

Przedmiotowy System Oceniania

– Wychowanie Fizyczne

Dopuszczeniem do udziału w lekcji jest posiadanie stroju do ćwiczeń (koszulka, spodenki ,obuwie sportowe, dres w okresie jesienno-zimowym) i przebieranie się na lekcję, oraz po niej.

Na ocenę „6” muszę :

1. Ćwiczyć na każdej lekcji (brak nieprzygotowań).
2. Usprawiedliwiać nieliczne nieobecności na pierwszej lekcji po powrocie do szkoły.
3. Usprawiedliwiać się podczas zbiórki na początku zajęć, jeśli nie ćwiczę, a jestem na lekcji.
4. Przestrzegać zawsze zasad „fair play”, a także:
 - szanować kolegów i nauczyciela,
 - dbać o rzeczy , kolegów i sprzęt szkolny
 - nie przeklinać.
5. Podejmować wszystkie zadania ruchowe bez dodatkowego zachęcania
6. Przystępować do wszystkich testów sprawnościowych bez względu na uzyskane wyniki. (Zaliczyć wszystkie sprawdziany jakie się odbyły).
7. Prowadzić rozgrzewkę (2x w semestrze).
8. Sędziować fragmenty gry.
9. Poprawiać własną sprawność fizyczną poprzez systematyczne uczestniczenie w:
 - szkolnych zajęciach pozalekcyjnych
 - w zajęciach pozaszkolnych.
10. Reprezentować szkołę w zawodach międzyszkolnych w ramach rywalizacji Warszawskiej Olimpiady Młodzieży. (Co najmniej dwa razy w różnych dyscyplinach.

Na ocenę „5” muszę :

1. Ćwiczyć na każdej lekcji (1 w semestrze dopuszczalny brak stroju).
2. Usprawiedliwiać wszystkie nieobecności na pierwszej lekcji po powrocie do szkoły.

3. Usprawiedliwiać się podczas zbiórki na początku zajęć, jeśli nie ćwiczę, a jestem na lekcji.
4. Przestrzegać zawsze zasad „fair play”, a także:
 - szanować kolegów i nauczyciela,
 - dbać o rzeczy , kolegów i sprzęt szkolny
 - nie przeklinać.
5. Podejmować wszystkie zadania ruchowe bez dodatkowego zachęcania
6. Przystępować do wszystkich testów sprawnościowych bez względu na uzyskane wyniki. (Zaliczyć wszystkie sprawdziany jakie się odbyły).
7. Prowadzić rozgrzewkę (2x w semestrze).
8. Sędziować fragmenty gry.
9. Poprawiać własną sprawność fizyczną poprzez systematyczne uczestniczenie w zajęciach rekreacyjnych w szkole i poza nią.

Na ocenę „4” muszę :

1. Starać się ćwiczyć na każdej lekcji (2- 4 w semestrze dopuszczalny brak stroju).
2. Usprawiedliwiać wszystkie nieobecności na pierwszej lekcji po powrocie do szkoły.
3. Usprawiedliwiać się podczas zbiórki na początku zajęć, jeśli nie ćwiczę, a jestem na lekcji.
4. Przestrzegać zawsze zasad „fair play”, a także:
 - szanować kolegów i nauczyciela,
 - dbać o rzeczy , kolegów i sprzęt szkolny
 - nie przeklinać.
5. Podejmować wszystkie zadania ruchowe bez dodatkowego zachęcania
6. Przystąpić do co najmniej 75% testów sprawnościowych bez względu na wyniki.
7. Sędziować fragmenty gry z pomocą nauczyciela .

Na ocenę „3” muszę :

1. Starać się ćwiczyć na każdej lekcji (5 – 10 w semestrze dopuszczalny brak stroju).
2. Usprawiedliwiać wszystkie nieobecności na pierwszej lekcji po powrocie do szkoły.

3. Usprawiedliwiać się podczas zbiórki na początku zajęć, jeśli nie ćwiczę, a jestem na lekcji.

4. Podejmować wszystkie zadania ruchowe bez dodatkowego zachęcania

5. Przystąpić do co najmniej 50 % testów sprawnościowych bez względu na wyniki.

Na ocenę „2” muszę :

1. Uczestniczyć aktywnie w 50 % lekcji wychowania fizycznego w semestrze.

2. Przystąpić do 25 % testów sprawnościowych.

Wyniki testów sprawnościowych nie mają wpływu na ocenę semestralną.

Testy sprawnościowe oceniane są indywidualnie:

- jeżeli uczeń poprawi swój wynik otrzymuje 5

- taki sam wynik otrzymuje 4

- gorszy wynik otrzymuje 3

- nie zaliczenie lub nie ukończenie testu do końca semestru otrzymuje 1.