**WYMAGANIA EDUKACYJNE I PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO w ZS nr 1 GARWOLIN 2023/24**

**ZASADY OCENIANIA**

Ocena z wychowania fizycznego spełnia funkcje: dydaktyczną, wychowawczą i społeczną

oraz posiada następujące cechy: aktywizującą, sprawiedliwą, systematyczną, mobilizującą,

zachęcającą, porównywalną, obiektywną, zindywidualizowaną, jawną.

**SKALA OCEN**

Zarówno w ocenianiu bieżącym, jak i śródrocznym oraz rocznym stosowane są następujące

stopnie i ich cyfrowe odpowiedniki według skali:

celujący - 6 (cel)

bardzo dobry - 5 (bdb)

dobry - 4 (db)

dostateczny - (dst)

dopuszczający - (dop)

niedostateczny - (ndst)

**Ocena z wychowania fizycznego na koniec semestru i na koniec roku szkolnego jest**

**wypadkową takich składników jak:**

1. Stopień opanowania wymagań programowych:

Podstawowych i ponadpodstawowych

• Właściwe wykorzystanie zdolności koordynacyjne - kondycyjnych

• Poziom umiejętności ruchowych

• Poziom wiedzy

• Postęp w usprawnianiu

2. Aktywność

• Zaangażowanie w wykonywanie ćwiczeń i zadań zbliżone do maksymalnych swoich

możliwości

• Inwencję twórczą

• Aktywny udział w zajęciach i współuczestnictwo w ich organizacji

• Reprezentowanie szkoły w zawodach

• Udział w zajęciach pozalekcyjnych (SKS, kółka sportowe)

• Uprawianie sportu wyczynowo ( uzyskanie znaczących osiągnięć)

3. Frekwencja - uczestnictwo w zajęciach

• Spóźnienia

• Nieobecności nieusprawiedliwione

• Nieobecności usprawiedliwione

• Jednostkowe zwolnienia z ćwiczeń

• Ucieczki z zajęć

4. Postawa ucznia

• Dyscyplina podczas zajęć

• Przestrzeganie zasad bezpieczeństwa podczas lekcji

• Przestrzeganie regulaminu korzystania z obiektów sportowych

• Postawa, fair play" podczas lekcji

• Higiena ciała i stroju

• Współpraca z grupą

Uczniowie, którzy ze względu na stan zdrowia nie mogą w pełni brać udziału w zajęciach

wychowania fizycznego, zobowiązani są do przedstawienia odpowiedniego zaświadczenia

lekarskiego nauczycielowi prowadzącemu.

Uczniowie posiadający zwolnienie lekarskie na cały rok szkolny bądź semestr, zobowiązują

się do złożenia podania wraz ze zwolnieniem lekarskim u dyrektora szkoły a następnie

nauczycielowi uczącemu.

**REGULAMIN OCENIANIA**

1. Ocena dokonywana jest w sposób jawny.

2. Uczniowie na pierwszej lekcji po rozpoczęciu nowego roku szkolnego zostają zapoznani z

zasadami i kryteriami oceniania oraz wymaganiami edukacyjnymi.

3. Ocenianie jest systematyczne.

4. Na prośbę ucznia ocenie towarzyszyć powinien obszerny komentarz słowny.

5. Ocenianie powinno wykazywać uczniom mocne i słabe strony ich pracy.

6. Ocenianie powinno być obiektywne, ale także zindywidualizowane oraz zależne od możliwości

ucznia, tak aby uwzględniało jego wkład pracy.

7. Ocena motywuje ucznia do dalszej pracy i samodoskonalenia.

8. Przy ocenianiu grupowym wszyscy członkowie zespołu otrzymują podobną ocenę, jednak zależną

również od indywidualnego wkładu pracy, talentu, umiejętności i sprawności.

9. Przy ocenianiu ucznia bierze się pod uwagę postępy jakie on wykazuje.

10. Rodzice są informowani o ocenach ucznia zgodnie z WSO.

11. Warunki i tryb uzyskania wyższej niż przewidywana rocznej oceny klasyfikacyjnej z zajęć

edukacyjnych są zgodne z WSO.

**UWAGI DO KRYTERIÓW OCENY UCZNIÓW**

1. O jakości wystawionej oceny powinien decydować poziom, jaki reprezentuje uczeń w

zakresie poszczególnych kryteriów. Należy zwrócić uwagę na wysiłek, jaki uczeń wkłada

w czynione postępy oraz aktywną jego postawę.

2. Uczeń ma prawo zgłosić, ze jest nieprzygotowany do zajęć 3 razy w danym semestrze.

Każdy kolejny brak stroju skutkuje oceną niedostateczną.

3. Uczniowie zgłaszają swoje nieprzygotowanie do zajęć przed lekcją.

4. Dziewczęta w czasie niedyspozycji zwalniane są z wykonywania intensywnego wysiłku

fizycznego, natomiast obowiązuje je aktywne uczestnictwo w zajęciach.

5. Uczniowie zwolnieni z ćwiczeń na podstawie zaświadczenia ( lekarskie, od rodziców) nie

są zwalniani z obowiązku obecności na lekcji i udziału w niej.

6. Uczeń, który jest nieobecny na sprawdzianie, ma obowiązek przystąpić do niego w okresie

2 tygodni od przyjścia do szkoły lub w terminie wyznaczonym przez nauczyciela. W

przypadku nie przystąpienia do zaliczenia uczeń otrzymuje wpis do dziennika w' postaci

oceny „niedostatecznej”.

7. Należy zachęcać uczniów do oceny swoich zadań ( do samokontroli i kontroli wzajemnej)

8. W celu wywołania i wzmacniania pozytywnej motywacji uczniów do aktywności

ruchowej należy eksponować ich sukcesy. Nieudane próby zaliczenia określonej formy

aktywności ruchowej nie mogą być przedmiotem krytycznych uwag.

9. Nagradzać oceną bardzo dobrą lub dobrą nie tylko za wysiłek w wykonaniu zadań

kontrolno- oceniających, ale także za postępy w jednostce lekcyjnej lub za wykazanie się

specjalną inwencją twórczą.

**WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY**

Poziom umiejętności ruchowych, sprawności fizycznej, aktywności podlega ocenie w skali

sześciostopniowej (1 - 6)

**Celująca (6)** - Uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą. Wyniki znacznie

przewyższają normy cech (notorycznych na ocenę bardzo dobrą. Osiąga duży postęp w usprawnianiu

się ( np. poprawa we wszystkich próbach). Poziom opanowania umiejętności technicznych znacznie

przewyższa wymagania. Zastosowanie umiejętności w praktycznym działaniu: jest doskonały we

wszystkich dyscyplinach i konkurencjach. Poziom wiedzy wykraczający poza program danej klasy.

Potrafi praktycznie wykorzystać wiedzę w konkurencjach, zawodach, tworzeniu nowych rozwiązań

Jest bardzo zaangażowany na lekcjach Rozwija swoje uzdolnienia. Aktywnie uczestniczy w życiu

sportowym szkoły, bądź też w innych formach aktywności związanych z wychowaniem fizycznym.

Systematycznie reprezentuje szkołę w rozgrywkach sportowych. Osiąga sukcesy na szczeblu

wojewódzkim i ogólnopolskim

**Bardzo dobra (5)** - Uczeń jest bardzo sprawny fizycznie, osiąga wyniki wg norm na ocenę

bardzo dobrą. Ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, zna przepisy dyscyplin sportowych

zawartych w programie. Osiąga wyniki lepsze od diagnozy. Osiąga poprawę w większości prób.

Systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym

usprawnianiu. Doskonale opanował większość umiejętności Bardzo dobrze sobie radzi w większości

dyscyplin, posiada ogromny zasób wiedzy. Umie zastosować wiedzę w samodzielnym rozwiązywaniu

zadań. Podejmuje duży wysiłek, systematycznie stara się reprezentuje szkołę w rozgrywkach

sportowych, bierze udział w mistrzostwach szkoły, w zajęciach treningu SKS-u lub w innym klubie

sportowym osiągając dobre wyniki sportowe. Jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do

zajęć nie budzi najmniejszych zastrzeżeń

**Dobra (4)** - Uczeń dysponuje dobrą sprawnością motoryczną. Ćwiczenia wykonuje prawidłowo,

lecz nie dość dokładnie, z małymi błędami technicznymi. Wykazuje tendencje do poprawy' wyników

Brak stałej poprawy, ale pojedyncze próby poprawione. Nie potrzebuje większych bodźców do pracy

nad osobistym usprawnianiem, wykazuje stałe i dość dobre postępy w tym zakresie. Opanował

większość umiejętności, lecz w rożnym stopniu. Radzi sobie w różnych dyscyplinach sportowych Zna

większość zagadnień i pojęć Sprawnie posługuje się wiedzą. Jego postawa społeczna i stosunek do

kultury-fizycznej nie budzi większych zastrzeżeń. Podejmuję wysiłek, stara się - jednak

niesystematycznie.

**Dostateczna (3)** - Uczeń dysponuje przeciętną sprawnością motoryczną. Osiąga wyniki wg norm

na ocenę dostateczną. Posiada tylko podstawowe umiejętności. Ćwiczenia wykonuje niepewnie z

większymi błędami technicznymi. Wykazuje małe postępy w usprawnianiu. Nie bardzo daje sobie radę

w kilku dyscyplinach. Zna podstawowe pojęcia i zagadnienia. Nie bierze udziału w zajęciach

pozalekcyjnych. Sporadycznie wykorzystuje wiedzę do rozwiązywania problemów. Uczestniczy w

lekcji, mało się stara. Przeszkadza kolegom. Przejawia pewne braki w zakresie postawy społecznej i w

stosunku do kultury fizycznej.

**Dopuszczająca (2**) - Uczeń posiada słabą sprawność fizyczną. Osiąga wyniki znacznie poniżej

oceny dostatecznej. Opanował minimalną ilość wiadomości. Nie radzi sobie w większości dyscyplin.

Ćwiczenia wykonuje niepewnie z dużymi błędami technicznymi. Wykazuje bardzo małe postępy w

usprawnianiu motorycznym. Ma minimalny zasób pojęć i wiadomości.. Nie potrafi samodzielnie

zastosować wiedzy w praktyce. Nie wkłada wysiłku, nie stara się. Sporadycznie ćwiczy. Przejawia

duże braki w zakresie postawy społecznej i stosunku do wychowania fizycznego.

**Niedostateczna (1)** - Uczeń posiada bardzo słabą sprawność fizyczną Nie przystępuje lub nie

kończy prób mimo możliwości. Ćwiczenia wykonuje z bardzo dużymi błędami technicznymi lub nie

potrafi ich wykonać. Nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu się. Nie posiada żadnych

umiejętności wymaganych dla danej klasy. Nic umie wystąpić w żadnej z dyscyplin. Nie bierze

udziału w zajęciach pozalekcyjnych, nic uczestniczy w życiu sportowym szkoły. Nie rozróżnia pojęć.

Nawet przy pomocy nauczyciela nie potrafi rozwiązać problemu, zadania sprawnościowego. Nie

wykonuje ćwiczeń i poleceń. Stosunek ucznia do kultury fizycznej i jego postawa społeczna są

negatywne.

ZESPÓŁ NAUCZYCIELI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO