętności na poziomie dobrym i minimum 5 plusów• chętny udział w zawodach szkolnych• udział w sportowych zajęciach pozalekcyjnych
<i>Dobra</i>	<ul style="list-style-type: none">• umiejętności na poziomie bardzo dobrym i minimum 1 plus• umiejętności na poziomie dobrym i minimum 2-3 plusów• czasami uczestniczy w życiu sportowym szkoły• ćwiczy wg własnej inwencji
<i>Dostateczna</i>	<ul style="list-style-type: none">• do 2 minusów
<i>Dopuszczająca</i>	<ul style="list-style-type: none">• do 5 minusów i brak zaangażowania
<i>Niedostateczna</i>	Uczeń rezygnuje z przystąpienia do sprawdzianów. Przeszkadza na lekcjach i nie wykonuje poleceń nauczyciela. Bardzo często jest nieprzygotowany do zajęć i ucieka z lekcji. Ma lekceważący stosunek do zajęć. Na zajęciach wf-u wykazuje duże i rażące braki w zakresie wychowania społecznego. Nie wykazuje chęci do udziału w ćwiczeniach i sprawdzianach nawet przy pomocy nauczyciela. Odmawia przystąpienia do wszelkich zadań podczas zajęć lekcyjnych.