

KRYTERIA OCEN Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Klasa I-III Gimnazjum

I. Założenia podstawowe: stan zdrowia, umiejętności, cechy motoryczne, wiadomości.

II. Kryteria dodatkowe: zaangażowanie, zdolności organizacyjne, zawody sportowe.

Szczególnie należy podkreślić, że brany jest wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywaniu się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć W – F.

GIMNASTYKA

Stopień:

dopuszczający:

- zwis na drążku, wytrzymanie 10s.,
- w podporze przodem, ugięcie RR x 3,
- łączenie przewrotów w przód i w tył,

dostateczny:

- zwis na drążku na jednej ręce, wytrzymanie 10 s.,
- w podporze przodem, ugięcie RR x 5,
- przerzut bokiem z niewielkim odchyleniem od osi pionowej,

dobry:

- z pełnego zwisu podciągnięcie w górę, tak aby część głowy wystawała nad drążek, wytrzymanie 3 s.,
- w podporze przodem, ugięcie RR x 10.,
- skok zawrotny przez skrzynie – 5 części.,

bardzo dobry:

- podciągnięcie na drążku z przewieszeniem głowy, wytrzymanie 10 s.,
- przeskok kuczny przez –5 części skrzyni,
- stanie na rękach przy drabince,

celujący:

- wymyk i odmyk, drążek na wysokości doskocznej,
- przejście przodem lub wychwyt z głowy,
- podciąganie na drążku jednorącz, jedna ręka wolna , opuszczona,
- wytrzymanie w podchwycie jednorącz

LEKKA ATLETYKA

Klasa		60m		500m		1000m		Skok w dal		Skok wzwyż		Rzut piłką lekarską		Rzut pałantową		
		Dz.	Chł	Dz.	Chł	Dz.	Chł	Dz.	Chł	Dz.	Chł	Dz.	Chł	Dz.	Chł	
I	6	9,0	8,5	1,40	1,35	3,50	3,10	3,90	4,50	1,30	1,40	40	50	8,00	9,00	Jesień
	5	9,5	9,0	1,41	1,36	3,51	3,11	3,40	4,00	1,25	1,35	30	40	7,00	8,00	
	4	10,0	9,6	1,57	1,51	4,21	3,41	2,90	3,50	1,20	1,30	25	35	6,00	7,00	
	3	10,5	10,2	2,11	2,11	4,51	4,21	2,40	3,00	1,10	1,20	20	25	5,00	6,00	
	2	11,0	10,8	2,31	2,26	5,21	4,51	1,90	2,50	1,00	1,10	15	15	4,00	5,00	
I	1	11,1	10,9	3,01	2,56	6,01	5,21	1,89	2,49	0,90	1,00	14	14	3,99	4,99	Wiosna
	6	9,0	8,5	1,35	1,30	3,50	3,10	4,00	4,60	1,30	1,40	40	55	9,00	10,0	
	5	9,5	9,0	1,50	1,50	3,51	3,11	3,50	4,10	1,25	1,35	35	50	8,00	9,00	
	4	10,0	9,5	2,05	2,05	4,21	3,41	3,00	3,60	1,20	1,30	30	40	7,00	8,00	
	3	10,5	10,0	2,20	2,20	4,51	4,21	2,50	3,10	1,10	1,20	25	35	6,00	7,00	
II	2	11,0	10,5	2,35	2,35	5,21	4,51	2,00	2,60	1,00	1,10	20	30	5,00	6,00	Jesień
	1	11,1	10,6	2,36	2,36	6,01	5,21	1,99	2,59	0,90	1,00	19	29	4,99	5,99	
	6	8,5	8,0	1,35	1,30	3,40	3,00	4,10	4,80	1,35	1,50	45	60	9,00	11,0	
	5	9,0	8,5	1,45	1,50	4,10	3,30	3,60	4,30	1,30	1,45	35	55	8,00	10,0	
	4	9,5	9,0	2,05	2,05	4,40	4,00	2,10	3,80	1,20	1,40	30	45	7,00	9,00	
II	3	10,0	9,5	2,20	2,20	5,20	4,30	2,60	3,30	1,10	1,30	25	35	6,00	8,00	Wiosna
	2	10,5	10,0	3,00	2,35	5,50	5,00	2,10	2,80	1,05	1,20	20	30	5,00	7,00	
	1	11,0	10,1	3,01	2,36	5,51	5,01	2,09	2,79	1,00	1,15	19	29	4,99	6,99	
	6	8,5	8,0	1,35	1,25	3,40	3,00	4,20	5,00	1,35	1,50	45	65	10,0	12,0	
	5	9,0	8,5	1,45	1,40	4,10	3,30	3,70	4,50	1,30	1,45	40	60	9,00	11,0	
III	4	9,5	9,0	2,05	2,00	4,40	4,00	3,20	4,00	1,20	1,40	31	55	8,00	10,0	Jesień
	3	10,0	9,5	2,20	2,15	5,20	4,30	2,70	3,50	1,10	1,30	26	45	7,00	9,00	
	2	10,5	10,0	3,00	2,45	5,50	5,00	2,20	3,00	1,05	1,20	20	35	6,00	8,00	
	1	11,0	10,1	3,01	2,46	5,51	5,01	2,19	2,99	1,00	1,15	19	34	5,99	7,99	
	6	8,5	7,6	1,25	1,20	3,30	2,55	4,30	5,20	1,40	1,55	48	67	10,0	13,0	
III	5	8,8	8,3	1,40	1,35	4,00	3,25	3,80	4,70	1,30	1,45	44	62	9,00	12,0	Wiosna
	4	9,4	8,8	2,00	1,55	4,30	3,55	3,30	4,20	1,20	1,40	33	57	8,00	11,0	
	3	10,0	9,6	2,20	2,10	5,10	4,25	2,80	3,70	1,15	1,30	28	48	7,00	10,0	
	2	10,5	10,0	2,50	2,35	5,40	4,55	2,30	3,20	1,10	1,20	23	38	6,00	9,00	
	1	10,9	10,1	2,51	2,36	5,41	4,56	2,29	3,19	1,05	1,15	22	37	5,99	8,99	
III	6	8,5	7,6	1,25	1,20	3,30	2,55	4,40	5,20	1,40	1,60	50	70	11,0	14,0	Jesień
	5	8,8	8,3	1,40	1,30	4,00	3,25	3,90	4,70	1,30	1,50	45	65	10,0	13,0	
	4	9,4	8,8	2,00	1,50	4,30	3,55	3,40	4,20	1,20	1,40	35	60	9,00	12,0	
	3	10,0	9,6	2,20	2,05	5,10	4,25	2,90	3,70	1,15	1,30	28	50	8,00	11,0	
	2	10,5	10,0	2,50	2,30	5,40	4,55	2,40	3,20	1,10	1,20	23	40	7,00	10,0	
	1	10,9	10,1	2,51	2,31	5,41	4,56	2,39	3,19	1,05	1,15	22	39	6,99	9,99	

GRY ZESPOŁOWE

dopuszczający: PR, PK

- wykonuje rzut jednorącz do bramki lub do kosza,
- wejście pod kosz dwutaktem,
- oddaje rzut z przeskoku na bramkę,

dostateczny:

PR, PN, PK:

- porusza się po boisku zgodnie z wymogami gry i realizuje niektóre założenia taktyczne,

PN, PR:

- oddaje strzały z powietrza, z wyskoku po podaniu,

dobry : PN, PR, PK:

- realizuje zadania taktyczne, oddaje strzały po zwodzie w bezpośrednim kontakcie z przeciwnikiem,

bardzo dobry: PN, PR, PK:

- wyprowadza atak szybki,
- realizuje złożone założenia, taktyczne, wykazuje bardzo dobrą technikę i koordynację ruchową,

celujący: Kryteria jak przy LA.

Piłka siatkowa:

dopuszczający:

- odbija piłkę sposobem górnym – 50 razy
- odbija piłkę sposobem dolnym – 10 razy,
- wykonuje zagrywkę górną 2 razy na 6,

dostateczny:

- odbija piłkę sposobem górnym – 60 razy
- odbija piłkę sposobem dolnym – 15 razy,
- wykonuje zagrywkę górną 3razy na 6 ,

dobry:

- odbija piłkę sposobem górnym – 70 razy
- odbija piłkę sposobem dolnym – 20 razy,
- wykonuje zagrywkę górną 4 razy na 6,

bardzo dobry:

- odbija piłkę sposobem górnym – 80 razy
- odbija piłkę sposobem dolnym – 25 razy,
- wykonuje zagrywkę górną 5 razy na 6,

celujący:

- odbija piłkę sposobem górnym – 100 razy
- odbija piłkę sposobem dolnym – 40 razy,
- wykonuje zagrywkę górną 6 razy na 6,
- kryteria jak przy LA.

OCENA ŚRÓDROCZNA LUB ROCZNA JEST OCENĄ ŚREDNIĄ WAŻONĄ.

WARUNKI I TRYB UZYSKANIA WYŻSZEJ NIŻ PRZEWIDYWANA ROCZNEJ OCENY KLASYFIKACJI Z POSZCZEGÓLNYCH PRZEDMIOTÓW.

1. Uczeń może wystąpić z podaniem o uzyskanie oceny wyższej niż przewidywana roczna ocena klasyfikacyjna z danego przedmiotu jeżeli uważa że posiada wiadomości i umiejętności na ocenę wyższą niż został oceniony i jego aktywność na lekcji była oceniana pozytywnie według przyjętych kryteriów oceniania.
2. Uczeń składa podanie na piśmie do nauczyciela przedmiotu uzasadniając swoją prośbę odnośnie zmiany oceny na wyższą niż przewidywana roczna ocena klasyfikacyjna.
3. Uczeń składa podanie na piśmie niezwłocznie (na drugi dzień) po uzyskaniu informacji o ocenie rocznej.
4. Nauczyciel przedmiotu powiadamia wychowawcę klasy o zaistniałym zdarzeniu oraz informuje uczniów danej klasy.
5. W przypadku spełnienia warunków w pkt.1 nauczyciel przygotowuje sprawdzian sprawnościowy obejmujący treści przedmiotu z całego roku szkolnego. Uczeń uczestniczy w sprawdzianie w obecności swoich kolegów.
6. Ocena sprawdzianu sprawnościowego następuje niezwłocznie według przyjętych kryteriów oceniania. W przypadku uzyskania oceny wyższej niż przewidywana roczna ocena klasyfikacyjna poprawia się ustaloną uprzednio roczną ocenę klasyfikacyjną na ocenę korzystniejszą dla ucznia. Ocena ze sprawdzianu nie może obniżyć uprzednio już ustalonej rocznej oceny klasyfikacyjnej.
7. Ocena ze sprawdzianu sprawnościowego jest ostateczna do ustalenia rocznej oceny klasyfikacyjnej z danego przedmiotu.
8. Nauczyciel przedmiotu sporządza protokół którego załącznikiem jest sprawdzian sprawności ucznia, oraz uzyskane wyniki.
Protokół w szczególności powinien zawierać:
 - termin sprawdzianu
 - zadania sprawnościowe sprawdzające
 - wynik sprawdzający oraz ustalona ocenę

Tryb ustalenia rocznej oceny klasyfikacyjnej z zajęć edukacyjnych w przypadku jeżeli została ona ustalona niezgodnie z przepisami prawa dotyczącymi trybu ustalania tej oceny określono szczegółowo w WSO i Statucie Szkoły.

Przedmiotowy system oceniania z wychowania fizycznego
Zespół Szkół Publicznych w Czerniejewie

Ocena z wychowania fizycznego, końcowo roczna i śródroczna jest średnią ważoną. Średnią ważoną wyliczamy ze wzoru:

$$\frac{\text{suma iloczynów (ocena x „waga” + ocena x „waga” +)}{\text{suma wag (3+3+3+3+4)}}$$

Przy ocenianiu brane są pod uwagę następujące kryteria:

- postępowanie sprawności
- umiejętności
- aktywność
- nie sportowe zachowanie
- reprezentowanie szkoły na zawodach

Dla poszczególnych kryteriów przydzielone zostały następujące wagi:

- postępowanie sprawności **3**
- umiejętności **3**
- aktywność **3**
- nie sportowe zachowanie **3**
- reprezentowanie szkoły na zawodach **4**

Ocena za postępowanie sprawności:

Uczniowie w każdym semestrze wykonują po 6 prób:

1. Siła - rzut piłką lekarską 3 kg oburącz w tył.
2. Rzut piłeczką palantową .
3. Wytrzymałość – dziewczęta bieg – 500 m, chłopcy – 1000m.
4. Szybkość – 60 m dziewczęta, 60 m chłopcy.
5. Skok w dal z rozbiegu.
6. Skok wzwyż.

W przypadku usprawiedliwionej nieobecności na zajęciach uczeń w ciągu dwóch tygodni zobowiązany jest zaliczyć daną próbę.

Ocena za umiejętności:

Obejmuje gry zespołowe lub ćwiczenia z gimnastyki. Ocenie podlega technika wykonania podstawowych elementów technicznych wybranych przez nauczyciela. Uczeń jest oceniany także za umiejętność przeprowadzenia rozgrzewki w wybranej grze zespołowej lub dyscyplinie sportowej oraz za sędziowanie i pomoc w organizacji zawodów klasowych i szkolnych.

Ocena za aktywność:

Aktywność na zajęciach podlega systematycznej comiesięcznej ocenie. Aktywność ucznia na zajęciach lekcyjnych przejawia się zaangażowaniem w wykonywanie ćwiczeń i zadań, aktywnym udziałem w zajęciach, dużym zasobem wiedzy i umiejętności, zdyscyplinowaniem, systematycznym przygotowaniem do zajęć, jego zaangażowanie w wykonywanie ćwiczeń oraz szybkość przyswajania nowych elementów na lekcji. Ta ocena wystawiana jest raz na miesiąc.

Ocena za reprezentowanie szkoły na zawodach sportowych:

Uczniowie, którzy reprezentują szkołę na zawodach sportowych i zajmują czołowe miejsca, uprawiają sport w klubie sportowym mogą mieć podwyższoną ocenę końcową o jeden stopień.

Ocena za noszenie stroju gimnastycznego

Uczeń ma obowiązek przynoszenia stroju gimnastycznego (biała koszulka i granatowe spodenki). Raz w ciągu semestru można zgłosić brak stroju. Każdy następny brak stroju, to ocena niedostateczna.

Ocena za nie sportowe zachowanie

Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń który, poprzez swoje nie sportowe zachowanie zagraża bezpieczeństwu innym uczniom.

Szczegółowe kryteria oceny z wychowania fizycznego

Ocena celująca

Ocenę celującą otrzymuje uczeń który opanował w pełnym zakresie wiadomości i umiejętności określone w wymaganiach edukacyjnych wynikających z podstawy programowej i realizowanych w szkole programów nauczania uwzględniających te postawę. Uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą, wyniki znacznie przewyższają normy cech motorycznych na ocenę bardzo dobrą. Osiąga duży postęp w usprawnianiu się (np. poprawa we wszystkich próbach). Poziom opanowania umiejętności technicznych znacznie przewyższa wymagania. Zastosowanie umiejętności w praktycznym działaniu: jest doskonały we wszystkich dyscyplinach i konkurencjach. Poziom wiedzy wykraczający poza program danej klasy. Potrafi praktycznie wykorzystać wiedzę w konkurencjach, zawodach, tworzeniu nowych rozwiązań. Jest bardzo zaangażowany na lekcjach. Rozwija swoje uzdolnienia. Aktywnie uczestniczy w życiu sportowym szkoły, bądź też w innych formach aktywności związanych z wychowaniem fizycznym. Systematycznie reprezentuje szkołę w rozgrywkach sportowych. Osiąga sukcesy na szczeblu powiatowym wojewódzkim i ogólnopolskim.

Ocena bardzo dobra

Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń który opanował niemal pełny zakres wiadomości i umiejętności określone w wymaganiach edukacyjnych wynikających z podstawy programowej i realizowanych w szkole programów nauczania uwzględniających te postawę. Uczeń jest bardzo sprawny fizycznie; osiąga wyniki wg norm na ocenę bardzo dobrą. Ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką , zna przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie. Osiąga wyniki lepsze od diagnozy .Osiąga poprawę w większości prób. Systematycznie doskonalą swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu. Doskonale opanował większość umiejętności. Bardzo dobrze sobie radzi w większości dyscyplin, posiada ogromny zasób wiedzy . Umie zastosować wiedzę w samodzielnym rozwiązywaniu zadań. Podejmuje duży wysiłek , systematycznie stara się. Jego postawa społeczna , zaangażowanie i stosunek do zajęć nie budzi najmniejszych zastrzeżeń.

Ocena dobra

Ocenę dobrą otrzymuje uczeń który opanował w dużym zakresie wiadomości i umiejętności określone w wymaganiach edukacyjnych wynikających z podstawy programowej i realizowanych w szkole programów nauczania uwzględniających te postawę. Uczeń dysponuje dobrą sprawnością motoryczną. Ćwiczenia wykonuje prawidłowo lecz nie dość dokładnie, z małymi błędami technicznymi. Wykazuje tendencje do poprawy wyników. Brak stałej poprawy ale pojedyncze próby poprawione. Nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnianiem, wykazuje stałe i dość dobre postępy w tym zakresie. Opanował większość umiejętności lecz w różnym stopniu. Radzi sobie w różnych dyscyplinach sportowych. Zna większość zagadnień i pojęć. Sprawnie posługuje się wiedzą. Jego postawa społeczna i stosunek do wychowania fizycznego nie budzi większych zastrzeżeń. Podejmuje wysiłek, stara się - jednak niesystematycznie.

Ocena dostateczna

Otrzymuje uczeń który, opanował w wystarczającym zakresie wiadomości i umiejętności określone w wymaganiach edukacyjnych wynikających z podstawy programowej i realizowanych w szkole programów nauczania uwzględniających te postawę. Uczeń dysponuje przeciętną sprawnością motoryczną. Osiąga wyniki wg norm na ocenę dostateczną. Posiada tylko podstawowe umiejętności. Ćwiczenia wykonuje niepewnie z większymi błędami technicznymi. Wykazuje małe postępy w usprawnianiu. Nie bardzo daje sobie radę w kilku dyscyplinach. Zna podstawowe pojęcia i zagadnienia. Nie bierze udziału w zajęciach pozalekcyjnych. Sporadycznie wykorzystuje wiedzę do rozwiązywania problemów. Uczestniczy w lekcji, mało się stara. Przeszkadza kolegom. Przejawia pewne braki w stosunku do wychowania fizycznego.

Ocena dopuszczająca

Otrzymuje uczeń który, ma braki w opanowanych wiadomościach i umiejętnościach określonych w wymaganiach edukacyjnych wynikających z podstawy programowej i realizowanych w szkole programów nauczania uwzględniających te postawę, braki te jednak nie przekreślają możliwości uzyskania przez ucznia podstawowej wiedzy i umiejętności z danych zajęć edukacyjnych na dalszym etapie kształcenia. Uczeń posiada słabą sprawność fizyczną. Osiąga wyniki znacznie poniżej oceny dostatecznej. Opanował minimalną ilość wiadomości. Nie radzi sobie w większości dyscyplin. Ćwiczenia wykonuje niepewnie z dużymi błędami technicznymi. Wykazuje bardzo małe postępy w usprawnianiu motorycznym. Ma minimalny zasób pojęć i wiadomości. Nie potrafi samodzielnie zastosować wiedzy w praktyce. Nie wkłada wysiłku, nie stara się. Sporadycznie ćwiczy. Przejawia duże braki w stosunku do wychowania fizycznego.

Ocena niedostateczna

Otrzymuje uczeń który, nie opanował wiadomości i umiejętności określone w wymaganiach edukacyjnych wynikających z podstawy programowej i realizowanych w szkole programów nauczania uwzględniających te postawę, braki te uniemożliwiają uczniowi dalsze zdobywanie wiedzy i umiejętności z danych zajęć edukacyjnych na dalszych etapach kształcenia. Uczeń posiada bardzo słabą sprawność fizyczną. Nie przystępuje lub nie kończy prób mimo możliwości. Ćwiczenia wykonuje z bardzo dużymi błędami technicznymi lub nie potrafi ich wykonać. Nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu się. Nie posiada żadnych umiejętności wymaganych dla danej klasy. Nie umie wystąpić w żadnej z dyscyplin. Nie bierze udziału w zajęciach pozalekcyjnych, nie uczestniczy w życiu sportowym szkoły. Nie rozróżnia pojęć. Nawet przy pomocy nauczyciela nie potrafi rozwiązać problemu, zadania sprawnościowego. Nie wykonuje ćwiczeń i poleceń. Stosunek ucznia do przedmiotu i jego postawa jest negatywna.

Zwolnienia lekarskie

W przypadku przewlekłej choroby wymagającej całorocznego zwolnienia z zajęć wychowania fizycznego uczeń powinien okazać zwolnienie od odpowiedniego lekarza specjalisty. Zwolnienie takie po podpisaniu przez dyrektora trafia do odpowiedniego nauczyciela wf. W przypadku krótkotrwałej choroby do 1 miesiąca uczeń przynosi zwolnienie od lekarza rodzinnego.

Uczniowie posiadający zwolnienie lekarskie oraz oświadczenie od rodziców, **że biorą za nich pełną odpowiedzialność w trakcie zajęć (pierwsza i ostatnia lekcja)** są zwolnieni do domu- **(nieobecność usprawiedliwia wychowawca)**, o ile wyrazi na to zgodę dyrektor szkoły.