

**PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO  
DLA KLAS IV-VIII**

## A. ZASADY OCENIANIA

Zgodnie z podstawą programową ocena śródroczna i roczna wystawiana będzie przez nauczyciela prowadzącego lekcje wychowania fizycznego na podstawie ocen ucznia.

### OCENIANIE POWINNO:

- Wspierać i motywować ucznia do podejmowania w przyszłości dalszej pracy i wysiłku
- Odpowiedzieć uczniowi, jakie są jego mocne i słabe strony
- Być zorganizowane w sposób umożliwiający uczniowi, jak najlepsze zaprezentowanie swoich osiągnięć
- Systematycznie informować ucznia o jego osiągnięciach
- **Uwzględniać jego możliwości, wkład pracy i wysiłek**
- **Uwzględniać postęp osiągnięć ucznia i ich jakość**
- Wdrażać ucznia do samokontroli i samooceny
- Uczniowie podczas oceniania dokonywać powinni samooceny swoich umiejętności i wiedzy.

## B. WYMAGANIA EDUKACYJNE

### OCENA NIEDOSTATECZNA

- Uczeń nie wykonuje poleceń nauczyciela bez podania przyczyny
- Uczeń sporadycznie wykonuje wybrane przez siebie działania ruchowe
- Charakteryzuje się praktyczną niewiedzą w zakresie kultury fizycznej
- Postawa ucznia na zajęciach jest lekceważąca, a jego stosunek do przedmiotu jest niechętny

### OCENA DOPUSZCZAJĄCA

- Uczeń stara się uczestniczyć w lekcjach
- Ma niechętny stosunek do ćwiczeń fizycznych
- Wykazuje poważne braki w zakresie wychowania
- Nie wykazuje większych postępów w zakresie umiejętności, wiadomości i sprawności fizycznej
- Biernie uczestniczy w zajęciach – preferuje taką postawę i jej nie ukrywa podczas ćwiczeń
- Ogólna sprawność ucznia wyraźnie obniża się ze względu na jego lenistwo
- Często nie ćwiczy z nieusprawiedliwionych powodów
- Potrafi wykonać najprostsze ćwiczenia przy pomocy nauczyciela, popełniając wiele błędów

### OCENA DOSTATECZNA

- Uczeń opanował materiał programowy na przeciętnym poziomie ze znacznymi lukami
- Dysponuje przeciętną sprawnością fizyczną
- Ćwiczenia wykonuje niepewnie i z większymi błędami
- Przejawia pewne braki w zakresie wychowania fizycznego, w postawie i stosunku do wychowania fizycznego

#### OCENA DOBRA

- Wykazuje stałe postępy w zakresie umiejętności, wiadomości i sprawności
- Dysponuje dobrą sprawnością motoryczną, ćwiczenia wykonuje z małymi błędami
- Uczeń potrafi wykonać ćwiczenia średnio trudne
- Jego postawa i zachowanie wobec nauczyciela kolegów nie budzą większych zastrzeżeń
- Posiada wiadomości i potrafi je wykorzystać za pomocą nauczyciela
- Wykazuje systematyczne i dość dobre postępy w osobistym samousprawnianiu
- Pracuje na zajęciach zgodnie z poleceniami nauczyciela
- Nie wykazuje sportowej aktywności pozalekcyjnej

#### OCENA BARDZO DOBRA

- Samodzielnie i systematycznie doskonalą swoją wiedzę, wiadomości i sprawność fizyczną
- Wykazuje duże postępy w zakresie umiejętności, wiadomości i sprawności fizycznej
- Rozwiązuje samodzielne zadania i problemy ujęte w programie nauczania
- Całkowicie opanował materiał programowy
- Bierze aktywny udział w zajęciach dodatkowych, zawodach sportowych, nie jest to jednak działalność systematyczna
- Jego postawa i zachowanie wobec nauczyciela kolegów nie budzą żadnych zastrzeżeń
- Posiada szerokie umiejętności w zakresie kultury fizycznej, której często wykorzystuje podczas zajęć
- Zachowanie i postawa na lekcjach są godne naśladowania dla innych

#### OCENA CELUJĄCA

- UCZEŃ SPEŁNIA WSZYSTKIE WYMAGANIA NA OCENĘ BARDZO DOBRĄ!!!
- Aktywnie uczestniczy w życiu sportowym szkoły
- ZAJMUJE MIEJSCA PUNKTOWANE UCZESTNICZĄC W ZAWODACH SPORTOWYCH
- Samodzielnie i systematycznie rozwija własne uzdolnienia
- POSIADA SZEROKĄ WIEDZĘ I UMIEJĘTNOŚCI Z ZAKRESU KULTURY FIZYCZNEJ DOTYCZĄCĄ PROGRAMU NAUCZANIA W DANEJ KLASIE
- Postawa i zachowanie ucznia są wzorem dla innych

- Czyni widoczne postępy we wszystkich formach aktywności fizycznej na zajęciach lekcyjnych.

### **C. OBSZARY AKTYWNOŚCI PODLEGAJĄCE OCENIANIU**

- Ogólna sprawność fizyczna  
szybkość, wytrzymałość, siła, moc, koordynacja ruchowa
- Posiadane umiejętności  
Właściwe stosowanie poznanych na zajęciach elementów technicznych i taktycznych w grach zespołowych  
Wyuczenie elementów technicznych z gimnastyki, lekkiej atletyki, sportów uzupełniających i zimowych  
Dokonywanie stosownej samokontroli i samooceny w różnych sytuacjach na lekcji
- Zasób zdobytych wiadomości  
Opanowanie podstawowych zasad higieny i zasad bezpieczeństwa podczas zajęć
- Znajomość podstawowych przepisów i zasad gier zespołowych i zabaw ruchowych
- Promowanie zdrowego stylu życia
- Postawa i zachowanie
- Stopień aktywności na lekcjach i poza nimi, współpraca z kolegami i nauczycielem
- Dostosowanie się do przyjętych regulaminów, przepisów i zasad na lekcjach i poza nimi
- Reprezentowanie szkoły w różnych formach aktywności sportowej

### **D. METODY SPRAWDZANIA OSIĄGNIĘĆ**

**W CELU SPRAWDZENIA OSIĄGNIĘĆ UCZNIĄ NA DANYM POZIOMIE STOSUJE SIĘ:**

- Zadania kontrolno – oceniające z poznanych elementów poszczególnych dyscyplin sportowych
- Testy sprawności fizycznej

### **E. KRYTERIA OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**

- Ocena z wychowania fizycznego wystawiana jest dwa razy w ciągu roku szkolnego (na pierwsze półrocze oraz na koniec roku szkolnego), zgodnie z podanymi w PSO zasadami w skali od 1 do 6.
- Nauczyciel jest zobowiązany na podstawie pisemnej opinii poradni psychologiczno-pedagogicznej lub innej poradni specjalistycznej obniżyć wymagania edukacyjne w stosunku do ucznia, u którego stwierdzono specyficzne trudności w uczeniu się lub deficyty rozwojowe, uniemożliwiające sprostanie wymaganiom edukacyjnym wynikającym z programu nauczania.
- W uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego.
- Decyzję o zwolnieniu ucznia z zajęć podejmuje dyrektor szkoły na podstawie opinii wydanej przez lekarza specjalistę lub poradnię psychologiczno-pedagogiczną.

- W przypadku zwolnienia ucznia z zajęć w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się „zwolniony”.
- Po otrzymaniu oceny niezadowolającej ze sprawdzianu uczeń ma możliwość poprawy oceny
- Okres zaliczenia może być również wyznaczony indywidualnie np. ze względu na dłuższą nieobecność na lekcji spowodowaną chorobą lub kontuzją.
- Uczeń może poprawiać ten sam sprawdzian tylko jeden raz, w tym przypadku stawiamy lepszą ocenę.

### **Klasyfikacja półroczna i roczna**

- Uczeń może nie być klasyfikowany, jeżeli brak jest podstaw do ustalenia oceny klasyfikacyjnej z powodu nieobecności ucznia na zajęciach przekraczającą połowę czasu przeznaczanego na te zajęcia w szkolnym planie nauczania.
- Uczeń niesklasyfikowany z powodu nieusprawiedliwionej nieobecności może zdawać egzamin klasyfikacyjny zgodnie z założeniami Szkolnego Systemu Oceniania.

### **F. SPOSOBY DOKUMENTOWANIA I ANALIZY OSIĄGNIĘĆ**

- Dziennik elektroniczny (e-dziennik).

### **G. FORMY PRZEKAZYWANIA INFORMACJI ZWROTNEJ**

- Dostępność PSO – biblioteka, nauczyciel prowadzący
- Bezpośrednio u nauczyciela przedmiotu podczas dni otwartych lub indywidualnych konsultacji
- Zebrania z rodzicami
- E-dziennik
- platforma edukacyjna TEAMS (w przypadku nauki zdalnej)

### **H. NAUKA ZDALNA**

#### WYMAGANIA EDUKACYJNE

#### OCENA NIEDOSTATECZNA

- Uczeń nie angażuje się w prace zdalną bez podania przyczyny
- Postawa ucznia na zajęciach jest lekceważąca, a jego stosunek do przedmiotu jest niechętny

#### OCENA DOPUSZCZAJĄCA

- Uczeń stara się uczestniczyć w lekcjach zdalnych
- Ma niechętny stosunek do ćwiczeń fizycznych

- Wykazuje poważne braki w zakresie wychowania
- Biernie uczestniczy w zajęciach – preferuje taką postawę i jej nie ukrywa podczas zadań

#### OCENA DOSTATECZNA

- Uczeń opanował materiał programowy na przeciętnym poziomie ze znacznymi lukami
- Zadania wykonuje nieregularnie i z większymi błędami

#### OCENA DOBRA

- Wykazuje stałe postępy w zakresie umiejętności, wiadomości
- Jego postawa i zachowanie wobec nauczyciela kolegów nie budzą większych zastrzeżeń
- Zadania wykonuje w miarę regularnie i z drobnymi błędami
- Posiada wiadomości i potrafi je wykorzystać za pomocą nauczyciela
- Wykazuje systematyczne i dość dobre postępy w osobistym samousprawnianiu
- Pracuje na zajęciach zdalnych zgodnie z poleceniami nauczyciela

#### OCENA BARDZO DOBRA

- Samodzielnie i systematycznie doskonalą swoją wiedzę, wiadomości
- Wykazuje duże postępy w zakresie umiejętności, wiadomości
- Zadania wykonuje regularnie
- Rozwiązuje samodzielne zadania i problemy ujęte w programie nauczania
- Całkowicie opanował materiał programowy
- Jego postawa i zachowanie wobec nauczyciela kolegów nie budzą żadnych zastrzeżeń
- Posiada szerokie umiejętności i wiedzę w zakresie kultury fizycznej, którą często wykorzystuje podczas zajęć zdalnych
- Zachowanie i postawa na lekcjach są godne naśladowania dla innych

#### OCENA CELUJĄCA

- UCZEŃ SPEŁNIA WSZYSTKIE WYMAGANIA NA OCENĘ BARDZO DOBRĄ!!!
- Aktywnie uczestniczy w zajęciach zdalnych z wychowania fizycznego
- Samodzielnie i systematycznie rozwija własne uzdolnienia
- POSIADA SZEROKĄ WIEDZĘ I UMIEJĘTNOŚCI Z ZAKRESU KULTURY FIZYCZNEJ DOTYCZĄCĄ PROGRAMU NAUCZANIA W DANEJ KLASIE
- Postawa i zachowanie ucznia są wzorem dla innych
- REGULARNIE DOKUMENTUJE SWOJĄ POZASZKOLNĄ AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA

## OBSZARY AKTYWNOŚCI PODLEGAJĄCE OCENIANIU

- Zasób zdobytych wiadomości
- Znajomość podstawowych przepisów i zasad gier zespołowych i zabaw ruchowych
- Promowanie zdrowego stylu życia
- Znajomość zasad przebywania i korzystania z czystego środowiska
- Postawa i zachowanie
- Stopień aktywności na lekcjach zdalnych, współpraca z kolegami i nauczycielem
- Dostosowanie się do przyjętych regulaminów, przepisów i zasad na lekcjach zdalnych

## METODY SPRAWDZANIA OSIĄGNIĘĆ

W CELU SPRAWDZENIA OSIĄGNIĘĆ UCZNIĄ NA DANYM POZIOMIE STOSUJE SIĘ:

- Zadania kontrolno – oceniające

W PRZYPADKU UCZNIÓW MAJĄCYCH PROBLEM Z DOSTĘPEM DO NAUKI ZDALNEJ, BĘDĄ MIAŁY ZASTOSOWANIE USTALENIA INDYWIDUALNE.