

## ZASADY OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

### 1. Przedmiotem oceny są:

- a) Postawa
- b) Aktywność
- c) Wiadomości
- d) Umiejętności
- e) Sprawność fizyczna

### 2. Ocenie podlega:

- a) - przestrzeganie zasad bezpieczeństwa
  - pomoc słabszym w trudnych sytuacjach
  - przestrzeganie zasady czystej gry
  - postawa zawodnika - kontrola własnych negatywnych i pozytywnych emocji
  - kulturalne kibicowanie
- b) – wysiłek wkładany przez ucznia w usprawnianie się
  - udział w organizowaniu lekcji: przygotowanie miejsca do zajęć ruchowych, przeprowadzanie rozgrzewki, inicjacja w doborze ćwiczeń i organizowaniu gier i zabaw
  - przygotowanie do lekcji – posiadanie stroju gimnastycznego
  - udział w zawodach szkolnych i międzyszkolnych
- c) wiadomości związane z:
  - funkcjonowaniem organizmu
  - kształtowaniem i oceną sprawności i zdrowia
  - organizacją zajęć ruchowych
- d) -umiejętności działania na rzecz zdrowia, podnoszenia sprawności fizycznej
  - umiejętności utylitarne
  - umiejętności rekreacyjno-sportowe
- e)- dbałość o zdrowie i kondycję
  - samokontrola i samoocena sprawności
  - poziom i postęp sprawności fizycznej

### 3. W skład oceny wchodzi;

- a) ocena z zajęć ogólnorozwojowych

### 4. Zasady oceniania

- Ocenę semestralną i końcoworoczną wystawia nauczyciel prowadzący zajęcia .Ocena ta jest wypadkową oceny zajęć .
- Wysiłek wkładany przez ucznia w usprawnianie się ma zasadniczy wpływ na ocenę semestralną i końcoworoczną.
- Każdy trzykrotny brak stroju do ćwiczeń na zajęciach obniża ocenę semestralną z tych zajęć o jeden stopień.
- Uczestnictwo w zawodach szkolnych i międzyszkolnych może wpłynąć na podwyższenie oceny końcoworocznej.
- Udział w organizowaniu lekcji będzie premiowany oceną.
- Wiadomości będą oceniane poprzez zadawanie pytań w trakcie całego cyklu kształcenia, premiowane oceną.
- Umiejętności oceniane będą poprzez zadania kontrolno-oceniające ( sprawdziany wybranych umiejętności ruchowych ) oraz obserwację ucznia w trakcie wykonywania ćwiczeń; w trakcie gry. Premiujemy oceną.
- Ocena ze sprawności fizycznej powinna przede wszystkim wynikać z postępu ucznia a nie z poziomu jaki aktualnie reprezentuje chyba, że uczeń osiąga bardzo dobre wyniki ( najlepsze w grupie ).

- Nie wystawia się oceny niedostatecznej z próby sprawności fizycznej za wyjątkiem sytuacji w której uczeń nie podejmuje się wykonania próby lub rezygnuje z niej w trakcie i nie ma to związku z jego złym samopoczuciem psychofizycznym lub urazem.
- Ocena ze sprawności fizycznej nie może mieć zasadniczego wpływu na ocenę semestralną, jest tylko jedną z ocen cząstkowych tejże oceny.