Zespół Szkolno-Przedszkolny w Lipinkach Łużyckich

***OCENA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO***

KRYTERIA:

1. Postawa wobec przedmiotu.
2. Umiejętności.
3. Wiadomości.
4. Zaangażowanie poza lekcją WF.
5. Poziom rozwoju sprawności.
6. Zwolnienie z zajęć wychowania fizycznego.
7. Strój sportowy.
8. Kryterium ocen.

## Ad.1. Postawa wobec przedmiotu

# Elementy oceny, za które uczeń będzie otrzymywał + lub -

# + -

### Aktywny udział w lekcji Brak stroju

Przygotowanie gazetki Wulgarne słownictwo

Brak dyscypliny

Nieprzestrzeganie regulaminu sali, boiska

Zachowanie grożące wypadkiem

## Ad.2. Umiejętności

## Oceniane umiejętności wynikają z treści kształcenia podstawy programowej przedmiotu wychowanie fizyczne na II etap edukacyjny: klasy IV–VII i podlegają ocenie w skali sześciostopniowej. W ogólnym zarysie są to umiejętności rozpoznawania i oceny własnego rozwoju fizycznego oraz sprawności fizycznej; umiejętności rozumienia związku aktywności fizycznej ze zdrowiem oraz praktykowania zachowań prozdrowotnych.

## Ad.3. Wiadomości

(nagradzane +)

* znajomość pozycji wyjściowych do ćwiczeń
* systematyka i nazewnictwo ćwiczeń
* znajomość przepisów gier i zabaw
* historia sportu ze szczególnym uwzględnieniem osiągnięć Polaków
* znajomość aktualnych wydarzeń sportowych

## Ad.4. Zaangażowanie poza lekcją WF

(nagradzane +)

* udział w zajęciach SKS
* udział w sekcji klubu lub organizacji sportowej
* udział w zawodach szkolnych
* udział w ogólnodostępnych imprezach sportowo-rekreacyjnych

## Ad.5. Poziom rozwoju sprawności

Postępy w rozwoju sprawności w skali roku szkolnego są monitorowane na podstawie sprawdzianów :

* lekkoatletycznych - *zdolności motoryczne : szybkość* 60m/100 m

s*koczność* skok w dal/wzwyż

*siła* rzut piłką lekarską

*wytrzymałość* 600m/800m/1000 m

* gimnastycznych – skoki przez przyrządy, układy gimnastyczne, małe piramidy,
* z gier zespołowych – umiejętności techniczne: *piłka nożna*

*piłka ręczna*

*piłka koszykowa*

*piłka siatkowa*

## Ad.6. Zwolnienie z zajęć wychowania fizycznego

##### Uczeń niezdolny do zajęć wychowani fizycznego dostarcza zwolnienie lekarskie lub od rodzica. Zwolnienie od rodzica nie może przekraczać 4 dni. Na podstawie zwolnienia lekarskiego długoterminowego (minimum 30 dni), uczeń zostaje zwolniony z przedmiotu przez dyrektora szkoły. W przypadku zwolnienia lekarskiego w drugim semestrze i braku możliwości wystawienia oceny za drugi semestr, ocena półroczna staje się końcową.

## Ad.7. Strój sportowy

Do stroju sportowego zaliczamy:

* Koszulka sportowa - /jeden kolor dla całej grupy/,
* Spodenki sportowe - /bez zamków i guzików/,
* Obuwie sportowe - /na sali gimnastycznej z czystą i jasną halową podeszwą/.

Ćwiczący obowiązkowo zdejmują zegarki, biżuterię /w tym naszyjniki, łańcuszki, kolczyki/ na czas zajęć wychowania fizycznego.

## Ad.8. Kryterium ocen

1. Uczeń ma obowiązek poznać zasady bhp na lekcji wychowania fizycznego i przestrzegać je.
2. Uczeń zobowiązany jest przynieść na każdą lekcję strój sportowy : obuwie, koszulkę, spodenki, dresy. Wstęp na salę gimnastyczną tylko w obuwiu sportowym.
3. Każdy uczeń jest oceniany z zasadami sprawiedliwości.
4. Oceny są jawne zarówno dla ucznia, jak i jego rodziców (prawnych opiekunów).
5. Przy ocenie z przedmiotu nauczyciel uwzględnia: **wysiłek** jaki uczeń wkłada w czynione postępy oraz aktywną jego postawę: czynne uczestnictwo w lekcji, sumienne i staranne wywiązywanie się z obowiązków wynikających z przedmiotu, zaangażowanie w przebieg lekcji, przygotowanie do zajęć, właściwy stosunek do przeciwnika i własnego ciała, opanowanie wiadomości i umiejętności przewidzianych dla poszczególnych klas zgodnie z indywidualnymi możliwościami i predyspozycjami, dokonywanie samooceny i samokontroli własnej sprawności fizycznej, aktywności na lekcji, udział w konkursach sportowych szkolnych i poza szkolnych oraz udział w zajęciach klubu sportowego. Ważny jest również poziom jaki reprezentuje uczeń w zakresie poszczególnych kryteriów
6. Uczeń ma prawo zgłosić, ze jest nieprzygotowany do zajęć ( brak stroju sportowego) 2 razy. Trzeci brak stroju skutkuje oceną niedostateczną .
7. Dziewczęta w czasie niedyspozycji zwalniane są z wykonywania intensywnego wysiłku fizycznego, natomiast obowiązuje je aktywne uczestnictwo w zajęciach.
8. Uczniowie zwolnieni z ćwiczeń na podstawie zaświadczenia ( lekarskie, od rodziców) nie są zwalniani z obowiązku obecności na lekcji i udziału w niej.
9. Uczeń, który ma zwolnienie lekarskie może być zwolniony z lekcji, jeżeli jest to jego pierwsza lub ostatnia lekcja, po uprzednim przedstawieniu nauczycielowi i dyrekcji oświadczenia rodziców, że w tym czasie biorą za niego odpowiedzialność.
10. Zwolnienia krótkotrwałe muszą być przedstawione na lekcji w dniu, którego dotyczą.
11. Konsekwencją podrobienia zwolnienia od rodziców jest powiadomienie wychowawcy.
12. Uczeń ma zakaz wnoszenia na lekcję wychowania fizycznego: telefonów komórkowych, głośników oraz artykułów spożywczych i ich spożywania.
13. Wychodzenie ucznia z lekcji możliwe jest jedynie za zgodą nauczyciela.
14. Uczniowie mają obowiązek dbać o sprzęt sportowy, jak i o ład i porządek w szatniach.
15. Uczeń za wysoką aktywność na lekcji, wiadomości z zakresu sportu, wykonanie gazetki sportowej, pomoc w organizacji zajęć i imprez otrzymuje plusy. Trzy plusy są zamieniane na ocenę bardzo dobrą.
16. Uczeń za nieprzestrzeganie regulaminów i brak dyscypliny otrzymuje punkty ujemne oraz minusy. Trzy minusy są zamieniane na ocenę niedostateczną.

**Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który:**

1. Jest zawsze przygotowany do lekcji i bierze aktywny udział we wszystkich lekcjach wychowania fizycznego w ciągu semestru, roku szkolnego.
2. Doskonale opanował elementy dyscyplin sportowych objętych programem nauczania.
3. Posiada dużą znajomość zasad i przepisów gier zespołowych oraz konkurencji LA, gimnastycznych itp.
4. Czynnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych, sportowo-rekreacyjnych.
5. Systematycznie podnosi poziom swojej sprawności fizycznej i motorycznej.
6. Bierze czynny udział w organizacji imprez sportowo-rekreacyjnych w szkole.
7. Przejawia dbałość o własne ciało i zdrowie, dba o higienę osobistą.
8. Jest koleżeński, zdyscyplinowany. Podczas zajęć przestrzega zasad BHP, „fair play”, dba o bezpieczeństwo własne i innych.
9. Osiąga sukcesy w zawodach sportowych na szczeblu co najmniej powiatowym.
10. Nie otrzymał oceny niedostatecznej w ciągu semestru.
11. Posiada umiejętności na poziomie bardzo dobrym.
12. Posiada umiejętności na poziomie dobrym.

# **Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który:**

1. Nie opuszcza zajęć lekcyjnych wychowania fizycznego. Jest przygotowany do zajęć.
2. W pełni opanował elementy dyscyplin sportowych objętych programem nauczania.
3. Wykazuje się znajomością zasad i przepisów gier sportowych, konkurencji LA, gimnastycznych...
4. Czynnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych, sportowo-rekreacyjnych.
5. Podnosi poziom swojej sprawności fizycznej i motorycznej.
6. Jest koleżeński, zdyscyplinowany, przestrzega zasad BHP na zajęciach wychowania fizycznego.
7. Osiąga sukcesy w zawodach sportowych na szczeblu szkolnym, miejskim.
8. Prowadzi sportowy tryb życia.
9. Nie otrzymał oceny niedostatecznej w ciągu semestru.
10. Posiada umiejętności na poziomie dobrym.
11. Posiada umiejętności na poziomie dostatecznym.

**Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który:**

1. Na ogół nie opuszcza zajęć wychowania fizycznego, niesystematycznie przygotowany jest do lekcji.
2. Opanował w stopniu dobrym elementy z zakresu dyscyplin sportowych objętych programem nauczania.
3. Wykazuje dobrą znajomość zasad i przepisów gier sportowych.
4. Jest koleżeński, na ogół przestrzega zasad BHP.
5. Sprawność fizyczną i motoryczną utrzymuje na poziomie zbliżonym do wyników z poprzedniego semestru.
6. Nie otrzymał więcej niż 1 ocenę niedostateczną.

**Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który:**

1. Niesystematycznie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego, często jest nie przygotowany do lekcji.
2. Opanował w stopniu dostatecznym elementy dyscyplin sportowych objętym programem nauczania.
3. Wykazuje braki w znajomości zasad i przepisów gier sportowych.
4. Jest niekoleżeński, niezdyscyplinowany, nie zawsze przestrzega zasad BHP.
5. Poziom sprawności fizycznej i motorycznej obniża się w porównaniu do wyników z poprzedniego semestru lub roku szkolnego.
6. Prowadzi niehigieniczny i niesportowy tryb życia.

**Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który:**

1. Opuszcza zajęcia wychowania fizycznego, często jest nie przygotowany do lekcji.
2. Nie opanował w stopniu dopuszczającym dyscyplin sportowych objętych programem nauczania.
3. Wykazuje znaczące braki w znajomości zasad i przepisów gier sportowych.
4. Jest niekoleżeński, niezdyscyplinowany, narusza zasady BHP.
5. Nie pracuje nad podniesieniem swojej sprawności fizycznej i motorycznej. We wszystkich próbach poziom sprawności fizycznej jest znacznie niższy od poprzednich wyników.
6. Prowadzi niehigieniczny i niesportowy tryb życia (nałogi: palenie papierosów, picie alkoholu).

**Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który:**

1. Nagminnie opuszcza zajęcia wychowania fizycznego. Bardzo często jest nie przygotowany do lekcji.
2. Nie opanował podstawowych umiejętności w zakresie dyscyplin sportowych objętych programem nauczania.
3. Nie zna podstawowych zasad i przepisów gier sportowych.
4. Nie pracuje w ogóle nad podniesieniem swojej sprawności fizycznej i motorycznej.
5. Jest niezdyscyplinowany, Niekoleżeński rażąco i często narusza przepisy BHP, stwarzając niebezpieczeństwo i zagrożenie dla siebie oraz innych.
6. Na lekcjach wchodzi w konflikty z kolegami i nauczycielami.
7. Prowadzi niehigieniczny i niesportowy tryb życia. Jest niedostosowany społecznie, posiada wiele nałogów (palenie papierosów, picie alkoholu, zażywanie narkotyków).