

Kryteria ocen z wychowania fizycznego

Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który spełnia wszystkie poniższe wymagania:

- systematycznie, aktywnie i z pełnym zaangażowaniem uczestniczy w lekcjach (stacjonarnych lub online)
- prezentuje wysokie umiejętności techniczne i taktyczne w różnych dyscyplinach sportu, poparte wynikami ze sprawdzianów na poziomie oceny bardzo dobrej i celującej (w przypadku lekcji online posiada wiedzę teoretyczną dotyczącą przepisów, elementów technicznych, taktycznych, historii sportu czy w zakresie dbałości o zdrowie)
- systematycznie, aktywnie i z pełnym zaangażowaniem uczestniczy w sportowych zajęciach pozalekcyjnych organizowanych przez SP2 w Kozach
- reprezentuje klasę w rozgrywkach międzyklasowych i międzyszkolnych
- odmowa reprezentowania klasy lub szkoły skutkuje utratą szansy na ocenę celującą

Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który spełnia wszystkie poniższe wymagania:

- w pełni opanował umiejętności i wiadomości na poziomie wymagań podstawowych i ponadpodstawowych (w przypadku lekcji online posiada wiedzę teoretyczną dotyczącą przepisów, elementów technicznych, taktycznych, historii sportu czy w zakresie dbałości o zdrowie)
- doskonalili swoją sprawność fizyczną i wykazuje pozytywny stosunek do przedmiotu poprzez aktywną postawę na lekcjach i zajęciach pozalekcyjnych
- wszystkie sprawdziany ma zaliczone na ocenę bardzo dobrą lub
- reprezentuje klasę w rozgrywkach międzyklasowych

Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który spełnia wszystkie poniższe wymagania:

- w pełni opanował umiejętności ruchowe i wiadomości na poziomie podstawowym (w przypadku lekcji online posiada wiedzę teoretyczną dotyczącą przepisów, elementów technicznych, taktycznych, historii sportu czy w zakresie dbałości o zdrowie)
- wykonuje ćwiczenia samodzielnie jednak z małymi błędami lub w słabym tempie
- przy pomocy nauczyciela potrafi wykorzystać w praktyce nabyte wiadomości, umiejętności
- cechuje go pozytywny stosunek do przedmiotu i aktywna postawa na lekcji,
- wkłada duży wysiłek rozwijając swoją sprawność fizyczną

Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który spełnia wszystkie poniższe wymagania:

Metody oceniania i sprawdzania osiągnięć ucznia na lekcjach wychowania fizycznego

Uczeń uzyskuje kilka ocen cząstkowych w trakcie trwania I i II semestru. Ocenie podlegają następujące obszary aktywności:

1. Zachowanie i postawa ucznia

a) przygotowanie do lekcji i frekwencja

- uczeń przygotowany do zajęć lekcyjnych powinien posiadać strój gimnastyczny (biała koszulka, ciemne spodenki gimnastyczne, obuwie sportowe halowe), w ramach zajęć na basenie (dotyczy klas 4-6) w skład obowiązującego stroju wchodzi: strój kąpielowy, czepek, klapki, ręcznik, ewentualnie okulary do pływania, osoby niećwiczące na basenie powinny być przebrane w strój sportowy

- brak kompletnego stroju niespełniającego powyższych wymagań skutkuje otrzymaniem „-” w ramach przygotowania do zajęć. Uzyskanie trzech „-” w ramach przygotowania do zajęć powoduje otrzymanie oceny niedostatecznej wagi 3

- uczeń może być nieprzygotowany do lekcji dwa razy w ciągu semestru bez konieczności przedstawiania usprawiedliwienia (za każde kolejne nieprzygotowanie otrzymuje ocenę niedostateczną wagi 3)

- uczeń co miesiąc otrzymuje ocenę celującą za wzorowe przygotowanie do lekcji (był przygotowany i aktywny na każdej lekcji w danym miesiącu, ocena wagi 1)

- w przypadku zajęć online uczeń loguje się na lekcję punktualnie, może być przebrany w strój gimnastyczny;

b) aktywność na zajęciach lekcyjnych, pozalekcyjnych i pozaszkolnych (uczestnictwo w zajęciach SKS, udział w zawodach)

2. Umiejętności

- sprawdziany ruchowe
- testy motoryczne
- w przypadku zajęć online - testy teoretyczne w zakresie przepisów techniki, taktyki, historii sportu, dbałości o zdrowie czy pierwszej pomocy).

3. **Wiadomości** (znajomość techniki i taktyki wykonywanego ruchu, znajomość przepisów obowiązujących w grach zespołowych, znajomość i przestrzeganie regulaminów korzystania z dostępnych obiektów sportowych)

4. Na lekcjach wychowania fizycznego obowiązuje 4-stopniowa waga ocen cząstkowych:

Waga ocen 1 (kolor niebieski)

- opanował umiejętności ruchowe i wiadomości z poziomu podstawowego (w przypadku lekcji online posiada wiedzę teoretyczną dotyczącą przepisów, elementów technicznych, taktycznych, historii sportu czy w zakresie dbałości o zdrowie)

- wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnienie
- wykazuje małe postępy
- jest mało aktywny i mało systematyczny na lekcjach (stacjonarnych czy online)

Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który spełnia wszystkie poniższe wymagania:

- w wyniku swej postawy, jak również pracy na lekcjach wykazuje braki w opanowaniu umiejętności i wiadomości w wymaganiach na poziomie podstawowym (w przypadku lekcji online posiada niewielką wiedzę teoretyczną dotyczącą przepisów, elementów technicznych, taktycznych, historii sportu czy w zakresie dbałości o zdrowie)

- niesystematycznie bierze udział w zajęciach (w przypadku zajęć online nie odpowiada na zadane pytania)
- wykazuje bardzo małe postępy w usprawnieniu fizycznym
- jest często nieprzygotowany do lekcji
- cechuje go brak zaangażowania we własne usprawnienie

Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który spełnia wszystkie poniższe wymagania:

- nie opanował umiejętności i wiadomości zawartych w wymaganiach na poziomie podstawowym (w przypadku lekcji online nie posiada wiedzy teoretycznej dotyczącej przepisów, elementów technicznych, taktycznych, historii sportu czy w zakresie dbałości o zdrowie)
- ma lekceważący stosunek do przedmiotu (w przypadku zajęć online nie loguje się na lekcję lub nie odpowiada na zadane pytania, nie odsyła zadań domowych).
- nie wykazuje żadnych postępów we własne usprawnienie
- jego postawa na lekcjach jest nieodpowiednia.
- w przypadku otrzymania oceny niedostatecznej śródrocznej poprawa następuje zgodnie z § 54 pkt.12 podpunktem j Statutu SP 2 im. Stanisława Staszica w Kozach, po wcześniejszym umówieniu terminu z nauczycielem.

aktywność (+, -), pływanie na basenie (+ każdorazowo-dotyczy klas 4-6), rozgrzewka,

aktywne uczestniczenie w zajęciach w danym miesiącu.,

Waga ocen 2 (kolor zielony)

sprawdziany: tor przeszkód, gibkość, siła mięśni posturalnych, skok w dal, skok dosiężny, basen (technika pływania, szybkość, wytrzymałość-dotyczy klas 4-6), biegi (60m, wytrzymałościowy 12 minutowy, biegiwahadłowe), gimnastyka, rzut piłką palantową, rzut piłką lekarską, gry zespołowe: piłka siatkowa, piłka ręczna, koszykówka, piłka nożna i inne.

reprezentowanie szkoły w zawodach gminnych

Waga ocen 3 (kolor czerwony)

przygotowanie do zajęć (brak stroju).

Waga ocen 4 (kolor mediumorchid)

udział w zawodach (reprezentowanie szkoły na zawodach powiatowych i wojewódzkich), wybitne osiągnięcia sportowe.

5. Jeśli uczeń w danym dniu nie jest obecny na sprawdzianie to otrzymuje "0". Może je uzupełnić na wyznaczonej lekcji wychowania fizycznego lub zajęciach dodatkowych SKS po

umówieniu terminu z nauczycielem. Niezaliczone sprawdziany mogą mieć wpływ na obniżenie oceny śródrocznej lub rocznej.

6. Uczeń, który otrzymał ocenę niedostateczną za sprawdzian może ją poprawić w terminie ustalonym z nauczycielem (na lekcji lub zajęciach dodatkowych SKS).

ZASADY BEZPIECZEŃSTWA

- Każdy uczeń na początku roku szkolnego jest informowany o zasadach bezpieczeństwa na lekcjach wychowania fizycznego oraz zapoznany z regulaminem korzystania z dostępnych obiektów sportowych

- Każdy uczeń ma obowiązek zgłoszenia wszelkich dolegliwości (przed, w czasie i po lekcji)

- Pierwszej pomocy udziela nauczyciel wychowania fizycznego

- Jeżeli sytuacja jest poważna to wzywany jest prawny opiekun dziecka lub pogotowie

- Uczeń lub jego prawny opiekun ma obowiązek poinformowania szkołę o stanie zdrowia ucznia

ZWOLNIENIA

- Uczeń i jego rodzice zobowiązani są do zgłaszania nauczycielowi wszelkich przeciwwskazań do wykonywania ćwiczeń (choroby, urazy)

- Uczeń uskarżający się na złe samopoczucie lub dolegliwości może być zwolniony w danym dniu z wykonywania planowych ćwiczeń

- Uczeń posiadający zwolnienie lekarskie (całoroczne, semestralne) może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego decyzją dyrektora szkoły po uprzednim złożeniu pisemnego podania z dołączonym zwolnieniem lekarskim (zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się „zwolniony”). **W przypadku zajęć online uczeń uczestniczy w lekcji oraz wykonuje zadania teoretyczne.**
- Uczeń nie posiadający stałego zwolnienia lekarskiego, a nie uczestniczący w ponad 50% zajęć w ciągu semestru może być nieklasyfikowany.

5. Zwolnić ucznia z lekcji do domu może osobiście rodzic/opiekun prawny lub inna upoważniona osoba, wpisując to do zeszytu przy portierni.

Nauczyciel wychowania fizycznego jest zobowiązany, poprzez ROZPORZĄDZENIE MINISTRA EDUKACJI I NAUKI z dnia 28 sierpnia 2023 r, wykonywać TESTY SPRAWNOŚCIOWE w okresie od marca do kwietnia w każdej klasie.

Testy sprawnościowe obejmują:

- 1) bieg wahadłowy 10 razy po 5 metrów - służący pomiarowi zdolności szybkościowo-siłowo-koordynacyjnych;
- 2) 20-metrowy wytrzymałościowy bieg wahadłowy wykonywany według Europejskiego Testu Sprawności Fizycznej - Eurofit, opracowanego przez Radę Europy - służący pomiarowi zdolności wytrzymałościowych w biegu;
- 3) podpór leżąc przodem na przedramionach (deska) - służący pomiarowi zdolności siłowo-wytrzymałościowych całego ciała;
- 4) skok w dal z miejsca - służący pomiarowi skoczności i siły.

Zwraca się uwagę na rozróżnienie pojęć diagnozowanie i ocenianie. Pomiary sprawności fizycznej nie mogą być kryterium oceny z przedmiotu wychowanie fizyczne, lecz powinny być wykorzystywane do wskazania mocnych i słabych stron sprawności fizycznej ucznia w celu planowania dalszego jej rozwoju.