

## **PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO ZESPÓŁU SZKOLNO – PRZEDSZKOLNEGO W KAMIENIU KRAJEŃSKIM**

### **Dekalog oceniania wychowania fizycznego**

1. Uczeń jest podmiotem wszelkich działań nauczyciela.
2. Stosuj czytelne, obiektywne i sprawiedliwe kryteria oceny ucznia „Lepsze są najgorsze kryteria niż żadne”.
3. Aby coś sprawdzić i ocenić najpierw należy tego nauczyć.
4. Oceniaj umiejętności, psychomotoryczność i wiadomości, miej na uwadze stan bieżący (poziom), ale także postęp ucznia.
5. Sprawdzając poziom sprawności fizycznej i umiejętności uwzględniaj różny stan rozwoju psychofizycznego ucznia i jego zaangażowanie.
6. Ocena pomiarów komponentów sprawności fizycznej ucznia nie może decydować o ocenie końcowej z wf.
7. Każdy uczeń zasługuje na ocenę co najmniej dobrą z w- f i każdy może otrzymać oceną celującą.
8. Nie używaj ocen do karania ucznia np. za zachowanie, zaangażowanie, niechęć do startu w zawodach sportowych itd.
9. Staraj się unikać ocen niedostatecznych i miernych z w- f. Wyższa ocena motywuje, zaniżona powoduje negatywną motywację.
10. Naucz ucznia samooceny i samokontroli własnych umiejętności, wiedzy, rozwoju psychofizycznego, zachowań i postaw, które są bardziej celowe efektywne w procesie kształcenia i wychowania.

Cel główny wychowania fizycznego Zakorzenie w uczniu odpowiedzialności za własne ciało i kondycję fizyczną oraz wyzwolenie potrzeby dbałości o nie wynikającej ze świadomości współzależności zdrowia fizycznego z rozwojem intelektualnym, psychicznym, społecznym i duchowym. Stwarzanie warunków do odkrywania i poszukiwania swoich uzdolnień i zainteresowań, przygotowujących do aktywności fizycznej indywidualnej i zespołowej (rodzinnej, społecznej, rówieśniczej, towarzyskiej). Umożliwienie dopracowania się kondycji fizycznej, warunkującej realizację życiowych osiągnięć oraz umiejętności regeneracji sił poprzez aktywny wypoczynek. Poznanie własnego ciała, jego budowy, występujących odchyleń i sposobów ich korygowania oraz wymogów higienicznych.

Wdrażanie do systematycznego uczestnictwa w zajęciach wychowania fizycznego opartych:

\* na naturalnych formach ruchu prowadzonych głównie w środowisku naturalnym, w różnych porach roku i warunkach pogodowych;

\* na usamodzielniających i wspierających metodach pracy z młodzieżą prowadzących do autoedukacji i podejmowania odpowiedzialnych decyzji;

\* na etycznych zachowaniach podczas pełnienia roli organizatora, widza, sędziego i zawodnika;

\* na unikaniu nakazowych ćwiczeń porządkująco- dyscyplinujących na rzecz świadomej samodyscypliny;

\* na wywoływaniu spontanicznych, pozytywnych zachowań i satysfakcji z osiągnięć w staraniach o ciało, sprawność, zdrowie i urodę oraz doznań estetycznych z tymi staraniami związanymi,

Przedmiotowy system oceniania z wychowania fizycznego powstał w oparciu o :  
Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz podstawy programowej kształcenia ogólnego dla szkoły podstawowej, opublikowane 24 lutego 2017 r. w Dzienniku Ustaw poz. 356, załącznik nr 2, oraz opiera się na potrzebach i zainteresowaniach uczniów, warunkach lokalowych, terenowych i tradycji szkoły oraz warunkach naturalnych środowiska lokalnego.

**PRZY USTALANIU OCENY OSIĄGNIĘĆ EDUKACYJNYCH W ZAKRESIE  
WYCHOWANIA FIZYCZNEGO BRANY JEST WYSIŁEK WKŁADANY PRZEZ  
UCZNIĄ I WYWIĄZYWANIE SIĘ Z OBOWIĄZKÓW WYNIKAJĄCYCH ZE  
SPECYFIKI TYCH ZAJĘĆ.**

**§ 1**

Kontrola i ocena procesu wychowania fizycznego służy:

- \* wdrażaniu uczniów do systematycznej samokontroli i samooceny rozwoju fizycznego i sprawności fizycznej,
- \* wzmagananiu zainteresowania uczniów aktywnością ruchową,
- \* pozyskiwaniu przez nauczyciela i uczniów informacji o stanie procesu nauczania i uczenia się,
- \* obiektywnemu pomiarowi osiągnięć uczniów,
- \* podsumowaniu efektów pracy nauczyciela,
- \* zwiększaniu zainteresowania rodziców problemem zdrowia i stanu rozwoju fizycznego dzieci.

**§ 2**

Przedmiot kontroli i oceny wychowania fizycznego obejmuje:

- \* stan rozwoju fizycznego,
- \* poziom i postęp w rozwoju sprawności fizycznej,
- \* zasób umiejętności ruchowych,
- \* poziom wiedzy z zakresu kultury fizycznej,
- \* zmiana postaw i nawyków,
- \* sukcesy w zawodach sportowych.
- \* aktywność i zainteresowanie wychowaniem fizycznym.

### § 3

Kryteria kontroli i oceny:

1. Osiągnięcia uczniów związane z pracą na rzecz wszechstronnego kształtowania sprawności fizycznej oraz postęp rozwoju ogólnej motoryczności.
2. Osiągnięcia uczniów związane z opanowaniem indywidualnych i zespołowych umiejętności niezbędnych w kształtowaniu aktywności ruchowej.
3. Osiągnięcia uczniów w opanowaniu i stosowaniu wiadomości w różnych przejawach aktywności ruchowej.
4. Udział i osiągnięcia ucznia w innych formach aktywności związanych z kulturą fizyczną.

### § 4

Formy kontroli i oceny:

1. Kontrola i ocena bieżąca.
2. Ocena okresowa.
3. Ocena roczna.

Sposoby informowania o postępach:

1. Ocena semestralna i roczna z wychowania fizycznego będzie wypadkową ocen końcowych z poszczególnych obszarów oceniania zarówno z zajęć lekcyjnych, jak i z zajęć do wyboru.
2. Wszystkie obszary oceniania eksponują wysiłek ucznia oraz uwzględniają zdefiniowane w podstawie programowej umiejętności i wiadomości.
3. Ocenę semestralną i roczną z wychowania fizycznego wystawia nauczyciel prowadzący zajęcia lekcyjne.
4. Na początku każdego roku szkolnego przedstawiane są uczniom szczegółowe kryteria otrzymania poszczególnych stopni szkolnych ze wszystkich obszarów oceniania.
5. Bardzo ważnym elementem przy wystawieniu uczniowi oceny z wychowania fizycznego jest regularne przynoszenie przez niego stroju sportowego odpowiednio dostosowanego do miejsca ćwiczeń i warunków atmosferycznych.
6. Ocena z wychowania fizycznego może być podniesiona o jeden stopień do góry za wysokie osiągnięcia sportowe lub inne szczególne działania i zasługi.
7. O uzyskaniu poszczególnych ocen uczniowie są informowani na bieżąco po otrzymaniu oceny z umotywowaniem. Rodzice informowani są w czasie zebrań, oraz na bieżąco w

dzienniku elektronicznym.

8. O proponowanej ocenie semestralnej i rocznej, rodzice i uczniowie są poinformowani , najpóźniej na tydzień przed radą klasyfikacyjną.

9. O grożącej ocenie niedostatecznej na koniec semestru lub roku szkolnego, rodzice poinformowani są pisemnie na miesiąc przed radą klasyfikacyjną.

10. W radzie potrzeby indywidualny kontakt z rodzicami.

Zasady poprawiania wyników niekorzystnych:

1. Uczeń ma prawo do poprawy oceny ze sprawdzianu umiejętności ruchowych.
2. Poprawiać można jeden raz wówczas, gdy uczniowie będą realizowali podobne treści programowe tj. gdy wystąpią odpowiednie warunki lokalowe, sprzętowe i organizacyjne.
3. Chęć poprawy oceny musi być wcześniej ustalona z nauczycielem .
4. Brak oceny z planowanego sprawdzianu :
  - a) w przypadku krótkotrwałej usprawiedliwionej nieobecności uczeń powinien uzupełnić brakujące oceny w możliwie najbliższym terminie.
  - a) W przypadku długoterminowego zwolnienia uczeń zwolniony jest z konieczności zaliczania sprawdzianu

**Zasady zwalniania z ćwiczeń na lekcji:**

1. Uczeń może być zwolniony z zajęć wf długoterminowo na podstawie decyzji dyrektora szkoły o zwolnieniu ucznia z zajęć. Decyzja wydana jest na wniosek rodziców z dołączoną opinią lekarza o stanie zdrowia dziecka.
1. Uczeń może być zwolniony z wykonywania określonych ćwiczeń fizycznych za zajęciami wf decyzją dyrektora na podstawie opinii wydanej przez lekarza na czas określony w tej opinii dołączonej do wniosku rodziców.
2. Nieobecności na pojedynczych lekcjach do 4 w ciągu usprawiedliwiają rodzice/prawni opiekunowie pisemnie lub w kontakcie ustnym z nauczycielem wf.
3. Brak pisemnego usprawiedliwienia, nie ćwiczenia ucznia w dniu zajęć, brak stroju - skutkuje zaznaczeniem nieprzygotowania do zajęć.
4. W przypadku zwolnienia ucznia z wybranych ćwiczeń uzasadnionych stanem zdrowia na podstawie opinii lekarskiej, jest on oceniany z tylko z tych ćwiczeń które może

wykonywać.

## § 5

### **Kryteria – wymagania na poszczególne oceny z wychowania fizycznego**

#### **Ocena celująca – 6**

1. Uczeń spełnia wszystkie wymagania oceny bdb (5). Wykonuje ćwiczenia w szybkim tempie, które są objęte programem nauczania w danej klasie i potrafi je zastosować w grach, zabawach.
2. Aktywnie uczestniczy w zajęciach i w życiu sportowym na terenie szkoły bądź też w innych formach działalności związanych z kulturą fizyczną. Prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia.
3. Reprezentuje szkołę w zawodach, zajmuje punktowane miejsca w zawodach sportowych na szczeblu powiatu i województwa.
4. Wykazuje się szczególnym zaangażowaniem w pracy, twórczą postawą, umiejętnościami wiadomościami wykraczającymi poza program nauczania w danej klasie.

#### **Ocena bardzo dobra – 5**

1. Uczeń całkowicie opanował materiał podstawy programowej.
2. Prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia.
3. Ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, pewnie w odpowiednim tempie dokładnie, zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie.
4. Posiada duże wiadomości w zakresie kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu.
5. Systematycznie doskonalili swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnieniu.
6. Jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego nie budzą najmniejszych zastrzeżeń.
7. Bierze aktywny udział w zajęciach ULKS i zawodach sportowych.

### **Ocena dobra – 4**

1. Uczeń w zasadzie opanował materiał podstawy programowej.
2. Dysponuje dobrą sprawnością motoryczną.
3. Ćwiczenia wykonuje prawidłowo, lecz nie dość dokładnie z małymi błędami technicznymi.
4. Posiadane wiadomości potrafi wykorzystać w praktyce przy pomocy nauczyciela.
5. Nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnieniem, wskazuje stałe i dość dobre postępy w tym zakresie.
6. Jego postawa społeczna i stosunek do kultury fizycznej nie budzi większych zastrzeżeń.
7. Prowadzi higieniczny tryb życia, uczestniczy w zajęciach pozaszkolnych o charakterze sportowo– rekreacyjnym.

### **Ocena dostateczna – 3**

1. Uczeń opanował materiał podstawowy programowej na przeciętnym poziomie ze znacznymi lukami.
2. Dysponuje przeciętną sprawnością motoryczną. Ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie z większymi błędami technicznymi.
3. Wykazuje małe postępy w usprawnieniu motorycznym.
4. W jego wiadomościach z zakresu kultury fizycznej są znaczne luki, a te, które posiada nie potrafi wykorzystać w praktyce.
5. Wykazuje małe postępy w usprawnianiu.
6. Przejawia pewne braki w zakresie wychowania społecznego, w postawie i stosunku do kultury fizycznej.

### **Ocena dopuszczająca – 2**

1. Uczeń nie opanował materiału podstawy programowej w stopniu dostatecznym i ma poważne luki.
2. Jest mało sprawny fizycznie.
3. Ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi.
4. Posiada małe wiadomości z zakresu kultury fizycznej, nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną.
5. Nie jest pilny i wykazuje bardzo małe postępy w usprawnieniu.
6. Na zajęciach wychowania fizycznego przejawia poważne braki w zakresie wychowania społecznego, ma niechętny stosunek do ćwiczeń.

### **Ocena niedostateczna – 1**

1. Uczeń jest daleki od spełnienia wymagań stawianych przez program podstawowy programowej.
2. Posiada bardzo niską sprawność motoryczną.
3. Wykonuje jedynie najprostsze ćwiczenia i w dodatku rażącymi błędami.
4. Charakteryzuje się niewiedzą w zakresie kultury fizycznej.
5. Ma lekceważący stosunek do zajęć i nie wykazuje żadnych postępów w usprawnieniu.
6. Na zajęciach wychowania fizycznego wykazuje duże i rażące braki w zakresie wychowania społecznego.

Oceny z wychowania fizycznego są jawne zarówno dla ucznia jak i jego rodziców.

### § 7

1. Na miesiąc przed klasyfikacyjnym posiedzeniem rady pedagogicznej nauczyciel wychowania fizycznego informuje ucznia o przewidywanej dla niego ocenie niedostatecznej.
2. Na tydzień przed klasyfikacyjnym posiedzeniem rady pedagogicznej nauczyciel wychowania fizycznego informuje ucznia o przewidywanej ocenie z przedmiotu.
3. Ocena klasyfikacyjna nie może być wystawiona przez nauczyciela z mniej niż pięciu ocen bieżących.
4. Ustalona przez nauczyciela niedostateczna ocena klasyfikacyjna końcowo roczna (semestralna) może być zmieniona tylko w wyniku egzaminu poprawkowego.

### § 8

Metody sprawdzania i oceniania osiągnięć uczniów stosowane w wychowaniu fizycznym

testy sprawności fizycznej,  
obserwacja uczniów (aktywność na zajęciach, pomoc koleżeńska itp.),  
ustne wypowiedzi uczniów,  
sprawdziany pisemne (na temat szeroko pojętej kultury fizycznej z uwzględnieniem podstaw edukacji zdrowotnej). Testy sprawności motorycznej wybranych cech podlegają kontroli przynajmniej jeden raz w semestrze. Testy nie podlegają ocenie. Natomiast za uzyskanie bardzo dobrego wyniku podczas próby uczeń może zostać oceniony.

### § 9

Uczeń za każdy miesiąc otrzymuje ocenę podsumowującą jego pracę na lekcji wychowania fizycznego.

Oceną wyjściową jest ocena dobra (4).

W zależności od zaangażowania ucznia podczas zajęć uczeń może otrzymać plus (+) lub minus (-) lub ocenę bieżącą. Trzy plusy podwyższają ocenę miesięczną o jeden stopień, natomiast minusy obniżają.

### § 10

Podczas zajęć wychowania fizycznego obowiązuje strój sportowy:

Biała koszulka, ciemne spodenki i obuwie na zmianę w sali gimnastycznej i w czasie zajęć na powietrzu w sprzyjających warunkach pogodowych. Ubiór powinien być pozbawiony dodatkowych ozdób, włącznie z przedmiotami ozdoby osobistej (kolczyki, łańcuszki, bransoletki). Na pisemną zgodę rodziców uczeń może ćwiczyć w kolczykach.

### § 11



Uczeń nie podając żadnej przyczyny może odmówić aktywnego udziału w zajęciach. Sytuacja taka odnotowana jest jako:

nieprzygotowany, niećwiczący – NN (jeden raz w semestrze, za odmowę aktywnego udziału w lekcji, uczeń nie poniesie żadnych konsekwencji). Za każdą NN miesięczna ocena obniżona jest o jeden stopień.

### § 13

Za udział w zawodach szkolnych i gminnych uczeń otrzymuje ocenę cząstkową bardzo dobrą (5), a za miejsca premiowane awansem ocenę celującą. Za udział w zawodach powiatowych i wojewódzkich ocenę celującą (6).

Uczeń otrzymuje ocenę cząstkową celującą (6) za udział w dodatkowych zajęciach sportowych.

### § 14

Uczeń, któremu udowodniono palenie papierosów, picie alkoholu, zażywanie narkotyków i używek w danym semestrze nie może otrzymać oceny bardzo dobrej. Natomiast ocena semestralna obniżona jest o jeden stopień.

### § 15

Uczeń może korzystać z następujących form zwolnień na lekcji:

zwolnienie ustne (niedyspozycja, złe samopoczucie itp.) - Zu,  
zwolnienie pisemne lub ustne przez rodzica lub opiekuna - Zr,  
zwolnienie przez wychowawcę lub innego nauczyciela - Zn,  
zwolnienie lekarskie - Zl.

### § 16

Podstawową zasadą uczestniczenia w lekcji wychowania fizycznego jest dbanie o bezpieczeństwo swoje i współwiczących. Za świadome narażanie siebie i innych osób na niebezpieczeństwo uczeń zostanie ukarany (ostrzeżenie, nagana, ocena niedostateczna) za brak wiedzy z BHP na lekcji wf.

Opracowali :

1. Arkadiusz Fridehl
2. Łukasz Cieślak
3. Wojciech Steinborn
4. Zdzisław Betin
5. Sławomir Borlik