

**ZASADY 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 oraz wkład pracy**
- **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
- Charakteryzuje się praktyczną niewiedzą w zakresie kultury fizycznej
- Postawa ucznia na zajęciach jest lekceważąca, a jego stosunek do przedmiotu jest niechętny

### OCENA DOPUSZCZAJĄCA

- Uczeń sporadycznie wykonuje ćwiczenia gimnastyczne
- Wykazuje poważne braki w zakresie higieny
- 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 słabe zaangażowanie
- Często nie ćwiczy z nieusprawiedliwionych powodów

### OCENA DOSTATECZNA

- Uczeń opanował materiał programowy na przeciętnym poziomie
- Uczeń stara się uczestniczyć w lekcjach
- Ma braki w umiejętnościach i wiadomościach z zakresu wychowania fizycznego oraz stosunku do wychowania fizycznego
- Uczeń nadmiernie wykorzystuje prawo do zwolnień pisemnych z zajęć przez rodzica

#### OCENA DOBRA

- Wykazuje stałe postępy w zakresie umiejętności, wiadomości i sprawności
- Dysponuje dobrą sprawnością motoryczną, ćwiczenia wykonuje z małymi błędami
- Jego postawa i zachowanie wobec nauczyciela oraz kolegów nie budzą większych zastrzeżeń
- Posiada wiadomości, które potrafi wykorzystać z pomocą nauczyciela
- Wykazuje systematyczne postępy w osobistym samousprawnianiu
- Pracuje na zajęciach zgodnie z poleceniami nauczyciela

#### OCENA BARDZO DOBRA

- Samodzielnie i systematycznie doskonalili 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
- Jego postawa wobec nauczyciela i kolegów jest prawidłowa
- Posiada szerokie umiejętności w zakresie kultury fizycznej, które często wykorzystuje podczas zajęć
- Zaangażowanie i postawa na lekcjach są godne do naśladowania dla innych

#### OCENA CELUJĄCA

- Aktywnie uczestniczy w życiu sportowym szkoły
- 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
- Osiąga bardzo wysokie wyniki sportowe
- Samodzielnie i systematycznie doskonalili 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
- Jego postawa wobec nauczyciela i kolegów jest prawidłowa

- Posiada szerokie umiejętności w zakresie kultury fizycznej, które często wykorzystuje podczas zajęć
- Zaangażowanie i postawa na lekcjach są godne do naśladowania dla innych

### **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 zaangażowanie
- 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
- Udział w zawodach sportowych

### **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 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 specjalisty lub poradnię psychologiczno-pedagogiczną.
- Po otrzymaniu oceny niezadowolającej ze sprawdzianu uczeń ma możliwość poprawy oceny
- Czas na poprawę może być wyznaczony indywidualnie np. ze względu na dłuższą nieobecność na lekcji spowodowaną chorobą lub kontuzją.

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

- Dziennik elektroniczny (e-dziennik).

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

- Dostępność zasad oceniania – nauczyciel prowadzący, strona internetowa szkoły
- Bezpośrednio u nauczyciela przedmiotu podczas dni otwartych lub indywidualnych konsultacji
- Zebrania z rodzicami
- E-dziennik

## **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 sporadycznie uczestniczy w lekcjach zdalnych
- Ma niechętny stosunek do ćwiczeń fizycznych
- Wykazuje poważne braki w zakresie kultury fizycznej
- 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 z 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

- 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
- Aktywnie uczestniczy w zajęciach zdalnych z wychowania fizycznego
- Samodzielnie i systematycznie rozwija własne uzdolnienia
- POSIADA SZEROKĄ WIEDZĘ I UMIEJĘTNOŚCI Z ZAKRESU KULTURY FIZYCZNEJ DOTYCZACĄ PROGRAMU NAUCZANIA W DANEJ KLASIE
- Postawa i zachowanie ucznia są wzorem dla innych

- REGULARNIE DOKUMENTUJE SWOJĄ POZASZKOLNĄ AKTYWNOŚĆ FIZYCZNĄ

☒ 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
- Aktywność w lekcjach zdalnych oraz współpraca z kolegami i nauczycielem
- Dostosowanie się do przyjętych regulaminów, przepisów i zasad na lekcjach zdalnych

☒ METODY SPRAWDZANIA OSIĄGNIĘĆ

W CELU SPRAWDZENIA OSIĄGNIĘĆ UCZNIA NA DANYM POZIOMIE STOSUJE SIĘ:

- Zadania kontrolno – oceniające

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