**ZASADY PRZEDMIOTOWEGO OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**

„*Przy ustalaniu oceny w zakresie wychowania fizycznego brany jest w szczególności pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć, a także systematyczność udziału ucznia w zajęcia oraz aktywność ucznia w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej*”  
(z rozporządzenia MEN)

Miarą wysiłku wkładanego w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki wychowania fizycznego jest systematyczność udziału ucznia w zajęciach realizujących podstawę programową i fakultatywnych o charakterze rekreacyjno – zdrowotnym, a także aktywność uczniów w trakcie zajęć. Wskaźnikiem aktywności jest wykonywanie zadań   
w trakcie zajęć na miarę możliwości ucznia.

**Obszary oceniania oraz przedmiot oceny**

1. **Postawa ucznia**
2. Systematyczny udział w zajęciach lekcyjnych, będący miarą wysiłku wkładanego przez ucznia w wywiązywanie się ucznia z obowiązków nakreślonych przez MEN:  
   - obowiązek posiadania ze sobą zamiennego czystego, estetycznego stroju sportowego oraz zamiennego obuwia (koszulka, spodenki gimnastyczne, obuwie z jasną podeszwą, dres ), a w przypadku zajęć na basenie ( kąpielówki, strój kąpielowy, klapki).

- każdorazowo udział ucznia w obowiązkowych zajęciach wychowania fizycznego podlega ocenie. Brak stroju (BS), a co za tym idzie nieprzygotowanie do zajęć odnotowywane jest przez nauczyciela i podlega wpisowi następujących ocen cząstkowych w ciągu jednego półrocza:

\* 0 BS i duże zaangażowanie w zajęcia – ocena celująca,  
\* 1 BS – ocena bardzo dobra,  
\* 2 BS – ocena dobra,  
\* 3 BS i każdy następny BS to – ocena niedostateczna,

1. Aktywność i zaangażowanie w rozwój własnej sprawności – obserwacja ucznia   
   w zaangażowanie w wykonywanie zadań ruchowych na mirę swoich możliwości,
2. Aktywność na rzecz sportu i rekreacji ruchowej – reprezentowanie szkoły   
   w zawodach sportowych oraz udział w życiu sportowym szkoły,
3. Prozdrowotny styl życia, przestrzeganie higieny osobistej.

1. **Umiejętności ucznia:**
2. ruchowe – poziom opanowania umiejętności ruchowych (co potrafię zrobić i jak wykonuję) z zakresu wymagań programowych,
3. organizacyjne – poziom opanowania umiejętności organizacji zajęć rekreacyjno – sportowych, w tym zabaw i gier ruchowych oraz rekreacyjnych.
4. **Wiadomości ucznia**

Wiedza i umiejętności jej praktycznego wykorzystania w zakresie:

1. Organizacji, bezpieczeństwa i higieny zajęć ruchowych (samokontrola, asekuracja i pomoc),
2. Współpracy w trakcie zajęć,
3. Przepisów i terminologii poszczególnych dyscyplin sportu, gier rekreacyjnych, zasad fair play
4. Znajomości ćwiczeń związanych z utrzymaniem prawidłowej postawy ciała oraz umiejętność diagnozowania własnej sprawności,
5. Samosterowania rozwojem psychofizycznym, adaptacji organizmu do wysiłku, ochrony zdrowia,
6. Zasad postępowania w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia.
7. **Rozwój fizyczny i sprawność fizyczna**

Przeprowadzane testy sprawności fizycznej są wyznacznikami pracy ucznia nad sobą   
i dają możliwość porównywania swoich wyników z normami dla danego wieku,   
z wynikami rówieśników i rekordami szkoły.

- postępy będące obrazem i efektem pracy (wysiłku) ucznia będą premiowane wyższą oceną.

**Kryteria oceniania**

1. **Ocenę celującą** otrzymuje uczeń, który w wyniku swej postawy, pracy i zaangażowania na lekcjach wykazuje się stałym, stojącym na bardzo wysokim poziomie postępem   
   w rozwijaniu swoich umiejętności, wiadomości, sprawności i zachowań prozdrowotnych oraz:

**-** wykazuje się wzorową postawą i zaangażowaniem oraz w pełni opanował wiedzę   
i umiejętności zawarte na poziomie podstawowym i ponadpodstawowym,

**-** samodzielnie i twórczo rozwija własne zainteresowania i uzdolnienia,

- pełni rolę inicjatora, organizatora i sędziego w dowolnej formie aktywności rekreacyjno-sportowej,

- pełni rolę zawodnika w zawodach sportowych,

- jest aktywny w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej

- charakteryzuje się wysokim poziomem kultury osobistej,

- używa właściwych sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami   
w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły,

- uprawia dyscypliny lub konkurencje sportowe w innych klubach lub sekcjach

sportowych, podejmuje dowolne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym;

1. **Ocenę bardzo dobrą** otrzymuje uczeń, który w wyniku swej postawy, pracy   
   i zaangażowania na lekcjach wykazuje się stałym, wyraźnym postępem w rozwijaniu swoich umiejętności, wiadomości, sprawności i zachowań prozdrowotnych oraz:

- wykazuje się bardzo dobrą postawą i zaangażowaniem, w znacznym stopniu opanował wiadomości i umiejętności na poziomie wymagań podstawowych i ponadpodstawowych,

- samodzielnie i twórczo rozwija własne zainteresowania i uzdolnienia,

- pełni rolę inicjatora, organizatora i sędziego w dowolnej formie aktywności rekreacyjno-sportowej,

- charakteryzuje się wysokim poziomem kultury osobistej,

- używa właściwych sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami   
w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły,

1. **Ocenę dobrą** otrzymuje uczeń, który w wyniku swej postawy, pracy i zaangażowania na lekcjach wykazuje dobry postęp w rozwijaniu swoich umiejętności, wiadomości, sprawności i zachowań prozdrowotnych oraz:

- w pełni opanował wiedzę i umiejętności na poziomie podstawowym, ale wykazuje braki w opanowywaniu wiedzy, umiejętności zawartych w wymaganiach na poziomie ponadpodstawowym,

- zdobyte wiadomości i umiejętności poprawnie stosuje w działalności szkolnej   
i pozaszkolnej,

- rozwija własne zainteresowania i uzdolnienia,

- charakteryzuje się wysokim poziomem kultury osobistej,

- nie zawsze używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych   
z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela, czy innych pracowników szkoły,

1. **Ocenę dostateczną** otrzymuje uczeń, który w wyniku swej postawy i pracy na lekcjach wykazuje się dostatecznym postępem w rozwijaniu swoich umiejętności, wiadomości, sprawności i zachowań prozdrowotnych w pełni opanował podstawy programowe zawarte w wymaganiach na poziomie podstawowym,

- jest mało systematyczny i bierny w pracy nad zdobywaniem podstawowych treści, wiadomości, umiejętności i sprawności,

- charakteryzuje się przeciętnym poziomem kultury osobistej,

- często używa nieodpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych   
z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela, czy innych pracowników szkoły,

1. **Ocenę dopuszczającą** otrzymuje uczeń, który w wyniku swej postawy, pracy na lekcjach wykazuje braki w opanowywaniu umiejętności, wiadomości określonych   
   w wymaganiach na poziomie podstawowym,

– wykazuje się brakiem zaangażowania i systematyczności oraz bierną postawą na lekcji,

- charakteryzuje się niskim poziomem kultury osobistej,

- bardzo często używa nieodpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych   
z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela, czy innych pracowników szkoły,

1. **Ocenę niedostateczną** otrzymuje uczeń, który, posiada lekceważący stosunek do przedmiotu, cechuje go zupełny brak zaangażowania i systematyczności oraz nie opanował wiadomości i umiejętności zawartych w wymaganiach na poziomie podstawowym,

- charakteryzuje się bardzo niskim poziomem kultury osobistej,

- zachowuje się wulgarnie w stosunku do nauczyciela oraz innych pracowników szkoły,

**Formy i metody kontroli**

1. Obserwacja ucznia w trakcie zajęć ( premiowanie aktywności),
2. Zadania kontrolno – oceniające dla poszczególnych poziomów nauczania, pozwalające określić stopień opanowania umiejętności ruchowych,
3. Testy standardowe pozwalające ustalić rozwój sprawności (biorąc pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia),
4. Testy i wypowiedzi ustne w obszarze kontroli wiadomości.
5. Samoocena.

**Ocena jest wypadkową czterech składowych:**

1. **Chęci**, to znaczy wysiłku wkładanego w wywiązywanie się z zadań,
2. **Postępu**, czyli poziomu osiągniętych zmian w stosunku do diagnozy początkowej,
3. **Postawy**, czyli stosunku do partnera, przeciwnika, zaangażowania w przebieg zajęć   
   i stosunku do własnej aktywności,
4. **Rezultatu**, czyli informacji o osiągniętych wynikach, dokładności wykonania zadania, poziomu zdobytej wiedzy.

**Wszystkie oceny z wychowania fizycznego mają wagę „1”.**

**Ocenianie na lekcji wychowania fizycznego odbywa się we wszystkich obszarach aktywności ucznia – postawy, umiejętności i wiadomości.**

**Dla uczniów z dysfunkcjami w obszarze umiejętności stosuje się ćwiczenia alternatywne   
w zależności od dysfunkcji.**

**Ocena śródroczna i roczna są wypadkową ocen z poszczególnych obszarów oceniania.**