

# SZCZEGÓŁOWE KRYTERIA OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO W SP NR 2 W KONSTANTYNOWIE

## KRYTERIA OCENY Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO DLA UCZNIÓW KLAS IV-VIII SZKOŁY PODSTAWOWEJ

Na godzinach lekcyjnych obowiązkowego wymiaru zajęć uczeń jest oceniany z następujących obszarów:

### SPRAWNOŚĆ



Ocenę z tego obszaru uzyskuje się po zaliczeniu następujących prób sprawnościowych:

- Bieg na dystansie 1000 m chłopcy i 600 m dziewczęta – mierzony jest czas
- Bieg na dystansie 100 m lub 60 m – mierzony jest czas
- Rzut 3 kg piłką lekarską – mierzona jest odległość
- Skłony w przód z leżenia tyłem ( „brzuski” ) – mierzona jest liczba skłonów w ciągu 30 s
- Test Coopera – mierzona jest odległość
- Skok w dal z miejsca – uzyskana odległość mierzona jest własnymi stopami
- Bieg wahadłowy 10x5 m – mierzony jest czas

Uzyskane rezultaty porównywane są z tabelą wyników i na jej podstawie wystawiane są oceny z poszczególnych prób, a ich średnia arytmetyczna jest oceną końcową z tego obszaru.

Uczniowie, którzy z przyczyn od siebie niezależnych nie mogli zaliczyć danej próby w wyznaczonym terminie (nieobecność usprawiedliwiona lub zwolnienie lekarskie z ćwiczeń), muszą to zrobić w ciągu dwóch tygodni od przyjścia do szkoły bądź zakończenia zwolnienia (dotyczy to również poprawek). Uczniowie robią to na własną prośbę na lekcji lub na zajęciach pozalekcyjnych.

**Osoby, które nie podeszły do danej próby z własnej winy, nie mogą z tego obszaru uzyskać oceny wyższej od oceny dostatecznej!**

### UMIEJĘTNOŚCI



Ocenę z tego obszaru uzyskuje się po zaliczeniu wybranych elementów technicznych z różnych dyscyplin sportowych. Elementy te są wcześniej nauczane i doskonalone na lekcjach. Oceniana jest poprawność, skuteczność oraz estetyka wykonania danego ćwiczenia. Ocenę końcową z tego obszaru stanowi średnia arytmetyczna ocen z poszczególnych zaliczeń.

Uczniowie, którzy z przyczyn od siebie niezależnych nie mogli zaliczyć danego ćwiczenia w wyznaczonym terminie (nieobecność usprawiedliwiona lub zwolnienie lekarskie z ćwiczeń), muszą to zrobić w ciągu dwóch tygodni od przyjścia do szkoły bądź zakończenia zwolnienia (dotyczy to również poprawek). Uczniowie robią to na własną prośbę na lekcji lub na zajęciach pozalekcyjnych.

**Osoby, które nie podeszły do danego ćwiczenia z własnej winy, nie mogą z tego obszaru uzyskać oceny wyższej od oceny dostatecznej!**

## **AKTYWNOŚĆ**



W tym obszarze na koniec każdego miesiąca oceniane są wszelkie przejawy aktywności ucznia oraz jego stosunek do przedmiotu. Oceną wyjściową jest ocena dobra. Na lekcjach za swoją postawę uczeń może otrzymać plusy lub minusy. Trzy plusy podwyższają ocenę, trzy minusy obniżają ją. Dotyczy to zarówno uczniów ćwiczących jak i niećwiczących (zwolnionych oraz nieposiadających stroju).

### Uczeń może otrzymać plusy za:

- Chętne wykonywanie zadań poleconych przez nauczyciela
- Wykonywanie ćwiczeń w sposób zbliżony do swoich maksymalnych możliwości
- Inwencję twórczą w sytuacji zadań problemowych
- Wzorową pracę na rzecz swojego zdrowia
- Wzorowe zdyscyplinowanie
- Wzorową frekwencję
- Pomoc w organizacji lekcji (np. ustawianie i sprzątanie przyrządów, prowadzenie rozgrzewki)
- Wykonywanie prac użytecznych dla szkoły
- Wykazanie się znajomością treści teoretycznych przekazanych przez nauczyciela podczas lekcji
- Inne

### Uczeń może otrzymać minusy za:

- Niechętny, bądź negatywny stosunek do uczestnictwa w zajęciach
- Brak dyscypliny, łamanie regulaminu zajęć
- Spóźnianie się na zajęcia oraz nieusprawiedliwione nieobecności (**za ucieczkę z lekcji uczeń otrzymuje 3 minusy**)
- Odmawianie pomocy w organizacji lekcji
- Brak właściwego stroju (**za pięć pierwszych braków stroju, uczeń otrzymuje po jednym minusie, za każdy następny brak – po trzy minusy**)
- Nieprzestrzeganie higieny osobistej
- Brak znajomości treści teoretycznych przekazanych przez nauczyciela podczas lekcji
- Inne

W przypadku ciągłej usprawiedliwionej nieobecności w szkole lub dłuższego zwolnienia z ćwiczeń (powyżej 50% zajęć) uczeń nie uzyskuje oceny z tego obszaru w danym miesiącu. Nie ma to wpływu na ocenę końcową.

Częste zwolnienia z ćwiczeń wystawiane przez rodziców mogą obniżyć ocenę z tego obszaru (zwolnienia takie będą konsultowane z rodzicami).

**Oceną końcową z tego obszaru jest średnia arytmetyczna z ocen z poszczególnych miesięcy.**

## PRZYGOTOWANIE DO ZAJĘĆ



Obszar ten ocenia ucznia pod względem jego przygotowania do zajęć, a więc posiadania właściwego stroju sportowego. Na lekcji uczeń winien posiadać sportową koszulkę i sportowe spodenki oraz odpowiednie obuwie. Może to również być dres.

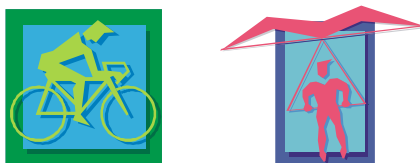
**Strój do ćwiczeń musi być używany wyłącznie na lekcji wychowania fizycznego. Niedopuszczalne jest ćwiczenie w tym samym stroju noszonym podczas innych lekcji!**

Oceną wyjściową z tego obszaru jest ocena celująca. Za każdy brak stroju ocena ta jest obniżana o jeden stopień. I tak:

- Ocena celująca – uczeń zawsze posiada właściwy strój
- Ocena bardzo dobra – jeden raz brak stroju
- Ocena dobra – dwa razy brak stroju
- Ocena dostateczna – trzy razy brak stroju
- Ocena dopuszczająca – cztery razy brak stroju
- Ocena niedostateczna – pięć i więcej razy brak stroju

**Ocena z tego obszaru wystawiana jest na koniec półrocza (roku).**

## ZAJĘCIA NA BASENIE



**Na koniec każdego zajęcia uczeń otrzymuje plus jeżeli uczestniczył aktywnie w zajęciach tj:**

- Posiadał właściwy strój
- Wykonywał polecenia prowadzącego zajęcia
- Ćwiczył na miarę swoich możliwości fizycznych i umiejętności technicznych
- Przestrzegał regulaminu zajęć i pływalni

**Na koniec półrocza (roku) uczeń otrzymuje ocenę z basenu.**

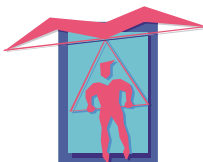
## OCENA Z BASENU

**Uczeń otrzymuje ocenę:**

- Ocena 6 – jeżeli zdobył dużą liczbę plusów (90% i więcej z ogólnej liczby zajęć na basenie)
- Ocena 5 - jeżeli zdobył min. 75 % plusów
- Ocena 4 – jeżeli zdobył min. 60 % plusów
- Ocena 3 – jeżeli zdobył ok.. 50 % plusów
- Ocena 2 – jeżeli zdobył min. 30 % plusów
- Ocena 1 – jeżeli zdobył poniżej. 30 % plusów

Ogólna liczba zajęć na basenie może dla danego ucznia ulec zmniejszeniu na skutek nieobecności usprawiedliwionej przez lekarza lub przez szkołę. Jeżeli uczeń z powodu usprawiedliwionej nieobecności nie uczestniczy w ponad połowie zajęć, nie ma wystawionej oceny z tej części zajęć.

## AKTYWNOŚĆ POZALEKCYJNA



Nie każdy uczeń musi uzyskać ocenę z tego obszaru. Jednakże uczniowie, którzy swój wolny czas poświęcają na doskonalenie swojej sprawności, umiejętności i wiedzy oraz reprezentują szkołę biorąc udział w różnego rodzaju zawodach i imprezach sportowych mogą uzyskać pozytywną ocenę z tego obszaru.

## OCENA PÓŁROCZNA

Oceną końcową jest średnia arytmetyczna z ocen z poszczególnych obszarów. Pozwala to nawet uczniom mniej sprawnym fizycznie uzyskać ocenę bardzo dobrą.

Jeżeli uczeń uzyska ocenę niedostateczną z jakiegoś obszaru, ocena końcowa nie może być wyższa od oceny dobrej.

## OCENA ROCZNA

Ocena roczna jest wypadkową ocen z pierwszego i drugiego półrocza.

Ocenę celującą mogą uzyskać tylko ci uczniowie, którzy uzyskali ocenę końcową co najmniej bardzo dobrą i reprezentują szkołę w imprezach sportowych na szczeblu międzyszkolnym, i/lub trenują w klubach sportowych i osiągają wysokie wyniki w oficjalnych zawodach sportowych organizowanych przez związki sportowe.

## ZWOLNIENIA LEKARSKIE

Każdy uczeń, który jest niezdolny do ćwiczeń zobowiązany jest do przedstawienia aktualnego zwolnienia lekarskiego czasowego lub warunkowego. Nie zwalnia go to z uczęszczania na zajęcia WF.

Decyzję o zwolnieniu ucznia z ćwiczeń na całe półrocze lub rok podejmuje dyrektor szkoły, na podstawie zwolnienia lekarskiego od lekarza pediatry lub specjalisty oraz pisemnego podania od rodziców ucznia.

OPRACOWAŁ:  
ZPNWF

ZATWIERDZIŁ: