Wymagania edukacyjne i sposób oceniania z przedmiotu wychowanie fizyczne w I Liceum Ogólnokształcącym im. Wojciecha Kętrzyńskiego w Giżycku

KRYTERIA NA POSZCZEGÓLNE OCENY Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO
OCENA NIEDOSTATECZNA
Uczeń:
● ma lekceważący stosunek do przedmiotu, nauczyciela, kolegów,
● w zajęciach uczestniczy wybiórczo i jest nieprzygotowany (brak stroju)
● swoją postawą negatywnie wpływa na klasę
● nie reaguje na polecenia i prośby nauczyciela
● nie chce wykonywać żadnych ćwiczeń, prób i testów pomimo prawidłowego rozwoju
● psychofizycznego i motywacji nauczyciela,
● nie wykazuje postępów w usprawnianiu
OCENA DOPUSZCZAJĄCA
Uczeń:
● w zajęciach uczestniczy niesystematycznie, bywa nieobecny bez usprawiedliwienia,
● strój sportowy nosi sporadycznie i ma lekceważący stosunek do przedmiotu,
● posiada bardzo niską sprawność motoryczną i nie wykazuje chęci usprawnienia,
● wykonuje jedynie najprostsze ćwiczenia ale niechętnie i z dużymi błędami,
● opanował materiał programowy w niewielkim stopniu i ma duże braki,
● zna zdrowy styl życia ale go nie stosuje (higiena osobista, nałogi, złe odżywianie),

OCENA DOSTATECZNA
Uczeń:
● opuszcza zajęcia sporadycznie i nie zawsze chętnie w nich uczestniczy,
● przynosi strój sportowy,
● dysponuje przeciętną sprawnością fizyczną, która wykazuje niewielki spadek lub utrzymuje się na tym samym poziomie,
● zadania i ćwiczenia wykonuje niepewnie i z dużymi błędami,
● posiada mały zakres wiedzy, której nie potrafi wykorzystać praktycznie,
● potrafi dokonać samooceny własnej sprawności fizycznej i umiejętności ruchowych (wybiórczo),
● wykazuje brak nawyków higienicznych,

OCENA DOBRA
Uczeń:
● jest obecny na zajęciach a nieobecności ma usprawiedliwione,
● dysponuje dobrą sprawnością motoryczną, która utrzymuje się na względnie stałym poziomie,
● opanował prawie cały materiał programowy,
● podejmuje próby oceny własnej sprawności fizycznej i umiejętności,
● zadania i ćwiczenia wykonuje z małymi błędami,
● posiada wiadomości, które potrafi wykorzystać w praktyce ale z pomocą nauczyciela,
● jego postawa i stosunek do przedmiotu nie budzą większych zastrzeżeń,
● nie potrzebuje motywacji do pracy nad osobistym usprawnianiem i rozumie potrzebę zdrowego stylu życia.

OCENA BARDZO DOBRA
Uczeń:
● aktywnie i systematycznie uczestniczy w zajęciach,
● całkowicie opanował materiał programowy,

● posiada wysoką sprawność fizyczną i wykazuje duże postępy w usprawnianiu,
● zadania i ćwiczenia wykonuje pewnie, dokładnie, właściwą techniką zgodną z nauczaniem, wykazuje dużą samodzielność i pomysłowość podczas zajęć,
● potrafi dokonać samooceny różnymi próbami i testami,
● jego zaangażowanie i stosunek do przedmiotu nie budzą żadnych zastrzeżeń, a swoją postawą zachęca innych do udziału w lekcji,
● posiada duży zakres wiadomości z kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu,
● zna zasady zdrowego stylu życia i świadomie, samodzielnie je wdraża, zawsze systematycznie i konsekwentnie.

OCENA CELUJĄCA

Uczeń:
● spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą,
●posiada bardzo wysoką sprawność fizyczną
● rozumie, zna oraz świadomie i systematycznie stosuje zasady zdrowego stylu życia oraz je promuje,
● jest wzorem na zajęciach wychowania fizycznego, w szkole i środowisku.

II. SZCZEGÓŁOWE KRYTERIA OCENIANIA

Oceny śródroczne według karty oceny ucznia

1. Ocena za umiejętności:

Niedostateczna (1) – uczeń przystępując do sprawdzianu nie powinien otrzymać takiej oceny, ponieważ wszystkie działania nauczyciela winny mobilizować ucznia. Gdy uczeń pomimo prawidłowego rozwoju psychofizycznego i motywacji, zachęty ze strony nauczyciela nie chce przystąpić do sprawdzianu lub w trakcie zadania przerywa wykonywanie, nie chcąc go dalej kontynuować lub ponowić, a także z różnych przyczyn, np. zdrowotnych, wówczas otrzymuje za niewykonany sprawdzian „0”. Ma dwa tygodnie czasu na wykonanie sprawdzianu. Po tym czasie „0” zostaje niezmienione. W przypadku dłuższej nieobecności czy zwolnienia lekarskiego określenie czasu „dwa tygodnie” dotyczy czasu po zakończeniu zwolnienia, czy powrocie do szkoły.

Dopuszczająca (2) – ćwiczenie wykonywane bardzo niechętnie, z dużymi błędami technicznymi, uczeń wymaga ciągłej pomocy i korekty ze strony nauczyciela. W czasie lekcji, na których nauczano i doskonalono dane ćwiczenie, nie wykazywał zaangażowania i wysiłku w jego nauczenie.

Dostateczna (3) – uczeń wykonuje ćwiczenia niepewnie, z dużymi błędami technicznymi, z małą płynnością, wymaga pomocy nauczyciela.

Dobra (4) – uczeń wykonuje ćwiczenia samodzielnie, prawidłowo lecz nie dość dokładnie i pewnie, z małymi błędami technicznymi.

Bardzo dobra (5) – uczeń wykonuje ćwiczenia samodzielnie, bez błędów technicznych, w odpowiednim tempie, dokładnie i pewnie. Jego ruchy są estetyczne i harmonijne.

Celująca (6) – spełnia warunki na ocenę „5” i potrafi omówić technikę. Jest asystentem nauczyciela, pomaga kolegom, potrafi asekurować oraz zachęca innych do ćwiczeń.

2. Ocena za postęp w sprawności fizycznej:

Cechy motoryczne podlegające ocenie:
siła,
szybkość,
zwinność,
skoczność,
gibkość,
wytrzymałość.

Ocena niedostateczna (1) – uczeń przystępujący do sprawdzianu nie otrzymuje takiej oceny. Uczeń może otrzymać ocenę „0” w przypadku odmowy wykonania zadania pomimo motywacji ze strony nauczyciela i ma dwa tygodnie na wykonanie tego sprawdzianu. Jeśli uczeń nie wykona w terminie sprawdzianu „0” zostanie niezmienione. Po upływie dwóch tygodni pierwsza ocena ze sprawdzianu jest nieusuwalna.

Ocena dopuszczająca (2) – uczeń uzyskuje wynik słabszy od poprzedniego, spowodowany lekceważącym podejściem do sprawdzianu, bez zaangażowania i wysiłku.

Ocena dostateczna (3) – uczeń utrzymuje wynik na poziomie kontrolnym.

Ocena dobra (4) – uczeń jest zaangażowany w wykonanie zadania, jednak uzyskuje wynik na poziomie poprzedniego sprawdzianu kontrolnego lub nieznacznie osiąga wynik lepszy w jednej z prób testowych.

Ocena bardzo dobra (5) – uczeń uzyskuje wynik lepszy od osiągniętego wcześniej lub podtrzymuje wysoki wynik.
Ocena celująca (6) – wybitna poprawa wyniku lub utrzymanie wyniku na poziomie pozwalającym na udział w zawodach i zajmowanie wysokich miejsc.

3. Ocena za frekwencję i gotowość do zajęć.
Uczeń ma prawo do:
Dwóch nieprzygotowań (brak stroju) w ciągu semestru. Każde następne jest oceniane niedostatecznie. W szczególnych przypadkach (choroba, niedysponowanie) nauczyciel może zwolnić ucznia z ćwiczeń po wcześniejszym przedłożeniu nauczycielowi odpowiedniego zwolnienia lekarskiego. Za nieprzygotowanie uważa się brak odpowiedniego stroju zgodnie z regulaminem sali gimnastycznej tj. koszulka + spodenki lub dres sportowy i odpowiednie czyste obuwie sportowe na miękkiej jasnej podeszwie (nie rysującej powierzchni).
Ocena niedostateczna (1) – uczeń w zajęciach uczestniczy wybiórczo i jest nieprzygotowany (zupełny brak stroju).
Ocena dopuszczająca (2) – uczeń w zajęciach uczestniczy niesystematycznie, bywa nieobecny bez usprawiedliwienia, przynosi strój sportowy sporadycznie.
Ocena dostateczna (3) – kilka nieobecności, duża liczba zwolnień, nie zawsze chętnie uczestniczy w zajęciach.
Ocena dobra (4) – uczeń uczestniczy w zajęciach, a nieobecności ma usprawiedliwione.
Ocena bardzo dobra (5) – uczeń aktywnie i systematycznie uczestniczy w zajęciach.
Ocena celująca (6) – uczeń uczestniczy we wszystkich zajęciach (100 %), żadnego nieprzygotowania.

Sposoby oceniania.
Ogólne zalecenia do wystawiania ocen:
1. Uczniowie powinni znać kryteria oceniania.
2. Ocenianie uczniów jest systematyczne.
3. Nauczyciele stosują pełną skalę ocen.
4. Uczeń powinien mieć minimum 4 oceny w semestrze.
5. Każdej ocenie powinien towarzyszyć komentarz słowny.
6. Ocenianie powinno wskazywać uczniom mocne i słabe strony ich pracy.
7. Przy pracy grupowej wszyscy członkowie oceniani są jednakowo.

Umiejętności.
Nauczyciel wystawiając ocenę za wybrane ćwiczenie powinien wziąć pod uwagę:
● poprawność wykonywania elementu technicznego,
● płynność przebiegu ćwiczeń,
● stopień trudności układu, toru,
● indywidualny postęp osiągnięć uczniów w opanowaniu danego elementu,
● możliwości ucznia i wkład jego pracy.
Każdy uczeń ma prawo do dwóch lub trzech prób podczas oceniania w zależności od trudności elementu technicznego. Oceniana jest zawsze próba lepsza.

Sprawność fizyczna.
Sprawność fizyczna ucznia określana jest za pomocą obowiązkowych testów sprawności Uczeń po przeprowadzonych próbach powinien potrafić dokonać samooceny swojej sprawności i porównać swoje wyniki z przyjętymi normami.