



**Szkoła Podstawowa Nr 11  
im. Henryka Sienkiewicza**

97-300 Piotrków Trybunalski, ul. Szmidta 3, tel. (0-44) 732-36-68

---

**PRZEDMIOTOWE  
ZASADY  
OCENIANIA**

**Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**

**W KLASIE VIII**

# ZASADY OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO W KLASIE VIII

**Przedmiotowe ocenianie ucznia polega na rozpoznawaniu przez nauczyciela poziomu i postępów w opanowaniu przez ucznia umiejętności i wiadomości w stosunku do wymagań edukacyjnych wynikających z podstaw programowych ze szczególnym uwzględnieniem umiejętności przyjętych jako priorytetowe.**

**Przedmiotowe ocenianie jest zgodne z:**

1. Rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 3 sierpnia 2017 r. w sprawie oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych.
2. Rozporządzeniem MEN z dnia 14 lutego 2017 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz podstawy programowej kształcenia ogólnego dla szkoły podstawowej, w tym dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym lub znacznym, kształcenia ogólnego dla branżowej szkoły I stopnia, kształcenia ogólnego dla szkoły specjalnej przysposabiającej do pracy oraz kształcenia ogólnego dla szkoły policealnej.
3. Statutem Szkoły Podstawowej nr 11 w Piotrkowie Trybunalskim.
4. Programem nauczania z wychowania fizycznego.

## PRZEDMIOT OCENY

Podstawą oceny jest **wysiłek włożony przez ucznia** w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć, a także systematyczność udziału ucznia w zajęciach oraz jego aktywność w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej.

Będą oceniane:

1. Sumienne i staranne wywiązywanie się z obowiązków wynikających z przedmiotu.
2. Zaangażowanie w przebieg lekcji i 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. Dokładność wykonania zadań i poziom zdobytej wiedzy.

**Ocenianie ma na celu:**

1. Poinformowanie ucznia o poziomie osiągnięć edukacyjnych i postępach w tym zakresie.
2. Pomoc uczniowi w samodzielnym rozwoju.
3. Motywowanie ucznia do dalszej pracy, wysiłku i samodoskonalenia się.
4. Dostarczenie rodzicom i nauczycielom rzetelnej i szczegółowej informacji o postępach, trudnościach i specjalnych uzdolnieniach ucznia.

5. Umożliwienie nauczycielowi kontroli rozwoju ucznia, doskonalenie organizacji i metod pracy dydaktyczno-wychowawczej.

**Przedmiotem oceny śródrocznej i końcoworocznej z wychowania fizycznego jest wypadkową ocen za frekwencje, aktywność oraz postęp sprawności i umiejętności.**

1. **FREKWENCJA** (systematyczność) - główną funkcją frekwencji jest wdrażanie ucznia do systematycznego uczestnictwa w zajęciach wychowania fizycznego w aspekcie wychowawczym i zdrowotnym. Ocenie podlega przygotowanie się do zajęć oraz ilość godzin aktywnego uczestnictwa ucznia na zajęciach wychowania fizycznego.

**Ocena miesięczna za frekwencję**

- celująca (6) – uczeń ćwiczył na wszystkich lekcjach
- bardzo dobra (5) – opuszczona lekcja
- dobra (4) – opuszczone 2 lekcje
- dostateczna (3) – opuszczone 3 lekcje
- dopuszczająca (2) – opuszczone 4 lekcje
- niedostateczna (1) – opuszczone 5 lekcji lub więcej

**Uwagi**

- przez lekcje opuszczone należy rozumieć nieuczestniczenie w zajęciach mimo obecności na lekcji bez usprawiedliwienia
  - trzy spóźnienia traktowane są jako jedna nieobecność
  - rodzic może zwolnić z ćwiczeń dziecko maksymalnie z trzech lekcji, dłuższe zwolnienia z zajęć może wystawić tylko lekarz
  - usprawiedliwione nieuczestniczenie w zajęciach (ponad 50 %) nie podlega ocenie w danym miesiącu
  - usprawiedliwiona nieobecność w szkole nie wpływa na obniżenie oceny
2. **AKTYWNOŚĆ** (zaangażowanie) – funkcją aktywności jest wdrażanie do podejmowania maksymalnego wysiłku, inicjatywy i samodzielności, samokontroli i samooceny. Ocenie podlega indywidualny wkład aktywności fizycznej ucznia - **wysiłek** włożony w wykonanie zadania ruchowego oraz **umiejętność** współdziałania z partnerem i współpracy w zespole. Uczniowie oceniani są plusami bądź minusami (w notatniku nauczyciela) oraz dodatkowo ocenami częściowymi.

➤ **plusy:**

- wykonywanie ćwiczeń i zadań w sposób zbliżony do swoich maksymalnych możliwości
- inwencję twórczą
- aktywny udział w zajęciach i współuczestnictwo w ich organizacji
- duży zasób wiedzy i umiejętności
- zdyscyplinowanie
- stosowanie odpowiednich zabiegów higienicznych

➤ **minusy:**

- przy niechętnym bądź negatywnym stosunku do uczestnictwa w zajęciach
- za brak dyscypliny

➤ **częstkowa ocena celująca:**

- jednorazowo za systematyczne uczestnictwo w zajęciach pozalekcyjnych na terenie szkoły
- za każdy udział w zawodach sportowych pozaszkolnych

➤ **częstkowa ocena bardzo dobra:**

- za wyróżniające na tle klasy osiągnięcia ucznia podczas lekcji
- za każdy udział w zawodach sportowych szkolnych (jako zawodnik, sędzia, organizator, protokolant, sprawozdawca, kronikarz, itp.)
- za przygotowanie referatów, albumów informacji na określony temat wskazany przez nauczyciela

➤ **częstkowa ocena niedostateczna:**

- za rażąco stosunek do obowiązków szkolnych, bojkotowanie zajęć

### **Ocena semestralna za aktywność**

- celująca (6) – duża ilość plusów bez jednego minusa, oceny bardzo dobre i celujące
- bardzo dobra (5) - duża ilość plusów z jednym minusem, ocena bardzo dobra
- dobra (4) – przewaga plusów nad minusami, plusy i minusy w równowadze, czyste konto, brak ocen bardzo dobrych
- dostateczna (3) – minusy w przeważającej liczbie nad plusami
- dopuszczająca (2) – kilka minusów bez plusów, jedna ocena niedostateczna
- niedostateczna (1) – duża liczba minusów bez plusów, oceny niedostateczne

### **Uwagi**

- ilość plusów bądź minusów rozpatrywana jest w odniesieniu do danej grupy ćwiczebnej

3. **POSTĘP SPRAWNOŚCI I UMIEJĘTNOŚCI** – ta składowa oceny ma wdrożyć do samousprawniania i samodoskonalenia, dbałości o zdrowie i kondycję fizyczną. Ocenie podlegają umiejętności oraz zakres wiadomości z zakresu kultury fizycznej przewidziane w danej grupie wiekowej zgodnie z indywidualnymi predyspozycjami i możliwościami ucznia.

### **Ocena cząstkowa za postępowanie sprawności w poszczególnych testach sprawnościowych**

- celująca (6) – uzyskanie wyniku najlepszego w swojej grupie wiekowej, zbliżonego do rekordu szkoły
- bardzo dobra (5) – poprawa wyniku,
- dobra (4) – uzyskanie wyniku na tym samym poziomie
- dostateczna (3) – obniżenie wyniku

- dopuszczająca (2) – poważne obniżenie wyniku
- niedostateczna (1) – niezaliczenie testu w przypadku lekceważącego podejścia ucznia do sprawdzianu

#### **Cechy motoryczne podlegające rozwojowi i ocenie:**

1. **szybkość** – bieg sprinterski na dystansie 60 m
2. **skoczność** – skok w dal miejsca, skok wzwyż rozbiegu
3. **wytrzymałość** – bieg długi na dystansie 600 m
4. **siła** – rzut piłką lekarską w tył z nad głowy, rzut piłeczką palantową, siady z leżenia w czasie 30 sekund, zwis na ramionach ugiętych
5. **zwinność** – bieg z przewrotem, bieg wahadłowy 4x10, tor przeszkód
6. **gibkość** – dosiężny skłon tułowia w siadzie

#### **Ocena cząstkowa za zdobyte umiejętności dotyczy zaliczenia testów motorycznych następujących dyscyplin: piłka koszykowa, piłka siatkowa, gimnastyka**

- Rzuty do kosza z miejsca
- Rzuty do kosza po kozłowaniu
- Zagrywka sposobem dolnym
- Odbicia piłki sposobem oburącz górnym
- Przewrót w przód i w tył
- Prosty układ gimnastyczny
- Piramidy

Ocenić podlegać będzie przede wszystkim opanowanie prawidłowej techniki wykonywanego ćwiczenia lub zadania ruchowego oraz zakres zdobytych wiadomości z zakresu danej dyscypliny.

#### **Uwagi**

- **każdy uczeń oceniany jest według indywidualnych predyspozycji i umiejętności** porównując jego wynik z poprzednim
- nauczyciel może uzupełnić sprawdziany lub zastąpić innymi konkurencjami
- ze sprawdzianu postępu sprawności uczeń nie może otrzymać oceny niedostatecznej, chyba, że odmówił wykonania próby.

## Szczegółowe kryteria oceny

### Ocenę celującą otrzymuje uczeń który:

- Wykazuje bardzo dużą aktywność i zaangażowanie na lekcjach
- Jest zawsze przygotowany do zajęć ( posiada zawsze strój sportowy )
- Wkłada bardzo dużo wysiłku w wykonywane zadania
- Powierzone mu zadania wykonuje sumiennie i starannie
- Systematycznie uczęszcza na zajęcia – ewentualne nieobecności ma usprawiedliwione
- Przestrzega zasad fair play na boisku i w życiu
- Chętnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych
- Jest zaangażowany w działalność sportową szkoły
- Chętnie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego
- Chętnie reprezentuje szkołę w rozgrywkach sportowych (**klasa VIII– co najmniej 3 razy w ciągu roku szkolnego**)
- Prezentuje postawę godną naśladowania: jest koleżeński, życzliwy, cechuje go wysoka kultura osobista
- Nigdy nie używa wulgaryzmów
- Nigdy nie stosuje przemocy wobec innych
- Troszczy się o bezpieczeństwo swoje i innych
- Zawsze przestrzega ustalonych reguł i zasad postępowania
- Doskonale potrafi współpracować na boisku i poza nim
- Potrafi dokonać samooceny własnego zachowania
- Jest odpowiedzialny za zdrowie własne i innych
- Właściwie pełni rolę zawodnika, sędziego i kibica
- Właściwie i z szacunkiem odnosi się do nauczyciela
- Wkłada duży wysiłek w opanowanie nowych umiejętności ruchowych
- 

### Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń który:

- Na zajęciach jest aktywny i zaangażowany
- Jest przygotowany do zajęć
- Starannie i sumiennie wykonuje powierzone mu zadania
- Systematycznie uczęszcza na zajęcia
- Przestrzega zasad fair play na boisku
- Dość regularnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych
- Pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego
- Jest koleżeński i kulturalny wobec innych
- Zdarzają mu się pojedyncze przypadki brzydkiego wyrażania się
- Zdarzają mu się pojedyncze przypadki użycia siły wobec innych
- Stara się przestrzegać ustalonych reguł i zasad postępowania
- Unika zachowań zagrażających zdrowiu własnemu i innych
- Przestrzega zasad bezpieczeństwa na zajęciach
- Współpracuje w zespole

- Dokonuje próby samooceny własnego zachowania
- Stara się właściwie pełnić rolę zawodnika, sędziego i kibica
- Właściwie odnosi się do nauczyciela
- Stara się opanować jak najwięcej nowych umiejętności ruchowych

### **Ocenę dobrą otrzymuje uczeń który:**

- Nie zawsze jest aktywny zaangażowany na zajęciach
- Z reguły jest przygotowany do zajęć
- Dość często jest nieobecny na zajęciach
- Potrzebuje motywacji podczas wykonywania zadań ruchowych
- W zajęciach pozalekcyjnych uczestniczy nieregularnie
- Nie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego
- Swoim zachowaniem nie budzi większych zastrzeżeń
- Stara się być koleżeński wobec innych
- Czasami zdarzają się przypadki użycia wulgaryzmów
- Czasami zdarzają się przypadki użycia siły wobec innych
- Stara się przestrzegać ustalonych reguł i zasad postępowania o oraz zasad bezpieczeństwa
- Zdarzają się przypadki niewłaściwych zachowań zagrażających zdrowiu własnemu i innych
- Nie zawsze potrafi współpracować w zespole
- Nie dokonuje próby samooceny własnego zachowania
- Nie zawsze właściwie pełni rolę zawodnika, sędziego czy kibica
- Czasami odnosi się niewłaściwie do nauczyciela
- Nie wykazuje specjalnego zaangażowania w opanowanie nowych umiejętności ruchowych

### **Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń który:**

- Nie wykazuje szczególnej aktywności na zajęciach
- Bywa bardzo często nieprzygotowany do zajęć
- Często jest nieobecny na zajęciach
- Powierzone mu zadania wykonuje niestarannie i niedbale
- Nie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych
- Nie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego
- Nie szanuje powierzonego mu sprzętu sportowego
- Wykazuje braki w zakresie wychowania społecznego – wobec innych jest niekulturalny i niekoleżeński
- Często używa wulgaryzmów i brzydkich wyrażen
- Często używa siły wobec innych , zdarzają się przypadki agresji
- Nie potrafi współpracować w zespole
- Nie przestrzega zasad bezpieczeństwa na zajęciach
- Stwarza zagrożenie dla własnego zdrowia poprzez niewłaściwe i niezdrowe zachowania i postawy

- Nie potrafi zachować się jako zawodnik, sędzia i kibic
- Często odnosi się niewłaściwie do nauczyciela
- Nie wykazuje chęci do opanowania nowych umiejętności ruchowych

### **Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń który:**

- Na zajęciach nie wykazuje żadnej aktywności
- Regularnie jest nieprzygotowany do zajęć
- Bardzo często opuszcza zajęcia
- Powierzone mu zadania wykonuje bardzo niestaranie okazując lekceważący stosunek do tego co robi
- Wykazuje bardzo duże braki w zakresie wychowania społecznego – jest bardzo niekulturalny i wrogo nastawiony do innych
- Bardzo często używa brzydkich wyrażeń i wulgaryzmów wobec innych uczniów
- Jest agresywny wobec innych
- Stwarza poważne zagrożenie dla bezpieczeństwa innych
- Nie przestrzega zasad zdrowego stylu życia
- Jest niekulturalny i arogancki wobec nauczyciela
- Nie podejmuje żadnych prób opanowania nowych umiejętności sportowych i rekreacyjnych

### **Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń który:**

- Na zajęciach nie wykonuje i nie chce wykonywać żadnych powierzonych mu zadań
- Wykazuje skrajnie lekceważący stosunek do przedmiotu
- Do zajęć nigdy nie jest przygotowany
- Samowolnie i nagminnie opuszcza zajęcia
- Systematycznie łamie zasady współżycia z innymi – jest skrajnie niekulturalny, bardzo wrogo nastawiony do innych, nagminnie stosuje przemoc wobec innych
- Używa bardzo wulgarnego języka
- Stanowi zagrożenie dla innych uczniów
- Do nauczyciela odnosi się skrajnie niewłaściwie i bardzo arogancko
- Z premedytacją dezorganizuje pracę na zajęciach
- Nie wykonuje żadnych powierzonych mu zadań na zajęciach
- Nie podchodzi do ćwiczeń i pokazuje swoim zachowaniem, że nie zależy mu na opanowaniu żadnych umiejętności ruchowych
- Z uporem i premedytacją nie udziela odpowiedzi na żadne z zadanych mu pytań
- Nie chce przyswoić żadnych wiadomości dotyczących wychowania fizycznego i zdrowia
- Lekceważy wszelkie próby nawiązania z nim rozmowy na omawiany temat

*W wyjątkowych, uzasadnionych wypadkach nauczyciel może podnieść ocenę śródroczną lub końcoworoczną o jeden stopień w górę lub obniżyć w dół.*



# Aneks do

## PRZEDMIOTOWYCH ZASAD OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO w czasie nauki zdalnej

1. Uczniowie podczas nauki zdalnej będą oceniani za:
  - ✓ aktywny i systematyczny udział w spotkaniach,
  - ✓ ćwiczenia i zadania teoretyczne zadane do samodzielnego wykonania,
  - ✓ zadania domowe,
  - ✓ inwencję własną.
2. Narzędzia wykorzystywane w czasie nauki zdalnej to:
  - ✓ komunikator Zoom,
  - ✓ Messenger,
  - ✓ dziennik elektroniczny,
  - ✓ platforma „ewf” - e-Wychowanie Fizyczne.pl – Lekcje WF w domu,
  - ✓ poczta e-mail.
3. Nauka odbywać się będzie wg ustalonego planu lekcji.
4. Każdy uczeń ma obowiązek uczestniczyć w zajęciach zdalnych. Obecność sprawdzana jest każdorazowo na zajęciach.
5. Na każdym spotkaniu na uczniowie mają włączone kamerki internetowe oraz mikrofony.
6. Wszelkie materiały podawane są na każdych zajęciach poprzez czat w komunikatorze Zoom lub po zajęciach poprzez dziennik elektroniczny.
7. Uczniowie w czasie lekcji wykonują zadane przez nauczyciela ćwiczenia ruchowe.
8. Nauczyciel w trakcie lekcji monitoruje i weryfikuje wiedzę uczniów dotyczącą poszczególnych dyscyplin sportowych, form aktywności sportowych, historii sportu za pomocą odpowiedzi ustnych, testów, quizów, zadań, poleceń, prac samodzielnych.
9. Nieobecność nieusprawiedliwiona na zajęciach obniża o jedną ocenę w dół przy ocenianiu miesięcznym za frekwencję.
10. Szczególną uwagę zwraca się na zaangażowanie ucznia w pracę, wkład pracy, kreatywność podczas nauczania zdalnego oraz systematyczny udział w zajęciach.