

Przedmiotowe zasady oceny

wychowanie fizyczne

Podstawa

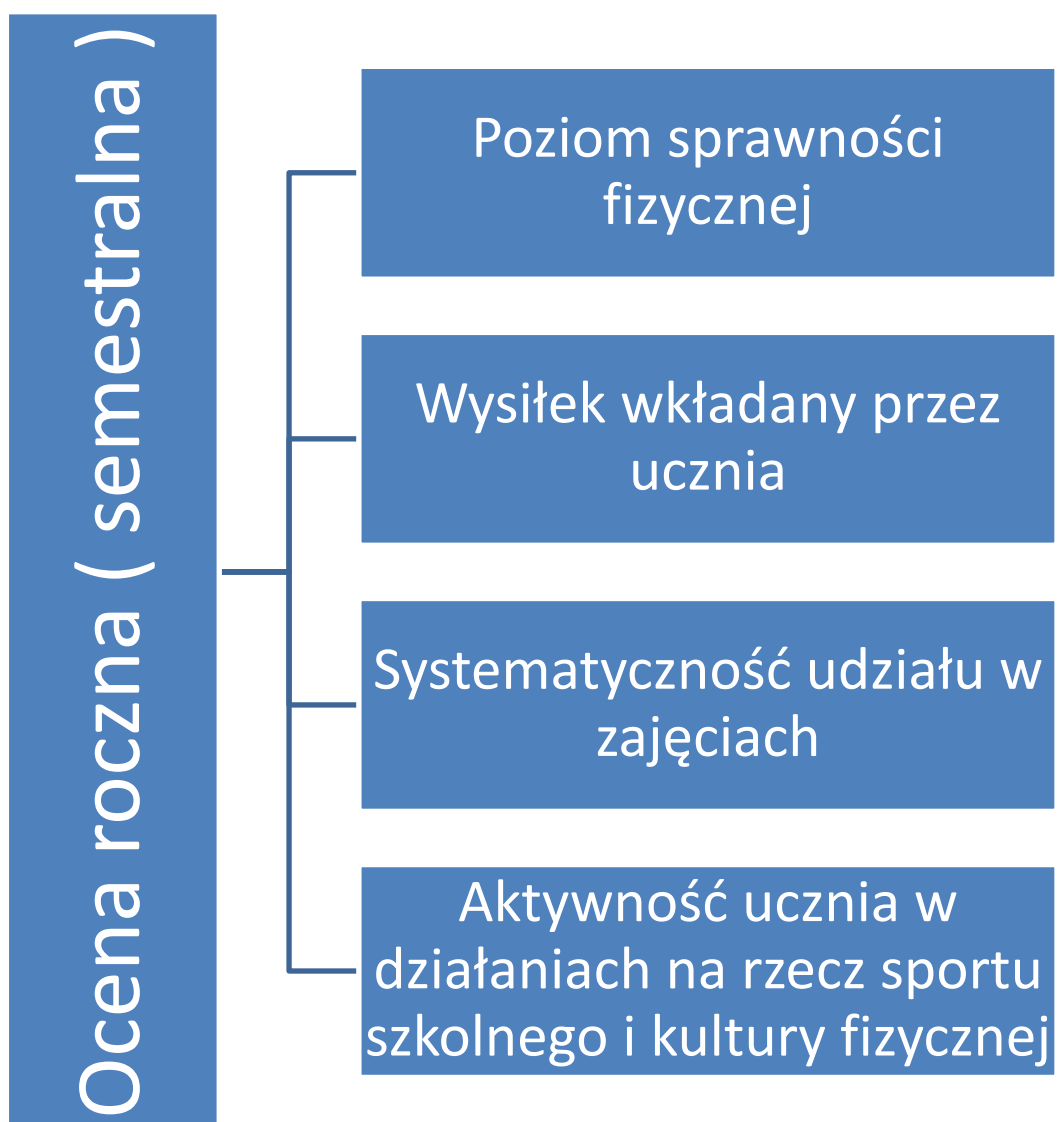
- Statut szkoły
- Wewnątrzszkolny system oceniania

Standardy osiągnięć

Po ukończeniu zajęć wychowania fizycznego, uczeń powinien posiadać wiedzę i umiejętności, które umożliwią:

- Dokonanie samooceny możliwości i potrzeb ruchowych na podstawie pomiaru podstawowych właściwości somatycznych i fizjologicznych.
- Umiejętne stosowanie ćwiczeń kształtujących prawidłową postawę ciała oraz sprawność fizyczną i ruchową.
- Organizowanie i aktywne uczestnictwo w indywidualnych i zespołowych formach aktywności sportowej, rekreacyjnej i turystycznej.
- Stosowanie różnorodnych form relaksacji po pracy umysłowej i fizycznej.
- Przyjęcie odpowiedzialności za zdrowie własne i innych.

Schemat oceniania



Poziom sprawności fizycznej

- stałe kształtowanie poziomu zdolności koordynacyjno - kondycyjnych
- systematyczne podnoszenie poziomu umiejętności
- doskonalenie poziomu wiedzy z zakresu wychowania fizycznego
- nabywanie umiejętności samousprawniania

Poziom postępu kształtowania zdolności kondycyjne - koordynacyjnych, których wyznacznikiem jest poziom i postęp w rozwoju: siły, szybkości, wytrzymałości, mocy, zwinności i zręczności.

Poziom umiejętności ruchowych - przyswojenie właściwej techniki ruchu oraz dodatkowo taktyki w grach. Wyznacznikiem jest stopień i postęp opanowania czynności ruchowych zaobserwowanych podczas gry, zadań kontrolno - oceniających, testów umiejętności ruchowych, sprawdzianów okresowych i końcowych.

Wiadomości z zakresu wychowania fizycznego, objawiającymi się znajomością określonej tematyki o rozwoju fizycznym, higienie, hartowaniu, rozwoju sprawności fizycznej, technice i taktyce w grach, zasadach bezpieczeństwa, regulaminach i przepisach, zasadach czystej gry, zasadach sportowego kibicowania. Formą oceny są samodzielne prowadzenie rozgrzewki, rozmowy, dyskusje, referaty i prezentacje multimedialne.

Umiejętności samousprawniania - stopień opanowania, umiejętności organizowania zajęć rekreacyjnych w czasie wolnym, samodoskonalenia własnej sprawności. Formą oceny jest samodzielne prowadzenie fragmentów lekcji o charakterze rekreacyjnym.

Wysiętek wkładany przez ucznia - postawa na zajęciach

- aktywny udział w zajęciach i współuczestniczenie w ich organizacji;
- przestrzeganie regulaminu lekcji wychowanie fizycznego;
- przestrzeganie regulaminu korzystania z obiektów sportowych;
- właściwa współpraca w grupie – praktyczne wdrażanie postawy „fair-play”;
- pomoc słabszym uczniom;
- odpowiedzialny stosunek do spraw zdrowia i higieny;
- ruchowa inwencja twórcza.

Postawa ucznia objawiająca się zaangażowaniem i kreatywnością na zajęciach lekcyjnych, stosunkiem do przedmiotu, dbałością o zdrowie, unikaniem nałogów, przestrzeganiem regulaminów i obowiązków uczniowskich, życzliwym stosunkiem do innych.

Systematyczność udziału w zajęciach

- punktualność
- systematyczne uczęszczanie na lekcje
- aktywny udział w lekcji

Frekwencja - systematyczne i aktywne uczestniczenie w zajęciach wychowania fizycznego. Punktualne przybywanie na zajęcia. Przy ocenie frekwencji aktywnego udziału w zajęciach nie ma znaczenia czy obecność była usprawiedliwiona czy nieusprawiedliwiona przez rodzica. W uzasadnionych indywidualnych przypadkach (opinia o ograniczonych możliwościach uczestniczenia ucznia w tych zajęciach, wydanej przez lekarza lub specjalistyczną poradnię) nauczyciel nie będzie wliczał tej nieobecności do ogólnej frekwencji. Formą sprawdzania jest systematycznie prowadzona kontrola frekwencji przez nauczycieli wychowania fizycznego.

Uczeń ma prawo zgłosić nieprzygotowanie do lekcji trzy razy w semestrze bez żadnych konsekwencji. Każde następne nieprzygotowanie wiąże się z otrzymaniem oceny niedostatecznej.

Ocena celująca (6)

Poziom sprawności fizycznej

- Uczeń osiąga bardzo dobre wyniki w próbach zdolności koordynacyjno - kondycyjnych, wykazuje stały postęp w usprawnianiu. Poziom opanowania umiejętności technicznych i taktycznych jest bardzo wysoki. Uczeń stosuje poznane umiejętności w praktycznym działaniu. Prezentuje wysoki poziom wiedzy.
- Aktywizuje siebie i innych uczniów do samousprawniania.

Wysiłek wkładany przez ucznia

- Uczeń jest bardzo zaangażowany w lekcje. Przestrzega regulaminów, jego postawa sportowa i zdrowy styl życia jest wzorem dla innych uczniów. Jest kreatywny podczas lekcji, dzieli się swoimi ciekawymi pomysłami z innymi ćwiczącymi.
- Chętnie pomaga innym uczniom.

Frekwencja

- Uczeń jest punktualny i uczestniczył w minimum 90% lekcji.

Aktywnie uczestniczy w działaniach na rzecz sportu szkolnego i kultury fizycznej.

Ocena bardzo dobra (5)

Poziom sprawności fizycznej

- Uczeń osiąga dobre wyniki w próbach zdolności koordynacyjno - kondycyjnych, wykazuje stały postęp w usprawnianiu. Poziom opanowania umiejętności technicznych i taktycznych jest bardzo wysoki. Uczeń stosuje poznane umiejętności w praktycznym działaniu. Prezentuje wysoki poziom wiedzy.
- Aktywizuje siebie i innych uczniów do samousprawniania.

Wysiłek wkładany przez ucznia

- Uczeń jest bardzo zaangażowany w lekcje. Przestrzega regulaminów, jego postawa sportowa i zdrowy styl życia jest wzorem dla innych uczniów. Jest kreatywny podczas lekcji, dzieli się swoimi ciekawymi pomysłami z innymi ćwiczącymi.
- Chętnie pomaga innym uczniom.

Frekwencja

- Uczeń jest punktualny i uczestniczył w minimum 90% lekcji wychowania fizycznego.

Ocena dobra (4)

Poziom sprawności fizycznej

- Uczeń osiąga dobre wyniki w próbach zdolności koordynacyjno - kondycyjnych, wykazuje stały postęp w usprawnianiu. Poziom opanowania umiejętności technicznych i taktycznych jest przeciętny. Uczeń stara się stosować poznane umiejętności w praktycznym działaniu. Prezentuje średni poziom wiedzy.

Wysiłek wkładany przez ucznia

- Uczeń jest zaangażowany w lekcje.
- Przestrzega regulaminów.
- Stosuje zasady fair-play.
- Stara się być kreatywny podczas lekcji.

Frekwencja

- Uczeń jest punktualny i uczestniczył w minimum 70% lekcji wychowania fizycznego.

Ocena dostateczna (3)

Poziom sprawności fizycznej

- Uczeń stara się wykonać próby zdolności koordynacyjno - kondycyjnych w miarę swoich możliwości. Uczeń stara się stosować poznane umiejętności w praktycznym działaniu.

Wysiłek wkładany przez ucznia

- Uczeń przestrzega regulaminów.
- Stosuje zasady fair-play.
- Aktywnie uczestniczy w lekcji.

Frekwencja

- Uczestniczył w minimum 50% lekcji wychowania fizycznego.

Ocena dopuszczająca (2)

Poziom sprawności fizycznej

- Uczeń stara się wykonać próby zdolności koordynacyjno - kondycyjnych w miarę swoich możliwości. Uczeń stara się stosować poznane umiejętności w praktycznym działaniu.

Wysiłek wkładany przez ucznia

- Uczestniczy w lekcji w miarę swoich możliwości.

Frekwencja

- Uczeń jest punktualny i uczestniczył w minimum 30% lekcji wychowania fizycznego.

Ocena niedostateczna (1)

Poziom sprawności fizycznej

- Uczeń nie podejmuje się wykonać próby zdolności koordynacyjno - kondycyjnych w miarę swoich możliwości. Uczeń nie próbuje stosować poznanych umiejętności w praktycznym działaniu.

Wysiłek wkładany przez ucznia

- Uczeń nie jest zaangażowany w lekcje.
- Nie przestrzega regulaminów.

Frekwencja

- Uczeń jest punktualny i uczestniczył w mniej niż 30% lekcji wychowania fizycznego.