

Zasady oceniania z wychowania fizycznego

Szkoła Podstawowa w Stanisławicach

I. Cele oceniania z wychowania fizycznego:

1. Informowanie ucznia i jego rodziców o poziomie osiągnięć i postępach w rozwoju sprawności, umiejętności i postawy sportowej.
2. Motywowanie ucznia do dalszej pracy.
3. Pomoc uczniowi w samodzielnym planowaniu swojego kształcenia.
4. Informowanie nauczyciela o skuteczności jego metod pracy.

II. Zakres oceniania z wychowania fizycznego:

1. Informowanie ucznia i jego rodziców o wymaganiach edukacyjnych.
2. Ocenianie bieżące i śródroczne według skali zawartej w zasadach oceniania.
3. Sukcesywne informowanie rodziców i samego ucznia o jego postępach i rokowaniach na przyszłość.
4. Ustalenie oceny z wychowania fizycznego na koniec roku szkolnego i warunki jej poprawy.

III. Szczegółowe zasady oceniania:

1. Uczniowie są informowani o wymaganiach edukacyjnych wychowania fizycznego oraz o zasadach oceniania na pierwszych zajęciach wychowania fizycznego w danym roku szkolnym.
2. Na ocenę końcową ucznia z wychowania fizycznego za I i II półrocze składają się oceny cząstkowe uzyskane w trakcie roku szkolnego z trzech obszarów; **poziomu umiejętności ruchowych, wiadomości z zakresu edukacji fizycznej i postawy sportowej.**
3. Narzędziami pomiaru w ocenianiu będzie obserwacja ucznia, zadania ruchowe, testy umiejętności sprawdzające postępy ucznia. Dotyczy to: lekkoatletyki i atletyki terenowej, mini gier sportowych, gimnastyki podstawowej i korekcyjnej, sportów „całego życia”, zabaw i gier ruchowych oraz rekreacji i turystyki.

4. Poziom umiejętności ruchowych ucznia z zakresu realizowanych form aktywności ruchowej podlega ocenie z uwzględnieniem jego zindywidualizowanego postępu. Ocena postępu sprawności motorycznej odbywa się za pomocą prób:

- ✓ marszobieg i biegi wytrzymałościowe,
- ✓ bieg na dystansie sprinterskim,
- ✓ skok w dal z miejsca,
- ✓ rzut piłeczką palantową z miejsca (krótkiego rozbiegu) na odległość,
- ✓ rzut piłką lekarską w tył ponad głowę,
- ✓ przeskok zawrotny nad ławeczką w ciągu 60 sekund.
- ✓ przewroty, ćwiczenia przyrządowe, stanie na rękach.
- ✓ elementy tech. gier drużynowych

5. Uczniowie powinni wykazać się wiadomościami z omawianego na lekcjach zakresu kultury fizycznej, przepisów dyscyplin sportowych, aktualności sportowych, tematyki dotyczącej zdrowego stylu życia.

6. Ocena postawy ucznia obejmuje:

przygotowanie do lekcji – systematyczne noszenie stroju sportowego – białego podkoszulka, spodenek sportowych, obuwia sportowego oraz dresu (uczeń po trzecim braku stroju i za każdy następny otrzymuje ocenę niedostateczną),

–zaangażowanie i aktywność na lekcji i poza nią; uczniowie otrzymują „plusy” za przejawy zaangażowania, wykonywanie ćwiczeń w sposób zbliżony do swoich maksymalnych możliwości, inwencję twórczą, aktywny udział w zajęciach i współzawodnictwo w ich realizacji; uczniowie otrzymują „minusy” za niechętny lub negatywny stosunek do uczestnictwa w zajęciach, brak dyscypliny i postawę niegodną sportowca – trzy „plusy” ocena bardzo dobra, trzy „minusy” ocena niedostateczna, (w przypadku ewidentnego lekceważenia swoich obowiązków lub prowokacyjną, agresywną postawę uczeń może od razu otrzymać ocenę niedostateczną).

7. Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego, zgodnie z zaleceniami ministerialnymi, w szczególności będzie brany pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć oraz:

- systematyczność udziału w zajęciach oraz aktywność ucznia w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej,
- sumienne i staranne wywiązywanie się z obowiązków mocno zindywidualizowanych,
- zaangażowanie się w przebieg lekcji i przygotowanie się do zajęć,
- stosunek do partnera i przeciwnika,
- stosunek do własnego ciała – higiena osobista,
- indywidualnie oceniana aktywność fizyczna,
- postępowanie w opanowaniu umiejętności i wiadomości przewidzianych dla poszczególnych klas zgodnie z indywidualnymi możliwościami i predyspozycjami ucznia,
- wysiłek ucznia skierowany na osiągnięcie wyników,
- wywalczenie czołowej lokaty w rywalizacji. na szczeblu Gminy (lub udany udział w kilku rywalizacjach) i ofiarne reprezentowanie szkoły na szczeblu powiatowym (wojewódzkim) lub interesowanie się, (uprawianie na dobrym poziomie którejs z dyscyplin sportu) i propagowanie jej równocześnie wśród innych uczniów (informacje na gazetkach, prezentacje dyplomów i wyróżnień, praca na lekcji oraz informacje na stronie internetowej szkoły, itp.).

**Wymagania edukacyjne w ramach poszczególnych ocen –
wraz z charakterystyką braków powodujących ich obniżenie
KLASY IV – VI**

OBSZAR 1. POSTAWA SPORTOWA UCZNIĄ

Skala ocen:	UCZEŃ
Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Wykazuje bardzo dużą aktywność, zaangażowanie i sumienność w wykonaniu powierzonych zadań oraz działalność sportową szkoły, zawsze przygotowany do zajęć, przeciwstawia się agresji w każdej postaci. 2. Systematycznie uczęszcza na zajęcia-ewentualne nieobecności ma usprawiedliwione. 3. Przestrzega zasady fair play na boisku i w życiu, koleżeński, kulturalny, właściwie odnosi się do nauczyciela, pozytywnie oddziałuje na innych. 4. Chętnie reprezentuje szkołę w rozgrywkach sportowych. 5. Doskonale potrafi dokonać samooceny postawy sportowej, planuje rozwój. 6. Jest odpowiedzialny za zdrowie własne i innych: nie pali papierosów, nie pije alkoholu, nie zażywa narkotyków i środków psychoaktywnych oraz stosuje zasady bezpieczeństwa, stara się propagować zdrowy styl życia. 7. Właściwie pełni rolę zawodnika, sędziego i kibica, motywuje innych.
Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jest przygotowany do zajęć(dopuszcza się trzykrotny brak stroju sportowego w semestrze), przestrzega regulaminów, troszczy się o bezp. swoje i innych. 2. Starannie i sumiennie wykonuje powierzone mu zadania, współpracuje w zespole na zajęciach jest aktywny i zaangażowany. 3. Systematycznie uczęszcza na zajęcia-(max. 2 nieobecności nieusprawiedliwione). 4. Pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego, wytypowany, chętnie bierze udział w zawodach sportowych na szczeblu gminy, stara się właściwie pełnić rolę zawodnika, sędziego, kibica. 5. Jest kulturalny i koleżeński przestrzega ustalonych reguł i zasad fair play na boisku, właściwie odnosi się do nauczyciela. 6. Unika zachowań zagrażających zdrowiu własnemu i innych. 7. Dokonuje próby samooceny własnej postawy sportowej.
Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Nie zawsze jest aktywny i zaangażowany na zajęciach, potrzebuje motywacji. 2. Z reguły jest przygotowany do zajęć(dopuszcza się pięciokrotny brak stroju w semestrze). 3. Stara się być koleżeński wobec innych, swoim zachowaniem nie budzi większych zastrzeżeń, ze słabym skutkiem motywuje innych do aktyw. fiz. 4. Czasami zdarzają się przypadki użycia wulgaryzmów i przypadki niewłaściwych zachowań, także w stosunku do nauczyciela. 5. Stara się przestrzegać ustalonych reguł i zasad zachowania oraz zasad bezpieczeństwa. 6. Niechętnie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego, nie dokonuje próby samooceny własnej postawy sportowej 7. Nie zawsze właściwie pełni rolę zawodnika, sędziego czy kibica, nie zawsze potrafi współpracować w zespole ale unika zachowań zagrażających zdrowiu.
Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Nie wykazuje aktywności na zajęciach, często nieprzygotowany do zajęć, nie potrafi zachować się, jako zawodnik, sędzia i kibic. 2. Bywa nieobecny/nieusprawiedliwiony na zajęciach. 3. Powierzone mu zadania zostają wykonane niestarannie i niedbale. 4. Nie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego i nie szanuje powierzonego mu sprzętu sportowego, nie przestrzega zasad bezp. na zajęciach 5. Wykazuje braki w zakresie wychowania społecznego, bywa niekulturalny, niekoleżeński, nie potrafi współpracować w zespole. 6. Często używa wulgaryzmów, brzydkich wyrażeń, zdarzają mu się przypadki użycia siły wobec in. Wykazuje braki asertywności, empatii i samooceny. 7. Stwarza zagrożenie dla własnego zdrowie poprzez niewłaściwe i niezdrowe zachowania i postawy.

Skala ocen:	UCZEŃ:
Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Na zajęciach nie wykazuje minimalnej aktywności, regularnie jest nieprzygotowany do zajęć. 2. Bardzo często opuszcza zajęcia. 3. Powierzone mu zadania wykonuje bardzo niestarannie, okazując lekceważący stosunek do tego, co robi. 4. Wykazuje bardzo duże braki w zakresie wychowania społecznego-jest bardzo niekulturalny i wrogo nastawiony wobec innych. 5. Używa wulgarnego języka. 6. Zdarza mu się agresja wobec innych, stwarza poważne zagrożenie dla bezpieczeństwa innych. 7. Nie przestrzega zasad zdrowego stylu życia.
Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Na zajęciach nie wykonuje i nie chce wykonywać żadnych powierzonych mu zadań. 2. Wykazuje skrajnie lekceważący stosunek do przedmiotu, do zajęć nigdy nie jest przygotowany 3. Samowolnie i nagminnie opuszcza zajęcia. 4. Systematycznie łamie zasady współzycia z innymi-jest skrajnie niekulturalny, bardzo wrogo nastawiony do innych, nagminnie stosuje przemoc wobec innych. 5. Bardzo często używa brzydkich wyrażen i wulgaryzmów wobec innych uczniów. 6. Stanowi często zagrożenie dla innych uczniów demoralizuje ich. 7. Do nauczyciela odnosi się skrajnie niewłaściwie i bardzo arogancko, z premedytacją dezorganizuje pracę na zajęciach.

OBSZAR 2. POZIOM UMIEJĘTNOŚCI RUCHOWYCH

Skala ocen:	UCZEŃ:
Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Stosuje prawidłową dla danej klasy technikę w grze podczas: kozłowania piłki w biegu ze zmianą kierunku ruchu, podania piłki jednorącz i oburącz, rzutu p. do kosza, rzutu i strzału piłki do bramki, odb. piłki sposobem górnym. 2. Stosuje prawidłową ddk technikę podczas gier rekreacyjnych. 3. Wykonuje własny układ gimnastyczny, prawidłowo opisuje wł. postawę ciała Wykonuje bezbł. przewroty, stanie na rękach, skok p. kozła. 4. Inicjuje i organiz. dowolną zabawę lub grę ruch., potrafi bezbłędnie przekazać pałeczkę sztafet., dobiera odp. strój i obuwie do ćwiczeń w zależności od miejsca zajęć i pogody, prawidł. wyk. tech. startu niskiego, rz. p. palant z rozb 5. Potrafi dobrać kilka ćwiczeń kształtujących wybrane zdolności motoryczne oraz dobrać po trzy ćwiczenia ułatwiające utrzymywanie prawidłowej postawy ciała. Wyk. proste kroki wybranego tańca, przepr. rozgrzewkę. 6. Potrafi zademonstrować prawidłową technikę podnoszenia ciężarów z podłoża. 7. Prezentuje swoje umiejętności będąc w czołówce zawodów gminnych oraz na zawodach szczebla powiatowego lub uprawiając na dobrym poziomie wybraną dyscyplinę sportu propaguje ją skutecznie wśród rówieśników (informacje na gazetkach, w Internecie, prezentacje dyplomów i wyróżnień itp.).
Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Stara się opanować jak najwięcej nowych umiejętności ruchowych: sportowych, rekreacyjnych i utylitarnych, opisuje ogólnie własną postawę ciała, poprawia własne ogólne wyniki sportowe. 2. Stosuje w grze w miarę poprawnie ddk: kozłowania piłki w biegu ze zmianą kierunku ruchu, podania piłki jednorącz i oburącz, rzutu piłki do kosza, rzutu i strzału piłki do bramki, odbicia piłki sposobem g. i dol., rozgr. na „3” odbicia 3. Stosuje w miarę poprawną technikę gry w: tenisa stoł., unihokeja, kometkę. 4. Potrafi zorg. dow. zabawę lub grę ruch., prawidł. przek. pałeczkę sztafetową. 5. Z drobnymi błędami wykonuje przewrót w przód i w tył, wyk. dow. układ gimn. lub taneczny, rzut piłeczką p., skok w dal, stanie na rękach, skok p. kozioł, proste kroki tańca, start niski, z pomocą przepr. rozgrzewkę. 6. Potrafi dobrać odpowiedni strój sportowy do pogody. 7. Potrafi dobrać po jednym ćwiczeniu kształtującym wybrane zdolności motoryczne oraz ułatwiającym utrzymywanie prawidłowej postawy ciała.
Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Stara się opanować niektóre umiejętności ruchowe wymienione powyżej. 2. Z pomocą nauczyciela omawia własną postawę ciała. 3. Stosuje w grze tylko niektóre elementy techniki. 4. W miarę swoich możliwości uczestniczy w niektórych grach rekreacyjnych. 5. Potrafi z pomocą zorganizować dowolną zabawę lub grę ruchową. 6. Podejm. próby wyk. przewr. w przód i w tył, fragm. rozgrzewki, skok w dal. 7. W miarę prawidłowo dobiera strój do panującej pogody.
Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Wykazuje bardzo słabe chęci do opanowania nowych umiejętności ruchowych. 2. Nie opisuje właściwie prawidłowej postawy ciała. 3. Nie potrafi i nie chce zastos. prawidł. ddk techniki gry w grach sport. lub rekreacyjnych. Z błędami wyk. start niski, skoki, rzuty piłeczką. 4. Nie potrafi prawidłowo z pomocą zorganizować dowolnej zabawy lub gry. 5. Nie podejmuje próby wykonania większości ćwic. gimn. 6. Źle dobiera strój do panującej pogody.
Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Nie podejmuje żadnych prób opanow. nowych umiejętn. sport. i rekreacyjn. 2. W czasie gry umyślnie stosuje błędna technikę. 3. Nie zależy mu na opanowaniu żadnych nowych umiejętności.
Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Nie wykonuje żadnych powierzonych mu zadań na zajęciach. 2. Nie podchodzi do ćwiczeń i pokazuje swoim zachowaniem, że nie zależy mu na opanowaniu żadnych umiejętności ruchowych

OBSZAR 3. WIADOMOŚCI Z ZAKRESU EDUKACJI FIZYCZNEJ

Skala ocen:	UCZEŃ (skala rozwinięcia zagadnień – odpowiednia dla każdej klasy):
Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Wyjaśnia zależność pomiędzy aktyw. fiz. a zdrowiem (pojęcie zdrowia). 2. Wym. i omawia zasady zdrowego stylu życia, piramidę żywienia i aktyw. fiz. 3. Omawia sposoby postępowania w sytuacji zagrożenia zdrowia i życia. 4. Wyjaśnia dlaczego należy chronić organizm przed nadmiernym wyziębieniem i nasłonecznieniem. Rozróżnia tętno spocz. i powysiłek. 5. Zna zasady bezpiecz. podczas zajęć ruchowych oraz nad wodą i w górach. 6. Wymienia zasady czystej gry w sporcie i w życiu oraz wyjaśnia jej sens, zasady aktywn. wypocz., grupy mięśni odpow. za prawidłową postawę ciała. 7. Opisuje prawidłową postawę ciała oraz zasady i metody hartowania organizmu 8. Interpretuje wynik pomiaru tętna przed i po wysiłku fizycznym. 9. Omawia znaczenie prawidł. podnoszenia ciężarów. 10. Zna podst. przepisy gier rekr. i sportowych oraz zasady taktyki w obr. i ataku 11. Wymienia nazwiska wybitnych polskich sportowców. 12. Zna podstawowe zasady poruszania się po drodze. 13. Omawia prawidłowe zachowanie się zawodnika i kibica sportowego. 14. Zna zasady zachowania się na balu, zabawie tanecznej i dyskotecce.
Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Wymienia podstawowe zasady aktywnego wypoczynku (piramida żywienia) 2. Wymienia zasady bezpieczeństwa na zaj. ruchowych oraz zas. zachow. się nad wodą i w górach, zna reg. sali gimn. i boiska. Zna zas. porusz. się po drodze. 3. Wym. podst. cechy prawidł. postawy ciała i grupy mięśniowe odpow. za nią. 4. Zna podstawową zasadę podnoszenia ciężarów. 5. Zna podstawowe przepisy gier rekreacyjnych i sportowych. 6. Rozróżnia poj. tętna spoczynk. i powysiłkowego, opisuje zasady rozgrzewki. 7. Omawia postępowania w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia. 8. Wymienia podstawowe zasady hartowania organizmu. 9. Zna podst. zas. zachow. się zawodnika i kibica, symbolikę flagi i znicza olimp 10. Wie jak zachować się na zabawie tanecznej i dyskotecce. 11. Podaje niektóre nazwiska znanych polskich sportowców. 12. Wie jak udzielić poszkodowanemu pomocy i gdzie zwrócić się o pomoc.
Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ma pewne kłopoty z wymienianiem podst. zasad zdrowego stylu życia. 2. Wie jak zachować się w zagrożeniu zdrowia i życia. 3. Wym. niektóre zas. bezp. podczas zajęć ruchowych oraz nad wodą i w górach. 4. Wymienia, co najmniej dwie wady postawy ciała. 5. Zna pobieżnie przepisy gier rekr. i sportowych oraz podst. przepisy drogowe. 6. Wie, w jaki sposób powinno się podnosić ciężary. 7. Rozumie rolę aktywności fizycznej dla zdrowia człowieka. 8. Zna podstawowe zasady ochrony przed nadmiernym nasłonecznieniem. 9. Zna ogólne zasady zachowania się w roli zawodnika i kibica.
Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Wymienia tylko nieliczne zasady zdrowego trybu życia. 2. Nie rozumie zależności pomiędzy aktywnością fizyczną a zdrowiem. 3. Nie potrafi wymienić podst. zasad bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych. 4. Nie zna wystarczająco sposobów postęp. w syt. zagrożenia zdrowia lub życia. 5. Nie wie jak skutecz. ochronić organizm przed nadmiernym nasłonecznieniem. 6. Nie potrafi podać przykładu wady postawy ciała. 7. Bardzo słabo zna podstawowe przepisy gier rekreacyjnych i sportowych. 8. Bardzo słabo zna podstawowe przepisy poruszania się po drogach. 9. Nie potrafi samodzielnie wymienić zasad i metod hartowania. 10. Nie potrafi wymienić zasad zachowania się zawodnika i kibica
Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Rażąco słabo opisuje znac. aktywności dla zdrowia. Niezwykle rzadko udziela odpowiedzi na zadaw. pyt. i na ogół są one błędne. 3. Nie zna podstawowych przepisów gier oraz przepisów ruchu drogowego. 4. Nie zależy mu na przyswojeniu nowych wiadomości.
Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Z uporem i premedytacją nie udziela odp. na żadne z zadanych mu pytań. 2. Nie chce przyswoić żadnych wiadomości dotyczących wych. fiz. i zdrowia. 3. Lekceważy wszelkie próby nawiązania z nim rozmowy na omawiany temat.