

**PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO  
W KLASACH IV-VIII  
W SZKOLE PODSTAWOWEJ NR 8 W MALBORKU  
(obowiązuje od 01.09.2020)**

Przy ustaleniu oceny z wychowania fizycznego nauczyciele w szczególności biorą pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywaniu się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć.

**I. Obszary działalności ucznia podlegające ocenie:**

1. Postawa wobec przedmiotu:

- a) praca na lekcji
- b) przygotowanie do lekcji - strój zmienny
- c) frekwencja

2. Poziom sprawności fizycznej - przeprowadzane sprawdziany są wyznacznikiem pracy nad sobą.

3. Umiejętności – ocenia się w jakim stopniu została opanowana dana czynność ruchowa.

4. Wiadomości - sprawdzamy, czy udział ucznia w zajęciach w-f jest świadomy i czy uczeń posiada wymagany programem poziom wiedzy na temat kultury fizycznej.

5. Współpraca z nauczycielem w zakresie organizacji zajęć.

6. Zaangażowanie w życie sportowe poza lekcją wychowania fizycznego.

**II. Elementy oceniane**

- za które uczeń otrzymuje oceny w skali od 1 do 6 lub „+” i „-” (na lekcji uczeń nie może otrzymać więcej jak jeden plus lub jeden minus z jednego punktu).

1. Praca na lekcji (**waga 5**):

- a) czynny udział w zajęciach,
- b) dyscyplina podczas zajęć, stosunek do partnera i przeciwnika,
- c) przestrzeganie zasad bezpieczeństwa podczas lekcji,
- d) wykonywanie poleceń nauczyciela.

2. Przygotowanie do lekcji – strój ( **waga 5** ):

- a) - prawidłowy strój zmienny - podaje nauczyciel (po uzgodnieniu z grupą) np. biała koszulka z krótkim rękawem, krótkie spodenki gimnastyczne lub legginsy u dziewcząt, białe skarpetki, itd;
  - obuwie sportowe: obowiązuje na sali zmienne obuwie z białą lub z kauczukową podeszwą;
  - dresy (zajęcia na powietrzu);
  - długie włosy obowiązkowo spięte, nie opadająca na oczy grzywka;
- b) za brak stroju lub za nieodpowiedni strój do zajęć lub włosy nie spięte a także opadającą grzywkę uczeń otrzymuje „-”.

3. Frekwencja na zajęciach ( **waga 5** ) :

- a) w trakcie półrocza uczeń aktywnie ćwiczy na lekcjach,
- b) z lekcji w-f zwalnia tylko dyrektor szkoły na podstawie zwolnienia lekarskiego,

- c) za nieobecność nieusprawiedliwioną w terminie 2 tygodni od powrotu do szkoły lub ucieczkę z lekcji uczeń otrzymuje minus.

#### 4. Poziom rozwoju sprawności:

Określenie poziomu sprawności fizycznej polega na uzyskaniu wyników prób ( a, b, c, d przedstawionych poniżej ) przeprowadzonych dwa razy w roku szkolnym (jesień-wiosna).

Za uzyskanie wyniku bardzo dobrą techniką uczeń otrzymuje ocenę **bardzo dobrą** a trzech najlepszych uczniów w klasie ocenę **celującą**;

Za uzyskanie wyniku techniką z drobnymi błędami uczeń otrzymuje ocenę **dobrą**,

Za uzyskanie wyniku niepoprawną techniką uczeń otrzymuje ocenę **dostateczną** lub **dopuszczającą**,

Za nieusprawiedliwione nie przystąpienie lub nie ukończenie sprawdzianu uczeń otrzymuje ocenę **niedostateczną**.

Uczeń, który z powodów zdrowotnych (zwolnienie czasowe krótkotrwałe) nie może uczestniczyć w próbach pomiaru sprawności na danej lekcji lub jego wyniki z tego powodu są niższe, może powtórzyć próbę po wcześniejszym uzgodnieniu terminu z nauczycielem prowadzącym.

Uczeń, który z powodów zdrowotnych (zwolnienie z wykonywania określonych ćwiczeń przez dyrektora szkoły na podstawie zaświadczenia lekarskiego) nie może uczestniczyć w próbach pomiaru sprawności nie otrzymuje za nią oceny.

##### a) szybkość (**waga 1**)

- ze startu wysokiego bieg na 40 m klasy 4,
- ze startu niskiego bieg na 60 m klasy 5-8,
- ocena próby: pomiar czasu z dokładnością do 0,1 sek.

##### b) wytrzymałość (**waga 1**)

- klasy 4 dziewczęta bieg na 300m,
- klasy 4 chłopcy bieg na 400 m,
- klasy 5-8 dziewczęta bieg na 600 m,
- klasy 5-8 chłopcy bieg na 1000 m,
- ocena próby pomiar czasu z dokładnością do 1 sek.
- Test Coopera klasy 5-8,

##### c) skoczność (**waga 1**)

- skok w dal sposobem lub techniką naturalną,
- ocena próby- pomiar odległości skoku z dokładnością do 1 cm,

##### d) siła , moc (**waga 1**)

- rzut piłeczką palantową klasy 4-6,
- ocena próby: pomiar odległości rzutu z dokładnością do 0,5 m,
- pchnięcie kulą dziewczęta – 3 kg , chłopcy – 5 kg klasy 7-8,
- ocena próby: pomiar odległości pchnięcia z dokładnością do 1 cm.

#### 5. Umiejętności (**waga 4**) :

W każdym semestrze uczeń wykonuje zadania kontrolno-oceniające, umożliwiające ocenę poziomu i postępu osiągnięć w opanowaniu określonych programem następujących umiejętności indywidualnych i zespołowych:

- siatkówka- odbicia piłki sposobem dolnym i górnym, zagrywka,
- koszykówka- kozłowanie piłki , rzuty do kosza, dwutakt,
- gimnastyka- przewrót w przód i w tył, stanie na rękach, przerzut bokiem,
- lekkoatletyka- technika biegów, skoków i rzutów,
- inne formy do wyboru np. piłka nożna, piłka ręczna, tenis stołowy, badminton, unihokej, kwadrant itp.

Doboru rodzaju czynności ruchowych ( umiejętności ) w zadaniu dokonuje nauczyciel zgodnie z własnym planem pracy dla każdej klasy. Oceny umiejętności dokonuje się wg skali sześciostopniowej od 1

do 6. Uczeń , który otrzymał ocenę nie satysfakcjonującą go może przystąpić ponownie do sprawdzianu w ciągu dwóch tygodni od daty wykonania próby. Uczeń, który nie mógł uczestniczyć w sprawdzianie z powodu choroby powinien zaliczyć zadanie w ciągu dwóch tygodni. Okres zaliczania może być wyznaczony indywidualnie nie później jednak niż do posiedzenia klasyfikacyjnego rady pedagogicznej.

#### 6. Wiadomości (**waga 3**) :

Poziom opanowania wiadomości przez ucznia ustala się na podstawie wykonania zadania, udzielonych odpowiedzi ( także w formie pisemnej ) z zakresu:

- przeprowadzenie rozgrzewki lub jej fragmentu,
- złożenie raportu,
- znajomość podstawowej terminologii,
- znajomość zasad higieny,
- przepisy gier i mini-gier sportowych,
- wiedza na temat kultury fizycznej i jej historii.

Za poprawną odpowiedź uczeń otrzymuje ocenę w skali sześciostopniowej.

#### 7. Współpraca z nauczycielem w zakresie organizacji zajęć (**waga 1**):

- organizacja zawodów klasowych i między klasowych,
- pomoc przy przeprowadzaniu zawodów międzyszkolnych,
- inwencja twórcza ucznia.

#### 8. Zaangażowanie w życie sportowe poza lekcją wychowania fizycznego:

- udział w zajęciach SKS i SIS(**waga 2**) - jedna ocena w semestrze,
- udział w zawodach międzyszkolnych: miejskich (**waga 2**), powiatowych i wyżej (**waga 4**) reprezentując naszą szkołę (zgłoszonych przez nauczyciela szkoły),
- udział w zajęciach pozaszkolnych np. prowadzonych w klubach sportowych itp. (**waga 2**) potwierdzonych pisemnie lub ustnie przez trenera - jedna ocena w semestrze.

### III. Ocenianie z wychowania fizycznego

1. Oceny cząstkowe, klasyfikacyjne śródroczne i końcowo-roczne ustala się w stopniach według następującej skali:

- celujący – 6,**
- bardzo dobry – 5,**
- dobry – 4,**
- dostateczny – 3,**
- dopuszczający – 2,**
- niedostateczny – 1.**

Przy wystawianiu ocen bieżących dopuszcza się stosowanie plusów i minusów.

Przy zapisie ocen bieżących (cząstkowych) ze znakiem „+” i „-”, przyporządkowuje im się odpowiednie wartości wg skali:

Ocena	6	5+	5	5-	4+	4	4-	3+	3	3-	2+	2	2-	1
wartość	6	5,5	5	4,75	4,5	4	3,75	3,5	3	2,75	2,5	2	1,75	1

2. O ocenie decyduje średnia ważona ocen cząstkowych uzyskanych w danym półroczu oraz ogólna liczba plusów i minusów uzyskanych z za postawę z przedmiotu zamienionych na stopnie według zasady, że jeden plus równoważy jeden minus ( nie dotyczy oceny celującej) Działy: praca na lekcji, przygotowanie do lekcji -noszenie stroju i frekwencja nie sumują się. Uczeń otrzymuje po jednej ocenie na koniec semestru z działu praca na lekcji i przygotowanie do lekcji na zasadzie:

- Celujący – 6** – jeżeli nie uzyskał żadnego minusa,
- Bardzo dobry – 5** – jeżeli uzyskał 1-2 minusy,
- Dobry – 4** – jeżeli uzyskał 3-4 minusy,

**Dostateczny – 3** – jeżeli uzyskał 5-6 minusów,  
**Dopuszczający – 2** – jeżeli uzyskał 7-8 minusów,  
**Niedostateczny – 1** – jeżeli uzyskał 9 lub więcej minusów z danego działu.

Ocenę z frekwencji uczniów otrzymuje na podstawie procentowego podsumowania lekcji, na których był i aktywnie ćwiczył:

**Celujący – 6** – w trakcie półrocza aktywnie ćwiczył w co najmniej 95-100 % zajęć,  
**Bardzo dobry – 5** – w trakcie półrocza aktywnie ćwiczył w co najmniej 90-94 % zajęć,  
**Dobry – 4** – w trakcie półrocza aktywnie ćwiczył w co najmniej 85-89 % zajęć,  
**Dostateczny – 3** – w trakcie półrocza aktywnie ćwiczył w co najmniej 80-84 % zajęć,  
**Dopuszczający – 2** – w trakcie półrocza aktywnie ćwiczył w co najmniej 70-79 % zajęć,  
**Niedostateczny – 1** – w trakcie półrocza aktywnie ćwiczył poniżej 70 % obowiązkowych zajęć.

3. Wagi ocen bieżących:

WAGA	OCENA
5	- postawa wobec przedmiotu,
4	- postęp, - umiejętności, - udział w zawodach międzyszkolnych powiatowych i wyżej reprezentując szkołę,
3	- wiadomości,
2	-udział w zawodach międzyszkolnych: miejskich reprezentując szkołę, -udział w zajęciach SKS i SIS - jedna ocena w półroczu, - udział w zajęciach prowadzonych poza szkołą np. w klubach sportowych – jedna ocena w półroczu,
1	-organizacja zawodów klasowych i między klasowych, -pomoc przy przeprowadzaniu zawodów międzyszkolnych, -inwencja twórcza ucznia, - motoryka, testy sprawności fizycznej, - współpraca z nauczycielem w zakresie organizacji zajęć.

4. Ocena klasyfikacyjna za I i II semestr obliczana jest wg wzoru:

$$S = \frac{\text{suma iloczynów : waga x ocena}}{\text{suma wag}}$$

**Przykład:**

Waga: 5 - 4+,  
 4 - 5, 5-  
 3 - 5, 3+  
 2- 5  
 1 - 5

$$S = \frac{(4,5 \times 5) + (5 + 4,75) \times 4 + (5 + 3,5) \times 3 + (5 \times 2) + (5 \times 1)}{5 + 4 + 4 + 3 + 3 + 2 + 1} = 4,63 \text{ (ocena bardzo dobra)}$$

5. Średniej ważonej przyporządkowuje się ocenę:

średnia	stopień
1,50 i poniżej	niedostateczny (ndst)
od 1,51 do 2,50	dopuszczający (dop)
od 2,51 do 3,50	dostateczny (dst)

od 3,51 do 4,50	dobry (db)
od 4,51 do 5,50	bardzo dobry (bdb)
od 5,51	celujący (cel)

6. Ocena roczna klasyfikacyjna jest średnią arytmetyczną średnich ważonych z obu semestrów.

7. Jeżeli uczeń opuścił 50 % godzin z wychowania fizycznego, może być nieklasyfikowany z przedmiotu.

#### **IV. Sposoby i częstotliwość oceny**

1. Obserwacja ucznia podczas lekcji: stawianie minusów z działów : praca na lekcji, przygotowanie do lekcji -noszenie stroju, frekwencja – na bieżąco.
2. Zadania kontrolno – oceniające dla poszczególnych poziomów nauczania, pozwalające określić stopień opanowania umiejętności ruchowych oraz rozmowy i dyskusje w obszarze wiadomości – systematycznie, w trakcie realizacji lub po realizacji bloków tematycznych.
3. Ocena systematycznego, czynnego udziału w zajęciach – na bieżąco.

#### **V. Nauczanie zdalne (praca zdalna)**

1. Praca zdalna w wychowaniu fizycznym realizowana będzie z części podstawy programowej, zaliczamy do niej:
  - aktywność fizycznej ucznia,
  - elementy edukacji zdrowotnej,
  - przepisy gier zespołowych,
  - wiedza na temat kultury fizycznej i jej historii.
2. Wszystkie wiadomości dla uczniów będą przekazywane w formie plakatów, prezentacji, konspektów oraz filmów instruktażowo-pokazowych, itp.
3. Uczeń w ciągu trwania zajęć w systemie on-line lub korespondencyjnych podlega systematycznej i obiektywnej ocenie w zakresie wiedzy.
4. Nauczyciel szczegółowo wskazuje zadania do wykonania, sposób ich realizacji oraz formę w jakiej należy przesłać efekty pracy.
5. Uczniowie będą oceniani za odpowiedzi na zadane referaty, mini – prezentacje, karty pracy, aktywność, odpowiedzi z quizów wyżej wymienionych elementów podstawy programowej, itp. Ponadto każda inicjatywa ucznia również może zostać nagrodzona pozytywną oceną.
6. Wystawiając ocenę, nauczyciel zwraca szczególną uwagę na kreatywność uczniów, ich zaangażowanie, wkład pracy, przestrzeganie terminów oddawania zleconych prac i zadań.

#### **VI. Postanowienia inne**

1. Nauczyciel na początku każdego roku szkolnego informuje uczniów, rodziców lub opiekunów prawnych o wymaganiach wynikających z realizowanego przez siebie programu nauczania oraz o sposobach sprawdzania umiejętności i wiadomości
2. W uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego.
3. Decyzję o zwolnieniu ucznia z zajęć podejmuje dyrektor szkoły na podstawie zaświadczenia lekarskiego.
4. W dzienniku lekcyjnym nauczyciel zapisuje oceny w skali od 1 do 6 oddzielnie dla każdego działu: praca na lekcji, przygotowanie do lekcji oraz frekwencja.
5. Sprawy nie ujęte regulaminem regulują przepisy prawa oświatowego i szkolnego systemu oceniania.