



**PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA W ROKU SZKOLNYM 2023/2024
W SZKOLE PODSTAWOWEJ IM. JANA OSTROROGA W OSTROROGU**

WYCHOWANIE FIZYCZNE



PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA W ROKU SZKOLNYM 2022/2023

Wychowanie fizyczne

Nauczyciele: Tomasz Cembrowicz, Jacek Duks, Renata Mleczak,
Joanna Musiał.

I. PODSTAWA PRAWNA

1. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 3 sierpnia 2017 r. w sprawie oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych (Dz. U. poz. 1534).
2. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 29 czerwca 2017 r. w sprawie dopuszczalnych form realizacji obowiązkowych zajęć wychowania fizycznego (Dz. U. poz. 1322).

II. SPOSOBY INFORMOWANIA O OBSZARACH I KRYTERIACH OCENIANIA WIEDZY I UMIEJĘTNOŚCI

Nauczyciele przekazują uczniom informację na początku roku szkolnego na pierwszej lekcji wychowania fizycznego. Jest to udokumentowane wpisem do dziennika lekcyjnego.

III. OCENIE PODLEGAJĄ:

- 1) sumienne i staranne wywiązywanie się z obowiązków,
- 2) zaangażowanie w przebieg lekcji przygotowanie się do zajęć,
- 3) stosunek do partnera i przeciwnika,
- 4) stosunek do własnego ciała,
- 5) aktywność fizyczna,
- 6) postęp w opanowaniu umiejętności i wiadomości przewidzianych dla poszczególnych klas zgodnie z indywidualnymi możliwościami i predyspozycjami,
- 7) osiągnięte wyniki w sportach wymiernych, dokładność wykonania zadania i poziom zdobytej wiedzy.

IV. SPOSÓB USTALANIA OCENY ŚRÓDROCZNEJ I ROCZNEJ

Ocenę śródroczną i roczną ustala się zgodnie ze skalą ocen określoną w Statucie Szkoły Podstawowej w Ostrorogu. Ocena klasyfikacyjna z przedmiotu jest wypadkową wynikającą z ocen cząstkowych uzyskanych w ciągu półrocza lub roku.



Uzyskana ocena nie jest średnią arytmetyczną. Nie stosuje się wagi.

V. BIEŻĄCE OCENIANIE

Uczeń uzyskuje oceny cząstkowe wg skali:

niedostateczny	1	niedostateczny plus	1+
dopuszczający minus	2-	dopuszczający	2
dopuszczający plus	2+	dostateczny minus	3-
dostateczny	3	dostateczny plus	3+
dobry minus	4-	dobry	4
dobry plus	4+	bardzo dobry minus	5-
bardzo dobry	5	bardzo dobry plus	5+
celujący minus	6-	celujący	6

VI. STOSOWANIE INNYCH ZNAKÓW GRAFICZNYCH

Zaangażowanie ucznia, jego aktywność lub nieprzygotowanie do zajęć i brak stroju może być ocenione „+” lub „-”.

VII. SZCZEGÓŁOWE OKREŚLENIE WARUNKÓW I ZASAD POPRAWIANIA OCEN I UZUPEŁNIANIA BRAKÓW

Uczeń, który jest nieobecny na sprawdzianie, ma obowiązek przystąpić do niego w okresie 2 tygodni od przyjścia do szkoły lub w terminie wyznaczonym przez nauczyciela. Uczeń ma prawo do poprawy oceny otrzymanej z testów sprawności fizycznej.

VIII. UWAGI DO KRYTERIÓW

1. Uczniowie, którzy ze względu na stan zdrowia nie mogą w pełni brać udziału w zajęciach wychowania fizycznego, zobowiązani są do przedstawienia nauczycielowi prowadzącemu odpowiedniego zwolnienia jednodniowego od rodziców w formie papierowej lub w dzienniku Librus, zaświadczenia lekarskiego przy dłuższym zwolnieniu.



Przy zwolnieniu lekarskim powyżej 30 dni rodzic składa wniosek do dyrektora szkoły o wydanie decyzji w sprawie zwolnienia z aktywności na lekcji.

2. Uczeń ma prawo zgłosić, że jest nieprzygotowany do zajęć: brak stroju sportowego 2 razy w danym półroczu. Każdy kolejny brak stroju skutkuje oceną niedostateczną.
3. Uczniowie zgłaszają swoje nieprzygotowanie do zajęć przed lekcją.
4. Dziewczęta w czasie niedyspozycji zwalniane są z wykonywania intensywnego wysiłku fizycznego, natomiast obowiązuje je aktywne uczestnictwo w zajęciach.
5. Uczniowie zwolnieni z ćwiczeń na podstawie zaświadczenia lekarskiego lub od rodziców nie są zwalniani z obowiązku obecności na lekcji i udziału w niej.
6. Zwolnienia od rodziców są rejestrowane w Librusie znakiem zwR i każdorazowo wpisywane.
7. Tabele testów sprawnościowych są do wglądu u nauczycieli wychowania fizycznego.

IX. WYMAGANIA EDUKACYJNE

Celująca (6) - Uczeń jest bardzo sprawny fizycznie; osiąga wyniki wg norm na ocenę celującą. Osiąga duży postęp w usprawnianiu się (np. poprawa we wszystkich próbach). Poziom opanowania umiejętności technicznych i wiadomości jest bardzo wysoki. Zastosowanie umiejętności w praktycznym działaniu: jest doskonały we wszystkich dyscyplinach i konkurencjach. Potrafi praktycznie wykorzystać wiedzę w konkurencjach, zawodach, tworzeniu nowych rozwiązań. Jest bardzo zaangażowany na lekcjach. Rozwija swoje uzdolnienia. Aktywnie uczestniczy w życiu sportowym szkoły, bądź też w innych formach aktywności związanych z wychowaniem fizycznym. Systematycznie reprezentuje szkołę w rozgrywkach sportowych. Osiąga sukcesy na szczeblu wojewódzkim i ogólnopolskim.

Bardzo dobra (5) - Uczeń ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, zna przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie. Osiąga wyniki lepsze od diagnozy. Osiąga poprawę w większości prób. Systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu. Doskonale opanował większość umiejętności i wiadomości. Bardzo dobrze sobie radzi w większości dyscyplin, posiada ogromny zasób wiedzy. Umie zastosować wiedzę w samodzielnym rozwiązywaniu zadań. Podejmuje duży wysiłek, systematycznie się stara. Reprezentuje szkołę w rozgrywkach sportowych, bierze udział w mistrzostwach szkoły, w dodatkowych zajęciach



pozalekcyjnych lub trenuje w klubie sportowym- osiągając dobre wyniki sportowe. Jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do zajęć nie budzi najmniejszych zastrzeżeń.

Dobra (4) - Uczeń dysponuje dobrą sprawnością motoryczną. Ćwiczenia wykonuje prawidłowo, lecz nie dość dokładnie, z małymi błędami technicznymi. Wykazuje tendencje do poprawy wyników. Nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnianiem, wykazuje stałe i dość dobre postępy w tym zakresie. Opanował większość umiejętności i wiadomości, lecz w różnym stopniu. Radzi sobie w różnych dyscyplinach sportowych. Zna większość zagadnień i pojęć. Sprawnie posługuje się wiedzą. Jego postawa społeczna i stosunek do kultury fizycznej nie budzi większych zastrzeżeń. Podejmuje wysiłek, stara się - jednak niesystematycznie.

Dostateczna (3) - Uczeń dysponuje przeciętną sprawnością motoryczną. Osiąga wyniki wg norm na ocenę dostateczną. Posiada tylko podstawowe umiejętności. Ćwiczenia wykonuje niepewnie z większymi błędami technicznymi. Wykazuje małe postępy w usprawnianiu. Nie bardzo daje sobie radę w kilku dyscyplinach. Zna podstawowe pojęcia i zagadnienia. Nie bierze udziału w zajęciach pozalekcyjnych. Sporadycznie wykorzystuje wiedzę do rozwiązywania problemów. Uczestniczy w lekcji, mało się stara. Przeszkadza kolegom. Przejawia pewne braki w zakresie postawy społecznej i w stosunku do kultury fizycznej.

Dopuszczająca (2) - Uczeń posiada słabą sprawność fizyczną. Osiąga wyniki znacznie poniżej oceny dostatecznej. Opanował minimalną ilość wiadomości. Nie radzi sobie w większości dyscyplin. Ćwiczenia wykonuje niepewnie z dużymi błędami technicznymi. Wykazuje bardzo małe postępy w usprawnianiu motorycznym. Ma minimalny zasób pojęć i wiadomości. Nie potrafi samodzielnie zastosować wiedzy w praktyce. Nie wkłada wysiłku, nie stara się. Sporadycznie ćwiczy. Przejawia duże braki w zakresie postawy społecznej i stosunku do wychowania fizycznego.

Niedostateczna (1) - Uczeń posiada bardzo słabą sprawność fizyczną.

Nie przystępuje lub nie kończy prób mimo możliwości. Ćwiczenia wykonuje z bardzo dużymi błędami technicznymi lub nie potrafi ich wykonać. Nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu się. Nie posiada żadnych umiejętności wymaganych dla danej klasy.

Nie umie wystąpić w żadnej z dyscyplin. Nie bierze udziału w zajęciach pozalekcyjnych, nie uczestniczy w życiu sportowym szkoły. Nie rozróżnia pojęć. Nawet przy pomocy nauczyciela nie potrafi rozwiązać problemu, zadania sprawnościowego. Nie wykonuje ćwiczeń i poleceń. Stosunek ucznia do kultury fizycznej i jego postawa społeczna są negatywne.



X. OCENY Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO OBEJMUJĄ:

1. MOTORYCZNOŚĆ

- 1.1 Skok w dal z miejsca
- 1.2 Podciąganie na drążku
- 1.3 Rzut piłką lekarską
- 1.4 Bieg szybkościowo- zwinnościowy 4 x 10m
- 1.5 Skoki na skakance
- 1.6 Skok w dal z miejsca
- 1.7 Skok dosiężny
- 1.8 Siad z leżenia tyłem w czasie 30s

2. UMIEJĘTNOŚCI

2.1 LEKKOATLETYKA

Ocenie podlegają dyscypliny:

- a) skok w dal
- b) rzut piłką palantową
- c) biegi: 60m dziewczęta i chłopcy, 600m dziewczęta i 1000m chłopcy

2.2 GRY ZESPOŁOWE

- a) piłka nożna: prowadzenie piłki, strzał na bramkę, żonglerka piłką.
- b) piłka siatkowa: odbicia piłki sposobem dolnym, odbicia piłki sposobem górnym, zagrywka sposobem górnym i dolnym.
- c) piłka koszykowa: kozłowanie piłki P i LR slalomem i po kopercie, rzuty do kosza z dwutaktu, rzuty do kosza po zatrzymaniu na jedno i dwa tempa, rzut z miejsca.
- d) piłka ręczna: kozłowanie zakończone rzutem do bramki z wyskoku, rzut karny.



2.3 GIMNASTYKA

Ocenie podlegają umiejętności: różne formy przewrotów w przód i w tył, skok przez kozła, stanie na rękach przy drabince, ćwiczenia równoważne.

3. USTALENIA DODATKOWE

W przypadku nauczania zdalnego: ocenie podlegają wszelkie prace pisemne, prezentacje, aktywność, ćwiczenia sprawnościowe wykonywane indywidualnie. Za pracę, która nie została przesłana w wyznaczonym terminie uczeń otrzymuje ocenę niedostateczną. W przypadku podejrzenia przez nauczyciela braku samodzielności wykonania pracy nauczyciel ma prawo wyznaczyć kolejny termin i sposób jej zaliczenia. W przypadku nauczaniu zdalnego zwiększona zostanie liczba godzin zajęć teoretycznych.

XI. Obowiązki ucznia:

- uczeń ma obowiązek posiadać odpowiedni do ćwiczeń strój sportowy – koszulka, spodenki lub spodnie dresowe, buty sportowe na jasnej podeszwie, zdjęta biżuteria
- uczeń noszący okulary winien jest pozostawić okulary w szatni, bądź używać specjalnych okularów sportowych,
- uczeń ma obowiązek przestrzegać regulaminów korzystania z obiektów i przyrządów sportowych.

Wszystkie sprawy nie ujęte w PSO rozstrzygane będą zgodnie ze Statutem Szkoły i odpowiednimi Rozporządzeniami MEiN.