Wewnętrzne Kryteria Ocen z Wychowania Fizycznego

Przedmiotem kontroli i oceny jest:

1. Poziom sprawności fizycznej;

-stopień i postęp w rozwoju cech motorycznych (siły, szybkości, wytrzymałości)

1. Umiejętności ruchowe – poziom opanowania techniki ruchu;

- stopień i poziom opanowania czynności ruchowych (utylitarnych, rekreacyjnych, sportowych)

1. Umiejętności organizacyjne;

- stan opanowania umiejętności współorganizowania i organizowania zajęć rekreacyjnych, sportowych, zabaw w grupie rówieśniczej,

1. Wiadomości z zakresu kultury fizycznej;

- znajomość określonej tematyki o rozwoju fizycznym, rozwoju sprawności fizycznej, technice   
i taktyce, higienie, hartowaniu, zasadach bezpieczeństwa, regulaminach i przepisach, zasadach „czystej gry”, zasadach sportowego kibicowania,

1. Zachowanie i postawy;

- aktywność na zajęciach sportowych, pozalekcyjnych i pozaszkolnych, stosunek do przedmiotu ,przygotowanie do lekcji( strój sportowy na zmianę tj.: biała koszulka z krótkim rękawem, krótkie spodenki, obuwie sportowe) i frekwencja na zajęciach, dbałość o zdrowie, unikanie nałogów, przestrzeganie regulaminów, przepisów i obowiązków uczniowskich, życzliwy stosunek do innych..

# ocena celująca

* uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobry
* aktywnie uczestnicz w życiu sportowym na terenie szkoły, bądź też w innych formach działalności związanych z kulturą fizyczną
* zajmuje punktowane miejsca w zawodach miejskich, powiatowych, wojewódzkich, ogólnopolskich, posiada klasę sportową,
* jego postawa i zachowanie są wzorem do naśladowania,

## ocena bardzo dobry

* uczeń opanował w stopniu bardzo dobrym umiejętności ruchowe zawarte w podstawie programowej, ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, pewnie , w odpowiednim tempie i dokładnie,
* zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie,
* posiada duże wiadomości na temat wpływu aktywności ruchowej na układy: krążenia, oddechowy, mięśniowy, zna formy i znaczenie czynnego wypoczynku, wie jak kształtować cechy motoryczne i umiejętnie wykorzystuje wiedzę w praktycznym działaniu,
* zna i stosuje zasady zdrowego stylu życia,
* systematycznie doskonali sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w indywidualnym usprawnianiu się,
* uczeń wykazuje umiejętności organizacyjne,
* jego postawa na zajęciach i stosunek do przedmiotu nie budzi zastrzeżeń (nie opuścił ani jednej godziny zajęć bez usprawiedliwienia)
* bierze udział w zajęciach SKS-u i zawodach sportowych, nie jest to jednak działalność systematyczna.

### ocena dobry

* uczeń opanował umiejętności ruchowe zawarta w podstawie programowej w stopniu dobrym, ćwiczenia wykonuje prawidłowo, lecz nie dość dokładnie z małymi błędami technicznymi,
* posiada niepełne wiadomości na temat taktyki, przepisów dyscyplin sportowych, kształtowania cech motorycznych i wpływu ćwiczeń fizycznych na organizm człowieka, zdobyte informacje częściowo wykorzystuje w praktyce,
* uczeń włącza się do organizacji imprez sportowych na terenie szkoły,
* nie potrzebuje większej motywacji do pracy nad samousprawnianiem, wykazuje stałe i dość dobre postępy w tym zakresie,
* jego postawa społeczna i stosunek do przedmiotu nie budzi większych zastrzeżeń (opuścił nie więcej niż cztery godziny zajęć nieusprawiedliwionych ),

**ocena dostateczny**

* umiejętności ruchowe objęte podstawą programową uczeń opanował w stopniu dostatecznym, ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie z błędami technicznymi,
* wykazuje małe postępy w usprawnianiu cech motorycznych,
* w jego wiadomościach z zakresu kultury fizycznej istnieją znaczne luki, a tych które posiada nie potrafi wykorzystać w praktyce,
* uczeń nie bierze aktywnego udziału w lekcji, jego stosunek do przedmiotu budzi poważne zastrzeżenia (opuścił nie więcej niż sześć godzin zajęć nieusprawiedliwionych ),

**ocena dopuszczający**

* uczeń nie opanował dostatecznie umiejętności ruchowych objęte podstawą programową, ćwiczenia wykonuje niechętnie z dużymi błędami technicznymi,
* posiada niskie wiadomości z zakresu kultury fizycznej,
* uczeń nie potrafi samodzielnie rozwiązywać prostych zadań ruchowych,
* nie jest pilny i nie wykazuje postępów w samousprawnianiu,
* na zajęciach wychowania fizycznego przejawia poważne braki w zakresie wychowania społecznego), ma niechętny stosunek do stawianych obowiązków (opuścił nie więcej niż osiem godzin zajęć nieusprawiedliwionych),
* nie dba o higieniczny tryb życia,

**ocena niedostateczny**

* uczeń jest daleki od spełnienia wymagań stawianych przez podstawę programową,
* nie posiada wiadomości dotyczących kultury fizycznej,
* ma lekceważący stosunek do zajęć i nie przejawia żadnych postępów w samousprawnianiu,
* na zajęciach wychowania fizycznego wykazuje rażąco duże braki w zakresie wychowania społecznego (opuścił dziesięć godzin zajęć nieusprawiedliwionych,
* prowadzi niehigieniczny tryb życia,
* nie przestrzega regulaminu i przepisów,

Przy ustaleniu oceny z wychowania fizycznego bierze się pod uwagę przede wszystkim wysiłek ucznia wkładany w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć.   
Ocena śródroczna i końcowa jest średnią ważoną z wszystkich ocen uzyskanych przez ucznia. Oceny i symbole wpisywane są zgodnie zamieszczonymi wytycznymi w Statucie Szkoły.   
Oceny z aktywności na zajęciach z wychowania fizycznego mają przypisaną wagę 2, oceny ze sprawdzianów wagę 1. Uczniowie uczestniczący w zajęciach na pływalni otrzymują oceny z przypisaną wagą 2.

Każdy uczeń zobowiązany jest do zaliczenia wszystkich zadań sprawdzających wyznaczonych przez nauczyciela prowadzącego. Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który nie przystąpi do sprawdzianu   
i nie wykorzysta możliwości zaliczenia w dodatkowym terminie (dwa tygodnie). przypadkach np.: choroba, nauczyciel może wydłużyć czas zaliczenia zadań sprawdzających.

Dodatkowe symbole umieszczane w dzienniku elektronicznym:

1. uczeń niedysponowany – n,
2. zwolnienie z uczestnictwa w zajęciach przez rodziców – zr,
3. zwolnienie z uczestnictwa w zajęciach przez nauczyciela – zn
4. długoterminowe zwolnienie z uczestnictwa w zajęciach wystawione przez lekarza – zl

Uczeń może być zwolniony na czas określony z zajęć wychowania fizycznego. Decyzję o zwolnieniu podejmuje dyrektor szkoły na podstawie opinii lekarza. W przypadku zwolnienia ucznia z zajęć wychowania fizycznego   
w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się: *zwolniony.* Uczeń, który opuścił 50 procent zajęć może być nie klasyfikowany. Uczeń ma prawo dwa razy w ciągu semestru zapomnieć stroju sportowego, za każde kolejne nie przygotowanie do zajęć uczeń otrzymuje ocenę *niedostateczny z aktywności na zajęciach*, co odnotowuje się w dzienniku elektronicznym. Za strój sportowy uznaje się koszulkę z krótkim rękawem w białym kolorze, spodenki sportowe typu szorty i obuwie sportowe. Strój na zajęciach z wychowania fizycznego jest przebierany na każdą lekcję.

W sytuacji zdalnego nauczania podstawowym narzędziem pracy jest dziennik elektroniczny i platformy edukacyjne wykorzystywane w ZSTiA w Lesku.