

**PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA  
Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO  
W SZKOLE PODSTAWOWEJ NR 303  
im. FRYDERYKA CHOPINA W WARSZAWIE  
DLA KLAS IV-VIII**

**Obszary oceniania ucznia z wychowania fizycznego  
szkoła podstawowa**

Przy ustaleniu oceny z wychowania fizycznego należy w szczególności brać pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć. (Dz.U.Nr83,poz.562, z późn.zm.)

Wysiłek wkładany przez ucznia

**Aktywność**

Postawa,  
zaangażowanie,  
systematyczny udział

**Umiejętności**

Poziom i postęp  
umiejętności ruchowych  
i el. tech.

**Wiadomości**

Poziom opanowanych  
wiadomości

## **Kategorie oceny aktywności**

### **Uczestnictwo w wychowaniu fizycznym:**

- obecność na lekcji,
- przygotowanie ucznia do lekcji (strój),
- aktywność na lekcji wf,
- usprawnianie własne ucznia,
- pomoc w realizacji zajęć lekcyjnych,
- udział w zawodach sportowych.

Uczeń ma prawo do dwukrotnego w półroczu braku stroju i zostaje to zapisane w dzienniku.

Uczeń ma prawo do krótkich zwolnień z ćwiczeń fizycznych z powodu złego samopoczucia, choroby na podstawie „zwolnienia od rodziców” w wymiarze ¼ ilości zajęć w danym miesiącu. W tym czasie może uczestniczyć w lekcji, spełniając funkcje pomocnicze.

Uczniowie uczestniczący z zawodach sportowych, rekreacyjnych – reprezentujący szkołę otrzymują ocenę celującą za udział.

### **Umiejętności społeczne:**

- kultura języka,
- poszanowanie praw własnych,
- poszanowanie praw drugiego człowieka,
- odpowiedzialność za współwiczających,
- umiejętność współpracy w grupie,
- odpowiedzialność za wykonanie zadań grupowych.
- poszanowanie własności społecznej i prywatnej.

### **Wykorzystywanie wiedzy i umiejętności:**

- stosowanie przepisów w grze,
- zachowanie bezpieczeństwa,
- zachowania prozdrowotne,
- właściwa samoocena,
- umiejętność przeprowadzenia ćwiczeń kształtujących,
- prawidłowe nazewnictwo.

### **Umiejętności ruchowe:**

- umiejętności ruchowe z różnych dziedzin wychowania fizycznego w poszczególnych klasach:
  - gimnastyka,
  - piłka ręczna,

- piłka nożna,
- piłka koszykowa,
- piłka siatkowa,
- rytm, muzyka, taniec
- lekka atletyka.
- unihokej itp...

### **Sprawność fizyczna:**

- Specjalistyczne testy sprawności fizycznej (klasy sportowe w zależności od dyscypliny)
- wystandaryzowane testy (do dyspozycji nauczyciela)
  - Indeks Sprawności Fizycznej Krzysztof Zuchora,
  - Międzynarodowy test sprawności Fizycznej,
  - Eurofit

- 
- odmowa wykonania próby skutkuje otrzymaniem oceny niedostatecznej.
  - w wyniku dwukrotnego przeprowadzania testów sprawności fizycznej w okresie jesiennym i wiosennym ustalana będzie ocena za postęp i wkład w swój własny rozwój fizyczny.

Na lekcję wychowania fizycznego uczeń przebiera się w strój sportowy, odpowiedni do charakteru zajęć ze względu na bezpieczeństwo i warunki pogodowe (strój sportowy, obuwie sportowe, związane włosy, brak ozdób, krótkie paznokcie) . O dopuszczeniu do zajęć decyduje nauczyciel wf.

Uczniom zwolnionym przez lekarza z poszczególnych ćwiczeń fizycznych nauczyciel dostosowuje wymagania edukacyjne, które są niezbędne do otrzymania oceny klasyfikacyjnej ucznia, do jego indywidualnych potrzeb – zgodnie z zaleceniami i opinią wydaną przez lekarza.

Uczniowie zwolnieni z wychowania fizycznego przez lekarza (specjalistę lub rodzinnego) na dłuższy czas, dostarczają zwolnienie nauczycielowi wf w ciągu dwóch tygodni. Uczniowie zwolnieni z wychowania fizycznego przez lekarza (specjalistę lub rodzinnego) z jednego semestru lub całego roku szkolnego dostarczają zwolnienie lekarskie wraz z informacją od rodziców do Dyrektora szkoły.

Uczniowie posiadający zwolnienie lekarskie nie mogą reprezentować szkoły w żadnych działaniach wymagających aktywności fizycznej.

W klasach sportowych o wymaganiach i ocenie decyduje nauczyciel danej dyscypliny ze względu na specyfikę zajęć.