

SZKOŁA PODSTAWOWA IM. KSIĘCIA JÓZEFA PONIATOWSKIEGO
W SULMIERZYCACH

Wymagania dotyczą klas IV - VIII

I Przedmiotem oceny są:

- sumienność i staranność w wywiązywaniu się z obowiązków wynikających ze specyfiki przedmiotu,
- zaangażowanie w przebieg lekcji, a także systematyczność udziału ucznia w zajęciach,
- stosunek do partnera i przeciwnika, zachowanie, kompetencje społeczne,
- stosunek do własnego ciała, aktywność fizyczna,
- postęp w opanowaniu umiejętności i wiadomości przewidzianych dla poszczególnych klas zgodnie z indywidualnymi możliwościami i predyspozycjami,
- osiągnięte wyniki w sportach wymiernych, dokładność wykonania zadania i poziom zdobytej wiedzy,
- aktywność ucznia w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej
- reprezentowanie szkoły w zawodach, przeglądach itp.

II Narzędzia pomiaru osiągnięć uczniów:

1. Obserwacja ucznia na zajęciach wychowania fizycznego, zajęciach dodatkowych i zawodach sportowych.
2. Testy umiejętności ruchowych lub pojedyncze zadania ruchowe sprawdzające postęp w opanowaniu umiejętności ruchowych.
3. Testy i rozmowy sprawdzające wiadomości ucznia.
4. Próby sprawności i wydolności fizycznej.

III Sposób kontrolowania i oceniania poszczególnych form aktywności.

Na ocenę śródroczną oraz roczną składają się oceny cząstkowe uzyskane w działach:

- A) Umiejętności ruchowe i sprawność fizyczna
- B) Postawy i kompetencje społeczne
- C) Wiadomości

Ocena ucznia za:

- A) Umiejętności ruchowe i sprawność fizyczną
 - uczeń otrzymuje ocenę za technikę, estetykę, płynność i poprawność wykonywanego ćwiczenia podlegającego sprawdzianowi. Oceniane są umiejętności ruchowe z zakresu gier zespołowych, gimnastyki, tańca,
 - w okresie jesiennym i wiosennym uczeń bierze udział w następujących sprawdzianach badających poszczególne cechy motoryki:
 - a) skok w dal,
 - b) skok wzwyż,
 - c) bieg na 60 m,
 - d) bieg na 600/1000m,
 - e) rzut piłką palantową,

- f) rzut piłką lekarską,
- g) pchnięcie kulą (kl.VII-VIII).
- uczeń otrzymuje ocenę za technikę, wynik z uwzględnieniem progresji oraz wysiłek włożony w wykonanie zadania. Ocena wystawiana jest w oparciu o tabelę norm sprawności fizycznej dostosowanej do wieku uczniów oraz ich sprawności fizycznej,
- uczeń mający przeciwwskazania do wykonywania niektórych ćwiczeń i sprawdzianów (na podstawie opinii lekarskiej) lub posiadający obniżone wymagania programowe bierze udział w sprawdzianach wskazanych przez nauczyciela i jest oceniany za:
 - a) postępy, psychofizyczne predyspozycje i możliwości,
 - b) wysiłek włożony w usprawnianie i wywiązywanie się z podejmowanych przez ucznia zadań,
 - c) sumienność i aktywność na lekcjach wychowania fizycznego,
- przeprowadzenie rozgrzewki, gry lub zabawy,
- wykonanie prac promujących kulturę fizyczną.

B) Postawy i kompetencje społeczne

- aktywność i zaangażowanie na lekcjach,
- systematyczne uczęszczanie na zajęcia,
- przygotowanie do zajęć:
 - a) uczeń otrzymuje ocenę bardzo dobrą plus (5+), gdy był zawsze przygotowany w półroczu,
 - b) uczeń otrzymuje ocenę celującą (6), gdy był zawsze przygotowany w całym roku szkolnym,
 - c) uczeń otrzymuje ocenę niedostateczną (1) za niewywiązywanie się z obowiązku posiadania odpowiedniego stroju do ćwiczeń, każdy brak stroju sportowego do ćwiczeń, powyżej wyznaczonego limitu w półroczu (uczeń może być nieprzygotowany do zajęć 3 razy w półroczu),
- uczeń ma obowiązek przestrzegania regulaminów obiektów sportowych i zasad bezpieczeństwa. Za rażące lub powtarzające się nieprzestrzeganie regulaminów obiektów sportowych otrzymuje ocenę niedostateczną (1),
- h) udział w zajęciach sportowo-rekreacyjnych pozalekcyjnych i pozaszkolnych,
- i) prowadzenie i sędziowanie zawodów sportowych o charakterze rekreacyjnym,
- j) współpraca z nauczycielami w działaniach na rzecz kultury fizycznej,
- k) udział w zawodach sportowych,
- l) ocena za pełnienie dodatkowych funkcji:
 - a) gospodarz (odpowiedzialny za sprzęt),
 - b) prowadzenie zeszytu punktacji SIS na najlepszego sportowca klasy,
 - c) pełnienie statutowych funkcji w SKS,
 - d) uzyskanie dodatkowych uprawnień np. sędziego zawodów szkolnych.
- przestrzeganie zasady fair play,
- kultura osobista, stosunek do partnerów i przeciwników,
- kulturalne i aktywne kibicowanie w czasie zawodów sportowych.

Za pracę na lekcji uczeń może otrzymać plusy (+) natomiast minusy (-) za bierność i niewłaściwą postawę. Odpowiednia ilość plusów i minusów - staje się podstawą do wystawienia oceny:

- a) celująca - bardzo duża liczba plusów, żadnego minusa,
- b) bardzo dobra - duża liczba plusów, maksymalnie jeden minus,
- c) dobra - przewaga plusów nad minusami,

- d) dostateczna - plusy minusy w równowadze, brak plusów i minusów,
- e) dopuszczająca - duża liczba minusów, mało plusów,
- f) niedostateczna - duża liczba minusów

Określenie „duża liczba”, „mała liczba” wynika z odniesienia się do liczby plusów i minusów zdobytych przez uczniów danego oddziału.

- a) Uczniowie mogą otrzymać plusy za: wkład pracy odpowiedni do swoich możliwości, współpracę zespołową, inwencję twórczą, aktywny udział w zajęciach, przygotowanie lub prowadzenie części lekcji, demonstrację ćwiczeń, dbanie o bezpieczeństwo swoje i innych, przestrzeganie zasad fair play, zdyscyplinowanie, obowiązkowość, odpowiednie zachowanie się w sytuacji porażki lub zwycięstwa, systematyczne wykonywanie zadań wynikających z nauki zdalnej.
- b) Uczniowie mogą otrzymać minusy za: przerywanie ćwiczenia bez wiadomej przyczyny, ćwiczenie w sposób daleko odbiegający od swoich możliwości, brak poszanowania sprzętu, niepełne przygotowanie do zajęć, brak dyscypliny na lekcji, negatywny stosunek do innych osób, utrudnianie prowadzenia zajęć, brak współdziałania z grupą, niewłaściwe zachowanie się w sytuacji porażki lub zwycięstwa, niesystematyczne wykonywanie zadań wynikających z nauki zdalnej.

C) Wiadomości

Uczeń otrzymuje ocenę za:

- znajomość przepisów i zasad gier zespołowych, konkurencji lekkoatletycznych,
- pomoc przy organizacji lekcji,
- wiedzę na temat sposobów asekuracji partnera i samoasekuracji podczas wykonywania ćwiczeń,
- wiedzę na temat bieżących i historycznych wydarzeń sportowych,
- wiadomości z zakresu edukacji zdrowotnej.

IV Zasady informowania o wymaganiach i postępach w nauce.

1. Wszystkie oceny są jawne i podawane na bieżąco.
2. Na początku każdego roku szkolnego uczniowie zapoznawani są z zasadami oceniania oraz przedstawiane są im szczegółowe kryteria będące podstawą ocen.
3. Przed każdym sprawdzianem umiejętności bądź motoryki uczeń jest informowany o wymaganiach na poszczególne stopnie. Tabela norm sprawności fizycznej umieszczona jest w widocznym miejscu w szkole.

V Zasady wystawiania ocen śródrocznych i rocznych.

1. Przy ustalaniu oceny śródrocznej i rocznej uwzględnia się przede wszystkim wysiłek ucznia wynikający z realizacji programu nauczania oraz systematyczny i aktywny udział w zajęciach.
2. Ocena śródroczna lub roczna ustalana jest na podstawie ocen cząstkowych za określony poziom wiadomości, umiejętności i kompetencji społecznych w procesie szkolnego wychowania fizycznego.
3. Ważnym elementem oceny jest przygotowanie ucznia do zajęć tj. przynoszenie stroju sportowego i ćwiczenie w nim. Uczeń może być nieprzygotowany do zajęć (brak stroju) nie więcej niż 3 razy w półroczu. Obowiązuje zakaz noszenia biżuterii (bransolety,

- pierścionki, łańcuszki, kolczyki) zegarków oraz innych akcesoriów. Długie włosy powinny być spięte gumką, spinkami lub opaską materiałową, a paznokcie krótkie.
4. Ocena śródroczna lub roczna może być podniesiona o stopień za znaczne osiągnięcia lub inne szczególne działania i zasługi np. wysokie osiągnięcia w zawodach sportowych, konkursach plastycznych, literackich o tematyce sportowej, aktywna działalność na rzecz rozwoju sportu szkolnego itp.
 5. Ocena śródroczna lub roczna może być obniżona o stopień w skutek negatywnej postawy ucznia np. niesystematyczne ćwiczenie, duża ilość nieusprawiedliwionych absencji (ucieczki z lekcji), brak zaangażowania w czasie poszczególnych lekcji, sporadyczne uczestniczenie w sprawdzianach kontrolno-oceniających, niski poziom kultury osobistej itp.

Kryteria ocen śródrocznych i rocznych

STOPIEŃ CELUJĄCY

Stopień celujący otrzymuje uczeń, który:

- jest zawsze przygotowany do lekcji i bierze aktywny udział we wszystkich lekcjach wychowania fizycznego,
- opanował umiejętności i wiedzę zawartą w ponadpodstawowych wymaganiach programowych ujętych na bardzo wysokim poziomie,
- posiada dużą znajomość zasad i przepisów gier zespołowych oraz konkurencji LA, gimnastycznych itp.,
- systematycznie podnosi poziom swojej sprawności fizycznej,
- bierze czynny udział w organizacji imprez sportowo-rekreacyjnych w szkole,
- przejawia dbałość o własne ciało i zdrowie, dba o higienę osobistą,
- jest koleżeński, zdyscyplinowany, ambitny, dba o bezpieczeństwo własne i innych,
- osiąga sukcesy w zawodach sportowych na szczeblu powiatu, rejonu, województwa lub kraju.

STOPIEŃ BARDZO DOBRY

Stopień bardzo dobry otrzymuje uczeń, który:

- nie opuszcza zajęć lekcyjnych wychowania fizycznego, jest przygotowany do zajęć (brak stroju do ćwiczeń nie więcej niż 3 razy),
- opanował wiadomości i umiejętności zawarte w ponadpodstawowych wymaganiach programowych,
- wykazuje się znajomością zasad i przepisów gier sportowych, konkurencji LA, gimnastycznych itp.,
- czynnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych sportowo-rekreacyjnych,
- jest koleżeński, zdyscyplinowany, przestrzega zasad bezpieczeństwa i regulaminów na zajęciach wychowania fizycznego,
- osiąga sukcesy na zawodach szkolnych, gminnych,
- prowadzi zdrowy, higieniczny tryb życia.

STOPIEŃ DOBRY

Stopień dobry otrzymuje uczeń, który:

- na ogół nie opuszcza lekcji wychowania fizycznego, niesystematycznie przygotowuje się do lekcji (3 godziny nieusprawiedliwionych absencji w półroczu, 4 razy brak stroju sportowego do ćwiczeń),

- opanował wiadomości i umiejętności zawarte w ponadpodstawowych wymaganiach programowych,
- wykazuje dobrą znajomość zasad i przepisów gier sportowych,
- jego postawa społeczna i stosunek do kultury fizycznej nie budzi zastrzeżeń,
- sprawność fizyczną i motoryczną utrzymuje na poziomie zbliżonym do wyników z poprzedniego półrocza.

STOPIEŃ DOSTATECZNY

Stopień dostateczny otrzymuje uczeń, który:

- niesystematycznie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego (8 godzin nieusprawiedliwionych nieobecności, 6 razy brak stroju sportowego do ćwiczeń),
- opanował wiadomości i umiejętności zawarte w podstawowych wymaganiach programowych,
- wykazuje braki w znajomości zasad i przepisów gier sportowych,
- jest niekoleżeński, niezdyscyplinowany, nie zawsze przestrzega zasad bezpieczeństwa i regulaminów,
- poziom sprawności fizycznej obniża się w porównaniu do poprzedniego półrocza.

STOPIEŃ DOPUSZCZAJĄCY

Stopień dopuszczający otrzymuje uczeń, który:

- opuszcza zajęcia wychowania fizycznego (12 godzin nieusprawiedliwionych), często jest nieprzygotowany (8 razy brak stroju do ćwiczeń),
- opanował materiał zawarty w podstawowych wymaganiach programowych na bardzo niskim poziomie,
- jest niekoleżeński, niezdyscyplinowany, narusza zasady bezpieczeństwa i nie zawsze przestrzega regulaminów,
- nie pracuje nad poprawą swojej sprawności fizycznej i motorycznej, poziom sprawności fizycznej jest znacznie niższy niż w poprzednim półroczu,
- prowadzi niehigieniczny i niesportowy tryb życia (nałogi: palenie papierosów, picie alkoholu, itp.).

STOPIEŃ NIEDOSTATECZNY

Stopień niedostateczny otrzymuje uczeń, który:

- stale opuszcza lekcje wychowania fizycznego, bardzo często jest nieprzygotowany do zajęć,
- nie opanował materiału zawartego w podstawowych wymaganiach programowych,
- nie zna podstawowych zasad i przepisów gier sportowych,
- nie pracuje nad podniesieniem swojej sprawności fizycznej i motorycznej,
- jest niezdyscyplinowany, niekoleżeński, rażąco i często nie przestrzega zasad bezpieczeństwa, stwarzając niebezpieczeństwo i zagrożenie dla siebie oraz innych,
- na lekcjach wchodzi w konflikty z kolegami i nauczycielami,
- prowadzi niehigieniczny i niesportowy tryb życia (jest uzależniony od nikotyny, alkoholu, środków odurzających, narkotyków, itp. oraz namawia innych do ich używania).

VI Zasady uzupełniania braków i poprawiania ocen.

1. Uczeń ma prawo i obowiązek zaliczać sprawdziany indywidualnie w późniejszym terminie tylko wtedy, gdy był chory lub jego nieobecność w szkole w czasie sprawdzianu była usprawiedliwiona.

2. Poprawianie ocen bieżących może wystąpić tylko wówczas, gdy uczniowie będą realizowali podobne treści programowe, tj., gdy wystąpią ku temu odpowiednie warunki lokalowo - sprzętowe (np. poprawienie oceny wymaga ponownego rozstawienia odpowiedniego specjalistycznego sprzętu). Przy poprawie ocen z lekkoatletyki należy uwzględnić ponadto warunki atmosferyczne.
3. Chęć poprawy danej oceny należy zgłosić nauczycielowi wychowania fizycznego, nie później jednak niż w ciągu tygodnia od sprawdzianu. Jeżeli z przyczyn losowych uczeń opuścił sprawdzian, zamiar jego poprawy powinien zgłosić w pierwszym tygodniu po powrocie do szkoły.
4. Nauczyciel wyznacza termin i sposób poprawy oceny.
5. Daną ocenę można poprawić tylko jeden raz.
6. Nieudana próba nie skutkuje obniżeniem poprawianej oceny.

VII Poziomy wymagań a ocena szkolna.

KRYTERIA OCEN CZĄSTKOWYCH

STOPIEŃ CELUJĄCY – 6

- wzorowo wykonuje ćwiczenia lub układ ćwiczeń,
- uzyskuje maksymalny wynik w próbie motorycznej lub wydolnościowej,
- wykazuje się inwencją twórczą,
- reprezentuje szkołę w zawodach sportowych,
- zajmuje pierwsze miejsca w turniejach szkolnych,
- sędziuje zawody sportowe,
- wykazuje się dużą wiedzą z zakresu edukacji zdrowotnej i fizycznej.

STOPIEŃ BARDZO DOBRY – 5

- w sposób prawidłowy odwzorowuje technikę ćwiczeń lub układu ćwiczeń,
- uzyskuje bardzo dobry wynik w próbie motorycznej lub wydolnościowej,
- samodzielnie i poprawnie przeprowadza fragment lekcji, np. rozgrzewkę lub sędziowanie,
- zajmuje pierwsze miejsce w turnieju wewnątrzklasowym lub międzyklasowym,
- omawia i wyjaśnia zmiany związane z rozwojem fizycznym.

STOPIEŃ DOBRY – 4

- wykonuje ćwiczenia lub układ ćwiczeń z małymi błędami technicznymi,
- uzyskuje dobry wynik w próbie motorycznej lub wydolnościowej,
- poprawnie przeprowadza fragment lekcji,
- zna przepisy i zasady gier i zabaw,
- wymienia podstawowe zmiany zachodzące w organizmie podczas dojrzewania oraz korzyści wynikające z aktywności fizycznej.

STOPIEŃ DOSTATECZNY – 3

- wykonuje ćwiczenia lub układ ćwiczeń niepewnie i z dużymi błędami technicznymi,
- uzyskuje przeciętny wynik w próbie motorycznej lub wydolnościowej,
- przeprowadza fragment lekcji z pomocą nauczyciela,
- cechuje się słabą znajomością zagadnień edukacji zdrowotnej,
- ma problemy z wyjaśnieniem zmian zachodzących w okresie dojrzewania, wymienia pojedyncze korzyści wynikające z aktywności fizycznej.

STOPIEŃ DOPUSZCZAJĄCY – 2

- wykonuje ćwiczenia lub układ ćwiczeń z wielokrotnymi błędami, nie przykłada się do ćwiczeń i zadań, które ma wykonać,
- podejmuje próby wykonania ćwiczenia lub układu ćwiczeń,
- podejmuje się wykonania próby motorycznej,
- nie udziela odpowiedzi na większość pytań dotyczących zdrowia, bezpieczeństwa, przepisów gier i zabaw.

STOPIEŃ NIEDOSTATECZNY – 1

- odmawia wykonania ćwiczenia lub układu ćwiczeń,
- odmawia wykonania próby motorycznej,
- nie udziela odpowiedzi na pytania z zakresu edukacji zdrowotnej i fizycznej,
- jest nieprzygotowany do zajęć więcej niż 3 razy.

VIII Zasady zwalniania uczniów z zajęć wf.

1. Uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego decyzją dyrektora szkoły na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach uczestnictwa w tych zajęciach wydanej przez lekarza, na czas i w zakresie określonych w tej opinii.
2. W wyjątkowych sytuacjach uczeń może być jednorazowo zwolniony z czynnego uczestnictwa w zajęciach wychowania fizycznego (tj. nie wykonywać ćwiczeń) na podstawie pisemnego zwolnienia rodziców, zawierającego termin i uzasadnioną przyczynę zwolnienia, dostarczonego najpóźniej przed rozpoczęciem lekcji w danym dniu i wystawionego na okres nie dłuższy niż jeden tydzień. Decyzję o zwolnieniu podejmuje nauczyciel wychowania fizycznego.
3. W szczególnych przypadkach (uzasadnionych stanem zdrowia) nauczyciel prowadzący zajęcia zwalnia ucznia zgłaszającego dolegliwości zdrowotne z czynnego uczestnictwa w zajęciach (tj. wykonywania ćwiczeń).