

**ZASADY OCENIANIA  
Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**  
Szkoła Podstawowa nr 2 im. Jana Pawła II w Pabianicach

Zasady oceniania z wychowania fizycznego zostały opracowane na podstawie:

1. Rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej z dnia 3 sierpnia 2017 r. w sprawie oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych.
2. Wewnątrzszkolnych Zasad Oceniania Szkoły Podstawowej nr 2 im. Jana Pawła II w Pabianicach.

Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego należy przede wszystkim brać pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć, a także systematyczność udziału ucznia w zajęciach oraz aktywność ucznia w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej.

Zasady oceniania z wychowania fizycznego zakładają, że uczeń, który wykaże się zaangażowaniem i aktywnością, rzetelnością i systematycznością oraz wzorową postawą może udowodnić, że stać go na najwyższą ocenę z wychowania fizycznego. Ważne, by zwracać uwagę głównie na aktywną postawę wobec kultury fizycznej, co powinno wpłynąć na ukształtowanie nawyków i potrzeb niezbędnych do utrzymania zdrowia fizycznego i psychicznego.

Przy wystawianiu oceny z wychowania fizycznego brane są pod uwagę indywidualne możliwości każdego ucznia.

Ocenianie z wychowania fizycznego ma być czynnikiem motywującym uczniów do aktywności fizycznej w wymiarze teraźniejszym i przyszłościowym.

**I. OCENA ŚRÓDROCZNA I ROCZNA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO JEST WYPADKOWĄ TAKICH SKŁADOWYCH JAK:**

- 1. Aktywność i postawa na lekcji** - oceniany jest przede wszystkim wysiłek wkładany przez ucznia i wszelkie przejawy zaangażowania ucznia podczas lekcji wychowania fizycznego:
  - 1) zaangażowanie w wykonywanie ćwiczeń i zadań wyznaczonych przez nauczyciela, wykonywanie ich w sposób zbliżony do maksimum swoich możliwości;
  - 2) inwencja twórcza;
  - 3) aktywny udział w zajęciach i współudział w ich organizacji - prowadzenie poszczególnych części lekcji np. rozgrzewki, sędziowanie;
  - 4) zdyscyplinowanie i przestrzeganie zasad bezpieczeństwa i regulaminu korzystania z obiektów sportowych;
  - 5) postawa „fair-play”, współpraca i współdziałanie w grupie.

Negatywny wpływ na ocenę za aktywność ma bierny i niechętny stosunek do uczestnictwa w zajęciach, brak zaangażowania i dyscypliny podczas zajęć.

- 2. Frekwencja** - uczeń powinien systematycznie uczestniczyć w zajęciach i być do nich przygotowany. Uczeń zobowiązany jest do posiadania stroju sportowego. Negatywny wpływ na ocenę za frekwencję mają: spóźnienia, nieobecności nieusprawiedliwione, ucieczki z lekcji, nieusprawiedliwione nie ćwiczenie na lekcji.

- 3. Średnia ocen** uzyskanych ze sprawdzianów oceniających stopień opanowania wymagań programowych z poszczególnych dyscyplin sportowych zawartych w programie wychowania fizycznego.
- Oceniane jest:
- 1) właściwe wykorzystanie zdolności koordynacyjno - kondycyjnych;
  - 2) wysiłek włożony w uzyskanie postępu w usprawnianiu i w opanowaniu umiejętności ruchowych;
  - 3) poziom nabytych umiejętności ruchowych i poprawność wykonania określonych elementów technicznych.

Doboru sprawdzianów dokonuje nauczyciel prowadzący zajęcia w danej klasie.

- 4. Poziom wiedzy** - oceniane jest opanowanie wiadomości z zakresu edukacji zdrowotnej, wychowania fizycznego oraz rekreacji ruchowej i sportu.
- 5. Kryteria dodatkowe** - oceniana jest dodatkowa działalność na rzecz rozwoju kultury fizycznej w szkole i poza nią:
- 1) aktywny udział we wszystkich formach aktywności ruchowej i w życiu sportowym szkoły, np. organizowanie imprez sportowo - rekreacyjnych, udział w konkursach, projektach, przedsięwzięciach o tematyce sportowej;
  - 2) systematyczny udział w zajęciach sportowo - rekreacyjnych organizowanych na terenie szkoły;
  - 3) godne reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych i osiągnięte wyniki.

## II. UWAGI DO KRYTERIÓW OCENY:

1. O jakości wystawionej oceny śródrocznej i rocznej z wychowania fizycznego decyduje poziom jaki reprezentuje uczeń w zakresie poszczególnych kryteriów. Ocena śródroczna i roczna z wychowania fizycznego nie jest średnią arytmetyczną ocen składowych.
2. Uczniom z opinią z Poradni Psychologiczno - Pedagogicznej dostosowuje się wymagania edukacyjne do indywidualnych potrzeb rozwojowych i edukacyjnych oraz możliwości psychofizycznych zgodnie z zaleceniami zawartymi w opinii.
3. Zwolnienia ucznia:
  - 1) w uzasadnionych przypadkach uczeń ma prawo być zwolniony z ćwiczenia na lekcji wychowania fizycznego na podstawie zwolnienia napisanego przez rodzica;
  - 2) uczeń w przypadku nagłego złego samopoczucia może być zwolniony przez nauczyciela z ćwiczenia na lekcji wychowania fizycznego, musi jednak dostarczyć na następną lekcję usprawiedliwienie od rodzica potwierdzające jego niedyspozycję;
  - 3) uczeń uczestniczący w zajęciach wychowania fizycznego, może być w uzasadnionych przypadkach zwolniony z wykonywania cięższych i intensywniejszych ćwiczeń fizycznych oraz ma prawo ćwiczyć w stroju, który daje mu komfort fizyczny i psychiczny.
4. Uczeń ma prawo zgłosić jeden raz w półroczu nieprzygotowanie do zajęć (brak stroju sportowego). Każde kolejne nieprzygotowanie skutkuje oceną niedostateczną.

5. Uczeń, który z uzasadnionych przyczyn nie uczestniczył w sprawdzianie, ma obowiązek zaliczyć go w terminie ustalonym z nauczycielem. W przypadku niepowodzenia na sprawdzianie uczeń ma prawo do dodatkowego zaliczenia w ustalonym z nauczycielem terminie.
6. W ramach realizacji czwartej godziny wychowania fizycznego w klasie IV odbywają się zajęcia z pływania. Są to zajęcia obowiązkowe niepodlegające ocenie.

### III. WYMAGANIA SZCZEGÓŁOWE NA POSZCZEGÓLNE OCENY:

#### 1. OCENA - CELUJĄCA

- 1) uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą;
- 2) podnosi poziom swojej sprawności fizycznej, poszerza zdobyte umiejętności z wychowania fizycznego i wiadomości z edukacji zdrowotnej, które wybiegają poza program i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu;
- 3) przystępuje do wszystkich sprawdzianów i uzyskuje wyniki wykraczające poza wymagania z podstawy programowej;
- 4) posiada znaczną umiejętność diagnozowania własnego rozwoju fizycznego, sprawności i wydolności fizycznej oraz potrafi we właściwy sposób zinterpretować uzyskane wyniki;
- 5) systematycznie i aktywnie uczestniczy w zajęciach rekreacyjno - sportowych i chętnie bierze udział w imprezach sportowych na terenie szkoły i poza nią;
- 6) godnie reprezentuje szkołę w zawodach sportowych;
- 7) pomaga w organizacji i prowadzeniu zajęć;
- 8) dba o sprzęt sportowy i chętnie podejmuje się czynności społecznych;
- 9) wykazuje troskę o bezpieczeństwo swoje oraz wszystkich ćwiczących;
- 10) zawsze przestrzega zasady „fair-play”;
- 11) promuje zasady zdrowego stylu życia;
- 12) cechuje go wysoka kultura osobista, zawsze jest wzorem do naśladowania, przestrzega zasad współżycia grupowego.

#### 2. OCENA - BARDZO DOBRA

- 1) uczeń w pełnym zakresie opanował wymagania z podstawy programowej;
- 2) posiada duże umiejętności z wychowania fizycznego i wiadomości z edukacji zdrowotnej oraz wykorzystuje je w praktycznym działaniu;
- 3) przystępuje do wszystkich sprawdzianów i uzyskuje bardzo dobre wyniki;
- 4) systematycznie i zawsze aktywnie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego;
- 5) wykazuje się dużą samodzielnością i pomysłowością podczas zajęć;
- 6) posiadał umiejętności diagnozowania własnego rozwoju fizycznego, sprawności i wydolności fizycznej;
- 7) systematycznie doskonali swoje umiejętności i podnosi sprawność fizyczną oraz wykazuje postępy w osobistym usprawnianiu;
- 8) bierze aktywny udział w zajęciach rekreacyjno - sportowych;
- 9) jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego nie budzą zastrzeżeń, a swoją postawą zachęca innych do udziału w lekcjach;
- 10) dba o bezpieczeństwo swoje i innych;
- 11) zna zasady zdrowego stylu życia i stosuje je;
- 12) jest kulturalny wobec kolegów i nauczyciela, chętnie pomaga słabszym;

### 3. OCENA - DOBRA

- 1) uczeń dobrze opanował wymagania z podstawy programowej;
- 2) systematycznie i czynnie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego;
- 3) posiadane umiejętności i wiadomości potrafi wykorzystać w praktyce, ale z pomocą nauczyciela;
- 4) przystępuje do większości sprawdzianów i uzyskuje dobre wyniki;
- 5) potrafi zdiagnozować własny rozwój fizyczny, wydolność i sprawność fizyczną;
- 6) nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnieniem, wykazuje dość dobre postępy w tym zakresie;
- 7) przestrzega zasad bezpieczeństwa na zajęciach;
- 8) zna zasady zdrowego stylu życia i stara się je stosować;
- 9) podporządkowuje się wszystkim poleceniom nauczyciela, a jego postawa społeczna i stosunek do kultury fizycznej nie budzą większych zastrzeżeń.

### 4. OCENA - DOSTATECZNA

- 1) uczeń opanował wymagania z podstawy programowej na przeciętnym poziomie;
- 2) ma braki w umiejętnościach i wiadomościach z zakresu kultury fizycznej i edukacji zdrowotnej;
- 3) przystępuje do większości sprawdzianów i wykazuje się przeciętnym poziomem opanowania umiejętności i wiadomości, które w małym stopniu potrafi wykorzystać w praktycznym działaniu;
- 4) uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego, opuszcza zajęcia sporadycznie, ale nie zawsze chętnie w nich uczestniczy i mało się stara;
- 5) wykazuje niewielkie chęci do poprawiania swojej sprawności fizycznej i nabywania nowych umiejętności oraz uzyskuje niewielkie postępy;
- 6) swoim postępowaniem nie zagraża innym uczestnikom zajęć;
- 7) zna podstawowe zasady zdrowego stylu życia
- 8) przejawia pewne braki w zakresie wychowania społecznego, w postawie i stosunku do kultury fizycznej.

### 5. OCENA - DOPUSZCZAJĄCA

- 1) uczeń ma braki i nie opanował wymagań z podstawy programowej w stopniu dostatecznym;
- 2) nie dąży do poprawienia swojej sprawności fizycznej i podniesienia umiejętności;
- 3) posiada bardzo mało wiadomości z zakresu kultury fizycznej i edukacji zdrowotnej;
- 4) nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną;
- 5) niechętnie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego, robi to niesystematycznie, sporadycznie przynosi strój sportowy i ma lekceważący stosunek do przedmiotu;
- 6) sporadycznie przystępuje do sprawdzianów i wykazuje się niskim poziomem opanowania umiejętności i wiadomości;
- 7) zna w niewielkim stopniu zasady zdrowego stylu życia;
- 8) nie jest pilny i wykazuje minimalne postępy w usprawnianiu;
- 9) nie łamie zasad bezpieczeństwa na lekcji;
- 10) nie jest agresywny wobec kolegów i nauczyciela, nie przeszkadza nauczycielowi w prowadzeniu zajęć;
- 11) przejawia braki w zakresie postawy społecznej i stosunku do wychowania fizycznego.

6. OCENA - NIEDOSTATECZNA

- 1) uczeń nie opanował wymagań z podstawy programowej;
- 2) w zajęciach uczestniczy rzadko i jest do nich nieprzygotowany;
- 3) charakteryzuje się niewiedzą w zakresie kultury fizycznej;
- 4) ma lekceważący stosunek do nauczyciela, kolegów i zajęć;
- 5) nie przystępuje do sprawdzianów i nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu;
- 6) nie chce wykonywać żadnych ćwiczeń, prób i testów pomimo próśb i motywacji ze strony nauczyciela;
- 7) na zajęciach wychowania fizycznego wykazuje duże i rażące braki w zakresie wychowania społecznego, swoją postawą negatywnie wpływa na klasę, nie reaguje na polecenia i próśby nauczyciela.