

**Ocenianie przedmiotowe  
z wychowania fizycznego  
w klasie VI  
Szkoły Podstawowej**

Opracował:

Paweł Pawliczak  
Dariusz Piotrowski

## **I. ZASADY OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**

Zgodnie z podstawą programową lekcje z wychowania fizycznego dzielą się na zajęcia w systemie klasowo – lekcyjnym ( 2 godz. tygodniowo ) oraz zajęcia profilowane do wyboru ( 2 godz. tygodniowo).

### **1. Skala ocen**

W ocenianiu zarówno częściowym jak i semestralnym oraz rocznym stosowane są następujące stopnie i ich cyfrowe odpowiedniki:

- 1 – niedostateczny
  - 2 – dopuszczający
  - 3 – dostateczny
  - 4 – dobry
  - 5 – bardzo dobry
  - 6 – celujący
- dotatkowe oznaczenia „np”.

### **2. Przedmiot oceny**

**Podstawą oceny jest wysiłek włożony przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć. Oceny z wychowania fizycznego obliczane są na podstawie średniej ważonej.**

Ocenianiu podlegają poszczególne obszary w systemie zajęć klasowo – lekcyjnych. Każda ocena w danym obszarze ma określoną wagę w dzienniku elektronicznym.

- 1) *Przygotowanie do zajęć z wychowania fizycznego, 1*
- 2) *Aktywność i zaangażowanie na lekcji, 3*
- 3) *Działalność sportowo – rekreacyjna pozalekcyjna (udział w zawodach sportowych ,zajęciach sks , w wyjazdach rekreacyjnych), 1*
- 4) *Postęp w rozwoju sprawności fizycznej, 2*
- 5) *Opanowanie umiejętności i wiadomości przewidzianych podstawą programową, 1*
- 6) *Osiągnięcia uczniów z edukacji zdrowotnej. 3*

#### **1) Przygotowanie do zajęć z wychowania fizycznego.**

Strój gimnastyczny wymagany na lekcjach wychowania fizycznego:

- Koszulka z krótkim rękawem której długość sięga co najmniej do linii bioder (tak by można było włożyć ją w spodenki)
- Spodenki sportowe (nie posiadające zapięcia na guzik i zamek oraz nie krępujące ruchów)
- Spodnie dresowe (nie posiadające zapięcia na guzik i zamek oraz nie krępujące ruchów)
- Bluza dresowa (nie posiadająca zapięcia na guziki)
- Obuwie sportowe typu adidas lub trampki w stanie pozwalającym na udział w zajęciach fizycznych.

Odstępstwem od powyższych wymagań są zajęcia prowadzone w zimie na świeżym powietrzu oraz na krytej pływalni ( strój określa regulamin pływalni ).

Uczeń ma obowiązek dostosować rodzaj stroju do warunków atmosferycznych oraz zmienić strój po przebytej lekcji. Strój gimnastyczny powinien być schludny i czysty.

W razie nie spełnienia przez ucznia powyższych warunków dotyczących stroju gimnastycznego, nauczyciel zaznacza nieprzygotowanie ucznia do zajęć.

Za jednorazowe zgłoszenie przed lekcją nieprzygotowania się do zajęć, uczeń otrzymuje „np”:

- Zero „np.” ocena celująca
- 1 „np.” ocena bardzo dobra
- 2 „np.” ocena dobra
- 3 „np.” ocena dostateczna
- 4 „np.” ocena dopuszczająca
- 5 „np.” niedostateczna

Podsumowanie nieprzygotowania do lekcji odbywa się każdego miesiąca.

W razie choroby lub kontuzji wymagane jest pisemne zwolnienie z ćwiczeń wystawione przez lekarza lub rodzica. W przypadku zwolnienia ucznia przez rodzica na zwolnieniu powinna widnieć data w jakim dniu dziecko jest zwolnione oraz podpis jednego z rodziców. W przypadku gdy uczeń nie posiada zwolnienia z zajęć a zgłosił przed lekcją niemożność aktywnego uczestniczenia w lekcji z przyczyn obiektywnych, zostaje on zwolniony przez nauczyciela z lekcji. Ma on jednak obowiązek być przygotowanym do lekcji (kompletny stój sportowy).

Uczeń niećwiczący:

- pomaga w sędziowaniu,
- pomaga w organizowaniu zajęć ruchowych,
- wywiązuje się z roli kibica,
- pomaga w redagowaniu ściennej gazetki sportowej.

## **2) Aktywność i zaangażowanie na lekcji.**

Uczeń:

- aktywnie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego prowadzonych w różnych warunkach,
- wykazuje duży wysiłek do podnoszenia sprawności, zdobywania umiejętności i wiadomości w sposób zbliżony do swoich możliwości fizycznych,
- pomaga w sędziowaniu,
- organizuje lub pomaga w organizowaniu zajęć ruchowych,
- prowadzi ćwiczenia kształtujące,
- wywiązuje się z roli kibica,
- angażuje się i pomaga w przygotowaniu imprezy sportowej na terenie szkoły lub poza nią,
- ma pozytywny stosunek do przedmiotu i postawę wobec ćwiczeń ruchowych,
- stosuje zasadę „fair play”,
- jest zdyscyplinowany,
- podporządkowuje się ustalonym zasadą i regułom,
- przestrzega zasad bezpieczeństwa, regulaminów i obowiązków uczniowskich,
- nie spóźnia się na zajęcia,
- pomaga w redagowaniu ściennej gazetki sportowej.

Każdy z wymienionych wyżej elementów oceniany jest poprzez wystawienie oceny:

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

Otrzymana w ten sposób ocena za aktywność i zaangażowanie wliczana jest do oceny średniej osobno za pierwszy semestr i na koniec roku szkolnego. Częstotliwość oceny aktywności odbywa się raz w miesiącu. Za wybitne zaangażowanie ucznia na lekcji można wystawić od razu ocenę celującą cząstkową.

### 3) Działalność sportowo – rekreacyjna pozalekcyjna.

Na ocenę z wychowania fizycznego wpływ ma aktywność pozalekcyjna i pozaszkolna w zakresie wychowania fizycznego, sportu i rekreacji.

Jeżeli uczeń:

- reprezentuje szkołę w różnego rodzaju zawodach i imprezach sportowych,
- bierze aktywny i systematyczny udział w sportowych zajęciach pozalekcyjnych na terenie szkoły lub poza nią.

Za udział w zawodach uczeń może otrzymać ocenę celującą i bardzo dobrą w zależności od uzyskanego wyniku. Ocena za działalność sportowo – rekreacyjną pozaszkolną ma wyższą wagę niż oceny z pozostałych obszarów.

W przypadku gdy uczeń spełnia jeden z wyżej wymienionych warunków, nauczyciel może podnieść ocenę końcową za pierwszy semestr oraz na koniec roku o jeden stopień w zależności od intensywności i zaangażowania w działalność sportową pozalekcyjną.

Każdy z wymienionych wyżej elementów oceniany jest poprzez wystawienie oceny:

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

### 4) Postęp w rozwoju sprawności fizycznej

Nauczyciel na początku i na końcu każdego semestru przeprowadza testy na poszczególne zdolności motoryczne. Ocenie podlegać będzie postęp dokonany w przebiegu procesu usprawniania ucznia na podstawie porównania wyników.

OCENA	POZIOM
6	wybitna poprawa wyniku
5	lepszy wynik od diagnozy wstępnej
4	tendencja do poprawy, brak stałej poprawy
3	wynik utrzymany na poziomie diagnozy wstępnej
2	wynik słabszy od diagnozy wstępnej
1	uzyskany wyniki jest zdecydowanie słabszy od poziomu wyjściowego

### **5) Opanowanie umiejętności i wiadomości przewidzianych podstawą programową.**

W trakcie cyklu rocznego uczeń będzie otrzymywał oceny z uzyskanych umiejętności oraz wiadomości na podstawie opracowanych przez nauczyciela testów sprawności w oparciu o standardy wymagań. Otrzymane w ten sposób oceny cząstkowe będą stanowić średnią ocenę z umiejętności i wiadomości.

Każdy z wymienionych wyżej elementów oceniany jest poprzez wystawienie oceny:

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

### **6) Osiągnięcia uczniów z edukacji zdrowotnej**

Ocenić podlega obecność i aktywność uczniów na zajęciach i gotowość do podejmowania działań indywidualnych i zespołowych. Ocenić może podlegać praca domowa projekt edukacyjny, inne wytwory pracy uczniów.

Każdy z wymienionych wyżej elementów oceniany jest poprzez wystawienie oceny:

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

**W systemie zajęć profilowanych do wyboru ocenianiu podlegają wymienione poniżej obszary.**

**Każda ocena w danym obszarze ma określoną wagę w dzienniku elektronicznym.**

- 1) *Przygotowanie do zajęć z wychowania fizycznego, 1*
- 2) *Aktywność i zaangażowanie na lekcji. 3*

#### **1) Przygotowanie do zajęć z wychowania fizycznego.**

Strój gimnastyczny wymagany na lekcjach wychowania fizycznego:

- koszulka z krótkim rękawem której długość sięga co najmniej do linii bioder (tak by można było włożyć ją w spodenki),
- spodenki sportowe (nie posiadające zapięcia na guzik i zamek oraz nie krępujące ruchów),
- spodnie dresowe (nie posiadające zapięcia na guzik i zamek oraz nie krępujące ruchów),
- bluza dresowa (nie posiadająca zapięcia na guziki),
- obuwiu sportowe typu adidas lub trampki w stanie pozwalającym na udział w zajęciach fizycznych.

Odstępstwem od powyższych wymagań są zajęcia prowadzone w zimie na świeżym powietrzu oraz na krytej pływalni ( strój określa regulamin pływalni ).

Uczeń ma obowiązek dostosować rodzaj stroju do warunków atmosferycznych oraz zmienić strój po przebytej lekcji. Strój gimnastyczny powinien być schludny i czysty.

W razie nie spełnienia przez ucznia powyższych warunków dotyczących stroju gimnastycznego, nauczyciel zaznacza nieprzygotowanie ucznia do zajęć.

Za jednorazowe zgłoszenie przed lekcją nieprzygotowanie się do zajęć, uczeń otrzymuje „np” .

- Zero „np.” ocena celująca
- 1 - 2 „np” ocena bardzo dobra
- 3 – 4 „np.” ocena dobra
- 5 – 6 „np.” ocena dostateczna
- 7 – 8 „np.” ocena dopuszczająca
- więcej niż 8 „np.” ocena niedostateczna

W razie choroby lub kontuzji wymagane jest pisemne zwolnienie z ćwiczeń wystawione przez lekarza lub rodzica. W przypadku zwolnienia ucznia przez rodzica na zwolnieniu powinna widnieć data w jakim dniu dziecko jest zwolnione oraz podpis jednego z rodziców. W przypadku gdy uczeń nie posiada zwolnienia z zajęć a zgłosił przed lekcją niemożność aktywnego uczestniczenia w lekcji z przyczyn obiektywnych, zostaje on zwolniony przez nauczyciela z lekcji. Ma on jednak obowiązek być przygotowanym do lekcji (kompletny strój sportowy).

Uczeń niećwiczący:

- pomaga w sędziowaniu,
- pomaga w organizowaniu zajęć ruchowych,
- wywiązuje się z roli kibica,
- pomaga w redagowaniu ściennej gazetki sportowej.

## **2) Aktywność i zaangażowanie na lekcji.**

Uczeń:

- aktywnie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego prowadzonych w różnych warunkach,
- wykazuje duży wysiłek do podnoszenia sprawności, zdobywania umiejętności i wiadomości w sposób zbliżony do swoich możliwości fizycznych,
- pomaga w sędziowaniu,
- organizuje lub pomaga w organizowaniu zajęć ruchowych,
- prowadzi ćwiczenia kształtujące,
- wywiązuje się z roli kibica,
- angażuje się i pomaga w przygotowaniu imprezy sportowej na terenie szkoły lub poza nią,
- ma pozytywny stosunek do przedmiotu i postawę wobec ćwiczeń ruchowych,
- stosuje zasadę „fair play”,
- jest zdyscyplinowany,
- podporządkowuje się ustalonym zasadą i regułom,
- przestrzega zasad bezpieczeństwa, regulaminów i obowiązków uczniowskich,
- nie spóźnia się na zajęcia,

- pomaga w redagowaniu ściennej gazetki sportowej.

Każdy z wymienionych wyżej elementów oceniany jest poprzez wystawienie oceny:

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

Otrzymana w ten sposób ocena za aktywność i zaangażowanie wliczana jest do oceny średniej osobno za pierwszy semestr i na koniec roku szkolnego. Częstotliwość oceny aktywności odbywa się co 2 tygodnie. Za wybitne zaangażowanie ucznia na lekcji można wystawić od razu ocenę celującą cząstkową.

### **Formy kontroli i oceny:**

1. Kontrola i ocena bieżąca
2. Do każdej otrzymanej oceny nauczyciel udziela komentarza. Komentarz jest wpisany do dziennika elektronicznego.
3. Uczeń może być zwolniony z wychowania fizycznego decyzją administracyjną dyrektora szkoły na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach uczestniczenia w tych zajęciach, wydanej przez lekarza, na czas określony w tej opinii.
4. W przypadku zwolnienia ucznia z zajęć wychowania fizycznego na okres uniemożliwiający wystawienie oceny semestralnej lub klasyfikacyjnej na koniec roku szkolnego zamiast oceny nauczyciel wychowania fizycznego wpisuje „zwolniony” albo „zwolniona”.
5. Na pierwszej lekcji w roku szkolnym uczniowie zapoznawani są z Ocenianiem Przedmiotowym. Wymagania na poszczególne oceny są udostępnione uczniom. Oceny są jawne, oparte o poznane kryteria.
6. Przy ocenianiu nauczyciel uwzględnia możliwości ucznia oraz zalecenia z opinii lub orzeczenia.
7. Dla osób o specjalnych potrzebach edukacyjnych i mniej sprawnych ruchowo w nauczaniu należy wydłużyć czas potrzebny do wykonania ćwiczenia. Używać pochwał jako środka motywującego nawet przy bardzo niewielkich postępach. Wydawać proste i jasne polecenia. Dokładniej objaśniać ćwiczenia do wykonania. Stosować zadania ruchowe łatwiejsze do opanowania oraz indywidualizację w nauczaniu. Różnicować stopień trudności zadań ruchowych w zależności od możliwości danego ucznia, obniżać próg wymagań. Motywować uczniów i kształtować pozytywne nastawienie do przedmiotu. Mobilizować do aktywnego udziału w procesie nauczania. W razie potrzeby zmieniać metodę nauczania.

#### 8. Ocena okresowa – półroczna

Na ocenę półroczną składają się oceny z poszczególnych obszarów z lekcji w systemie klasowo-lekcyjnym oraz oceny uzyskane z poszczególnych obszarów za zajęciach profilowanych do wyboru.

Rodzice ucznia są informowani o grożącej uczniowi ocenie niedostatecznej na 1 miesiąc przed datą konferencji klasyfikacyjnej, a na 2 tyg. przed konferencją klasyfikacyjną rodzice są informowani o ocenie z przedmiotu. Ocenę semestralną wystawia nauczyciel uczący w systemie klasowo – lekcyjnym przy wzięciu pod uwagę ocen wystawionych przez nauczyciela uczącego danego ucznia na zajęciach profilowanych do wyboru (oceny z zajęć profilowanych znajdują się w dzienniku elektronicznym). Jeżeli średnia ocen uzyskana przez ucznia wyniesie np.: 3,65 to uzyskuje on ocenę 4,00. Jeśli średnia ocen uzyskana przez ucznia wyniesie 4,65 to uzyskuje ocenę 5,00. Ten sposób obowiązuje do wszystkich stopni.

#### 9. Ocena końcowo- roczna

Na ocenę półroczną składają się oceny z poszczególnych obszarów z lekcji w systemie klasowo-lekcyjnym oraz oceny uzyskane z poszczególnych obszarów za zajęciach profilowanych do wyboru.

Rodzice ucznia są informowani o grożącej uczniowi ocenie niedostatecznej na 1 miesiąc przed datą konferencji klasyfikacyjnej, a na 2 tyg. przed konferencją klasyfikacyjną rodzice są informowani o ocenie z przedmiotu. Ocenę semestralną wystawia nauczyciel uczący w systemie klasowo – lekcyjnym przy wzięciu pod uwagę ocen wystawionych przez nauczyciela uczącego danego ucznia na zajęciach profilowanych do wyboru (oceny z zajęć profilowanych znajdują się w dzienniku elektronicznym). Jeżeli średnia ocen uzyskana przez ucznia wyniesie np.: 3,65 to uzyskuje on ocenę 4,00. Jeśli średnia ocen uzyskana przez ucznia wyniesie 4,65 to uzyskuje ocenę 5,00. Ten sposób obowiązuje do wszystkich stopni.

### **Tryb odwoławczy**

1. W przypadku gdy uczeń nie zgadza się z zaproponowaną przez nauczyciela oceną wystawioną na koniec roku szkolnego, uczeń jest zobowiązany podejść do testu sprawdzającego umiejętności z całego roku. Procedury przebiegu egzaminu znajdują się w Statucie Szkoły. Uczeń może otrzymać ocenę wyższą z przedmiotu co najwyżej o jeden stopień.
2. Egzamin klasyfikacyjny obejmuje zadania praktyczne (umiejętności ruchowe), które były przedmiotem nauczania w trakcie roku szkolnego.
3. Na koniec półroczna nie przewiduje się żadnych sprawdzianów zaliczeniowych.