***PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO***

**Cele nauczania wychowania fizycznego :**

* Wszechstronny rozwój organizmu, korygowanie wad postawy, przez odpowiedni dobór środków i metod stymulujących i korygujących rozwój i funkcjonowanie układu ruchowego, sercowo-naczyniowego, oddechowego i nerwowego.
* Rozwój sprawności kondycyjnej i koordynacyjnej oraz dostarczenie uczniom wiadomości i umiejętności umożliwiających samokontrolę, samoocenę i samodzielne podejmowanie działań w tym zakresie.
* Świadomość zdrowotną w zakresie higieny, pielęgnacji ciała, odżywiania się i trybu życia.
* Wykształcenie umiejętności ruchowych przydatnych w aktywności zdrowotnej, utylitarnej, rekreacyjnej i sportowej w okresie całego życia.
* Wyposażenie uczniów w niezbędną wiedzę i umiejętności umożliwiające bezpieczną organizację zajęć ruchowych w różnych warunkach środowiskowych, indywidualnie, w grupie rówieśniczej oraz w rodzinie.
* 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.
* Kształtowanie postaw osobowościowych: poczucia własnej wartości, szacunku dla innych osób, zwłaszcza słabszych i mniej sprawnych.
* Kształtowanie współdziałania w zespole, grupie, akceptacji siebie i innych, kultury kibicowania, stosowania zasady „fair play” w sporcie i w życiu.
* Kształtowanie umiejętności osobistych i społecznych sprzyjających całożyciowej aktywności fizycznej.

 **Przedmiot oceny:**

Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego należy przede wszystkim brać pod uwagę:

* wysiłek wkładany przez ucznia
* systematyczność
* aktywność ucznia
* postęp
* postawę
* zaangażowanie
* rezultat

 **Zasady oceniania oraz obowiązki ucznia na lekcjach wychowania fizycznego :**

* Oceny są jawne zarówno dla ucznia, jak i jego rodziców (prawnych opiekunów).
* Uczeń zobowiązany jest przynieść na każdą lekcję strój sportowy : obuwie, koszulkę, spodenki, w czasie chłodu oraz na zewnątrz może ćwiczyć w dresie. Podczas zajęć na basenie uczeń musi posiadać czepek i strój sportowy.
* Przy ocenie z przedmiotu nauczyciel uwzględnia: czynne uczestnictwo
w lekcji, sumienne i staranne wywiązywanie się z obowiązków wynikających
z przedmiotu, zaangażowanie w przebieg lekcji, przygotowanie do zajęć, właściwy stosunek do przeciwnika i własnego ciała, opanowanie wiadomości i umiejętności przewidzianych dla poszczególnych klas zgodnie z indywidualnymi możliwościami i predyspozycjami, dokonywanie samooceny i samokontroli własnej sprawności fizycznej, aktywności na lekcji, udział w zawodach sportowych szkolnych i poza szkolnych oraz udział w zajęciach klubu sportowego.
* Uczeń ma prawo dwa razy w semestrze zgłosić nieprzygotowanie do zajęć lekcyjnych rozumiane jako brak stroju
* Postępy ucznia nauczyciel odnotowuje w dzienniku lekcyjnym
* Testy sprawności fizycznej są obowiązkowe
* Sprawdziany umiejętności ruchowych są zapowiadane
* Uczeń ma prawo do jednokrotnej próby poprawienia oceny niedostatecznej ze sprawdzianu umiejętności ruchowych. Poprawioną ocenę odnotowujemy w dzienniku lekcyjnym obok oceny poprawionej, przy czym ta ostatnia jest brana pod uwagę przy wystawieniu oceny semestralnej i końcowej.
* O ocenach cząstkowych nauczyciel przedmiotu wychowanie fizyczne informuje rodziców poprzez wpisanie do tabeli ocen oraz do dziennika elektronicznego
* Uczeń, jeżeli nie ma przeciwwskazań lekarskich powinien uczestniczyć we wszystkich formach zajęć na lekcji wychowania fizycznego.
* W przypadku zwolnienia całkowitego z wychowania fizycznego w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się „zwolniony”.
* Ocenę roczną wystawia się na podstawie ocen uzyskanych w całym roku szkolnym.
* O proponowanej ocenie semestralnej i rocznej rodzice (opiekunowie)
i uczniowie są informowani przez wpis do karty z propozycjami ocen najpóźniej na tydzień przed radą klasyfikacyjną. W przypadku przewidywanej ocenie niedostatecznej na koniec semestru lub roku szkolnego rodzice są powiadamiani przez wychowawcę klasy i nauczyciela na miesiąc przed terminem klasyfikacji.
* W przypadku opuszczenia przez ucznia 50% zajęć z przedmiotu wychowanie fizyczne nauczyciel w porozumieniu z wychowawcą wyznacza uczniowi termin (do 1 m-ca) i sposób sprawdzenia danych treści nauczania i umiejętności.
* Na koniec semestru nie przewiduje się dodatkowych sprawdzianów zaliczeniowych.

OCENĘ CELUJĄCĄ OTRZYMUJE UCZEŃ KTÓRY:

* jest zawsze przygotowany do zajęć wychowania fizycznego
* charakteryzuje się wysokim poziomem kultury osobistej
* bardzo chętnie współpracuje z nauczycielem wf
* reprezentuje szkołę w zawodach sportowych
* systematycznie bierze udział w zajęciach sportowo-rekreacyjnych
* w sposób ponad bardzo dobry wykonuje wszystkie ćwiczenia w czasie lekcji
* pokazuje i demonstruje umiejętności ruchowe
* przeprowadza rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące samodzielnie
* potrafi samodzielnie przygotować wybrany przez nauczyciela fragment lekcji
* stosuje zasady bezpieczeństwa organizacji zajęć wf
* zalicza wszystkie testy sprawnościowe w wyznaczonym terminie
* uzyskuje bardzo znaczny postęp w próbach sprawnościowych w ciągu roku szkolnego
* dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego
* potrafi obliczyć wskaźnik BMI (II etap edukacji)
* ćwiczenia wykonuje zgodnie z przepisami i zasadami obowiązującymi w danej dyscyplinie sportowej
* potrafi wykonać ćwiczenie o znacznym poziomie trudności
* potrafi wykonać zadania ruchowe efektywnie
* zalicza testy na ocenę bardzo dobrą lub celującą
* stosuje przepisy i zasady sportów indywidualnych i drużynowych poznanych na lekcjach wf
* posiada rozległą wiedzę na temat rozwoju fizycznego

OCENĘ BARDZO DOBRĄ OTRZYMUJE UCZEŃ KTÓRY:

* jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, ale sporadycznie nie bierze udziału w lekcjach wf
* charakteryzuje się właściwym poziomem kultury osobistej
* chętnie współpracuje z nauczycielem wf
* reprezentuje szkołę w zawodach sportowych
* bierze udział w zajęciach sportowo-rekreacyjnych
* w sposób bardzo dobry wykonuje wszystkie ćwiczenia w czasie lekcji
* pokazuje i demonstruje umiejętności ruchowe samodzielnie lub z pomocą nauczyciela
* przeprowadza rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące samodzielnie lub z pomocą nauczyciela
* potrafi samodzielnie przygotować wybrany przez nauczyciela fragment lekcji
* stosuje zasady bezpieczeństwa organizacji zajęć wf
* zalicza wszystkie testy sprawnościowe w wyznaczonym terminie
* uzyskuje bardzo znaczny postęp w próbach sprawnościowych w ciągu roku szkolnego
* dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego
* potrafi obliczyć wskaźnik BMI (II etap edukacji)
* ćwiczenia wykonuje zgodnie z przepisami i zasadami obowiązującymi w danej dyscyplinie sportowej
* potrafi wykonać ćwiczenie o dużym stopniu trudności
* potrafi wykonać zadania ruchowe efektywnie
* zalicza testy na ocenę bardzo dobrą lub dobrą
* stosuje przepisy i zasady sportów indywidualnych i drużynowych poznanych na lekcjach wf
* posiada wiedzę na temat rozwoju fizycznego

OCENĘ DOBRĄ OTRZYMUJE UCZEŃ KTÓRY:

* jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, ale sporadycznie nie bierze udziału w lekcjach wf
* charakteryzuje się właściwym poziomem kultury osobistej
* chętnie współpracuje z nauczycielem wf
* w sposób dobry wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji
* stara się pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowe samodzielnie lub z pomocą nauczyciela
* stara się przeprowadzić rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące samodzielnie lub z pomocą nauczyciela
* przygotowuje z pomocą nauczyciela wybrany przez nauczyciela fragment lekcji
* stosuje zasady bezpieczeństwa organizacji zajęć wf
* zalicza wszystkie testy sprawnościowe w wyznaczonym terminie
* uzyskuje postęp w próbach sprawnościowych w ciągu roku szkolnego
* dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego
* potrafi obliczyć wskaźnik BMI (II etap edukacji)
* ćwiczenia stara się wykonywać zgodnie z przepisami i zasadami obowiązującymi w danej dyscyplinie sportowej
* potrafi wykonać ćwiczenie o przeciętnym stopniu trudności
* zalicza testy na ocenę dobrą
* stosuje przepisy i zasady sportów indywidualnych i drużynowych poznanych na lekcjach wf
* posiada wiedzę na temat rozwoju fizycznego

OCENĘ DOSTATECZNĄ OTRZYMUJE UCZEŃ KTÓRY:

* jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, ale często mu się zdarza nie brać udziału w lekcjach wf
* nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów
* charakteryzuje się przeciętnym poziomem kultury osobistej
* nie współpracuje z nauczycielem wf
* w sposób przeciętny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji
* nie podejmuje demonstracji umiejętności ruchowych samodzielnie lub z pomocą nauczyciela
* nie podejmuje się przeprowadzić rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące samodzielnie lub z pomocą nauczyciela
* nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych
* stosuje zasady bezpieczeństwa organizacji zajęć wf
* w sposób dostateczny wykonuje większość ćwiczeń na lekcjach wf
* zalicza tylko niektóre testy i próby sprawnościowe
* uzyskuje postęp w próbach sprawnościowych w ciągu roku szkolnego
* nie dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego
* nie potrafi obliczyć wskaźnik BMI (II etap edukacji)
* ćwiczenia stara się wykonywać zgodnie z przepisami i zasadami obowiązującymi w danej dyscyplinie sportowej
* potrafi wykonać ćwiczeń o niskim stopniu trudności
* zalicza testy na ocenę dostateczną
* nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych
* stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych i drużynowych poznanych na lekcjach wf
* posiada dostateczną wiedzę na temat rozwoju fizycznego

OCENĘ DOPUSZCZAJĄCĄ OTRZYMUJE UCZEŃ KTÓRY:

* bardzo często jest nie przygotowany do zajęć wychowania fizycznego
* często nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów
* charakteryzuje się niskim poziomem kultury osobistej
* bardzo często używa nieodpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych
* nie współpracuje z nauczycielem wf
* w sposób przeciętny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji
* nie podejmuje demonstracji umiejętności ruchowych samodzielnie lub z pomocą nauczyciela
* nie podejmuje się przeprowadzić rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące samodzielnie lub z pomocą nauczyciela
* nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych
* nie stosuje zasad bezpieczeństwa organizacji zajęć wf
* w sposób nieudolny wykonuje większość ćwiczeń na lekcjach wf
* nie potrafi przygotować wybranego fragmentu lekcji
* nie dba o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych
* zalicza tylko pojedyncze testy i próby sprawnościowe
* nie uzyskuje postępu w próbach sprawnościowych w ciągu roku szkolnego
* nie dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego
* nie potrafi obliczyć wskaźnik BMI (II etap edukacji)
* zalicza testy i sprawdziany umiejętności ruchowych z rażącymi błędami
* potrafi wykonać ćwiczeń o bardzo niskim stopniu trudności
* zalicza testy na ocenę dopuszczającą
* nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych
* stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych i drużynowych poznanych na lekcjach wf
* posiada niewielką wiedzę na temat rozwoju fizycznego

OCENĘ NIEDOSTATECZNĄ OTRZYMUJE UCZEŃ KTÓRY:

* prawie zawsze jest nie przygotowany do zajęć wychowania fizycznego
* bardzo często nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów
* charakteryzuje się bardzo niskim poziomem kultury osobistej
* zachowuje się wulgarnie w kontaktach interpersonalnych
* nie współpracuje z nauczycielem wf
* w sposób przeciętny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji
* nie podejmuje demonstracji umiejętności ruchowych samodzielnie lub z pomocą nauczyciela
* nie podejmuje się przeprowadzić rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące samodzielnie lub z pomocą nauczyciela
* nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych
* nie stosuje zasad bezpieczeństwa organizacji zajęć wf
* w sposób bardzo nieudolny wykonuje większość ćwiczeń na lekcjach wf
* nie potrafi przygotować wybranego fragmentu lekcji
* nie dba o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych
* nie zalicza większości testów i prób sprawnościowych
* nie uzyskuje żadnego postępu w próbach sprawnościowych w ciągu roku szkolnego
* nie dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego
* nie potrafi obliczyć wskaźnik BMI (II etap edukacji)
* zalicza testy i sprawdziany umiejętności ruchowych z bardzo rażącymi błędami
* nie potrafi wykonać ćwiczeń o bardzo niskim stopniu trudności
* zalicza testy na ocenę niedostateczną
* nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych
* stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych i drużynowych poznanych na lekcjach wf
* posiada niedostateczną wiedzę na temat rozwoju fizycznego