

# **Przedmiotowy system oceniania z wychowania fizycznego w Gimnazjum Miejskim im. Mikołaja Kopernika w Sierpcu**

## **Obszary oceniania**

### **I. Systematyczny udział w zajęciach**

Oceniane jest bezpośrednie uczestnictwo ucznia w zajęciach (ćwiczenie). O ocenie końcowej decyduje łączna liczba (w skali semestru) niećwiczeń lub nieobecności nieusprawiedliwionych na zajęciach.

#### Uwagi:

1. Usprawiedliwione nieobecności na zajęciach lub zwolnienia lekarskie z ćwiczeń trwające łącznie dłużej niż miesiąc powodują, że uczeń nie może otrzymać z tego obszaru oceny celującej, a dłużej niż dwa miesiące oceny bardzo dobrej.
2. Nauczyciel może zwolnić ucznia z ćwiczeń w wypadku złego samopoczucia lub niedyspozycji tylko wtedy, jeżeli uczeń posiada właściwy strój sportowy.
3. Uczeń niećwiczący pozostaje na lekcji i włącza się aktywnie w jej organizację, za co może otrzymać plusa w obszarze aktywności.
4. Spóźnienia na zajęcia uwzględnione są w ocenie ze sprawowania.

#### Kryteria oceny końcowej z obszaru systematycznego udziału w zajęciach

- celujący uczestnictwo we wszystkich lekcjach
- bardzo dobry 1-2 niećwiczenia
- dobry 3-4 niećwiczenia lub 1-2 nieobecności nieusprawiedliwione
- dostateczny 5-8 niećwiczeń lub 3-5 nieobecności nieusprawiedliwionych
- dopuszczający 9-12 niećwiczeń lub 6-9 nieobecności nieusprawiedliwionych
- niedostateczny powyżej 12 niećwiczeń lub powyżej 9 nieobecności nieusprawiedliwionych

### **II. Aktywność lekcyjna i pozalekcyjna**

Przez cały semestr oceniana jest plusami i minusami aktywność ucznia na zajęciach lekcyjnych oraz punktami działalność i zaangażowanie w życie sportowe szkoły i środowiska.

#### Plusy (+) uczeń zdobywa za:

- zaangażowanie i wkład pracy adekwatny do własnych możliwości,
- inwencję twórczą oraz aktywny udział indywidualny i zespołowy w planowaniu i organizowaniu zajęć,
- właściwą samokontrolę o obiektywną samoocenę poziomu sprawności i umiejętności,
- pomoc uczniom mniej uzdolnionym ruchowo i stosowanie zasad fair-play w rywalizacji sportowej,

#### Minusy (-) uczeń otrzymuje za:

- jak wyżej - przy niechętnym bądź negatywnym stosunku do:
  - uczestnictwa w zajęciach,
  - dyscypliny,
  - współpracy z grupą,

### Kryteria końcowe do aktywności lekcyjnej i pozalekcyjnej

- celujący 10 i więcej plusów bez minusa
- bardzo dobry 7-9 plusów z max 1 minusem
- dobry 4-6 plusów z max 2 minusami
- dostateczny 1-3 plusy z max 3 minusami
- dopuszczający brak plusów lub 4-6 minusów
- niedostateczny więcej niż 6 minusów

### Wpływ na ocenę ma również:

- udział w szkolnych rozgrywkach sportowych, imprezach rekreacyjnych, konkursach, rajdach, itp. W charakterze zawodnika, organizatora, sędziego, sprawozdawcy czy kibica,
- opracowanie gazetki szkolnej o tematyce zdrowotnej lub sportowej,
- zorganizowanie pokazu mało znanej dyscypliny sportowej,
- poprowadzenie kroniki sportowej lub strony internetowej informującej o wydarzeniach sportowych w szkole,
- zorganizowanie spotkania z olimpijczykiem lub znanym sportowcem,
- pomoc w organizowaniu imprezy środowiskowej sportowo – rekreacyjnej.

W ocenie końcowej z tego obszaru decyduje łączna liczba zdobytych w semestrze plusów, minusów i punktów.

### Uwagi:

1. Na zajęciach wychowania fizycznego obowiązuje ucznia strój sportowy składający się ze zmienionego stroju i obuwia sportowego.
2. Przed przystąpieniem do zajęć uczeń ma obowiązek zdjęcia wszelkich precjozów typu: zegarki, łańcuszki, kolczyki.

### **III. Postęp w usprawnianiu**

Oceniany jest indywidualny postęp lub regres wyników uzyskanych przez ucznia w 4 próbach sprawności. Nauczyciel ustala próby sprawności fizycznej – test sprawnościowy.

### Kryteria oceny końcowej z obszaru postępu w usprawnianiu

- celujący poprawa wyników 4 prób
- bardzo dobry poprawa 1-3 wyników bez pogorszenia żadnej próby
- dobry uzyskanie wyników na tym samym poziomie lub poprawa jednych, a pogorszenie drugich
- dostateczny obniżenie 1-3 wyników
- dopuszczający obniżenie wszystkich prób
- niedostateczny nieprzystąpienie do 3-4 prób

### Uwagi:

1. Uczeń oceniany jest za indywidualny postęp wyników bez względu na ich wartość, najpierw w stosunku do diagnozy wstępnej, a następnie w stosunku do najlepszego uzyskanego wyniku.
2. Nieprzystąpienie do każdej z prób obniża ocenę końcową o 1 stopień.

3. Po nieobecności uczeń ma obowiązek w ciągu tygodnia ustalić termin zaliczenia.
4. Dopuszcza się odstępstwa od w/w kryteriów, jeśli obniżenie nastąpiło po kontuzji lub chorobie.

#### **IV. Wiedza**

Oceniane jest punktowo wykonanie przez ucznia 1-2 zadań w każdym semestrze. Zadania dotyczą umiejętności praktycznego zastosowania zdobytej wiedzy z zakresu:

- przygotowania organizmu do wysiłku (rozgrzewka),
- stosowania ćwiczeń oddechowych, rozciągających i relaksacyjnych,
- wzmacniania grup mięśniowych odpowiedzialnych za utrzymanie prawidłowej postawy ciała,
- wiedzy dotyczącej zasad zdrowego stylu życia,
- organizacji i sędziowania zawodów sportowych.

#### Kryteria końcowe z obszaru wiedza

- celujący wzorowe wykonywanie zadań
- bardzo dobry zadania wykonywane z niewielkim niedociągnięciem
- dobry zadania wykonywane poprawnie
- dostateczny zadania wykonywane z dużymi błędami
- dopuszczający wykonywanie zadania z pomocą nauczyciela
- niedostateczny niezgłaszanie się do zadań, odmowa odpowiedzi, wykonania zadania

#### **V. Umiejętności ruchowe**

Wystawiane są oceny z różnych dyscyplin przez cały semestr.

#### Kryteria oceny końcowej do umiejętności ruchowych

- celujący uzyskanie przewagi ocen celujących nad bardzo dobrymi
- bardzo dobry uzyskanie przewagi ocen bardzo dobrych nad dobrymi
- dobry uzyskanie przewagi ocen co najmniej dobrych nad dostatecznymi  
uzyskanie samych ocen bardzo dobrych i 1 dopuszczającej
- dostateczny uzyskanie przewagi ocen co najmniej dostatecznych nad dopuszczającymi  
uzyskanie ocen co najmniej dobrych i 1 oceny niedostatecznej
- dopuszczający uzyskanie przewagi ocen co najmniej dopuszczających nad niedostatecznymi
- niedostateczny uzyskanie ocen niedostatecznych

#### Uwagi:

1. Ocenę niedostateczną uczeń otrzymuje tylko wtedy, kiedy odmawia wykonania zadania.
2. Nieprzystąpienie do sprawdzianu obniża ocenę końcową z tego obszaru o 1 stopień, wyjątek stanowi ocena dopuszczająca.
3. Uczeń po nieobecności w szkole ma obowiązek w ciągu 2 tygodni ustalić termin zaliczenia.
4. Uczeń ma prawo poprawić ocenę ze sprawdzianu w terminie 2 tygodni od jej uzyskania.
5. W przypadku długotrwałej choroby lub kontuzji dopuszcza się odstępstwa od w/w kryteriów.

### **Kryteria końcowe oceny semestralnej / rocznej**

Ocena z wychowania fizycznego wystawiana jest na podstawie ocen końcowych z 5 obszarów, które są przeliczane na punkty. Suma punktów decyduje o ocenie końcowej z wychowania fizycznego.

- celujący            28 – 30
- bardzo dobry      23 – 27
- dobry                18 – 22
- dostateczny        13 – 17
- dopuszczający     8 – 12
- niedostateczny    0 – 7

### **Uwagi:**

1. Uczeń, który otrzymał 1 z któregoś z obszarów nie może otrzymać oceny końcowej wyższej niż 4.
2. Można podnieść ocenę o 1 stopień, gdy uczeń:
  - reprezentuje szkołę w zawodach sportowych,
  - systematycznie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych (90%).
3. Na początku każdego roku szkolnego nauczyciel informuje ucznia, oraz rodziców o wymaganiach edukacyjnych wynikających z realizowanego przez siebie programu nauczania oraz o sposobach sprawdzenia osiągnięć edukacyjnych uczniów.
4. Oceny są jawne zarówno dla ucznia jak i jego rodziców (prawnych opiekunów), o zagrożeniach nauczyciel informuje ucznia i jego rodziców (opiekunów prawnych) na miesiąc przed wystawieniem ocen.

Zespół nauczycieli wychowania fizycznego