

# PRZEDMIOTOWE ZASADY OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO REALIZOWANE W SZKOLE PODSTAWOWEJ NR 1 W OSTROŁĘCE

*Na podstawie Rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej z dnia 30 kwietnia 2007 roku w sprawie warunków sposobu oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy oraz przeprowadzania sprawdzianów i egzaminów w szkołach publicznych – Dz. U. nr 83, poz. 562.*

Przy ustaleniu oceny osiągnięć edukacyjnych w zakresie wychowania fizycznego należy w szczególności brać pod uwagę wysiłek wykonywany przez ucznia w wywiązywaniu się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć.

Integralnym elementem wprowadzonej obecnie reformy systemu oświaty jest zmiana sposobu oceniania edukacyjnego z wyeksponowaniem jego funkcji wychowawczej, dydaktycznej i społecznej.

Nowa podstawa programowa określa zestaw postaw, które szkoła powinna kształtować u uczniów, takich jak:

- odpowiedzialność
- uczciwość
- wiarygodność
- wytrwałość
- poczucie własnej wartości
- przedsiębiorczość
- kreatywność
- gotowość do pracy zespołowej
- kultura osobista

Przedmiotowy system oceniania jest zgodny z:

- Rozporządzeniem M.E.N. w/w
- Statutem Szkoły Podstawowej nr 1 w Ostrołęce
- Programem nauczania – Wychowanie fizyczne bliższe wartościom dla klas IV-VI szkoły podstawowej DKW-4014-68/99 (nowelizacja)

- Wewnętrzny szkolnymi zasadami oceniania.

## ZASADY OCENIANIA

- Ocena semestralna/roczna będzie wypadkową ocen końcowych z poszczególnych obszarów oceniania.
- System oceniania powinien być nakierowany na wysiłek wkładany przez ucznia, jego postawę i aktywność fizyczną.
- System oceniania powinien być więc tak opracowany aby nakłaniał uczniów do systematycznego i aktywnego uczestnictwa w aktywności fizycznej, pracy nad swoją sprawnością fizyczną, poszerzania wiedzy i umiejętności.
- Na początku każdego roku szkolnego przedstawiane są uczniom szczegółowe kryteria otrzymania poszczególnych stopni szkolnych ze wszystkich obszarów oceniania.
- Niedopuszczalne jest formułowanie oceny z wychowania fizycznego (i wspomagającej, i sumującej) na podstawie wyników testów sprawności fizycznej.
- Pomiar sprawności fizycznej nie powinien być podstawą do oceniania uczniów, ale powinien posłużyć do opisanie mocnych i słabych stron uczniów oraz wskazania możliwości ich modyfikowania.
- Uczeń ma prawo do poprawy oceny częściowej
- Uczeń jest informowany o uzyskaniu danej oceny na bieżąco.

- Rodzice otrzymują informację o ocenach na bieżąco w dzienniku elektronicznym i na zebraniach rodzicielskich.

- Ocena z wychowania fizycznego może być podniesiona o jedną do góry za wysokie osiągnięcia sportowe lub inne szczególne działania i zasługi.

## **Obszar 1. POSTAWA UCZNIĄ NA ZAJĘCIACH.**

Skala ocen	Szczegółowe kryteria oceny
<b>Ocenę celującą</b> otrzymuje uczeń, który:	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Wykazuje bardzo dużą aktywność i zaangażowanie na lekcjach.</li> <li>•Jest zawsze przygotowany do zajęć (posiada zawsze strój sportowy)</li> <li>•Wkłada bardzo dużo wysiłku w wykonywane zadania.</li> <li>•Powierzone mu zadanie wykonuje sumiennie i starannie.</li> <li>•Systematycznie uczęszcza na zajęcia ewentualne nieobecności ma usprawiedliwione.</li> <li>•Przestrzega zasady fair play na boisku i w życiu.</li> <li>•Chętnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych, pozaszkolnych.</li> <li>•Jest zaangażowany w działalność sportową szkoły.</li> <li>•Chętnie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego.</li> <li>•Chętnie reprezentuje szkołę w rozgrywkach i zawodach sportowych.</li> </ul>
<b>Ocenę bardzo dobrą</b> otrzymuje uczeń, który:	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Na zajęciach jest aktywny i zaangażowany.</li> <li>•Jest przygotowany do zajęć (dopuszcza się trzykrotny brak stroju sportowego w semestrze) .</li> <li>•Starannie i sumiennie wykonuje powierzone mu zadania.</li> <li>•Systematycznie uczęszcza na zajęcia – zdarzają się nieobecności usprawiedliwione).</li> <li>•Przestrzega zasad fair play na boisku.</li> <li>•Pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego.</li> </ul>
<b>Ocenę dobrą</b> otrzymuje uczeń, który:	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Nie zawsze jest aktywny i zaangażowany na zajęciach.</li> <li>•Z reguły jest przygotowany do zajęć (dopuszcza się pięciokrotny brak stroju w semestrze).</li> <li>•Dość często jest nieobecny za zajęciami.</li> <li>•Potrzebuje motywacji podczas wykonywania zadań ruchowych.</li> <li>•Nie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego.</li> </ul>
<b>Ocenę</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Nie wykazuje szczególnej aktywności na zajęciach</li> <li>•Bywa często nie przygotowany do zajęć( pięciokrotny brak stroju w semestrze ).</li> </ul>

<b>dostateczną</b> otrzymuje uczeń, który:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Często jest nieobecny na zajęciach.</li> <li>• Powierzone mu zadania wykonuje niestarannie i niedbale.</li> <li>• Nie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych.</li> <li>• Nie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego i nie szanuje powierzonego mu sprzętu sportowego.</li> </ul>
<b>Ocenę dopuszczającą</b> otrzymuje uczeń, który:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Na zajęciach nie wykazuje żadnej aktywności.</li> <li>• Regularnie jest nieprzygotowany do zajęć (ośmiokrotny brak stroju sportowego w semestrze).</li> <li>• Bardzo często opuszcza zajęcia.</li> <li>• Powierzone mu zadanie wykonuje bardzo niestarannie, okazując lekceważący stosunek do tego co robi.</li> </ul>
<b>Ocenę niedostateczną</b> otrzymuje uczeń, który:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Na zajęciach nie wykonuje i nie chce wykonywać żadnych powierzonych mu zadań.</li> <li>• Wykazuje skrajnie lekceważący stosunek do przedmiotu.</li> <li>• Do zajęć nigdy nie jest przygotowany.</li> <li>• Samowolnie i nagminnie opuszcza zajęcia.</li> </ul>

## **Obszar 2. ZACHOWANIE UCZNIĄ NA ZAJĘCIACH.**

Skala ocen	Szczegółowe kryteria oceny
<b>Ocenę celującą</b> otrzymuje uczeń, który	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentuje postawę godną naśladowania: jest koleżeński, życzliwy, cechuje go wysoka kultura osobista.</li> <li>• Nigdy nie używa wulgaryzmów.</li> <li>• Nigdy nie stosuje przemocy wobec innych.</li> <li>• Troszczy się o bezpieczeństwo swoje i innych.</li> <li>• Zawsze przestrzega ustalonych reguł i zasad postępowania.</li> <li>• Doskonale potrafi współpracować na boisku i poza nim.</li> <li>• Potrafi dokonać samooceny własnego zachowania.</li> <li>• Jest odpowiedzialny za zdrowie własne i innych: nie pali papierosów, nie pije alkoholu, nie zażywa narkotyków oraz stosuje zasady bezpieczeństwa.</li> <li>• Właściwie pełni rolę zawodnika, sędziego i kibica.</li> <li>• Właściwie i z szacunkiem odnosi się do nauczyciela i swoich kolegów.</li> </ul>
<b>Ocenę bardzo dobrą</b> otrzymuje uczeń, który:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jest koleżeński i kulturalny wobec innych.</li> <li>• Zdarzają mu się pojedyncze przypadki brzydkiego wyrażania się.</li> <li>• Zdarzają mu się pojedyncze przypadki użycia siły wobec innych.</li> <li>• Stara się przestrzegać ustalonych reguł i zasad postępowania.</li> <li>• Unika zachowań zagrażających zdrowiu własnemu i innych.</li> <li>• Przestrzega zasad bezpieczeństwa na zajęciach.</li> <li>• Współpracuje w zespole.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Dokonuje próby samooceny własnego zachowania.</li> <li>•Stara się właściwie pełnić role zawodnika, sędziego i kibica.</li> <li>•Właściwie odnosi się do nauczyciela.</li> </ul>
<p><b>Ocenę dobrą</b> otrzymuje uczeń, który:</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Swoim zachowaniem nie budzi większych zastrzeżeń.</li> <li>•Stara się być koleżeński wobec innych.</li> <li>•Czasami z zdarzają mu się przypadki użycia wulgaryzmów.</li> <li>•Czasami zdarzają mu się przypadki użycia siły wobec innych.</li> <li>•Stara się przestrzegać ustalonych reguł i zasad postępowania oraz bezpieczeństwa.</li> <li>•Zdarzają się przypadki niewłaściwych zachowań zagrażających zdrowiu własnemu i innych.</li> <li>•Nie zawsze potrafi współdziałać w zespole.</li> <li>•Nie dokonuje próby samooceny własnego zachowania.</li> <li>•Nie zawsze właściwie pełni rolę zawodnika, sędziego i kibica.</li> <li>•Czasami odnosi się niewłaściwie do nauczyciela</li> </ul>
<p><b>Ocenę dostateczną</b> otrzymuje uczeń, który:</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Wykazuje braki w zakresie wychowania społecznego - wobec innych jest niekulturalny i niekoleżeński.</li> <li>•Często używa wulgaryzmów i brzydkich wyrażeń.</li> <li>•Często używa siły wobec innych, zdarzają się przypadki agresji.</li> <li>•Nie potrafi współpracować w zespole.</li> <li>•Nie przestrzega zasad bezpieczeństwa na zajęciach.</li> <li>•Stwarza zagrożenie dla własnego zdrowia poprzez niewłaściwe i niezdrowe zachowania i postawy.</li> <li>•Nie potrafi zachować się jako zawodnik, sędzia i kibic.</li> <li>•Często odnosi się niewłaściwie do nauczyciela.</li> </ul>
<p><b>Ocenę dopuszczającą</b> otrzymuje uczeń, który:</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Wykazuje bardzo duże braki w zakresie wychowania społecznego - jest niekulturalny i wrogo nastawiony wobec innych.</li> <li>•Bardzo często używa brzydkich wyrażeń i wulgaryzmów wobec innych uczniów.</li> <li>•Jest agresywny wobec innych.</li> <li>•Stwarza poważne zagrożenie dla bezpieczeństwa innych.</li> <li>•Nie przestrzega zasad zdrowego stylu życia.</li> <li>•Jest niekulturalny i arogancki wobec nauczyciela.</li> </ul>
<p><b>Ocenę niedostateczną</b> otrzymuje uczeń, który:</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Systematycznie łamie zasady współżycia z innymi- jest skrajnie niekulturalny, bardzo wrogo nastawiony do innych, nagminnie stosuje przemoc wobec innych.</li> <li>•Używa bardzo wulgarnego języka .</li> <li>•Stanowi zagrożenie dla innych uczniów.</li> <li>•Do nauczyciela odnosi się skrajnie niewłaściwie i bardzo arogancko.</li> <li>•Z premedytacją dezorganizuje pracę za zajęciach.</li> </ul>

### Obszar 3. POZIOM UMIEJĘTNOŚCI RUCHOWYCH.

Skala ocen	Szczegółowe kryteria oceny
<p><b>Ocenę celującą</b> otrzymuje uczeń, który</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Wkłada duży wysiłek w opanowanie nowych umiejętności ruchowych, sportowych, rekreacyjnych i utylitarnych.</li> <li>•Potrafi prawidłowo opisać własną postawę ciała.</li> <li>•Stosuje prawidłową technikę podczas: kozłowania piłki w biegu ze zmianą kierunku ruchu, podania piłki jednorącz i oburącz, rzutu piłki do kosza, rzutu i strzału piłki do bramki, odbicia piłki sposobem górnym.</li> <li>•Stosuje prawidłową technikę podczas gry w: tenisa stołowego, unihokeja i w innych grach rekreacyjnych.</li> <li>•Wykonuje bezbłędnie przewrót w przód z marszu i przewrót w tył.</li> <li>•Wykonuje własny układ gimnastyczny.</li> <li>•Inicjuje i organizuje dowolną zabawę lub grę ruchową.</li> <li>•Dobiera odpowiedni strój i obuwie do ćwiczeń w zależności od miejsca zajęć i pogody.</li> <li>•Potrafi dobrać kilka ćwiczeń kształtujących wybrane zdolności motoryczne.</li> <li>•Potrafi dobrać po trzy ćwiczenia ułatwiające utrzymanie prawidłowej postawy ciała.</li> <li>•Potrafi zademonstrować prawidłową technikę podnoszenia ciężarów z podłoża.</li> </ul>
<p><b>Ocenę bardzo dobrą</b> otrzymuje uczeń, który:</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Stara się opanować jak najwięcej nowych umiejętności ruchowych: sportowych, rekreacyjnych i utylitarnych.</li> <li>•Opisuje ogólnie własną postawę ciała.</li> <li>•Stosuje w grze w miarę poprawnie: kozłowanie piłki w biegu ze zmianą kierunku ruchu, podania piłki jednorącz i oburącz, rzutu piłki do kosza, rzutu i strzału piłki do bramki, odbicia piłki sposobem górnym.</li> <li>•Stosuje w miarę poprawną technikę podczas gry w: tenisa stołowego, unihokeja i w innych grach rekreacyjnych.</li> <li>•Potrafi zorganizować dowolną zabawę lub grę ruchową.</li> <li>•Z drobnymi błędami wykonuje przewrót w przód i w tył.</li> <li>•Potrafi dobrać odpowiedni strój i obuwie do panującej pogody.</li> <li>•Potrafi dobrać po jednym ćwiczeniu kształtującym wybrane zdolności motoryczne i ułatwiającym utrzymanie prawidłowej postawy ciała.</li> </ul>
<p><b>Ocenę dobrą</b> otrzymuje uczeń, który</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nie wykazuje specjalnego zaangażowania w opanowanie nowych umiejętności ruchowych.</li> <li>• Z pomocą nauczyciela omawia własną postawę ciała.</li> <li>• Stosuje w grach tylko niektóre elementy techniki gry.</li> <li>• W miarę swoich możliwości uczestniczy w niektórych grach rekreacyjnych.</li> <li>• Potrafi zorganizować dowolną zabawę lub grę ruchową.</li> <li>• Podejmuje próby wykonania przewrotu w przód i w tył.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• W miarę prawidłowo dobiera odpowiedni strój i obuwie do panującej pogody.</li> </ul>
<b>Ocenę dostateczną</b> otrzymuje uczeń, który	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nie wykazuje chęci do opanowania nowych umiejętności ruchowych.</li> <li>• Nie potrafi opisać własne postawy ciała.</li> <li>• Nie potrafi lub nie chce zastosować prawidłowej techniki gry w grach sportowych lub rekreacyjnych.</li> <li>• Nie potrafi zorganizować dowolnej zabawy lub gry.</li> <li>• Nie podejmuje próby wykonania przewrotu w przód i w tył.</li> <li>• Nie potrafi dobrać stroju i obuwia do panującej pogody.</li> </ul>
<b>Ocenę dopuszczającą</b> otrzymuje uczeń, który:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nie podejmuje żadnych prób opanowania nowych umiejętności ruchowych.</li> <li>• W czasie gry umyślnie stosuje błędną technikę.</li> <li>• Nie zależy mu na opanowaniu żadnych nowych umiejętności ruchowych.</li> </ul>
<b>Ocenę niedostateczną</b> otrzymuje uczeń, który:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nie wykonuje żadnych powierzonych mu zadań na zajęciach.</li> <li>• Nie podchodzi do ćwiczeń i pokazuje swoim zachowaniem, że nie zależy mu na opanowaniu żadnych umiejętności ruchowych.</li> </ul>

#### **Obszar 4. WIADOMOŚCI Z ZAKRESU EDUKACJI FIZYCZNEJ.**

Skala ocen	Szczegółowe kryteria oceny
<b>Ocenę celującą</b> otrzymuje uczeń, który:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wyjaśnia zależności pomiędzy aktywnością fizyczną a zdrowiem.</li> <li>• Wymienia i omawia zasady zdrowego stylu życia.</li> <li>• Omawia sposoby postępowania w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia.</li> <li>• Wyjaśnia dlaczego należy chronić organizm przed nadmiernym nasłonecznieniem i wyziębnieniem.</li> <li>• zna zasady bhp na zajęciach oraz zasady bezpiecznego zachowania się nad wodą i w górach.</li> <li>• Wymienia zasady czystej gry w sporcie i w życiu oraz wyjaśnia dlaczego należy przestrzegać ustalonych reguł w trakcie rywalizacji sportowej.</li> <li>• Opisuje prawidłowo postawę ciała.</li> <li>• Wymienia zasady i metody hartowania organizmu.</li> <li>• Interpretuje wynik pomiaru tętna przed i po wysiłku.</li> <li>• Omawia znaczenie prawidłowego podnoszenia ciężarów.</li> <li>• zna podstawowe przepisy gier rekreacyjnych i sportowych.</li> <li>• Wymienia nazwiska wybitnych polskich sportowców.</li> <li>• zna zasady poruszania się po drogach.</li> <li>• Omawia prawidłowe zachowanie się zawodnika i kibica sportowego.</li> <li>• zna zasady zachowania się na zabawie, dyskoteci i balu.</li> </ul>

<p><b>Ocenę bardzo dobrą</b> otrzymuje uczeń, który:</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Wymienia podstawowe zasady aktywnego wypoczynku.</li> <li>•Wymienia zasady bhp na zajęciach ruchowych i zachowania się nad wodą i w górach.</li> <li>•Wymienia podstawowe cechy prawidłowej postawy ciała.</li> <li>•Zna podstawową zasadę podnoszenia ciężarów.</li> <li>•Zna podstawowe przepisy gier rekreacyjnych i sportowych.</li> <li>•Zna podstawowe zasady poruszania się po drodze.</li> <li>•Omawia postępowanie w sytuacji zagrożenia zdrowia i życia.</li> <li>•Wymienia podstawowe zasady hartowania organizmu.</li> <li>•Zna prawidłowe zachowanie się zawodnika i kibica sportowego.</li> <li>•Wie jak zachować się na zabawie i dyskotecce.</li> <li>•Podaje niektóre nazwiska znanych sportowców.</li> <li>•Wie jak udzielić poszkodowanemu pomocy.</li> <li>•Wie jak chronić się przed nadmiernym nasłonecznieniem.</li> </ul>
<p><b>Ocenę dobrą</b> otrzymuje uczeń, który:</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Nie wymienia wszystkich podstawowych zasad zdrowego stylu życia.</li> <li>•Wie jak zachować się w sytuacji zagrożenia zdrowia i życia.</li> <li>•Wymienia niektóre zasady bhp podczas zajęć i wie jak zachować się nad wodą i w górach.</li> <li>•Wymienia co najmniej dwie wady postawy ciała.</li> <li>•Zna pobieżnie przepisy gier.</li> <li>•Zna podstawowe zasady poruszania się po drodze.</li> <li>•Wie w jaki sposób powinno podnosić się ciężary.</li> <li>•Rozumie rolę aktywności fizycznej dla zdrowia człowieka.</li> <li>•Wie jak chronić się przed nadmiernym nasłonecznieniem.</li> <li>•Zna ogólne zasady zachowania się w roli zawodnika i kibica.</li> </ul>
<p><b>Ocenę dostateczną</b> otrzymuje uczeń, który:</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Wymienia tylko niektóre zasady zdrowego stylu życia.</li> <li>•Nie rozumie zależności pomiędzy aktywnością fizyczną a zdrowiem.</li> <li>•Nie potrafi wymienić podstawowych zasad bhp podczas zajęć.</li> <li>•Nie zna sposobów postępowania w sytuacji zagrożenia zdrowia i życia.</li> <li>•Nie wie jak ochronić swój organizm przed nadmiernym nasłonecznieniem.</li> <li>•Nie potrafi podać przykładu wady postawy ciała.</li> <li>•Bardzo słabo zna podstawowe przepisy gier.</li> <li>•Bardzo słabo zna podstawowe zasady poruszania się po drogach.</li> <li>•Nie potrafi wymienić zasad i metod hartowania organizmu.</li> <li>•Nie potrafi wymienić zasad zachowania się w roli zawodnika i kibica sportowego.</li> </ul>



<p><b>Ocenę dopuszczającą</b> otrzymuje uczeń, który:</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nie potrafi wymienić zasad zdrowego stylu życia.</li> <li>• Nie odpowiada na zadane mu pytania lub odpowiada jednym słowem.</li> <li>• Nie zna podstawowych przepisów gier oraz przepisów ruchu drogowego.</li> <li>• Nie zależy mu na przyswojeniu nowych wiadomości.</li> </ul>
<p><b>Ocenę niedostateczną</b> otrzymuje uczeń, który:</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Z uporem i premedytacją nie udziela żadnych odpowiedzi na żadne z zadanych mu pytań.</li> <li>• Nie chce przyswoić żadnych wiadomości dotyczących wychowania fizycznego i zdrowia.</li> <li>• Lekceważy wszelkie próby nawiązania z nim rozmowy na omawiany temat.</li> </ul>