

Wymagania ogólne na lekcjach wychowania fizycznego

Obowiązki ucznia na lekcjach wychowania fizycznego:

- przynoszenie stroju sportowego (koszulka, spodenki sportowe lub dres i obuwiu sportowe na jasnej podeszwie) i przebranie się przed lekcją w-f
- higiena ciała i stroju
- aktywne uczestniczenie w lekcji
- ze względu na bezpieczeństwo ćwiczącego, uczeń który spóźni się na lekcję i nie będzie brał udziału w rozgrzewce nie będzie dopuszczony do ćwiczeń (w takiej sytuacji niećwiczenie na lekcji będzie traktowane jak nieprzygotowanie)
- terminowe przystępowanie do sprawdzianów, w razie nieobecności zaliczenie sprawdzianu w ciągu dwóch tygodni od powrotu do szkoły
- przestrzeganie regulaminu korzystania z obiektów, przyrządów i przyborów sportowych (używanie sprzętu zgodnie z przeznaczeniem, za zniszczony sprzęt odpowiada uczeń)
- przestrzeganie zasad BHP, fair play, zdyscyplinowanie, współpraca z grupą
- wykonywanie poleceń nauczyciela
- zakaz wnoszenia i korzystania z komórek i innych urządzeń (np. mp3) na lekcje wf
- dostarczenie zwolnienia lekarskiego od lekarza specjalisty do końca września, z wybranych ćwiczeń do nauczyciela wf
- dostarczenie zwolnienia lekarskiego od lekarza specjalisty do końca września, w przypadku stałej niedyspozycji zdrowotnej (decyzję o zwolnieniu ucznia podejmuje dyrektor szkoły)
- zwolnienie z ćwiczeń na lekcji wychowania fizycznego nie zwalnia ucznia z obecności na tej lekcji
- uczeń, który ma zwolnienie lekarskie może być zwolniony z obecności podczas lekcji, jeżeli jest to jego pierwsza lub ostatnia lekcja, po uprzednim przedstawieniu nauczycielowi i dyrekcji oświadczenia rodziców, że w tym czasie biorą za niego odpowiedzialność
- uczniowie, niećwiczący mają obowiązek pomagać w organizacji lekcji nauczycielowi
- wychodzenie ucznia z lekcji możliwe jest jedynie za zgodą nauczyciela

Kryteria oceny ucznia:

Postawa – uczeń jest oceniany za:

1. Aktywność i zaangażowanie ucznia podczas lekcji

• Uczeń otrzymuje ocenę za aktywność (przygotowanie i uczestniczenie w lekcji) na zakończenie każdego miesiąca nauki wg. poniższych zasad:

5 - za ćwiczenie na każdej lekcji w danym miesiącu

4 - za niećwiczenie na jednej lekcji w danym miesiącu

3 - za niećwiczenie na dwóch lekcjach w danym miesiącu

2 - za niećwiczenie na trzech lekcjach w danym miesiącu

1 - za niećwiczenie na czterech lekcjach w danym miesiącu

- Obniżenie oceny za aktywność w danym miesiącu następuje po wykorzystaniu dwóch nieprzygotowań

- Ucieczka z lekcji jest traktowana jako niećwiczenie i skutkuje obniżeniem oceny w danym miesiącu

• **Uczeń może otrzymać dodatkowo ocenę pozytywną** (motywującą) za systematyczne, aktywne, bez zastrzeżeń nauczyciela uczestnictwo w lekcjach, a także za pomoc nauczycielowi (np. pokaz, przeprowadzenie rozgrzewki, propozycje ciekawych rozwiązań dotyczących tematu lekcji)

• **Uczeń może mieć obniżoną ocenę lub otrzymać ocenę niedostateczną** za negatywny stosunek do przedmiotu, niezdyscyplinowanie, stwarzanie zagrożenia na lekcji, odmowę wykonania ćwiczenia, ignorowanie poleceń nauczyciela

2. Przygotowanie do lekcji

– Uczeń w semestrze może zgłosić nieprzygotowanie do lekcji w wymiarze dwóch godzin, z powodu braku stroju lub złego samopoczucia. Każde kolejne, nieprzygotowanie/niećwiczenie skutkuje obniżeniem oceny za aktywność w danym miesiącu.

– Jeżeli uczeń na lekcji kontrolnej nie ma stroju lub jest nieobecny musi uzupełnić sprawdzian na najbliższej lekcji wf, lub w terminie wyznaczonym przez nauczyciela

3. Aktywność pozalekcyjna

- Uczeń może być gratyfikowany oceną bardzo dobrą lub celującą za udział w zajęciach pozalekcyjnych i reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych, osiągając wysokie wyniki sportowe, zajmowanie punktowanych miejsc w zawodach ogólnopolskich, wojewódzkich, posiadanie klasy sportowej.

4. Umiejętności z zakresu programu nauczania

- Ocenie podlegają:

1.umiejętności z zakresu programu nauczania:

- technika wykonywania ćwiczeń
- sprawność ogólna

2.poziom cech motorycznych

- sprawdziany: siły, szybkości, wytrzymałości, skoczności

3.wiedza z zakresu programu nauczania

- przepisy zespołowych gier sportowych
- przepisy bhp na lekcjach wf
- znajomość zasad fair play
- elementy higieny człowieka (związane z wf)
- prawidłowa terminologia w określaniu nazw przyrządów, przyborów oraz ćwiczeń

Przy wystawianiu oceny semestralnej oraz rocznej uwzględnia się przede wszystkim wysiłek ucznia włożony w wykonywanie zadań oraz systematyczny udział w zajęciach wychowania fizycznego.

Do oceniania każdego ucznia podchodzi się indywidualnie mając na uwadze jego możliwości.

Wagi ocen

Uczeń może otrzymać ocenę z wagą:

- 1 - za dodatkowe zadania przydzielone przez nauczyciela (np. poprowadzenie rozgrzewki, prezentację ćwiczenia, pomoc w sędziowaniu)
- 2 - za sprawdziany (z umiejętności, wiadomości, poziomu sprawności i cech motorycznych: siły, szybkości, wytrzymałości, skoczności, gibkości, koordynacji)
- 3 – za aktywność, zaangażowanie, przygotowanie do lekcji
- 5 – reprezentowanie szkoły w zawodach pozaszkolnych,

KRYTERIA OCENY UCZNIĄ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Ocena średnia ważona	Ocena śródroczna, roczna
Poniżej 1,9	niedostateczny
1,9 – 2,74	dopuszczający
2,75 – 3,74	dostateczny
3,75 – 4,74	dobry
4,75 – 5,49	bardzo dobry
5,5 – 6,0	celujący

Celująca

Uczeń:

- spełnia wszystkie wymagania przynajmniej na ocenę bardzo dobrą (5)
- jego poziom opanowania umiejętności technicznych znacznie przewyższa wymagania
- regularnie bierze udział w lekcjach wychowania fizycznego (100% obecności), jest aktywny podczas lekcji, chętnie i z zaangażowaniem wykonuje powierzone mu zadania
- aktywnie uczestniczy w życiu sportowym na terenie szkoły lub też w innych formach działalności związanych z kulturą fizyczną
- godnie reprezentuje szkołę w zawodach, zajmując punktowane miejsca, posiada klasę sportową

Bardzo dobra

Uczeń:

- zawsze posiada właściwy strój, dostosowany do wymogów lekcji wf i ustaleń nauczyciela
- regularnie bierze udział w lekcjach wychowania fizycznego, jest aktywny podczas lekcji, chętnie i z zaangażowaniem wykonuje powierzone mu zadania
- posiada prawidłowe nawyki higieniczno-zdrowotne
- szanuje i dba o szkolny sprzęt sportowy i potrafi wykorzystywać go zgodnie z przeznaczeniem
- wykazuje się bardzo dobrą znajomością przepisów gier sportowych i umiejętnością pomocy przy ich organizacji
- całkowicie opanował materiał programowy
- ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, pewnie, w odpowiednim tempie i dokładnie, zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie
- posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu
- systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu
- jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego nie budzą najmniejszych zastrzeżeń
- bierze aktywny udział w zajęciach SKS i zawodach sportowych, nie jest to jednak działalność systematyczna
- przestrzega zawsze zasad BHP i „fair play”

Dobra

Uczeń:

- w dobrym stopniu opanował materiał programowy
- ćwiczenia wykonuje prawidłowo, lecz nie dość dokładnie, z małymi błędami technicznymi
- posiadane wiadomości potrafi wykorzystać w praktyce przy pomocy nauczyciela
- nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnieniem, wykazuje stałe, dość dobre postępy w tym zakresie
- szanuje i dba o sprzęt sportowy
- zawsze posiada właściwy strój na lekcji
- jego postawa społeczna i stosunek do kultury fizycznej nie budzą większych zastrzeżeń

- nie bierze udziału lub sporadycznie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych

Dostateczna

Uczeń:

- opanował materiał programowy na przeciętnym poziomie ze znacznymi lukami
- dysponuje przeciętną sprawnością motoryczną
- ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie i z większymi błędami technicznymi
- wykazuje małe postępy w usprawnieniu motorycznym
- przejawia pewne braki w zakresie wychowania społecznego, w postawie i stosunku do kultury fizycznej; jest mało zdyscyplinowany
- często nie posiada właściwego ubioru na lekcji
- nie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych

Dopuszczająca

Uczeń:

- nie opanował w dostatecznym stopniu materiału programowego
- ćwiczenia wykonuje niechętnie, z dużymi błędami technicznymi
- wykazuje bardzo małe postępy w usprawnianiu
- ma niechętny stosunek do ćwiczeń
- nie uczestniczy w żadnych dodatkowych formach aktywności ruchowej w szkole
- bardzo często nie posiada właściwego ubioru na lekcji

Niedostateczna

Uczeń:

- w stopniu minimalnym opanował program nauczania wf
- ma lekceważący stosunek do zajęć i nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu
- nie uczestniczy w żadnych formach aktywności ruchowej w szkole
- regularnie nie posiada właściwego ubioru na lekcji
- stosunek ucznia do kultury fizycznej i jego postawa społeczna są negatywne

ANEKS DO KRYTERIÓW OCENY UCZNIĄ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO – ZDALNE NAUCZANIE

Praca zdalna z wychowania fizycznego obejmuje część podstawy programowej, z której realizowane są tematy dotyczące:

- zagadnień edukacji zdrowotnej,
- przepisów gier zespołowych,
- zapoznania z techniką wykonywania ćwiczeń z działów:
gry zespołowe, gimnastyka, lekkoatletyka, ćwiczenia siłowe, tenis stołowy,
- wiadomości ogólnych z zakresu wychowania fizycznego.

Wszystkie wiadomości oraz materiały przygotowywane są przez nauczycieli w formie prezentacji, artykułów, infografik lub filmów instruktażowo – pokazowych i przekazywane do uczniów za pomocą dziennika elektronicznego, mailowo lub za pomocą komunikatora bądź lekcji on-line po wcześniejszym ustaleniu terminu z uczniami danej klasy.

Nauczyciel szczegółowo wskazuje zadania do wykonania dla ucznia, sposób ich realizacji, formę w jakiej należy przesłać efekty pracy oraz miejsce odesłania pracy (dziennik elektroniczny, e-mail lub inny uzgodniony z uczniami sposób).

Uczeń może uzyskać ocenę za:

1. Prace domowe - np. samodzielnie przygotowane krótkie referaty, mini – prezentacje, filmy dokumentujące wykonanie określonego ćwiczenia, odpowiedzi na pytania nauczyciela z zakresu wymienionych elementów podstawy programowej.
2. Poziom cech motorycznych - sprawdziany: siły, szybkości, wytrzymałości, skoczności (forma sprawdzianu dostosowana do warunków domowych)
3. Prace dodatkowe – każda inicjatywa własna ucznia, przesyłanie dodatkowych prac, ciekawych artykułów o tematyce aktywności fizycznej, prozdrowotnej itp.
4. Aktywność / zaangażowanie - kreatywność podopiecznych, ich zaangażowanie, wkład pracy, przestrzeganie terminów oddawania zleconych prac i zadań. Ocena ta zostaje wystawiona za całokształt pracy zdalnej nie zaś za pojedynczo oddaną pracę.

Na potrzeby nauczania zdalnego zostały przypisane następujące wagi ocen:

- **Aktywność/zaangażowanie – waga 3**
- **Prace domowe – waga 2**
- **Poziom cech motorycznych – waga 2**
- **Prace dodatkowe – waga 1**

Oceny na bieżąco są wpisywane do dziennika elektronicznego i są one jawne zarówno dla ucznia, jak i jego rodziców (opiekunów prawnych).

Poprawa ocen

Uczeń ma możliwość poprawiania ocen otrzymanych w trybie zdalnym w ciągu jednego tygodnia od wstawienia oceny do dziennika, musi jednak wcześniej poinformować o tym nauczyciela i wspólnie z nim ustalić formę poprawy.

Ocena roczna jest wystawiana na podstawie średniej ocen ważonych.

Podczas planowania lekcji i oceniania nauczyciel bierze pod uwagę trudności ucznia z dostępem do Internetu, sprzętu elektronicznego jak i oprogramowania.

Uczeń ma obowiązek przesłać pracę we wskazany przez nauczyciela sposób oraz w terminie wyznaczonym przez nauczyciela (termin oddania prac powinien być wyznaczany co najmniej kilka dni od jej zadania). Niedotrzymanie ustalonego terminu bez usprawiedliwienia skutkuje oceną niedostateczną. **W sytuacji, gdy z jakiegoś istotnego powodu uczeń nie może wykonać pracy w wyznaczonym terminie, powinien jak najszybciej poinformować o tej sytuacji nauczyciela** oraz ustalić z nauczycielem inny termin oddania pracy.

Nauczyciel kontaktuje się z rodzicami/opiekunami prawnymi oraz uczniami poprzez wiadomości w e- dzienniku i innymi sposobami wynikającymi ze Szkolnego systemu pracy na odległość.