

# **PRZEDMIOTOWE OCENIANIE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO KLASA 5**

Przedmiotowy system oceniania z wychowania fizycznego został opracowany na podstawie programu nauczania wychowania fizycznego dla ośmioletniej szkoły podstawowej Krzysztofa Warchoła.

**Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego przede wszystkim bierzemy pod uwagę wysiłek wkładany przez uczniów w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki przedmiotu, systematyczność udziału w zajęciach oraz aktywność ucznia w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej.**

**Na ocenę z wychowania fizycznego na koniec półrocza lub na koniec roku szkolnego mają wpływ następujące kryteria.**

## **AKTYWNOŚĆ**

- Zaangażowanie w wykonywanie ćwiczeń i zadań zbliżone do maksymalnych swoich możliwości.
- Aktywny udział w zajęciach i współuczestnictwo w ich organizacji.
- Inwencja twórcza.
- Reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych.
- Udział w zajęciach pozalekcyjnych SKS.

## **POSTAWA UCZNIA**

- Dyscyplina podczas zajęć.
- Postawa „fair play” podczas lekcji.
- Posiadanie odpowiedniego stroju sportowego.
- Przestrzeganie zasad bezpieczeństwa podczas lekcji.
- Przestrzeganie regulaminu korzystania z obiektów sportowych.
- Higiena ciała i stroju.
- Współpraca z grupą.

## **FREKWENCJA**

- Systematyczny udział w zajęciach.
- Spóźnienia.
- Nieobecności nieusprawiedliwione.
- Ucieczki z zajęć.

## **STOPIEŃ OPANOWANIA WYMAGAŃ PROGRAMOWYCH**

- Podstawowych i ponadpodstawowych.
- Postęp w usprawnianiu.
- Poziom umiejętności ruchowych.
- Poziom wiedzy.
- Właściwe wykorzystanie zdolności koordynacyjno – kondycyjnych.

## **UWAGI DO KRYTERIÓW OCENY UCZNIÓW**

1. Wystawiona ocena półroczna lub końcowa powinna odzwierciedlać poziom jaki reprezentuje uczeń w zakresie poszczególnych kryteriów. Należy zwrócić szczególną uwagę na wysiłek, jaki uczeń wkłada w osiągnięcie kryteriów, zaangażowanie ucznia oraz poziom aktywności podczas zajęć.
2. Nauczyciel na początku roku szkolnego informuje uczniów, rodziców lub opiekunów prawnych o wymaganiach edukacyjnych wynikających z realizowanego przez siebie programu nauczania oraz o kryteriach oceny z wychowania fizycznego.
3. Podczas lekcji wychowania fizycznego obowiązuje strój sportowy: biała koszulka, niebieskie lub czarne spodenki, sportowe buty o jasnej podeszwie. Buty nie mogą ślizgać się po nawierzchni sali gimnastycznej, co mogłoby grozić niekontrolowanym upadkiem ćwiczącego.
4. Dziewczęta w czasie niedyspozycji zwalniane są z wykonywania intensywnego wysiłku fizycznego, natomiast obowiązuje je aktywne uczestnictwo w zajęciach.

5. Uczniowie jednorazowo zwolnieni z ćwiczeń na podstawie zaświadczenia lekarskiego lub prośby rodziców, nie są zwalniani z obowiązku obecności na lekcji i udziału w niej. W przypadku długoterminowego zwolnienia lekarskiego z ćwiczeń na lekcjach wychowania fizycznego, uczeń na pisemną prośbę rodzica, za zgodą dyrektora szkoły może być zwalniany z pierwszych lub ostatnich godzin zajęć, jeśli przypada na nie właśnie lekcja wychowania fizycznego.

6. W celu wywołania i wzmocnienia pozytywnej motywacji uczniów do aktywności ruchowej należy eksponować ich sukcesy.

7. Uczniom należy stawiać konkretne wymagania, a w ocenianiu uwzględniać obiektywne możliwości fizyczne, rozwój fizyczny i stan zdrowia.

8. Częstkową ocenę celującą uczeń otrzymuje za trzykrotny udział w międzyszkolnych zawodach sportowych.

9. Częstkową ocenę celującą uczeń otrzymuje za pięciokrotny udział w dodatkowych zajęciach SKS z wychowania fizycznego .

Poziom umiejętności ruchowych sprawności fizycznej podlega ocenie w skali sześciostopniowej.

#### **SKALA OCEN**

1 – niedostateczny

2 – dopuszczający

3 – dostateczny

4 – dobry

5 – bardzo dobry

6 – celujący

## WYMAGANIA SZCZEGÓŁOWE NA POSZCZEGÓLNE OCENY

Ocenę **celującą** otrzymuje uczeń, który:

- podczas lekcji wykazuje się szczególnym zaangażowaniem i wysoką aktywnością,
- jest zawsze przygotowany do lekcji,
- jest koleżeński i zdyscyplinowany,
- swoją postawą zachęca innych do udziału w ćwiczeniach,
- czynnie pomaga nauczycielowi,
- osiąga wysokie wyniki w zawodach sportowych na szczeblu powiatowym, regionalnym i wojewódzkim,
- regularnie bierze udział w dodatkowych zajęciach sportowych SKS,
- posiada rozszerzoną wiedzę z wychowania fizycznego,
- jego umiejętności i sprawność ruchowa są na bardzo wysokim poziomie.

Ocenę **bardzo dobrą** otrzymuje uczeń, który:

- bardzo starannie i sumiennie wykonuje wszystkie ćwiczenia,
- jest bardzo aktywny i zaangażowany w czasie zajęć,
- zawsze jest przygotowany do lekcji,
- na lekcjach jest koleżeński i zdyscyplinowany,
- systematycznie podnosi poziom własnej sprawności fizycznej,
- swoją postawą potrafi zachęcać innych do udziału w ćwiczeniach,
- często bierze udział w dodatkowych zajęciach sportowych SKS,
- reprezentuje szkołę na zawodach sportowych, osiąga sukcesy na szczeblu powiatowym i regionalnym.
- prezentuje umiejętności ruchowe na poziomie bardzo dobrym.

Ocenę **dobrą** otrzymuje uczeń, który:

- z reguły wkłada duży wysiłek w wykonywanie zadań ruchowych, lecz zdarzają się pojedyncze lekcje, gdzie zaangażowanie bywa niższe,
- najczęściej aktywnie uczestniczy w zajęciach,
- ćwiczenia wykonuje poprawnie,
- z reguły jest przygotowany do lekcji,
- utrzymuje sprawność fizyczną na dobrym poziomie, stara się ją rozwijać,
- sporadycznie uczestniczy w sportowych zajęciach pozalekcyjnych,
- rzadko bierze udział w międzyszkolnej rywalizacji sportowej.

Ocenę **dostateczną** otrzymuje uczeń, który:

- ćwiczenia wykonuje poniżej własnych możliwości fizycznych,
- wykazuje przeciętną aktywność podczas zajęć,
- często bywa niezainteresowany podnoszeniem poziomu umiejętności ruchowych, bywa, że jego postawa negatywnie oddziałuje na innych uczestników grupy ćwiczebnej,
- sporadycznie opuszcza zajęcia, zdarzają się ucieczki z zajęć,
- często bywa nieprzygotowany do ćwiczeń,
- wykazuje małe postępy w usprawnianiu,
- ma braki w wymaganych umiejętnościach i wiadomościach,
- nie uczestniczy w pozalekcyjnych zajęciach sportowych oraz w międzyszkolnej rywalizacji sportowej.

Ocenę **dopuszczającą** otrzymuje uczeń, który:

- czynności ruchowe wykonuje świadomie, znacznie poniżej własnych możliwości fizycznych,
- wykazuje się brakiem zaangażowania i aktywności,
- bardzo często jest nieprzygotowany do ćwiczeń,
- niesystematycznie uczestniczy w zajęciach, zdarzają się ucieczki z zajęć,
- bardzo często jest niezainteresowany podnoszeniem poziomu umiejętności ruchowych, jego postawa negatywnie oddziałuje na innych uczestników grupy ćwiczebnej,
- wykazuje podstawowe braki w zakresie wymaganych umiejętności i wiadomości,
- nie stara się poprawiać swojej sprawności motorycznej,
- niesystematycznie uczestniczy w zajęciach, zdarzają się ucieczki z zajęć.

Ocenę **niedostateczną** otrzymuje uczeń, który:

- wykazuje szczególnie lekceważący stosunek do obowiązków wynikających ze specyfiki przedmiotu,
- nie bierze czynnego udziału w lekcji,
- swoim zachowaniem dezorganizuje pracę, jego postawa bardzo negatywnie oddziałuje na innych uczestników grupy ćwiczebnej,
- stwarza niebezpieczeństwo dla siebie i innych,
- jest notorycznie nieprzygotowany do zajęć.
- stosunek ucznia do kultury fizycznej i jego postawa społeczna są negatywne,
- niesystematycznie uczestniczy w zajęciach, zdarzają się częste ucieczki z zajęć.