***PRZEDMIOTOWE ZASADY OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO***

***w Szkole Podstawowej nr 1 im. Lotników Polskich w Poddębicach***

 **PZO z wychowania fizycznego został opracowany zgodnie z zasadami Wewnętrznego Systemu Oceniania w Szkole Podstawowej nr 1 im. Lotników Polskich w Poddębicach**

 **Wymagania edukacyjne sformułowane zostały na podstawie Podstawy Programowej MEN oraz Programu Nauczania Wychowania Fizycznego dla II Etapu Edukacyjnego - modyfikacji programu nauczania wychowania fizycznego dla 8-letniej szkoły podstawowej, autor – Krzysztof Warchoł.**

**CELE WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**

1. Wszechstronny rozwój organizmu, korygowanie wad postawy przez odpowiedni dobór środków i metod stymulujących i korygujących rozwój i funkcjonowanie układu nerwowego, sercowo-naczyniowego, oddechowego i nerwowego.
2. Rozwój sprawności kondycyjnej i koordynacyjnej oraz dostarczenie uczniom wiadomości
i umiejętności umożliwiających samokontrolę, samoocenę im samodzielne podejmowanie działań w tym zakresie.
3. Wykształcenie umiejętności ruchowych przydatnych w aktywności zdrowotnej, rekreacyjnej i sportowej.
4. Wyposażenie uczniów w niezbędną wiedzę i umiejętności umożliwiające bezpieczną organizację zajęć ruchowych w różnych warunkach środowiskowych, indywidualnie,
w grupie rówieśniczej oraz w rodzinie.
5. Ukształtowanie postawy świadomego i permanentnego uczestnictwa uczniów w różnych formach aktywności sportowo-rekreacyjnych w czasie nauki w szkole oraz po jej ukończeniu dla zachowania zdrowia fizycznego i psychicznego.
6. Kształtowanie postaw osobowościowych: poczucia własnej wartości, szacunku dla innych osób, zwłaszcza słabszych i mniej sprawnych.
7. Kształtowanie współdziałania w zespole, grupie, akceptacji siebie i innych, kultury kibicowania, stosowania zasady „fair play” w sporcie i w życiu.

### CELE OCENIANIA

 1. Informowanie o poziomie sprawności ruchowej ucznia, o postępach w motoryce i umiejętnościach ruchowych ucznia, o trudnościach i specjalnych uzdolnieniach.

 2. Motywowanie ucznia do systematycznej i dalszej pracy nad podnoszeniem swojej sprawności ruchowej.

 3. Diagnozowanie rozwoju fizycznego ucznia – określenie indywidualnych potrzeb i przyczyn trudności każdego dziecka.

 4.Wdrażanie do samooceny i samokontroli umiejętności.

 5. Rozwijanie poczucia odpowiedzialności ucznia za zdrowie swoje i innych.

 6. Wspieranie - wspomaganie harmonijnego rozwoju psychofizycznego uczniów.

# **OCENIANIU PODLEGAJĄ OBSZARY AKTYWNOŚCI UCZNIA**

1. Zachowanie i postawa.
2. Umiejętności ruchowe i organizacyjne.
3. Wiadomości z zakresu kultury fizycznej i sportu.

**ZACHOWANIE I POSTAWA**

Podstawą oceny jest wysiłek włożony przez ucznia w wywiązywaniu się z obowiązków wynikających ze specyfiki przedmiotu.

1. Aktywność na zajęciach lekcyjnych i pozalekcyjnych (zaangażowanie, wysiłek wkładany
w rozwój sprawności, udział w życiu sportowym klasy i szkoły, uczestnictwo w zajęciach pozalekcyjnych o charakterze sportowym).

2. Stosunek do przedmiotu i frekwencja na zajęciach wychowania fizycznego. 3. Przygotowanie do zajęć. 4. Dbałość o zdrowie ( higiena osobista, estetyka stroju). 5. Przestrzeganie regulaminów, przepisów i obowiązków ucznia. 6. Życzliwy stosunek do innych ( postawa „fair play”).

**UMIEJĘTNOŚCI**

1. Umiejętności ruchowe: stopień opanowania umiejętności sportowo-rekreacyjnych, zdrowotnych (co potrafię, jak wykonuję) zgodnie z planem pracy.
2. Umiejętności organizacyjne, stopień opanowania umiejętności współorganizowania zajęć rekreacyjnych i sportowych oraz zabaw w grupach rówieśniczych.
3. Umiejętność udzielania pierwszej pomocy.

**WIADOMOŚCI Z ZAKRESU KULTURY FIZYCZNEJ**

1. Znajomość tematyki: rozwój fizyczny, rozwój sprawności fizycznej, zdrowy styl życia, higiena, hartowanie organizmu.
2. Znajomość i przestrzeganie zasad bezpieczeństwa na obiektach sportowych.
3. Znajomość regulaminów, przepisów i zasad poznanych dyscyplin sportowych.
4. Stosowanie zasady „czystej gry” i sportowego kibicowania.

#  **SKALA OCEN**

Uczniowie klas IV-VIII oceniani są wg skali sześciostopniowej **1-6**.

#  **ZASADY OCENIANIA**

1. Ocena końcowa (semestralna i roczna) powstaje z ocen cząstkowych. Ocena ta nie musi być średnią arytmetyczną.

2. Ocena klasyfikacyjna (semestralna i roczna) jest pochodną:

a) oceny z aktywności (wysiłek, wkład pracy ucznia na lekcji)

b) oceny z umiejętności

c) oceny z wiedzy

3. Uczeń ma prawo trzy razy w ciągu semestru zgłosić nieprzygotowanie ( brak stroju ) do lekcji bez ponoszenia konsekwencji ( nie może otrzymać oceny niedostatecznej). Każdy następny raz to ocena niedostateczna

4. Ocena ucznia może być wyrażona stopniem, słowem (pochwałą lub naganą).

5. Uczeń, który opuści 50% zajęć z wychowania fizycznego jest nie klasyfikowany.

6. Uczeń i rodzice są zobowiązani do zgłaszania nauczycielowi wszelkich przeciwwskazań do wykonywania ćwiczeń (przebyte choroby, urazy).

7. W uzasadnionych przypadkach nauczyciel może zwolnić ucznia z czynnego uczestnictwa
w lekcji, natomiast uczeń zobowiązany jest zgłosić każdą niedyspozycję, która nastąpi przed,
w czasie lub po zakończeniu lekcji.

8. Duża aktywność ucznia w czasie zajęć lekcyjnych lub poza nimi może zostać nagrodzona oceną bardzo dobrą lub znakiem,, + „. Trzykrotne uzyskanie „plusa" powoduje wpisanie cząstkowej oceny bardzo dobrej.

9. Udział w zawodach sportowych, reprezentowanie szkoły, organizację imprez sportowo-rekreacyjnych - nauczyciel nagradza cząstkową oceną celującą.

10. Celującą ocenę semestralną albo roczną z przedmiotu uczeń może otrzymać za udział
i osiągnięcia sportowe reprezentując szkołę na różnych szczeblach: gminnym, powiatowym, regionalnym, wojewódzkim o krajowym.

11. Uczeń ma prawo poprawić ocenę cząstkową w formie i terminie uzgodnionym z nauczycielem.

# 12. Uczeń dodatkowo może otrzymać **,,-’’ , ,, +’’ .**

 **PLUSY**

 - czynny udział w lekcji , współpraca z nauczycielem

- prowadzenie rozgrzewki , propozycje ćwiczeń uspokajających

- sędziowanie gier sportowych

 **MINUSY**

- brak stroju

- brak dyscypliny

 - nieposzanowanie sprzętu

**-** nieusprawiedliwiona nieobecność

13. Ocenie podlegają także aktywności, związane z nauczaniem z wykorzystywaniem metod i technik kształcenia na odległość, wykonywane przez uczniów zdalnie, na zasadach opisanych w niniejszym dokumencie. Prace wykonane podczas zdalnego nauczania powinny być wysłane przez ucznia w terminie 7 dni. Po upłynięciu tego terminu uczeń otrzymuje ocenę niedostateczną.

# **SZCZEGÓŁOWE KRYTERIA OCENY**

 **Ocenę celującą (6) otrzymuje uczeń, który:**

* Jest zawsze przygotowany do lekcji i bierze udział we wszystkich zajęciach z wychowania fizycznego.
* Jest aktywny podczas lekcji, bardzo chętnie i z zaangażowaniem wykonuje polecenia nauczyciela, a także samodzielnie doskonali swoje umiejętności i sprawność ruchową.
* Doskonale opanował elementy dyscyplin sportowych objętych programem nauczania.
* Posiada dużą znajomość zasad i przepisów gier zespołowych oraz konkurencji LA, gimnastycznych i umiejętność pomocy przy ich organizacji.
* Aktywnie bierze udział w pozalekcyjnych i pozaszkolnych zajęciach sportowo-rekreacyjnych.
* Osiąga sukcesy w zawodach szczebla gminnego, powiatowego, regionalnego, wojewódzkiego i krajowego, godnie reprezentując szkołę.
* Swoją postawą społeczną i stosunkiem do przedmiotu nie budzi zastrzeżeń. jest zdyscyplinowany i koleżeński.
* Podczas zajęć przestrzega zasad BHP i innych regulaminów, zasad "fair play" , dba
o bezpieczeństwo swoje i innych.
* Posiada prawidłowe nawyki higieniczno - zdrowotne, zawsze posiada właściwy ubiór na lekcji wf.
* Szanuje i dba o sprzęt sportowy,  potrafi go wykorzystać zgodnie z przeznaczeniem.
* Systematycznie podnosi poziom swojej sprawności fizycznej i motorycznej.
* Prezentuje wybitny poziom umiejętności i rozwoju sprawności znacznie wykraczający poza program nauczania.

**Ocenę bardzo dobrą (5) otrzymuje uczeń, który:**

* Prezentuje wysoki poziom umiejętności i rozwoju sprawności w pełnym zakresie przewidzianym  programem nauczania.
* Jest  przygotowany do zajęć i nie opuszcza zajęć lekcyjnych (nieobecności są zazwyczaj usprawiedliwione).
* Jest aktywny podczas lekcji, bardzo chętnie i z zaangażowaniem wykonuje polecenia nauczyciela, w miarę swoich możliwości samodzielnie doskonali swoje umiejętności
i sprawność.
* W pełni opanował elementy dyscyplin sportowych objętych programem nauczania.
* Wykazuje się bardzo dobrą  znajomością zasad i przepisów gier zespołowych oraz konkurencji LA, gimnastycznych  i innych.
* Czynnie uczestniczy  w pozalekcyjnych i pozaszkolnych zajęciach sportowo-rekreacyjnych.
* Osiąga sukcesy w zawodach szczebla gminnego, powiatowego, regionalnego, godnie reprezentując szkołę.
* Swoją postawą społeczną i stosunkiem do przedmiotu nie budzi zastrzeżeń. Jest zdyscyplinowany i koleżeński.
* Podczas zajęć przestrzega zasad  BHP i innych regulaminów, zasad "fair play" , dba
o bezpieczeństwo własne i innych.
* Prowadzi sportowy tryb życia, posiada prawidłowe nawyki higieniczno - zdrowotne, posiada właściwy strój na zajęcia wf.
* Szanuje i dba o sprzęt sportowy oraz potrafi go wykorzystać zgodnie z przeznaczeniem.
* Systematycznie podnosi poziom swojej sprawności fizycznej i motorycznej.

**Ocenę dobrą (4) otrzymuje uczeń, który:**

* Prezentuje dobry poziom umiejętności i rozwoju sprawności w zakresie przewidzianym
w programie nauczania.
* Na ogół nie opuszcza zajęć wychowania fizycznego, lecz zdarzają mu się przypadki niesystematyczności pod względem przygotowania do lekcji.
* Jest aktywny podczas zajęć, chętnie i z zaangażowaniem wykonuje polecenia nauczyciela,
w miarę swoich możliwości samodzielnie doskonali swoje umiejętności i sprawność.
* Opanował w stopniu dobrym elementy dyscyplin sportowych objętych programem nauczania.
* Wykazuje sie dobrą znajomością zasad i przepisów gier zespołowych, konkurencji LA, gimnastycznych i innych.
* Sporadycznie bierze udział w pozalekcyjnych i pozaszkolnych zajęciach sportowo-rekreacyjnych.
* Swoją postawą społeczną i stosunkiem do przedmiotu nie budzi większych zastrzeżeń. Jest
w miarę zdyscyplinowany i koleżeński.
* Na ogół przestrzega zasad BHP, zasad "fair play", stara się dbać o bezpieczeństwo swoje
i innych.
* Posiada prawidłowe nawyki higieniczno - zdrowotne, stara się być przygotowanym do zajęć wf pod względem stroju sportowego.
* Stara się szanować i dbać o sprzęt sportowy, lecz nie zawsze potrafi go wykorzystać zgodnie z przeznaczeniem.
* Sprawność fizyczną i motoryczną utrzymuje na poziomie zbliżonym do wyników
z poprzedniego semestru.

**Ocenę dostateczną (3) otrzymuje uczeń, który:**

* Na ogół nie opuszcza zajęć wychowania fizycznego, lecz zdarzają mu się przypadki niesystematyczności.
* Prezentuje  przeciętny poziom umiejętności i rozwoju sprawności w zakresie poniżej wymagań przewidzianych  programem nauczania.
* Niesystematycznie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego, często jest nieprzygotowany do lekcji.
* Nie wykazuje się aktywnością podczas lekcji, niechętnie wykonuje polecenia nauczyciela, nie wykazuje starań w kierunku samodzielnego doskonalenia swoich umiejętności.
* Opanował w stopniu dostatecznym elementy dyscyplin sportowych objętych programem nauczania.
* Wykazuje braki (słaba znajomość) w znajomości zasad i przepisów gier zespołowych, konkurencji LA,  gimnastycznych  i innych.
* Nie uczestniczy w pozalekcyjnych i pozaszkolnych zajęciach sportowo-rekreacyjnych.
* Jego postawa społeczna i stosunek do przedmiotu  budzą pewne zastrzeżenia. Jest mało zdyscyplinowany i koleżeński.
* Nie zawsze  przestrzega zasad BHP, zasad "fair play", nie zawsze pamięta o tym, jak ważne jest bezpieczeństwo własne i innych.
* Jego nawyki higieniczno - zdrowotne budzą pewne zastrzeżenia (braki), zdarza mu się częste nieprzygotowanie do zajęć.
* Stara się szanować i dbać o sprzęt sportowy, lecz nie  zawsze potrafi go wykorzystać zgodnie z przeznaczeniem.
* Poziom sprawności fizycznej i motorycznej obniża się w porównaniu do wyników
z poprzedniego semestru lub roku szkolnego.

**Ocenę dopuszczającą (2) otrzymuje uczeń, który:**

* Prezentuje  przeciętny poziom umiejętności i rozwoju sprawności w zakresie poniżej wymagań przewidzianych  programem nauczania.
* Niesystematycznie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego, często jest nieprzygotowany do lekcji.
* Prezentuje  słaby poziom umiejętności i rozwoju sprawności w dużo niższym zakresie niż przewiduje to program nauczania.
* Często opuszcza  zajęcia wychowania fizycznego, jak również często jest nieprzygotowany do lekcji.
* Nie wykazuje się aktywnością podczas lekcji, z dużym oporem wykonuje polecenia nauczyciela, nie widzi potrzeby w kierunku samodzielnego doskonalenia swoich umiejętności.
* Nie opanował w stopniu dopuszczającym elementów dyscyplin sportowych objętych programem nauczania.
* Nie zna podstawowych zasad i przepisów gier sportowych, konkurencji LA, gimnastycznych
i innych (znaczące braki).
* Nie uczestniczy w żadnych pozalekcyjnych i pozaszkolnych zajęciach sportowo-rekreacyjnych.
* Jego postawa społeczna i stosunek do przedmiotu budzi wiele  zastrzeżeń. Jest niezdyscyplinowany i niekoleżeński.
* Często narusza zasady BHP, regulaminy, nie dostosowuje się do zasad "fair play" podczas gry.
* Jego nawyki higieniczno - zdrowotne, budzą wiele zastrzeżeń. Prowadzi raczej niehigieniczny i niesportowy tryb życia.
* Nie szanuje i nie dba o sprzęt sportowy, nie  potrafi wykorzystać go zgodnie
z przeznaczeniem.
* Nie pracuje nad podniesieniem swojej sprawności fizycznej i motorycznej. We wszystkich próbach poziom sprawności jest znacznie niższy od poprzednich wyników.

**Ocenę niedostateczną (1) otrzymuje uczeń który:**

* Prezentuje bardzo słaby poziom umiejętności i rozwoju sprawności w zakresie uniemożliwiającym realizację  programu nauczania.
* Regularnie nieprzygotowany do zajęć pod względem stroju sportowego.
* Nagminnie opuszcza  zajęcia wychowania fizycznego, bardzo często jest nieprzygotowany do zajęć.
* Nie przejawia żadnej aktywności podczas lekcji, nie wykonuje poleceń nauczyciela, nie widzi żadnej potrzeby w kierunku samodzielnego doskonalenia swoich umiejętności.
* Nie opanował podstawowych umiejętności w zakresie dyscyplin sportowych objętych programem nauczania.
* Nie zna żadnych podstawowych zasad i przepisów gier sportowych,  konkurencji LA,  gimnastycznych  i innych.
* Nie uczestniczy w żadnych pozalekcyjnych i pozaszkolnych zajęciach sportowo-rekreacyjnych.
* Jego postawa społeczna i stosunek do przedmiotu  budzą wiele  kontrowersji i zastrzeżeń. Jest niezdyscyplinowany i niekoleżeński.
* Rażąco i bardzo często narusza zasady BHP, stwarzając niebezpieczeństwo i zagrożenie dla siebie i innych,  nie potrafi dostosować się  do zasad "fair play" podczas gry, wchodząc często w konflikty z kolegami.
* Prowadzi bardzo niehigieniczny i niesportowy tryb życia (nałogi: alkohol, papierosy). Niszczy szkolny sprzęt sportowy, nie  potrafi wykorzystać go zgodnie z przeznaczeniem.
* Nie pracuje w ogóle nad podniesieniem swojej sprawności fizycznej i motorycznej.

**WYSTAWIANIE OCENY SEMESTRALNEJ I ROCZNEJ**

1. Wystawiana ocena jest ściśle związana z treściami nauczania i wynika z realizacji planu pracy nauczyciela.

2. Ocena semestralna i całoroczna nie musi być średnią arytmetyczną ocen cząstkowych.

3. Nauczyciel wystawiając ocenę semestralną i końcową bierze pod uwagę wszystkie obszary oceniania ze szczególnym uwzględnieniem wysiłku wkładanego przez ucznia w usprawnienie się, wywiązywanie się z podejmowanych i powierzonych przez nauczyciela zadań.

4. Podstawowymi czynnikami wpływającymi na ocenę ucznia z przedmiotu są: a) wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków,

b) postępy ucznia i jego psychofizyczne predyspozycje i możliwości (efekty pracy ucznia),

c) stopień realizacji planowanych zadań dydaktycznych,

d) samokontrola i samoocena rozwoju fizycznego, sprawności fizycznej, umiejętności ruchowych
i organizacyjnych, poziom wiedzy z zakresu kultury fizycznej oraz zmiany postaw i nawyków.

5. Wszystkie oceny są na bieżąco podawane do wiadomości uczniów i rodziców.

6. W uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony na czas określony z wychowania fizycznego.

7. Decyzję o zwolnieniu ucznia z zajęć wychowania fizycznego podejmuje dyrektor szkoły na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach uczestniczenia w tych zajęciach, wydanej przez lekarza.

8. W przypadku zwolnienia ucznia z zajęć wychowania fizycznego, w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się ,,zwolniony".

9. W przypadku nieobecności ucznia podczas bieżącego oceniania, uczeń jest zobowiązany przystąpić do sprawdzianu (test, zadania kontrolno-oceniające) w formie i terminie ustalonym przez nauczyciela i ucznia.

10. Nauczyciel różnicuje wymagania wobec uczniów. Dobiera odpowiednie metody pracy
w stosunku do każdego ucznia i stosuje wymagania uwzględniające jego możliwości. W przypadku wystąpienia stałych lub czasowych dysfunkcji, nauczyciel zobowiązany jest wskazać zamienną formę sprawdzianu.

 Uczniowie klas IV -VIII na koniec pierwszego półrocza i na koniec roku szkolnego są klasyfikowani zgodnie ze średnimi arytmetycznymi. Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego, będzie przede wszystkim brany pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć, także systematyczność udziału ucznia w zajęciach oraz aktywność ucznia w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej.

Do tej średniej wlicza się wszystkie otrzymane oceny. Klasyfikacja przedstawia się następująco:

1. Średnia od 5,50 - celujący

2. Średnia od 4,75 do 5,49 - bardzo dobry

3. Średnia od 3,75 do 4,74 - dobry

4. Średnia od 2,75 do 3,74 - dostateczny

5. Średnia od 1,60 do 2,74 – dopuszczający

6. Średnia poniżej 1,60 - niedostateczny

### EWALUACJA

Ewaluacja programu z wychowania fizycznego będzie dokonywana na zakończenie roku szkolnego. Celem ewaluacji jest uzyskanie informacji zwrotnej o potrzebie jego modyfikowania i uzupełniania.

Ewaluacji programu nauczania nauczyciel dokona za pomocą następujących narzędzi badawczych: a) rozmowa z uczniami

b) rozmowa z rodzicami