

## Elementy oceny z wychowania fizycznego w klasie VII szkoły podstawowej.

1. Ocena z wychowania fizycznego jest integralną częścią oceniania wewnątrzszkolnego szkoły.
2. Ocena śródroczna i roczna ustalana jest na podstawie ocen cząstkowych za określony poziom wiadomości, umiejętności i kompetencji społecznych w procesie szkolnego wychowania fizycznego.
3. Przy ustalaniu oceny śródrocznej i rocznej uwzględnia się przede wszystkim wysiłek ucznia, wynikający z realizacji programu nauczania oraz systematyczny i aktywny udział w lekcjach wychowania fizycznego.
4. Kontroli mogą podlegać kategorie aktywności fizycznej uczniów, takie np. jak: zdolności kondycyjne uczniów, znajomość sposobu pomiaru tętna przed wysiłkiem i po jego zakończeniu.
5. Ocenie mogą podlegać następujące kategorie aktywności uczniów:
  - **Przygotowanie do uczestnictwa w lekcji:** uczeń posiada odpowiedni strój sportowy (zmienny). Ma prawo dwa razy w semestrze zgłosić nieprzygotowanie do zajęć np. brak stroju sportowego. Za każde następne uczeń otrzymuje minus. Pięć minusów – ocena niedostateczna.
  - **Praca na lekcji:** postawa ucznia na lekcji, aktywność, zaangażowanie, kompetencje społeczne. Uczeń zdobywa plusy lub minusy. Pięć plusów – ocena bardzo dobra, pięć minusów ocena niedostateczna.

### Kompetencje społeczne. Uczeń:

- ✓ uczestniczy w sportowych rozgrywkach klasowych w roli zawodnika, stosuje zasady "czystej gry": szacunku do rywala, respektowanie przepisów gry, podporządkowanie się przepisom sędziego, umiejętność właściwego zachowania się w sytuacji zwycięstwa i porażki, podziękowanie za wspólną grę,
  - ✓ pełni rolę organizatora, sędziego i kibica w ramach szkolnych zawodów sportowych,
  - ✓ wyjaśnia zasady kulturalnego kibicowania,
  - ✓ wyjaśnia jak należy zachować się w sytuacjach związanych z aktywnością taneczną,
  - ✓ omawia znaczenie dobrych relacji z innymi ludźmi, w tym z rodzicami i rówieśnikami tej samej i odmiennej płci,
  - ✓ identyfikuje swoje mocne strony, budując poczucie własnej wartości, planuje sposoby rozwoju oraz ma świadomość słabych stron, nad którymi należy pracować,
  - ✓ wykazuje umiejętność adekwatnej samooceny swoich możliwości psychofizycznych,
  - ✓ wykazuje kreatywność w poszukiwaniu rozwiązań sytuacji problemowych,
  - ✓ współpracuje w grupie, szanując poglądy i wysiłki innych ludzi, wykazuje asertywność i empatię,
  - ✓ motywuje innych do udziału w aktywności fizycznej, ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i specjalnych potrzebach edukacyjnych
- **Odpowiedź ustna** - sprawdzenie bieżącej wiedzy ucznia na temat edukacji zdrowotnej, przepisów i zasad sportów indywidualnych oraz zespołowych, wydarzeń sportowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego.
  - **Prace dodatkowe** – na prośbę nauczyciela uczeń przygotowuje pracę pisemną lub prezentację z zakresu wiedzy o kulturze fizycznej czy edukacji zdrowotnej.
  - **Prowadzenie elementów lekcji pod opieką nauczyciela** – np. przygotowanie rozgrzewki.
  - **Sprawdzian** – oceniana jest technika wykonania umiejętności ruchowych. W semestrze przeprowadza się minimum 2 sprawdziany (każdy z innej dyscypliny sportu), oceniane w skali 1-6. O rodzaju sprawdzianu decyduje nauczyciel biorąc pod uwagę warunki (miejsce ćwiczeń), w jakich w danym roku szkolnym realizowany był program.
  - **Aktywność pozalekcyjna** - uczestnictwo w życiu sportowym, bądź też w innych formach działalności związanych z kulturą fizyczną na terenie szkoły (np. SKS), podejmowanie

indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym niebędące specjalizacją sportową szkoły (przynależność do klubu niewspółpracującego ze szkołą).

- **Udział w konkursach, co najmniej na szczeblu powiatowym** - uczeń reprezentuje szkołę w zawodach międzyszkolnych (ocenę celującą otrzymują uczniowie, którzy zajęli miejsca I – III na poziomie dzielnicy, lub brali udział w zawodach wyższej rangi; ocenę bardzo dobrą otrzymują uczniowie, którzy zajęli miejsca IV i niżej na poziomie dzielnicy)
  - **Udział w treningach (specjalizacja)** – systematyczne uczestnictwo w treningach wynikających ze specjalizacji sportowej szkoły oraz osiągnięte przez ucznia wyniki sportowe.
6. Każdy sprawdzian z umiejętności ruchowych uczeń musi zaliczyć w terminie podstawowym z klasą lub w przypadku nieobecności ucznia w terminie uzgodnionym z nauczycielem – jednak nie później niż do dwóch tygodni od daty sprawdzianu lub powrotu do szkoły po czasowej nieobecności. W przypadku ponownej nieobecności ucznia w ustalonym terminie uczeń podchodzi do sprawdzianu po powrocie do szkoły. Nie podejście do sprawdzianu w terminie podstawowym i dodatkowym skutkuje oceną niedostateczną z tego sprawdzianu.
  7. Uczeń ma prawo poprawić każdą ocenę ze sprawdzianu w terminie ustalonym z nauczycielem. Ocena z poprawy wpisywana jest do dziennika elektronicznego i nie zastępuje oceny uzyskanej w pierwszym terminie.
  8. W przypadku posiadania przez ucznia opinii lekarza o ograniczonych możliwościach wykonywania określonych ćwiczeń fizycznych, dyrektor szkoły, zwalnia ucznia z wykonywania określonych ćwiczeń na czas określony w tej opinii. Uczeń jest obowiązany uczestniczyć w zajęciach wychowania fizycznego. Nauczyciel prowadzący zajęcia wychowania fizycznego dostosowuje kategorie aktywności, które zostaną ocenione do możliwości ucznia (minimum 3 oceny).
  9. W przypadku posiadania przez ucznia opinii lekarza o braku możliwości uczestniczenia ucznia w zajęciach wychowania fizycznego, dyrektor szkoły zwalnia ucznia z realizacji tych zajęć na czas określony w tej opinii. Uczeń jest obowiązany przebywać na zajęciach pod opieką nauczyciela, chyba, że rodzice ucznia złożą oświadczenie o zapewnieniu dziecku opieki na czas trwania lekcji wychowania (zwolnienia z pierwszych i ostatnich lekcji w planie zajęć). W dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się „zwolniony”.
  10. Każdy uczeń powinien otrzymać minimum 6 ocen z przynajmniej 3 kategorii aktywności.
  11. Uczeń na koniec etapu edukacyjnego (klasa VIII szkoły podstawowej) może otrzymać ocenę wyższą niż przewidywana roczna, na swoją prośbę (złożoną nauczycielowi prowadzącemu), uwzględniającą jego dotychczasowe osiągnięcia sportowe w cyklu 5-letnim (patrz: „Oceny z wychowania fizycznego dla klasy... - „6” - CELUJĄCA.”).
  12. Ocenie podlegają następujące kategorie aktywności uczniów, którym przypisuje się określone wagi.

Kategorie aktywności uczniów:	waga oceny:
• Przygotowanie do uczestnictwa w lekcji	1
• Praca na lekcji	1
• Odpowiedź ustna	3
• Prace dodatkowe	4
• Prowadzenie elementów lekcji pod opieką nauczyciela	4
• Sprawdzian	5
• Aktywność pozalekcyjna (np. dodatkowe zajęcia w klubie niewspółpracującym ze szkołą, SKS)	5
• Udział w konkursach, co najmniej na szczeblu powiatowym	6
• Udział w treningach (specjalizacja)	6

Wskazane jest, by ocena śródroczna i roczna wynikała ze średniej ważonej ocen cząstkowych.

# **OCENY Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**

## **dla klasy VII szkoły podstawowej:**

„6” – **CELUJĄCA** – spełnia **wszystkie** poniższe wymagania objęte podstawą programową dla danego wieku i ze **wszystkich sprawdzianów, (co najmniej 2 w każdym półroczu)** uzyskał oceny na poziomie **bardzo dobrym**.

1. Uczeń jest zawsze przygotowany do zajęć wychowania fizycznego – posiada odpowiedni strój sportowy oraz nie ćwiczy na lekcjach tylko z bardzo ważnych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych (**nie otrzymał minusa oraz oceny niedostatecznej za brak stroju sportowego** w każdym półroczu)
2. Uczeń wykonuje wszystkie ćwiczenia w czasie lekcji oraz wzorowo pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny. Charakteryzuje się wysokim poziomem kultury osobistej, 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.
3. Posiada rozległą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego, a także bieżących wydarzeń sportowych w kraju i zagranicą.
4. Zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowej ujęte w programie nauczania bez jakichkolwiek błędów technicznych lub taktycznych.
5. Systematycznie uczestniczy w życiu sportowym szkoły w:
  - treningach wynikających ze specjalizacji sportowej szkoły  
lub
  - innych formach działalności związanych z kulturą fizyczną na terenie szkoły (np. SKS)  
lub
  - podejmuje indywidualne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym niebędące specjalizacją szkoły i uzyskuje znaczące wyniki.
6. Bierze udział w konkursach, reprezentuje szkołę w zawodach międzyszkolnych (zajmuje miejsca I – III na poziomie dzielnicy, lub bierze udział w zawodach wyższej rangi).

### **ORAZ**

7. Uczeń otrzymuje z zajęć wychowania fizycznego **celującą końcową ocenę klasyfikacyjną**, gdy:
  - jest laureatem konkursów przedmiotowych o zasięgu wojewódzkim i ponadwojewódzkim
  - jest finalistą olimpiady przedmiotowej o zasięgu wojewódzkim i ponadwojewódzkim
8. W klasie sportowej, uczeń otrzymuje **celującą ocenę śródroczną i roczną** z wychowania fizycznego, gdy:
  - jest finalistą i medalistą zawodów na szczeblu, co najmniej wojewódzkim
  - w indywidualnej klasyfikacji zajął miejsce w pierwszej dziesiątce ogólnopolskiego rankingu właściwego dla danej dyscypliny sportu

Pozostałym uczniom w klasie sportowej nauczyciel wychowania fizycznego wystawia ocenę śródroczną i roczną, wg przyjętych kryteriów oceniania z uwzględnieniem oceny ze specjalizacji (ocena cząstkowa) wystawionej przez trenera.

„5” – **BARDZO DOBRA** - spełnia wszystkie poniższe wymagania objęte podstawą programową dla danego wieku i ze wszystkich (minimum 6 ocen) uzyskał oceny pozytywne, z których otrzymał średnią ocen na poziomie, co najmniej **4,5**:

1. Uczeń jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, ale sporadycznie nie bierze udziału w lekcjach z różnych powodów. Nie ćwiczy na lekcjach tylko z bardzo ważnych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych (nie otrzymał oceny niedostatecznej za brak stroju sportowego w każdym półroczu).
2. Uczeń wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji oraz bardzo dobrze pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny. Charakteryzuje się właściwym poziomem kultury osobistej, 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.
3. Posiada bardzo dobrą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego, a także bieżących wydarzeń sportowych w kraju i zagranicą.
4. Zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowej ujęte w programie nauczania z niewielkimi błędami technicznymi lub taktycznymi.
5. Uczestniczy w życiu sportowym szkoły, (choć czasem je opuszcza) w:
  - treningach wynikających ze specjalizacji sportowej szkoły  
lub
  - innych formach działalności związanych z kulturą fizyczną na terenie szkoły (np. SKS)  
lub
  - podejmuje indywidualne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym niebędące specjalizacją szkoły.
6. Bierze udział w konkursach, reprezentuje szkołę w zawodach międzyszkolnych (zajmuje miejsca IV i niżej).

„4” – **DOBRA** – spełnia poniższe wymagania:

1. Uczeń jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, ale zdarza mu się nie brać udziału w lekcjach z różnych powodów. Nie ćwiczy na lekcjach tylko z bardzo ważnych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych.
2. Uczeń wykonuje w sposób dobry większość ćwiczeń w czasie lekcji oraz dobrze pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny. Charakteryzuje się właściwym poziomem kultury osobistej, 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.
3. Posiada dobrą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego, a także bieżących wydarzeń sportowych w kraju i zagranicą.
4. Zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowej ujęte w programie nauczania z niewielkimi błędami technicznymi lub taktycznymi.
5. Bierze udział w klasowych i szkolnych zawodach sportowych, nie uczęszcza na zajęcia sportowo-rekreacyjne, raczej nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym.

**„3” – DOSTATECZNA** – spełnia poniższe wymagania:

1. Uczeń jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, ale często zdarza mu się nie brać udziału w lekcjach z różnych powodów. Nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych.
2. Uczeń wykonuje w sposób dostateczny większość ćwiczeń w czasie lekcji, nie pełni funkcji lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny. Charakteryzuje się przeciętnym poziomem kultury osobistej, często używa nieodpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły. Nie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej.
3. Posiada dostateczną wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego, a także wykazuje się przeciętnym zakresem wiedzy na temat bieżących wydarzeń sportowych w kraju i zagranicą.
4. Zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowej ujęte w programie nauczania z dużymi błędami technicznymi lub taktycznymi.
5. Nie bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach sportowych, nie uczęszcza na zajęcia sportowo-rekreacyjne i nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym.
6. **Aktywnie uczestniczy, w co najmniej 50% zaplanowanych lekcji z wychowania fizycznego.**

**„2” – DOPUSZCZAJĄCA** – spełnia poniższe wymagania:

1. Uczeń bardzo często jest nieprzygotowany do zajęć wychowania fizycznego, zapomina stroju, często nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych.
2. Uczeń wykonuje w sposób nieudolny większość ćwiczeń w czasie lekcji, nie pełni funkcji lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny. Charakteryzuje się niskim poziomem kultury osobistej, bardzo często używa nieodpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły. Nie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej.
3. Posiada niewielką wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego, a także wykazuje się niskim zakresem wiedzy na temat bieżących wydarzeń sportowych w kraju i zagranicą.
4. Zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowej ujęte w programie nauczania z rażącymi błędami technicznymi lub taktycznymi.
5. Nie bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach sportowych, nie uczęszcza na zajęcia sportowo-rekreacyjne i nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym.

**„1” – NIEDOSTATECZNA** - spełnia poniższe wymagania:

1. Uczeń prawie zawsze jest nieprzygotowany do zajęć wychowania fizycznego, zapomina stroju, bardzo często nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych.

2. Uczeń wykonuje w sposób bardzo nieudolny większość ćwiczeń w czasie lekcji, nie pełni funkcji lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny. Charakteryzuje się bardzo niskim poziomem kultury osobistej, zachowuje się wulgarnie w stosunku do nauczyciela oraz innych pracowników szkoły. Nie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej.
3. Posiada niedostateczną wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego, a także wykazuje się niedostatecznym zakresem wiedzy na temat bieżących wydarzeń sportowych w kraju i zagranicą.
4. Zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowej ujęte w programie nauczania z bardzo rażącymi błędami technicznymi lub taktycznymi, nie poprawia lub nie uzupełnia sprawdzianów z umiejętności ruchowych, w których nie uczestniczył.
5. Nie bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach sportowych, nie uczęszcza na zajęcia sportowo-rekreacyjne i nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym.