**PRZEDMIOTOWE ZASADY OCENIANIA
WYCHOWANIE FIZYCZNE**

**WYMAGANIA PRZEDMIOTOWE I PROGRAMOWE**

Szczegółowe warunki i sposób oceniania wewnątrzszkolnego określa statut szkoły, z uwzględnieniem przepisów rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej z dnia 3 sierpnia 2017 r. w sprawie oceniania, klasyfikowania
i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych (Dz.U.z 2017 r. poz. 1534*).*Wymagania zgodne są
z WZO i podstawą programową z wychowania fizycznego. Nauczyciele na początku każdego roku szkolnego informują uczniów oraz ich rodziców o wymaganiach edukacyjnych niezbędnych do uzyskania poszczególnych śródrocznych i rocznych ocen klasyfikacyjnych, sposobach sprawdzania osiągnięć edukacyjnych uczniów, warunkach i trybie uzyskania wyższej niż przewidywana rocznej (półrocznej) oceny klasyfikacyjnej.

**PODSTAWY WEWNĄTRZSZKOLNYCH ZASAD OCENIANIA – WYCHOWANIE FIZYCZNE**

* Oceny są jawne dla ucznia i jego rodziców, a ponadto na wniosek ucznia lub jego rodziców nauczyciel uzasadnia ustaloną ocenę w sposób określony w statucie szkoły.
* Na początku roku szkolnego nauczyciel zapoznaje uczniów z wymaganiami edukacyjnymi oraz WZO,

 co potwierdza wpisem do dziennika lekcyjnego.

* WZO i wymagania edukacyjne są dostępne do wglądu uczniów i rodziców przez cały rok szkolny na tablicy informacyjnej przy gabinecie nauczycieli WF- go oraz na stronie internetowej szkoły o czym są powiadomieni na pierwszym zebraniu przez wychowawcę klasy.
* Uczeń w ciągu całego roku szkolnego podlega systematycznej i obiektywnej ocenie zgodnie z jego indywidualnymi możliwościami.
* O postępach ucznia rodzice są systematycznie informowani poprzez wpis do dziennika elektronicznego.
* Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego w szczególności brany jest pod uwagę **wysiłek** **wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć, a także systematyczność udziału ucznia na zajęciach oraz aktywność ucznia w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej.**
* Nauczyciel wystawia ocenę śródroczną lub roczną biorąc pod uwagę oceny z poszczególnych obszarów.
* **Reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych nie jest równoznaczne z otrzymaniem oceny celującej**

**na półrocze lub na koniec roku szkolnego.**

* **Trenowanie w klubie sportowym nie jest równoznaczne z otrzymaniem oceny celującej na półrocze lub**

 **na koniec roku szkolnego.**

* Uczeń może nie być klasyfikowany, jeżeli brak jest podstaw do ustalenia oceny śródrocznej lub rocznej z powodu nieobecności na zajęciach (również usprawiedliwionej) przekraczającej połowę czasu przeznaczonego na te zajęcia w szkolnym planie nauczania.
* Na miesiąc przed klasyfikacją roczną, uczeń i jego rodzice (prawni opiekunowie) powinni być poinformowani

 o zagrożeniu oceną niedostateczną lub nieklasyfikowaniem.

* W przypadku uzyskania oceny śródrocznej/rocznej niedostatecznej uczniowi przysługuje prawo do egzaminu poprawkowego na zasadach określonych w rozporządzeniu MEN z dnia 3 sierpnia 2017 r.
* W uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego. Decyzję

o zwolnieniu ucznia z zajęć podejmuje dyrektor szkoły na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach wykonywania przez ucznia tych ćwiczeń wydanej przez lekarza, na czas określony w tej opinii.

 W przypadku zwolnienia ucznia z zajęć w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej

 wpisuje się „**zwolniony(a)”.**

* Uczeń posiadający zwolnienie z zajęć wychowania fizycznego jest obecny na lekcji, a w szczególnych przypadkach gdy lekcje są pierwszymi lub ostatnimi zajęciami w danym dniu, uczeń może być zwolniony z tego obowiązku na podstawie pisemnego oświadczenia rodziców / prawnych opiekunów złożonego w sekretariacie szkoły i po uzyskaniu zgody przez dyrektora szkoły.
* **Rodzic / prawny opiekun może zwolnić swoje dziecko z lekcji wychowania fizycznego, gdy lekcje te**

**są pierwszymi lub ostatnimi zajęciami w danym dniu, przekazując nauczycielowi pisemne zwolnienie**

* Nauczyciel jest zobowiązany na podstawie pisemnej opinii stosownej poradni specjalistycznej obniżyć wymagania edukacyjne w stosunku do ucznia, u którego stwierdzono specyficzne trudności w uczeniu się lub deficyty rozwojowe, uniemożliwiające sprostanie wymaganiom edukacyjnym wynikającym z programu nauczania.
* Wszystkie dokumenty dotyczące WZO lub z nimi związane przechowuje nauczyciel przez cały rok szkolny

 i udostępnia uczniom oraz rodzicom do wglądu na żądanie.

* W sytuacjach spornych nie uregulowanych poprzez WZO z wychowania fizycznego oraz wewnątrzszkolnych zasad oceniania, obowiązują decyzje, które podejmują zainteresowane strony po uzgodnieniu z Dyrekcją Szkoły.
* Uczeń ma prawo poprawić ocenę z wychowania fizycznego.

**Obszary podlegające ocenianiu:**

**Systematyczność** Uczestnictwo w zajęciach jest ważnym elementem w realizacji procesu wychowania fizycznego. Systematyczny udział w zajęciach ma za zadanie wdrażanie ucznia do systematycznego podejmowania aktywności fizycznej w życiu codziennym. Dopuszczalny jest pewien procent nieobecności spowodowanej sytuacją losową. Uczeń na każdej lekcji ma odnotowywane, czy w niej czynnie uczestniczy, czy posiada odpowiedni strój. Zwolnienia od rodzica lub lekarza i nieobecności są również zaznaczane.

Strój sportowy - Przez przygotowanie do zajęć będzie rozumiane posiadanie przez ucznia właściwego stroju sportowego tj. (**sportowe spodenki i biała koszulka**, getry, dres, skarpetki i sportowe obuwie sznurowane lub na rzepy). Uczniowie z długimi włosami muszą mieć je spięte gumką. Na lekcji obowiązuje CAŁKOWITY zakaz biżuterii oraz obcięte paznokcie, nie wystające za opuszek palca. Każdy przypadek braku stroju lub braku odpowiedniego zmiennego i czystego obuwia, spóźnienia i ucieczki nauczyciel zaznacza w swoim zeszycie.

**Aktywność:**

przejawy zaangażowania, stosunek do przedmiotu, wykonywania ćwiczeń w sposób zbliżony do swoich maksymalnych możliwości, inwencję twórczą, aktywny udział w zajęciach, pełnienie roli kapitana zespołu, grupowego czy sędziego, stosowanie zabiegów higienicznych, dbanie o bezpieczeństwo swoje i innych, przestrzeganie regulaminów i zasad bhp oraz zasady fair play, poszanowanie mienia szkolnego, obowiązkowość, sumienność, zdyscyplinowanie i życzliwy stosunek do innych.

**Umiejętności Ruchowe :** oceniana będzie technika wykonania elementów gier zespołowych, gimnastycznych, tanecznych i innych. Duża ilość ocen bardzo dobrych skutkować oceną celującą z obszaru umiejętności.

**Inne:** oceniane będzie umiejętność prowadzenia rozgrzewki, sędziowania, organizacji zawodów, imprez itp.

**Wiadomości –** wiedza w zakresie kultury fizycznej

* Nauczyciel pod koniec każdego semestru ma prawo ocenić ucznia za zdobytą wiedzę na lekcjach wychowania fizycznego (znajomość podstawowych przepisów gier zespołowych, wiedza z zakresu kultury fizycznej).
* O formie oceny nauczyciel informuje uczniów na początku semestru (praca pisemna do zrobienia w domu i oddania w wyznaczonym terminie, test, odpowiedź)
* Uczniowie mają prawo do poprawy oceny jeden raz w wyznaczonym terminie przez nauczyciela.

**Aktywność dodatkowa**

* Za reprezentowanie szkoły w zawodach szkolnych uczeń otrzymuje ocenę bardzo dobrą.
* Za zdobycie punktowanego miejsca w zawodach gminnych, powiatowych, strefowych, wojewódzkich i ogólnopolskich otrzymuje cząstkową ocenę celującą- jedna ocena w semestrze.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Obszar oceny** | **Kryteria**  | Jedna ocena w każdym miesiącu | **OCENA** |
| **6 celująca** | **5bardzo dobra** | **4dobra** | **3****Dostate-czna** | **2****Dopuszcza-jąca** | **1niedostate-czna** |
| **Systematyczność**  | Maksymalna liczba opuszczonych lekcji bez usprawiedliwienia (**NB)**  | **Suma w semestrze NB + SP + NC + BS +BP** | **4 godziny/tyg.****(16 lekcji w m-cu)** | **0** | **1-2** | **3-4** | **5-6** | **7-8** | **Powyżej 8** |
| Maksymalna liczba spóźnień (**SP)** |
| Maksymalna liczba lekcji, na których uczeń nie ćwiczy bez usprawiedliwienia (**NC+ BS)** |
| Maksymalna liczba braku właściwego przygotowania do lekcji typu brak właściwego stroju, brak gumki do włosów uczeń otrzymuje (-), który traktowany jest jako pól punktu ujemnego (**BP**) |
| **Umiejętności** | **Ruchowe** | Technika indywidualna **oceniana podczas gry i sprawdzianów**, technika wykonywania elementów gimnastycznych, tanecznych i innych.  |
| **Inne** | Umiejętność prowadzenia rozgrzewki, fragmentu lekcji, sędziowania, organizacji zawodów, imprez itp. |
| **Wiadomości**  | Jedna ocena w semestrze- praca lub odpowiedź pisemna. |
| **Aktywność** | W tym obszarze uczeń ma zadanie obronę oceny celującej. Za brak aktywnego udziału uczniowi może się obniżyć ocena. Uczeń może mieć obniżoną ocenę za „bylejakość” podczas aktywności fizycznej, niestosowanie zasad czystej gry itp.  |
| **Aktywność dodatkowa**  | **Sport** | Przez aktywność dodatkową, w obszarze sport, należy rozumieć udział ucznia w zawodach sportowych. W tym obszarze uczeń promowany jest tylko ocenami: 5 lub 6. Celująca ocena = wybitne osiągnięcia sportowe. |
| **Rekreacja** | Przez aktywność dodatkową, w obszarze rekreacja, należy rozumieć udział ucznia w organizacji imprez szkolnych o charakterze rekreacyjnym, prowadzeniu kroniki, gazetki, strony www, itp. W tym obszarze uczeń promowany jest tylko ocenami: 5 lub 6. |

**PZO – Wymagania programowe z wychowania fizycznego -
Kryteria oceniania z zakresu umiejętności i wiadomości:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **BLOK TEMATYCZNY ZAWARTY W PODSTAWIE PROGRAMOWEJ** | **Uczeń ćwiczący** | **Uczeń zwolniony częściowo z ćwiczeń** |
| 1. **Diagnoza sprawności i aktywności fizycznej oraz rozwoju fizycznego**
 |
| **Uczeń:****1.** wykonuje bez zatrzymania marszowo-biegowy test Coopera;**2.** wykonuje próby sprawnościowe pozwalające ocenić wytrzymałość tlenową, siłę mięśni posturalnych i gibkość dolnego odcinka kręgosłupa oraz z pomocą nauczyciela interpretuje uzyskane wyniki;**3.** dokonuje pomiarów wysokości i masy ciała oraz z pomocą nauczyciela interpretuje ich wyniki;**4.** ocenia własną postawę ciała. | 1. Uczeń przygotuje zwinnościowy tor przeszkód na sali gimnastycznej – dobierze przybory i przyrządy do danej dyscypliny sportowej.2. Uczeń potrafi korzystać z tabel diagnostycznych – przeliczy swoje wyniki na punkty i oceni poziom swojej sprawności fizycznej.3. Uczeń w terminie odda wypełnioną kartę diagnozy. | 1. Uczeń przygotuje zwinnościowy tor przeszkód na sali gimnastycznej – dobierze przybory i przyrządy do danej dyscypliny sportowej.2. Uczeń potrafi korzystać z tabel diagnostycznych – przeliczy swoje wyniki na punkty i oceni poziom swojej sprawności fizycznej lub innego ucznia. |
| 1. **Trening zdrowotny**
 |
| **Uczeń:****1**. mierzy tętno w spoczynku i po wysiłku;**2.** wymienia zasady i metody hartowania organizmu;**3.** demonstruje po jednym ćwiczeniu kształtującym wybrane zdolnościmotoryczne oraz ułatwiające utrzymywanie prawidłowej postawy ciała;**4.** wykonuje próbę wielobojową składającą się z biegu, skoku i rzutu;**5.** wykonuje przewrót w przód z marszu oraz przewrót w tył;**6.** wykonuje prosty układ gimnastyczny. | 1. Uczeń przeprowadzi rozgrzewkę lekkoatletyczną – zachowa tok ćwiczeń.2. Sprawdziany umiejętności technicznych z konkurencji LA – technika indywidualna.3. Uczeń dobiera ćwiczenia i łączy je w prosty układ gimnastyczny – kreatywność w doborze ćwiczeń i sposobach ich łączenia.4. Uczeń proponuje układ ćwiczeń na równoważni – kreatywność w doborze ćwiczeń i sposobach ich łączenia.5. Uczeń oceni poziom wydolności po wysiłku krótko i długotrwałym – obliczy współczynnik IR wg testu Ruffiera. | 1. Uczeń przeprowadzi rozgrzewkę lekkoatletyczną – zachowa tok ćwiczeń.2. Uczeń dobiera ćwiczenia i łączy je w prosty układ gimnastyczny – kreatywność w doborze ćwiczeń i sposobach ich łączenia.3. Uczeń proponuje układ ćwiczeń na równoważni – kreatywność w doborze ćwiczeń i sposobach ich łączenia.4. Uczeń oceni poziom wydolności po wysiłku krótko i długotrwałym – obliczy współczynnik IR wg testu Ruffiera. |
| 1. **Sporty całego życia**
 |
| **Uczeń:****1.**organizuje w gronie rówieśników zabawę, grę ruchową, rekreacyjną,stosując prze pisy w formie uproszczonej;**2.**stosuje w grze: kozłowanie piłki w biegu ze zmianą kierunku ruchu,prowadzenie piłki w biegu ze zmianą kierunku ruchu, podanie piłki oburącz i jednorącz, rzut piłki do kosza, rzut i strzał piłki do bramki, odbicie piłki oburącz sposobem górnym;**3.**omawia zasady aktywnego wypoczynku. | 1.Uczeń przeprowadzi rozgrzewkę z piłką – kreatywność w doborze ćwiczeń.2. Kontrola umiejętności technicznych z poszczególnych gier zespołowych – poziom opanowania techniki i taktyki wybranych gier zespołowych (ocenianie umiejętności podczas gry).3. Uczeń wykorzystuje i respektuje przepisy gier zespołowych – test wiadomości z wybranych gier zespołowych oraz współsędziowanie z pomocą nauczyciela.4. Uczeń przedstawi swoją, uproszczoną grę rekreacyjną i z pomocą nauczyciela ją przeprowadzi – przeprowadzi poznaną grę według zmodyfikowanych przez siebie przepisów.5. Uczeń współpracuje w grupie – w ustalonych zespołach stosuje wyznaczone zachowania taktyczne. 6. Uczeń pełni rolę sędziego podczas wybranej gry / zabawy – sędziuje jeden wybrany przepis danej dyscypliny.7. Uczeń przeprowadzi prawidłowy zapis w arkuszu obserwacyjnym – nanosi w arkuszu graficzne znaki. | 1.Uczeń przeprowadzi rozgrzewkę z piłką – kreatywność w doborze ćwiczeń.2. Uczeń wykorzystuje i respektuje przepisy gier zespołowych – test wiadomości z wybranych gier zespołowych oraz współsędziowanie z pomocą nauczyciela.3. Uczeń przedstawi swoją, uproszczoną grę rekreacyjną i z pomocą nauczyciela ją przeprowadzi – przeprowadzi poznaną grę według zmodyfikowanych przez siebie przepisów.4. Uczeń pełni rolę sędziego podczas wybranej gry / zabawy – sędziuje jeden wybrany przepis danej dyscypliny.5. Uczeń przeprowadzi prawidłowy zapis w arkuszu obserwacyjnym – nanosi w arkuszu graficzne znaki. |
| 1. **Bezpieczna aktywność fizyczna i higiena osobista**
 |
| **Uczeń:**1. omawia sposoby postępowania w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia;2. korzysta bezpiecznie ze sprzętu i urządzeń sportowych;3. stosuje zasady samoasekuracji;4. omawia zasady bezpiecznego zachowania się nad wodą i w górach;5. omawia sposoby ochrony przed nadmiernym nasłonecznieniem;6. dobiera strój i obuwie sportowe do ćwiczeń w zależności od miejscazajęć oraz warunków atmosferycznych. | 1. Uczeń udzieli pierwszej pomocy – zabandażuje uszkodzoną część ciała. 2. Uczeń zaproponuje bezpieczną zabawę w środowisku naturalnym (park, boisko szkolne, plac zabaw) – przeprowadzi jedną, wybraną zabawę w dowolnym środowisku. | 1. Uczeń udzieli pierwszej pomocy – zabandażuje uszkodzoną część ciała. 2. Uczeń zaproponuje bezpieczną zabawę w środowisku naturalnym (park, boisko szkolne, plac zabaw) – przeprowadzi jedną, wybraną zabawę w dowolnym środowisku. |
| 1. **Sport**
 |
| **Uczeń:****1.** wyjaśnia, dlaczego należy przestrzegać ustalonych reguł w trakcie rywalizacji sportowej;**2.** uczestniczy w sportowych rozgrywkach klasowych w roli zawodnika, stosując zasady „czystej gry”: szacunku dla rywala, respektowania przepisów gry, podporządkowania się decyzjom sędziego, podziękowania za wspólną grę;**3.** wyjaśnia zasady kulturalnego kibicowania. | 1. Uczeń stosuje prawidłową terminologię ćwiczeń – test wiedzy z nazewnictwa ćwiczeń lub odpowiedź ustna. 2. Uczeń wymienia konkurencje lekkoatletyczne – sprawdzian ze znajomości konkurencji lekkoatletycznych (rzutnych, bieżnych, skocznych).3. Uczeń potrafi zastosować zasadę fair – play – uczeń potrafi przyznać się do błędu.4. Uczeń zna wybitnych sportowców polskich i ich osiągnięcia –kontrola widomości znajomości nazwisk zwycięzców ważnych imprez sportowych w bieżącym roku.5. Uczeń wymienia najważniejsze sportowe imprezy na świecie. | 1. Uczeń stosuje prawidłową terminologię ćwiczeń – test wiedzy z nazewnictwa ćwiczeń lub odpowiedź ustna. 2. Uczeń wymienia konkurencje lekkoatletyczne – sprawdzian ze znajomości konkurencji lekkoatletycznych (rzutnych, bieżnych, skocznych).3. Uczeń zna wybitnych sportowców polskich i ich osiągnięcia –kontrola widomości znajomości nazwisk zwycięzców ważnych imprez sportowych w bieżącym roku.4. Uczeń wymienia najważniejsze sportowe imprezy na świecie. |
| 1. **Taniec**
 |
| **Uczeń:****1.** wykonuje improwizację ruchową do wybranej muzyki;**2.** wyjaśnia, jak należy zachować się na zabawie tanecznej, w dyskotece. | 1. Uczeń łączy ćwiczenia i pozycje gimnastyczne – kreatywność. 2. Uczeń dobiera ćwiczenia, układy taneczne do muzyki – kreatywność w doborze muzyki do kroków i figur tańców nowoczesnych. | 1. Uczeń łączy ćwiczenia i pozycje gimnastyczne – kreatywność. 2. Uczeń dobiera ćwiczenia, układy taneczne do muzyki – kreatywność w doborze muzyki do kroków i figur tańców nowoczesnych.  |