

**KRYTERIA OCENY  
Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO  
NA ROK 2018/2019  
DLA KLAS I II ORAZ III  
  
LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCE  
IM. STEFANA ŻEROWSKIEGO  
W KROŚCIENKU N/D**

**NAUCZYCIELE:  
BARBARA MORAWCZYŃSKA  
JACEK DUSIK**

## 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 +
- udział w zawodach międzyklasowych i szkolnych 6
- udział w pozaszkolnych zawodach i zajęciach sportowych 6
- udział w imprezach sportowo -rekreacyjnych organizowanych przez szkołę 6

### **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 +

### **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**

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).

#### 4. Test z gimnastyki

- Uczeń wykonuje cztery z siedmiu zestawów ćwiczeń gimnastycznych

### **Klasa II**

#### 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).

#### 4. Test z gimnastyki

- Uczeń wykonuje trzy z pięciu zestawów ćwiczeń gimnastycznych

### **Klasa III**

#### 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).

#### 4. Test z gimnastyki

- Uczeń wykonuje trzy z trzech zestawów ćwiczeń gimnastycznych