

PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA

WYCHOWANIE FIZYCZNE KLASY IV-VI

ZASADY WYSTAWIANIA OCEN SEMESTRALNYCH I KOŃCOWOROCZNYCH

Ocenię podlegają wszystkie formy i obszary aktywności ucznia, oceniane w skali 1 – 6. Wyznaczone są one przez następujące kryteria:

1. SYSTEMATYCZNY I AKTYWNY UDZIAŁ W ZAJĘCIACH OBOWIĄZKOWYCH

- * uczeń jest zobowiązany przestrzegać przepisów, zasad bhp i ppoż. oraz poleceń nauczyciela prowadzącego zajęcia;
- * warunkiem uczestnictwa w zajęciach ruchowych jest posiadanie, zmiennego stroju sportowego;
- * ocenie podlega aktywność, rzetelność i sumienność w wykonywaniu powierzonych zadań;
- * uczniowi przysługują „dozwolone” dwa nieprzygotowania, bez konsekwencji przy wystawianiu oceny semestralnej i końcoworocznej. Każde, kolejne odnotowane nieprzygotowanie, ocenia się niedostatecznie;
- * trzy odnotowane spóźnienia, są jednoznaczne z jednym nieprzygotowaniem;
- * na zajęciach obowiązkowych WF, nie mają zastosowania kolejne przywileje uczniów; („szczęśliwy numer”, „bonus” za frekwencję);
- * w rozliczeniu uczestnictwa w zajęciach lekcyjnych, brane są pod uwagę czasowe zwolnienia uczniów z zajęć lekcyjnych (oświadczenia i zaświadczenia od rodziców oraz opiekunów prawnych);

2. POZIOM I POSTĘP W ZAKRESIE SPRAWNOŚCI MOTORYCZNEJ :

- * oceniany na podstawie wybranych testów sprawności fizycznej;

3. POZIOM I POSTĘP W ZAKRESIE UMIEJĘTNOŚCI RUCHOWYCH :

- * określany przez poprawność wykonywania ćwiczeń i zadań ruchowych oraz postęp, jakiego dokonał uczeń w określonym czasie pod względem jakości realizacji wyznaczonych zadań;

4. ZASÓB WIADOMOŚCI UCZNIA :

Wynikający z realizacji programu wychowania fizycznego i obejmujący :

- * organizację, bezpieczeństwo i higienę zajęć ruchowych, w skład których wchodzi :

- samokontrola, asekuracja, pomoc,
- organizacja miejsca do zajęć, sprawność urządzeń i sprzętu, regulaminy (boiska, hala sportowa, salki gimnastyczne i salki zastępcze, siłownia, pływalnia, lodowisko, stok, teren zalesiony, tereny rekreacyjne w miejscach zamieszkania, zasady realizacji turystyki kwalifikowanej itp.),
- wykorzystanie naturalnych warunków środowiskowych i terenowych do organizacji zajęć ruchowych,
- * współdziałanie uczniów i nauczyciela w czasie zajęć ruchowych, w doborze treści materiału metodycznego oraz popularyzacji różnych form ruchu na terenie klasy, szkoły, środowiska;
- * współpraca uczniów w czasie zajęć indywidualnych i grupowych : pomoc, asekuracja, wymiana doświadczeń, korekcja błędów w wykonywaniu zadań, wzajemna ocena postawy ciała, rozwoju fizycznego, psychomotorycznego i umiejętności ruchowych;
- * przepisy i terminologia poszczególnych dyscyplin sportowych ujętych w programie;
- * prowadzenie ćwiczeń, zadań ruchowych, gier i zabaw z grupą rówieśniczą;
- * planowanie i organizacja zawodów wewnątrzklasowych i międzyklasowych, zajęć rekreacyjnych w czasie przerw śród- i międzylekcyjnych, w czasie obowiązkowych i nadobowiązkowych zajęć ruchowych, wycieczek, biwaków itp.
- * wykorzystanie sprzętu i urządzeń typowych i nietypowych w praktycznej realizacji zadań indywidualnych i zespołowych;
- * budowa, naprawa i konserwacja urządzeń i sprzętu sportowego;
- * kultura uczestnictwa w różnych formach aktywności ruchowej:
 - wycieczki, biwaki, „zielone szkoły”, zabawy terenowe itp.,
 - współzawodnictwo sportowe (eliminowanie przejawów źle pojętego mistrzostwa sportowego, gwiazdorstwa, egoizmu, szowinizmu wśród kibiców itp.);
- * samosterowanie rozwojem psychofizycznym :
 - określanie podstawowych parametrów morfo fizjologicznych (rytm w pracy serca i oddechu przy różnym wysiłku, zapotrzebowanie na tlen i pożywienie w czasie pracy mniej i bardziej intensywnej),ciężaru i wysokości ciała, obwodów kończyn górnych i dolnych, tułowia itp.,
 - określanie i przyjmowanie prawidłowej postawy ciała przy pracy umysłowej i fizycznej,
 - określanie poziomu sprawności fizycznej (globalnie i poszczególnych cech motorycznych),
 - określanie stopnia opanowania umiejętności ruchowych indywidualnych i zespołowych w trakcie zajęć i na podstawie wyników sprawdzianów,
 - rola i znaczenie dokonywania systematycznej samokontroli i samooceny rozwoju fizycznego, sprawności motorycznej i umiejętności,
 - wpływ aktywności ruchowej na rozwój fizyczny i sprawność psychofizyczną, znaczenie wypoczynku czynnego,

- indywidualne normowanie obciążeń fizycznych w praktyce zajęć ruchowych w szkole i w czasie wolnym od pracy,
 - adaptacja organizmu do wysiłku, pojęcie wytrenowania,
 - dobór czynności ruchowych dla kształtowania sprawności motorycznej (ogólnej i specjalnej), przygotowanie organizmu do wysiłku, korekty poszczególnych wad postawy oraz zapobieganie deformacjom funkcjonowania układu ruchowego, oddechowego, krążenia i systemu nerwowego w zależności od specyfiki wykonywania czynności zawodowych;
 - zasady hartowania organizmu w różnych porach roku.
- * informacja o popularnej literaturze dla uczniów, związanej tematycznie ze zdrowiem, sportem, turystyką i rekreacją;

5. UDZIAŁ W ZAJĘCIACH FAKULTATYWNYCH :

- * uczeń jest zobowiązany do systematycznego uczestnictwa w wybranych zajęciach fakultatywnych, co warunkuje uzyskaniem semestralnej lub końcoworocznej oceny bardzo dobrej;
- * uczeń nie może zmieniać wybranego fakultetu w trakcie trwania semestru;

6. UDZIAŁ W NADOBOWIĄZKOWYCH FORMACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO I SPORTU :

- * uczeń uczestniczy w zajęciach sportowych, sportowo – rekreacyjnych lub kompensacyjno – korekcyjnych;
- * uczeń bierze aktywny i systematyczny udział w zajęciach wielu sekcji Szkolnego Klubu Sportowego i innych klubów sportowych;
- * uczeń zajmuje punktowane miejsca w zawodach różnego szczebla, godnie reprezentując Szkołę;

FORMY I OBSZARY AKTYWNOŚCI UCZNIÓW, A WYMAGANIA NA OCENĘ :

A) celująca (6) :

- uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bdb(5),
- aktywnie uczestniczy w życiu sportowym na terenie szkoły bądź też w innych formach działalności związanych z kulturą fizyczną,
- zajmuje punktowane miejsca w zawodach sportowych różnego szczebla, posiada klasę sportową,

B) bardzo dobra (5) :

- uczeń całkowicie opanował materiał podstawy programowej,
- systematycznie i aktywnie uczestniczy w obowiązkowych zajęciach w-f na poziomie 80 – 100 %,
- uczeń systematycznie uczestniczy w wybranych zajęciach fakultatywnych,
- jest bardzo sprawny fizycznie,
- ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, pewnie w odpowiednim tempie, dokładnie, zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie,
- posiada duże wiadomości w zakresie kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu,
- systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu, jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego nie budzą najmniejszych zastrzeżeń,
- bierze aktywny udział w zajęciach SKS i zawodach sportowych, nie jest to jednak działalność systematyczna,

C) dobra (4) :

- uczeń w zasadzie opanował materiał podstawy programowej,
- systematycznie i aktywnie uczestniczy w obowiązkowych zajęciach na poziomie 60 - 80 %,
- dysponuje dobrą sprawnością fizyczną,
- ćwiczenia wykonuje prawidłowo, lecz nie dość dokładnie z małymi błędami technicznymi,
- posiadane wiadomości potrafi wykorzystać w praktyce przy pomocy nauczyciela,
- nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnianiem, wykazuje stałe i dość dobre postępy w tym zakresie,
- jego postawa społeczna, stosunek do kultury fizycznej, nie budzi większych zastrzeżeń,
- bierze sporadyczny lub nie bierze udziału w zajęciach pozalekcyjnych,

D) dostateczna (3) :

- uczeń opanował materiał podstawy programowej na przeciętnym poziomie ze znacznymi lukami,
- systematyczność i aktywne uczestnictwo w obowiązkowych zajęciach jest na poziomie 40 - 60 %,
- dysponuje przeciętną sprawnością motoryczną, ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie i z większymi błędami technicznymi,
- wykazuje małe postępy w usprawnianiu motorycznym,
- w jego wiadomościach z zakresu kultury fizycznej są znaczne luki, a tych które posiada, nie potrafi wykorzystać w praktyce,
- przejawia pewne braki w zakresie wychowania społecznego w postawie i stosunku do kultury fizycznej.

E) dopuszczająca (2) :

- uczeń nie opanował materiału podstawy programowej w stopniu dostatecznym i ma pewne luki,
- systematyczność i aktywne uczestnictwo w obowiązkowych zajęciach jest na poziomie 25 - 40 %,
- jest mało sprawny fizycznie,
- ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi,
- posiada małe wiadomości z zakresu kultury fizycznej, nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną,
- nie jest pilny i wykazuje bardzo małe postępy w usprawnianiu,
- na zajęciach wychowania fizycznego przejawia poważne braki w zakresie wychowania społecznego, ma niechętny stosunek do ćwiczeń.

F) niedostateczna (1) :

- uczeń jest daleki od spełnienia wymagań stawianych przez program podstawy programowej,
- systematyczność i uczęszczanie na obowiązkowe zajęcia jest na poziomie do 25 %,
- posiada bardzo niską sprawność motoryczną;
- nie wykonuje najprostszych ćwiczeń lub wykonuje je z rażącymi błędami,
- charakteryzuje się niewiedzą w zakresie kultury fizycznej,
- ma lekceważący stosunek do zajęć i nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu,
- na zajęciach wychowania fizycznego wykazuje duże i rażące braki w zakresie wychowania społecznego.