

**KRYTERIA OCENY
Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO
NA ROK 2022/2023
DLA KLAS I (w tym turystycznej), II,
III ORAZ IV**

**LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCE
IM. STEFANA ŻEROWSKIEGO
W KROŚCIENKU N/D**

**BARBARA MORAWCZYŃSKA
MARTA RYCHTARCZYK**

Ocenianie:

I. Przedmiot oceny

Podstawą oceny jest wysiłek włożony przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć.

Ocena będzie wypadkową czterech składowych:

- a) chęci, to znaczy wysiłku wkładanego w wywiązywanie się z zadań,
- b) postępu, czyli poziomu osiągniętych zmian w stosunku do diagnozy początkowej,
- c) postawy, czyli stosunku do partnera, przeciwnika, zaangażowania w przebieg zajęć i stosunku do własnej aktywności,
- d) rezultatu, czyli informacji o osiągniętych wynikach, dokładności wykonania zadania, poziomu zdobytej wiedzy.

Ocena będzie rzetelna, trafna, jasna i zrozumiała, obiektywna i jawna.

Oceniane będą:

1. Sumienne i staranne wywiązywanie się z obowiązków.
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. Osiągnięte wyniki w sportach wymiernych, dokładność wykonania zadania i poziom zdobytej wiedzy.

II. Kryteria ocen

Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który wykazuje się szczególnym zaangażowaniem w pracy, twórczą postawą, umiejętnościami i wiadomościami wykraczającymi poza program nauczania w danej klasie. Prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia, uczestniczy w zajęciach sportowo-rekreacyjnych, bierze udział w zawodach i olimpiadach, reprezentując szkołę. Opanował umiejętności i wiadomości na poziomie rozszerzonym w 100 procentach.

Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia, systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i osiąga duże postępy w osobistym usprawnianiu. Czynnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych o charakterze sportowo - rekreacyjnym. Bardzo starannie i sumiennie wykonuje zadania, wykazuje duże zaangażowanie na lekcji oraz jest dobrze przygotowany do zajęć. Opanował umiejętności i wiadomości na poziomie rozszerzonym w 100 procentach.

Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który aktywnie uczestniczy w zajęciach, bez zarzutów wywiązuje się z obowiązków, osiąga postęp w poszczególnych klasach w opanowaniu umiejętności i wiadomości. Prowadzi higieniczny tryb życia.

Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który wywiązuje się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć, osiąga przynajmniej minimalny postęp w opanowaniu umiejętności i wiadomości.

Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który uczestniczy w zajęciach i wywiązuje się z powierzonych obowiązków bez wyraźnych postępów.

Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który wykazuje szczególnie lekceważący stosunek do obowiązków wynikających ze specyfiki przedmiotu, nie bierze czynnego udziału w lekcji, swoim zachowaniem dezorganizuje pracę, stwarzając niebezpieczeństwo dla siebie i innych, jest notorycznie nieprzygotowany do zajęć. Prowadzi niehigieniczny i niesportowy tryb życia.

Uczeń nieobecny podczas sprawdzianu umiejętności i wiadomości z przyczyn usprawiedliwionych musi zaliczyć sprawdzian do tygodnia przed wystawieniem ocen semestralnych lub rocznych.

- udział w pozalekcyjnych zajęciach sportowo –rekreacyjnych SKS (6)
- udział w zawodach międzyklasowych i szkolnych (6)
- udział w pozaszkolnych zawodach i zajęciach sportowych (6)
- udział w imprezach sportowo -rekreacyjnych organizowanych przez szkołę (6)
- nieprzygotowanie do zajęć – brak stroju sportowego (–)

III. Inwencji, współpracy z nauczycielami:

- wykonanie nietypowych przyborów (+)
- propozycja i przygotowanie ćwiczeń (+)
- naprawa, modernizacja przyborów i przyrządów (+)
- pomoc w porządkowaniu pomieszczeń (+)
- pomoc przy organizowaniu imprez sportowo-rekreacyjnych (+)
- dodatkowe samodzielne inicjatywy związane z działalnością sportowo - rekreacyjną klasy i szkoły (+)

(trzy plusy - ocena 5, trzy minusy – ocena niedostateczna)

Poprawa oceny wyżej niż przewidywana:

Ucznia można dopuścić do poprawy na ocenę wyższą, jeżeli spełnia kryteria wyższe niż przewidywana.

Uczeń wykonuje zadania w formie praktycznej.

Klasa I,II,III,IV

1. Test sprawności fizycznej K. Zuchory

2. Test z konkurencji lekkoatletycznych:

- bieg na 3km
- koperta 4x10

3. Test z zespołowych gier sportowych:

- Uczeń ma prawo do wyboru dwóch spośród trzech zespołowych gier sportowych (piłka koszykowa, piłka siatkowa, piłka ręczna, piłka nożna).

Klasa turystyczno-językowa:

1. Wiązanie węzłów.
2. Dotarcie do określonego celu przy użyciu GPS.
3. Przejście z kijkami określonego odcinka na czas.
4. I pomoc i bezpieczeństwo w górach – test.
5. Prowadzenie grupy na wybranym odcinku szlaku.