Przedmiotowe Zasady Ocenia z Wychowania Fizycznego w Szkole Podstawowej nr 1 w Ełku

Założenia ogólne:

1. Ocenianie z wychowania fizycznego jest integralną częścią wewnątrzszkolnych zasad oceniania.
2. Ocena śródroczna lub roczna ustalana jest na podstawie ocen cząstkowych za określony poziom wiadomości, umiejętności i kompetencji społecznych.
3. Ocena śródroczna lub roczna nie jest średnią arytmetyczną ocen cząstkowych.
4. Każda ocena posiada swoją wagę w skali od 1 do 3.
   Waga 1 – testy i sprawdziany
   Waga 2 – aktywność i zaangażowanie na lekcji
   Waga 3 – reprezentowanie szkoły na zawodach międzyszkolnych
5. Przy ustalaniu oceny śródrocznej lub rocznej uwzględnia się przede wszystkim wysiłek ucznia, wynikający z realizacji programu nauczania, postępy ucznia w zdobywaniu i utrwalaniu wiadomości, umiejętności i sprawności oraz systematyczny i aktywny udział w lekcjach wychowania fizycznego.
6. Ocena z wychowania fizycznego może być podniesiona za dodatkową aktywność ucznia, np. udział w zajęciach rekreacyjno-sportowych, zawodach sportowych, turniejach i rozgrywkach pozaszkolnych, konkursach plastycznych i literackich o tematyce sportowej.
7. Szkolne ocenianie z wychowania fizycznego ma być czynnikiem motywującym młodzież do aktywności fizycznej w wymiarze teraźniejszym i przyszłościowym.

Szczegółowe kryteria oceny śródrocznej i rocznej z wychowania fizycznego:

1) OCENA CELUJĄCA

Ocenę celującą na półrocze lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który w zakresie:

a) postawy i kompetencji społecznych (spełnia co najmniej 3 kryteria):
- jest zawsze przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy,
- używa właściwych sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły,
- bardzo chętnie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej,
- reprezentuje szkołę w zawodach sportowych na poziomie powiatu, rejonu, województwa lub w zawodach ogólnopolskich,
- systematycznie bierze udział w zajęciach sportowo-rekreacyjnych,

b) systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 5 kryteriów):
- aktywnie ćwiczy podczas zajęć,
- w sposób bardzo dobry wykonuje wszystkie ćwiczenia w czasie lekcji,
- wzorowo pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,

- potrafi przeprowadzić rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
- umie samodzielnie przygotować miejsce ćwiczeń,
- stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego,
- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych,
- ćwiczenia wykonuje zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
- potrafi wykonać ćwiczenie o znacznym stopniu trudności,

c) sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego (spełnia co najmniej 3 kryteria):
- zalicza wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania,
- samodzielnie zabiega o poprawę lub uzupełnienie próby sprawnościowej, w której nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych,
- uzyskuje bardzo znaczny postęp w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
- dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego,
- oblicza wskaźnik BMI,

d) wiadomości (spełnia co najmniej 2 kryteria):
- zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę bardzo dobrą lub celującą,
- stosuje wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego,
- posiada rozległą wiedzę na temat rozwoju fizycznego,
- wykazuje się dużym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą.

2) OCENA BARDZO DOBRA

Ocenę bardzo dobrą na półrocze lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który w zakresie:

a) postawy i kompetencji społecznych (spełnia co najmniej 3 kryteria):
- jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój
- używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły,
- chętnie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej,
- reprezentuje szkołę w zawodach sportowych,

b) systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 5 kryteria):
- aktywnie ćwiczy podczas większości zajęć,
- w sposób bardzo dobry wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,
- bardzo dobrze pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,
- potrafi przeprowadzić elementy rozgrzewki,
- umie z pomocą nauczyciela lub współćwiczących przygotować miejsce ćwiczeń,
- stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego,

- ćwiczenia wykonuje zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
- potrafi wykonywać ćwiczenia o dużym stopniu trudności,
- stosuje opanowane umiejętności ruchowe w czasie gry właściwej, w trakcie zajęć,

c) sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego (spełnia co najmniej 3 kryteria):

- zalicza prawie wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania,
- poprawia lub uzupełnia próby sprawnościowe, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych za namową nauczyciela,
- uzyskuje znaczny postęp w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
- dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego,
- oblicza wskaźnik BMI,

d) wiadomości (spełnia co najmniej 2 kryteria):

- zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę bardzo dobrą lub dobrą,
- stosuje prawie wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane podczas zajęć wychowania fizycznego,
- posiada wiedzę na temat rozwoju fizycznego,
- posiada wiedzę nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą.

3) OCENA DOBRA

Ocenę dobrą na półrocze lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który w zakresie:

a) postawy i kompetencji. społecznych (spełnia co najmniej 3 kryteria):

- nie zawsze jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy,
- nie zawsze używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły,
- sporadycznie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej,
- sporadycznie uczęszcza na zajęcia sportowo-rekreacyjne,
- bierze udział w rozgrywkach międzyklasowych;

b) systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 5 kryteriów):

- aktywnie ćwiczy w większości zajęć;
- w sposób dobry wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,
- dobrze pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,
-potrafi przeprowadzić elementy rozgrzewki przy pomocy nauczyciela,
- umie z pomocą nauczyciela lub współćwiczącego przygotować miejsce ćwiczeń,
- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z niewielkimi błędami technicznymi lub taktycznymi,
- potrafi wykonywać ćwiczenia o przeciętnym stopniu trudności,

- potrafi w niewielkim stopniu zastosować umiejętności ruchowe w czasie gry właściwej lub szkolnej,
- ćwiczenia wykonuje zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,

a) sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego (spełnia co najmniej 3 kryteria):
- zalicza większość testów i prób sprawnościowych ujętych w programie nauczania,
- poprawia lub uzupełnia próby sprawnościowe, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych za wyraźną namową nauczyciela,
- uzyskuje niewielki postęp w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
- dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego,
- oblicza wskaźnik BMI przy pomocy nauczyciela,

b) wiadomości (spełnia co najmniej 2 kryteria):
- zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę dobrą,
- stosuje przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego,
- posiada dobrą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego,
- wykazuje się dobrym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą.

4) OCENA DOSTATECZNA

Ocenę dostateczną na półrocze lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który w zakresie:

a) postawy i kompetencji. społecznych (spełnia co najmniej 2 kryteria):
- nie zawsze jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy,
- nie zawsze używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły,
- sporadycznie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej,
- sporadycznie uczęszcza na zajęcia sportowo-rekreacyjne,
- sporadycznie bierze udział w rozgrywkach międzyklasowych;

b) systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 4 kryteriów):
- sporadycznie ćwiczy podczas zajęć;
- w sposób dostateczny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,
- dobrze pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,
-potrafi przeprowadzić elementy rozgrzewki przy pomocy nauczyciela,
- umie z pomocą nauczyciela lub współćwiczącego przygotować miejsce ćwiczeń,
- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z niewielkimi błędami technicznymi lub taktycznymi,

- potrafi wykonywać ćwiczenia o łatwym stopniu trudności,
- potrafi w niewielkim stopniu zastosować umiejętności ruchowe w czasie gry właściwej lub szkolnej,
- ćwiczenia wykonuje zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,

c) sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego (spełnia co najmniej 2 kryteria):
- zalicza większość testów i prób sprawnościowych ujętych w programie nauczania,
- poprawia lub uzupełnia próby sprawnościowe, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych za wyraźną namową nauczyciela,
- uzyskuje niewielki postęp w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
- dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego przy pomocy nauczyciela,
- oblicza wskaźnik BMI przy pomocy nauczyciela,

d) wiadomości (spełnia co najmniej 2 kryteria):
- zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę dostateczną,
- stosuje przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego,
- posiada dostateczną wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego,
- wykazuje się dostatecznym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą.

4) OCENA DOPUSZCZAJĄCA

Ocenę dopuszczającą na półrocze lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który w zakresie:

a) postawy i kompetencji. społecznych (spełnia co najmniej 2 kryteria):
- rzadko jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy,
- nie zawsze używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły,
- rzadko współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej,
- rzadko uczęszcza na zajęcia sportowo-rekreacyjne,
- rzadko bierze udział w rozgrywkach międzyklasowych;

b) systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 3 kryteriów):
- rzadko ćwiczy podczas zajęć;
- w sposób dopuszczający wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,
- potrafi przeprowadzić elementy rozgrzewki przy pomocy nauczyciela,
- umie z pomocą nauczyciela lub współćwiczącego przygotować miejsce ćwiczeń,

- zalicza sprawdziany umiejętności ruchowych z błędami technicznymi lub taktycznymi,
- potrafi wykonywać ćwiczenia o bardzo łatwym stopniu trudności,
- potrafi w niewielkim stopniu zastosować umiejętności ruchowe w czasie gry właściwej lub szkolnej,

e) sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego (spełnia co najmniej 1 kryterium):
- zalicza niewielką ilość testów i prób sprawnościowych ujętych w programie nauczania,
- uzyskuje bardzo niewielki postęp w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
- dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego przy pomocy nauczyciela,

f) wiadomości (spełnia co najmniej 2 kryteria):
- zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę dopuszczającą,
- posiada niewielką wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego,
- wykazuje się minimalnym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą.

4) OCENA NIEDOSTATECZNA

Ocenę niedostateczną na półrocze lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który uzyskuje osiągnięcia poniżej wymagań na ocenę dopuszczającą.

Mimo wsparcia nauczyciela nie wykonuje podstawowych ćwiczeń i nie przystępuje do testów i sprawdzianów.