

**PRZEDMIOTOWY SYSTEM  
OCENIANIA Z WYCHOWANIA  
FIZYCZNEGO**

**GIMNAZJUM NR 3 W MYŚLENICACH  
IM. MARSZ. J. PIŁSUDSKIEGO**

## ZASADY OCENIANIA

### SKALA OCEN:

- 6 – celujący
- 5 – bardzo dobry
- 4 – dobry
- 3 –dostateczny
- 2 –dopuszczający
- 1 –niedostateczny

Z dopuszczeniem plusów „+” i minusów „-”, do poszczególnych ocen.  
Uczeń może także otrzymać plus za aktywność ( 3 plusy dają ocenę bardzo dobrą).

### *PRZEDMIOT OCENY*

**Podstawą oceny jest wysiłek włożony przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć wychowania fizycznego.  
Do oceniania każdego ucznia podchodzi się indywidualnie mając na uwadze jego możliwości.**

**OCENA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NA PIERWSZY SEMESTR I NA KONIEC ROKU SZKOLNEGO JEST SKŁADOWĄ OCEN: Z ZAJĘĆ W SYSTEMIE KLASOWO- LEKCYJNYM I ZAJĘĆ FAKULTATYWNYCH.**

**NA OCENĘ Z ZAJĘĆ W SYSTEMIE KLASOWO- LEKCYJNYM SKŁADAJĄ SIĘ:**

- sumienne i staranne wywiązywanie się z obowiązków wynikających z przedmiotu,
- zaangażowanie w przebieg lekcji i przygotowanie się do zajęć,
- stosunek do partnera i przeciwnika,
- stosunek do własnego ciała,
- aktywność fizyczna,
- frekwencja,
- postęp w opanowaniu umiejętności i wiadomości przewidzianych dla poszczególnych klas zgodnie z indywidualnymi możliwościami i predyspozycjami,
- osiągnięte wyniki w sportach wymiernych (szkolna tabela wyników), dokładność i technika wykonania ćwiczenia objętego sprawdzianem z gimnastyki, lekkiej atletyki i zespołowych gier sportowych.

### **NA OCENĘ Z ZAJĘĆ W SYSTEMIE FAKULTATYWNYM SKŁADAJĄ SIĘ:**

- aktywność fizyczna,
- frekwencja.

Ocenę semestralną i końcoworoczną z wychowania fizycznego wystawia nauczyciel prowadzący zajęcia w systemie klasowo-lekcyjnym.

**KAŻDY UCZEŃ MA PRAWO DWA RAZY W SEMESTRZE ZGŁOSIĆ BRAK STROJU. PO WYKORZYSTANIU TEJ MOŻLIWOŚCI KOLEJNY BRAK STROJU, BĘDZIE ODNOTOWANY JAKO OCENA NIEDOSTATECZNA. UCZEŃ, KTÓRY NIE WYKORZYSTA BRAKU STROJU DOSTAJE OCENĘ Z AKTYWNOŚCI-BARDZO DOBRY.**

**UCZEŃ NIEOBECNY PODCZAS SPRAWDZIANU, A JEGO ABSENCJA JEST NIEUSPRAWIEDLIWIONA, MUSI ZALICZYĆ ZADANIE DO TYGODNIA PRZED WYSTAWIENIEM OCENY SEMESTRALNEJ, CZY KOŃCOWOROCZNEJ. W PRZYPADKU NIE UZUPEŁNIENIA ZALEGŁOŚCI UCZEŃ OTRZYMUJE OCENĘ NIEDOSTATECZNĄ Z DANEGO SPRAWDZIANU.**

**Za strój sportowy uznaje się : biały podkoszulek, spodenki gimnastyczne, dres, obuwie sportowe (osobne na salę gimnastyczną- jasna podeszwa, osobne na boisko).**

### ***METODY I NARZĘDZIA OCENY Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO***

- zeszyt nauczyciela
- obserwacja ucznia
- dziennik lekcyjny
- dziennik elektroniczny
- testy sprawności fizycznej (szkolna tabela wyników: skok w dal z biegu, skok w dal z miejsca, wyskok dosiężny, bieg po kopercie, bieg na 1000m, 400m, 60m, rzut piłką palantową, rzut piłką lekarską), ocena techniki i taktyki z zespołowych gier sportowych, gimnastyki, lekkoatletyki.
- Wiadomości –odpytywanie, rozmowy, dyskusje na tematy związane z wychowaniem fizycznym i edukacją zdrowotną.

# WYMAGANIA I KRYTERIA OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

## *Ocena celująca:*

1. Uczeń spełnia wymagania programowe na poziomie podstawowym i rozszerzonym, które są zawarte w planie pracy.
2. Aktywnie uczestniczy w życiu sportowym na terenie szkoły, bądź też w innych formach związanych z kulturą fizyczną gdzie uzyskuje dobre wyniki.
3. Reprezentuje szkołę w zawodach międzyszkolnych.
4. Aktywność, zaangażowanie, obecność na zajęciach i stosunek do przedmiotu nie budzą najmniejszych zastrzeżeń.

## *Ocena bardzo dobra:*

1. Uczeń spełnia wymagania programowe na poziomie podstawowym i rozszerzonym zawarte w planie pracy.
2. Systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnieniu, lub ma wysoką sprawność i utrzymuje ją na stałym poziomie.
3. Aktywność, zaangażowanie, obecność na zajęciach i stosunek do wychowania fizycznego nie budzą najmniejszych zastrzeżeń.
4. Uczeń bierze aktywny udział w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych o charakterze sportowo- rekreacyjnym.

## *Ocena dobra:*

1. Uczeń spełnia wymagania programowe na poziomie podstawowym , przy pomocy nauczyciela realizuje zadania poziomu rozszerzonego, zawarte w planie pracy.
2. Nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnieniem, swoją sprawność motoryczną utrzymuje na stałym poziomie.
3. Aktywność, zaangażowanie, obecność na zajęciach i stosunek do wychowania fizycznego nie budzą zastrzeżeń.

4. Uczeń sporadycznie bierze udział w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych o charakterze sportowo- rekreacyjnym.

### ***Ocena dostateczna:***

1. Uczeń spełnia wymagania programowe na poziomie podstawowym zawarte w planie pracy.
2. Nie wykazuje zaangażowania na zajęciach wychowania fizycznego i postępu w usprawnieniu motorycznym.
3. Przejawia braki w zakresie wychowania społecznego, w postawie i stosunku do kultury fizycznej, oraz systematycznym uczęszczaniu na zajęcia.
4. Uczeń nie bierze udziału w zajęciach pozalekcyjnych.

### ***Ocena dopuszczająca:***

1. Uczeń często nie osiąga wymagań programowych na poziomie podstawowym zawartych w planie pracy.
2. Nie jest zainteresowany swoim usprawnieniem motorycznym.
3. Nie wykazuje staranności i sumienności w wykonywaniu zadań w czasie lekcji.
4. Na zajęciach wychowania fizycznego przejawia poważne braki w zakresie wychowania społecznego, ma niechętny stosunek do ćwiczeń, opuszcza zajęcia.

### ***Ocena niedostateczna:***

1. Nie spełnia wymagań programowych na poziomie podstawowym ujętych w planie pracy.
2. Na zajęciach wychowania fizycznego wykazuje szczególnie lekceważący stosunek do obowiązków wynikających ze specyfiki przedmiotu.
3. Mimo że uczeń jest obecny, nie bierze czynnego udziału w zajęciach (brak stroju)
4. Swoim zachowaniem dezorganizuje pracę, stwarzając niebezpieczeństwo dla siebie i dla innych.
5. Nagminnie opuszcza zajęcia wychowania fizycznego.

### ***Zwolnienia lekarskie***

- Zwolnienie lekarskie semestralne i roczne wystawione przez lekarza specjalistę po przyjęciu przez nauczyciela wychowania fizycznego zatwierdza dyrektor szkoły.
- Uczeń zwolniony całościowo z wf na prośbę rodziców może nie uczestniczyć w lekcjach pierwszych i ostatnich, natomiast w środkowych obserwuje zajęcia lub na prośbę nauczyciela pomaga w ich realizacji.
- Uczeń zwolniony decyzją lekarską na krótki okres czasu nie musi zakładać stroju sportowego, ale jest obecny na lekcji wf obserwuje zajęcia lub na polecenie nauczyciela pomaga w ich realizacji.
- Nauczyciel wychowania fizycznego może respektować tylko pisemne zwolnienia od rodziców zamieszczone w dzienniczkach.

***W naszej szkole jest realizowany program wychowania fizycznego „Zdrowie, sport, rekreacja” III etap edukacyjny gimnazjum-Urszula Kierczak, Janusz Janota- 2009r.***