

***Przedmiotowy System Oceniania
wychowania fizycznego
Szkoły Podstawowej w Pustelniku
w roku szkolnym 2025/2026***

CELE PRZEDMIOTOWEGO SYSTEMU OCENIANIA

1. Dostarczanie zainteresowanym (uczniom, jego rodzicom lub opiekunom, dyrekcji szkoły) wszechstronnej i rzeczowej informacji o postępach, osiągnięciach, brakach i uzdolnieniach ucznia w zakresie nauki wychowania fizycznego.
2. Wspieranie ucznia w jego dążeniu do osiągnięcia wszechstronnego rozwoju fizycznego i pozytywnej postawy wobec aktywności ruchowej, określonych w treściach kształcenia i wychowania fizycznego.
3. Pomoc uczniowi w samodzielnym planowaniu swego rozwoju.
4. Przekazywanie podstawowych wiadomości i umiejętności umożliwiających samokontrolę, samoocenę i samodzielne podejmowanie działań służących udoskonaleniu wszystkich funkcji organizmu.
5. Motywowanie ucznia do dalszej pracy w zakresie doskonalenia sprawności fizycznej.
6. Informowanie nauczyciela o trafności doboru metod i sposobów nauczania i oceniania.

WYMAGANIA EDUKACYJNE

I SPOSOBY SPRAWDZANIA OSIĄGNIĘĆ EDUKACYJNYCH

Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

W SZKOLE PODSTAWOWEJ

I. Kryteria oceniania zostały oparte na określeniu komponentów składających się na ocenę śródroczną i roczną.

Stopień opanowania wymagań podstawowych i ponadpodstawowych w zakresie: sprawności motorycznej, poziomu umiejętności ruchowych i poziomu wiadomości na lekcji wychowania fizycznego

- Uczestnictwa w zajęciach obowiązkowych.
- Przygotowania do zajęć,

- Postawa ucznia i stosunek do wychowania fizycznego
- Społecznego zaangażowania w krzewieniu kultury fizycznej,
- Udziału w zajęciach nadobowiązkowych, zawodach sportowych.

Sprawność motoryczna, umiejętności ruchowe i wiadomości

Poziom sprawności motorycznej (siła, szybkość, zwinność, wytrzymałość) określamy na podstawie wyników uzyskanych w wybranych testach.

- Test sprawności fizycznej (narzędzie sprawdzania) jest do wglądu u nauczyciela wychowania fizycznego (uzyskany wynik przekłada się na określoną ocenę).

- Ocenę sprawności motorycznej nauczyciel przeprowadza bez wcześniejszej zapowiedzi.

- W drugim półroczu nauki nauczyciel winien wziąć pod uwagę w szczególności stan sprawności motorycznej ucznia w stosunku do stanu wyjściowego uzyskanego w pierwszym półroczu, tj. za poprawę osiągniętego wyniku należy podwyższyć uzyskaną ocenę o pół stopnia, a w przypadku dużej poprawy wyniku o cały jeden stopień.

- Forma sprawdzianu - działania praktyczne właściwe dla danego testu sprawności fizycznej.

Poziom umiejętności ruchowych ucznia oceniamy z tych działów, które były przedmiotem nauczania w danym półroczu (np. gimnastyka, gry zespołowe, lekkoatletyka itp.)

SZCZEGÓŁOWY OBSZAR OCENIANIA I PRZEDMIOT OCENY W SZKOLE PODSTAWOWEJ

OBSZAR OCENIANIA	PRZEDMIOT OCENY	UWAGI O OCENIANIU
POSTAWA UCZNIA	- aktywność i zaangażowanie - przygotowanie do zajęć (odpowiedni strój) - systematyczność udziału w zajęciach - postawa wobec przedmiotu - wywiązywanie się z postawionych zadań - udział w zajęciach pozalekcyjnych, pozaszkolnych i zawodach sportowych.	- stosować wyłącznie oceny wysokie - nie karać ocenami niskimi
ZACHOWANIE SIĘ NA ZAJĘCIACH	- przestrzeganie zasad bezpieczeństwa - stosunek do nauczyciela i innych uczniów - przestrzeganie ustalonych reguł i przepisów - kultura słowa	- motywować wysokimi ocenami - nie karać niskim ocenami - stosować oceny za zachowanie
POZIOM UMIEJĘTNOŚCI RUCHOWYCH	- postęp w opanowywaniu umiejętności: utylitarnych, rekreacyjnych i sportowych, wymienionych w podstawie programowej na danym etapie kształcenia	- oceniany jest poziom wybranych umiejętności objętych programem nauczania w danej klasie - doceniać każdy postęp
WIADOMOŚCI Z ZAKRESU EDUKACJI FIZYCZNEJ	- znajomość zasad zdrowego stylu życia - podstawowe przepisy gier rekreacyjnych i zespołowych - omawia zasady aktywnego wypoczynku. - omawia sposoby postępowania w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia	

Kryteria oceniania z wychowania fizycznego: klasy IV-VIII szkoły podstawowej.

Ocena	Warunki uzyskania określonej oceny.
6 – celujący	Wykazuje bardzo dużą aktywność i zaangażowanie na lekcjach. Jest zawsze przygotowany do zajęć, zawsze posiada strój sportowy. Systematycznie uczestniczy w zajęciach- ewentualne nieobecności ma usprawiedliwione. Chętnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych, bądź też w innych formach działalności związanych z kulturą fizyczną na terenie szkoły lub poza szkołą. Zajmuje punktowane miejsca w zawodach powiatowych, wojewódzkich lub ogólnopolskich (posiada klasę sportową), chętnie reprezentuje szkołę w rozgrywkach sportowych. Podchodzi do sprawdzianów i zalicza pozytywnie. Doskonale zna testy sprawności i wydolności fizycznej i potrafi ocenić na podstawie wyników poziom swojej sprawności i wydolności. Przestrzega zasad fair play na boisku i w życiu.
5 – bardzo dobry	Na zajęciach jest aktywny i zaangażowany. Jest przygotowany do zajęć (dopuszcza się dwukrotny brak stroju w półroczu). Starannie i sumiennie wykonuje powierzone mu zadania. Systematycznie uczestniczy w zajęciach- zdarzają mu się nieobecności nieusprawiedliwione. Bierze aktywny udział w zajęciach pozalekcyjnych i zawodach sportowych, nie jest to jednak działalność systematyczna. Zna testy sprawności i wydolności fizycznej i potrafi ocenić na podstawie wyników poziom swojej sprawności i wydolności. Przestrzega zasad fair play na boisku.

4 – dobry	Nie zawsze jest aktywny i zaangażowany na zajęciach. Potrzebuje motywacji podczas wykonywania zadań ruchowych. Z reguły jest przygotowany do zajęć (dopuszcza się trzykrotny brak stroju). Zdarzają mu się nieobecności na zajęciach. Jego postawa społeczna i stosunek do wychowania fizycznego nie budzą większych zastrzeżeń. Nie bierze udziału w zajęciach pozalekcyjnych lub uczestniczy w nich nieregularnie. Potrafi ocenić na podstawie wyników poziom swojej sprawności i wydolności. Przestrzega zasady BHP i „fair play”.
3 – dostateczny	Nie wykazuje szczególnej aktywności na zajęciach. Często bywa nieprzygotowany do zajęć. Często jest nieobecny- nieobecności są nieusprawiedliwione. W jego wiadomościach z zakresu kultury fizycznej są znaczne luki, a tych które posiada nie potrafi wykorzystać w praktyce. Wykazuje małe postępy w usprawnieniu, powierzone zadania wykonuje niestarannie i niedbale. Nie bierze udziału w zajęciach pozalekcyjnych, pozaszkolnych.
2 – dopuszczający	Na zajęciach nie wykazuje żadnej aktywności. Uczeń nie opanował materiału programowego w stopniu dostatecznym i ma duże luki. Regularnie nieprzygotowany do zajęć, dużo nieobecności nieusprawiedliwionych. Posiada bardzo małe wiadomości z zakresu kultury fizycznej, nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną, wykazuje brak nawyków higienicznych. Wykazuje bardzo małe postępy w usprawnieniu fizycznym, wykazuje lekceważący stosunek do tego co robi Unika zajęć pozalekcyjnych.

	Nie potrafi sam ocenić poziomu swojej sprawności i wydolności fizycznej.
1 - niedostateczn y	Uczeń jest daleki od spełnienia wymagań stawianych przez program. Brak aktywności na lekcjach, niechęć do wykonywania powierzonych mu zadań. Wykazuje skrajnie lekceważący stosunek do zajęć, brak postępów w usprawnieniu. Odmawia udziału w zajęć pozalekcyjnych. Nie potrafi sam ocenić poziomu swojej sprawności i wydolności. Nigdy nie jest przygotowany do zajęć, nagminnie i samowolnie je opuszcza.

Ocenianie sprawdzianów i testów sprawnościowych

1. Sprawdziany i testy są obowiązkowe.
2. Sprawdziany i testy sprawnościowe są oceniane zgodnie z zapisami w statucie szkoły.
3. Jeżeli z przyczyn losowych uczeń nie może uczestniczyć w testach lub sprawdzianach to powinien to uczynić w terminie dwutygodniowym od przyjscia do szkoły po swojej nieobecności.
4. Poprawa sprawdzianów i testów sprawnościowych jest obowiązkowa dla uczniów, którzy otrzymali ocenę niedostateczną.