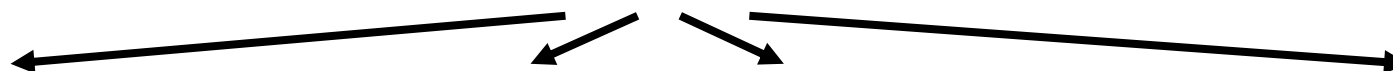


KRYTERIA OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NA OCENĘ PÓŁROCZNĄ LUB KOŃCOWOROCZNĄ SKŁADAJĄ SIĘ:



Aktywność, zaangażowanie i postępy 60 %	Umiejętności 25 %	Motoryka (wytrzymałość, siła, szybkość, skoczność, zwinność) 10 %	Wiadomości i edukacja zdrowotna 5 %
Reprezentowanie szkoły w zawodach – ocena częściowa „6” celujący Reprezentowanie klasy w zawodach - ocena częściowa „6” celujący Szczególne zaangażowanie na lekcji - ocena częściowa „5” bardzo dobry 100% frekwencji i uczestnictwa w lekcjach - ocena częściowa „6” celujący Uczestnictwo w zajęciach sportowych pozalekcyjnych lub pozaszkolnych - ocena częściowa „6” celujący Osiągnięcia w zawodach pozaszkolnych – ocena częściowa „6” celujący Szczególne zasługi dla WF (praca w SKS, budowa urządzeń i przyborów sport., org. zawodów itp.) – ocena częściowa „6” celujący Zwalnia z ćwiczeń tylko lekarz lub w wyjątkowych przypadkach nauczyciel WF na pisemną prośbę rodziców. Ćwiczącego ucznia obowiązuje odpowiedni, czysty ubiór sportowy: koszulka z rękawkiem, spodenki lub spodnie dresowe, obuwie sportowe na miękkiej, jasnej podeszwie. Ze względu bezpieczeństwa w czasie ćwiczeń uczeń zobowiązany jest do związania włosów, zdjęcia biżuterii i noszenia krótkich paznokci. Brak stroju – uczeń może być 2 razy w semestrze nieprzygotowany, za każdy następny brak stroju otrzymuje ocenę częściową „1” niedostateczny (uczeń z oceną niedostateczny za brak stroju – niepoprawioną nie może otrzymać oceny celujący semestralnej lub końcoworocznej). Uczeń, który otrzyma ocenę niedostateczny za brak stroju, ma prawo do poprawienia tej oceny w ciągu dwóch tygodni, uczestnicząc w zajęciach pozalekcyjnych, ale „1” można poprawić maksymalnie na „4” Szczególny brak dyscypliny na lekcji np. odmowa wykonania ćwiczenia lub sprawdzianu - ocena częściowa „1” niedostateczny (bez możliwości jej poprawy)	Sprawdziany umiejętności z poszczególnych dyscyplin: - gimnastyka np. przewroty, stanie na RR, skoki przez kozła i skrzynię, tor przeszkód lub układ ćwiczeń - piłka koszykowa np. rzuty do kosza z miejsca, zatrzymanie na 1 i 2 tempa, zwody, rzuty z dwutaktu, gra - piłka siatkowa np. zagrywka, odbicia sposobem górnym i dolnym, gra - piłka ręczna np. podania i chwyt, rzuty w biegu i w wysoku, gra - piłka nożna np. podania i przyjęcia, prowadzenie piłki, strzały, gra RMT – krok podstawowy tańca narodowego Ze sprawdzianów umiejętności uczeń nie może otrzymać oceny „1” - niedostateczny (chyba, że odmówi wykonania sprawdzianu), a miernikiem oceny jest wykonanie zadań na miarę możliwości ucznia.	Wykonywanie niektórych prób Międzynarodowego Testu Spr. Fizycznej 1. Skok w dal obunóż z m-sca - skoczność; 2. Pomiar siły względnej: dziewczęta – zwis na drążku na ugiętych RR - chłopcy – podciąganie w zwisie na drążku; 3. Bieg wahadłowy na dystansie 4 x 10 m z przenoszeniem 2 klocków – zwinność; 4. Siady z leżenia tyłem wykonywane w czasie 30 s – brzuszki; 5. Skłon tułowia w przód w staniu - gibkość. Sprawdziany motoryczności: - szybkość np. bieg 60 m, bieg na 200 m - wytrzymałość np. bieg 600 lub 1000 m - skoczność np. skok w dal i wżwyz - biegi w hali np. koperta, bieg zawracany Ze sprawdzianów motoryczności uczeń nie może otrzymać oceny „1” - niedostateczny (chyba, że odmówi wykonania sprawdzianu), a miernikiem oceny jest wykonanie zadań na miarę możliwości ucznia. Uczniowie mają możliwość otrzymania dodatkowej oceny ze sprawdzianów motoryczności za poprawę swoich wyników – ocena częściowa „5” bardzo dobry.	Znajomość aktualności sportowych z kraju i świata. Znajomość przepisów gier sportowych i konkurencji lekkoatletycznych. Znajomość nazewnictwa ćwiczeń i wykonania samodzielnie rozgrzewki. Znajomość zasad i sposobów asekuracji i samoochrony w czasie ćwiczeń. Znajomość wpływu ćwiczeń na organizm i zasad hartowania się. Znajomość prozdrowotnego stylu życia. Znajomość sposobów pomiaru własnej sprawności fizycznej. Znajomość zasad udzielania pomocy przy niewielkich urazach i kontuzjach. Pełnienie funkcji organizatora zawodów, sędziego itp. Uczniowie mają możliwość otrzymania dodatkowej oceny za wykazanie się wiedzą w zakresie sportu i edukacji zdrowotnej

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

Ocenę z wychowania fizycznego w klasach sportowych wystawia nauczyciel uczący podstawę programową po zasięgnięciu opinii nauczyciela – trenera prowadzącego zajęcia ukierunkowane.