

PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO dla klas IV

I) PODSTAWY OCENIANIA

OCENA POWINNA:

- PODNOSIĆ JAKOŚĆ KAŻDEGO DZIAŁANIA
- UMOŻLIWIĆ UCZNIOWI SAMOREALIZACJĘ I PLANOWAĆ WŁASNY ROZWÓJ PRZEZ POZNANIE WŁASNEJ SPRAWNOŚCI I UMIEJĘTNOŚCI
- MOTYWOWAĆ DO DALSZEJ PRACY, WYSIŁKU, SAMODOSKONALENIA SIĘ
- BYĆ INFORMACJĄ DLA NAUCZYCIELA I RODZICÓW O POSTĘPACH, TRUDNOŚCIACH I SPECJALNYCH UZDOLNIENIACH UCZNI
- MIEĆ CHARAKTER WSPIERAJĄCY A NIE REPRESYJNY
- PODKREŚLAĆ TO CO UCZEŃ JUŻ OPANOWAŁ, A NIE PORÓWNYWAĆ ICH I WSKAZYWAĆ BRAKÓW
- NEGOCJOWANA NA PODSTAWIE INFORMACJI NAUCZYCIELA I SAMOCENY UCZNI

NIEDOPUSZCZALNE JEST FORMUŁOWANIE OCENY NA PODSTAWIE WYNIKÓW SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ.

II) ZASADY OCENIANIA

1) SKALA OCEN

Zarówno w ocenianiu cząstkowym, jak i semestralnym oraz rocznym stosuje się następujące stopnie i ich cyfrowe odpowiedniki:

- 1- niedostateczny
- 2- dopuszczający
- 3- dostateczny
- 4- dobry
- 5- bardzo dobry
- 6- celujący

2) PRZEDMIOT OCENY

PODSTAWĄ OCENY JEST WYSIŁEK WŁOŻONY PRZEZ UCZNI W WYWIĄZYWANIE SIĘ Z OBOWIĄZKÓW WYNIKAJĄCYCH ZE SPECYFIKI ZAJĘĆ.

OCENIANIU PODLEGAJĄ:

- Sumienność i staranność w wywiązywanie się z obowiązków wynikających z przedmiotu.
- Zaangażowanie w przebieg lekcji i przygotowanie się do zajęć.
- Stosunek do partnera i przeciwnika.
- **Stosunek do własnego ciała.**
- Aktywność fizyczna.
- Postęp w opanowaniu umiejętności i wiadomości przewidzianych dla poszczególnych klas zgodnie z indywidualnymi możliwościami i predyspozycjami.

- Osiągnięte wyniki w sportach wymiernych , dokładność wykonania zadania i poziom zdobytej wiedzy.

3) 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 , chętnie uczestniczy w zajęciach sportowo-rekreacyjnych, bierze udział w konkursach i zawodach reprezentując szkołę.

OCENĘ BARDZO DOBRĄ otrzymuje uczeń , który całkowicie opanował zadania z poziomu rozszerzonego dla danej klasy . Bardzo wysoka jest staranność i sumienność w wykonywaniu zadań i zaangażowanie w przebieg lekcji oraz stopień przygotowania się do zajęć. Prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia , systematycznie doskonalą swoją sprawność motoryczną i osiąga duże postępy w osobistym usprawnieniu. Uczestniczy czynnie w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych o charakterze sportowo-rekreacyjnym.

OCENĘ DOBRĄ otrzymuje uczeń , który bez zarzutów wywiązuje się z obowiązków , w poszczególnych klasach osiąga postęp w opanowaniu umiejętności i wiadomości na poziomie podstawowym , przy pomocy n- la realizuje zadania poziomu rozszerzonego. Duża jest staranność i sumienność w wykonywaniu zadań i zaangażowanie w przebieg lekcji oraz przygotowanie się do zajęć . Prowadzi higieniczny tryb życia , uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych o charakterze sportowo-rekreacyjnym.

OCENĘ DOSTATECZNĄ LUB DOPUSZCZAJĄCĄ otrzymuje uczeń adekwatnie do włożonego wysiłku w wywiązywanie się z obowiązków, stopnia postępu w opanowaniu umiejętności i w wiadomości na poziomie podstawowym w poszczególnych klasach, poziomu staranności i sumienności w wykonywaniu zadań, zaangażowania w przebieg lekcji oraz stopnia przygotowania się do zajęć.

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 może być trzykrotnie nieprzygotowany do zajęć w semestrze . Za każdy następny brak stroju otrzymuje on ocenę **niedostateczną** z działu **PRZYGOTOWANIE DO ZAJĘĆ**. Za dodatkowe przygotowanie się do lekcji, aktywność i zaangażowanie w ich przebieg uczeń otrzymuje pozytywne oceny.

4.Sposób informowania o ocenach

O uzyskaniu poszczególnych ocen uczniowie i rodzice będą informowani przez wpis do dzienniczka ucznia oraz zeszytu przedmiotowego .O proponowanej ocenie semestralnej i rocznej rodzice i uczniowie zostaną poinformowani w tej samej formie, najpóźniej na dwa tygodnie przed konferencją klasyfikacyjną.

O uzyskaniu przez ucznia oceny niedostatecznej na koniec semestru lub roku szkolnego rodzice zostaną powiadomieni pisemnie na tydzień przed konferencją klasyfikacyjną.

Standardy wymagań w zakresie postawy, wiadomości i umiejętności na poszczególnych poziomach są integralną częścią niniejszych zasad.

4) ELEMENTY SKŁADOWE OCENY SEMESTRALNEJ I ROCZNEJ

a) POSTĘP W ROZWOJU SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ

Wypadkowa : wyniku , założonego rezultatu przez ucznia , oceny własnej i oceny otrzymanej z ;

- skoczności
- gibkości
- siły mięśni ramion
- siły mięśni brzucha
- biegu na 60 m
- biegu na 500 m
- skoku w dal
- rzutu piłeczką palantową

b) OSIĄGNIĘTY POZIOM UMIEJĘTNOŚCI RUCHOWYCH

Wypadkowa : oceny własnej i oceny uzyskanej z ;

- przewrotu w przód
- przewrotu w tył
- piłki koszykowej
- piłki siatkowej
- piłki ręcznej
- piłki nożnej

c) STOSUNEK DO INNYCH , WSPÓŁPRACA W ZESPOLE

W oparciu o ocenę własną i ocenę uzyskaną,

d) AKTYWNOŚĆ I ZAANGAŻOWANIE NA LEKCJI

W oparciu o ocenę własną i ocenę uzyskaną ,

e) PRZYGOTOWANIE DO ZAJĘĆ

W oparciu o ocenę własną i ocenę uzyskaną ,

f) AKTYWNOŚĆ SPORTOWO-REKREACYJNA (POZALEKCYJNA)

W oparciu o ocenę własną i ocenę uzyskaną

III) SAMOOCENA

SAMOOCENA jest podstawą procesu indywidualnego rozwoju , wdrażania do auto-edukacji , pozwala na budowanie poczucia własnej wartości .Samooocena to celowe i systematyczne zbieranie informacji o pracy własnej i jej efektach .Opiera się na informacjach zewnętrznych (otrzymanych od n- la , rodziców , kolegów) oraz swoich odczuciach , przekonaniach i przeżyciach . Ocena wystawiona przez n- la powinna być punktem wyjścia odniesienia dla samooceny. Jednym z podstawowych kryteriów nowoczesnej edukacji jest zmiana oceny na

samoocenę. By zarówno ocena , jak i samoocena były pełne , powinny obejmować wyniki pracy oraz sposoby dochodzenia do tych wyników.

SAMOOCENA uczy wychowanka krytycznego podejścia do siebie , swoich osiągnięć i umiejętności , jest jednocześnie przygotowaniem do kształtowania poczucia pewności siebie . Z przeprowadzonych badań wynika , że uczniowie często zaniżają swoją ocenę . Łatwiej jest określić swoje błędy i niedoskonałości niż wskazać swoje mocne strony. Niska samoocena prowadzi do braku szacunku dla samego siebie , jest źródłem stresów i depresji . Rzetelna samoocena umożliwia zdobywanie poczucia własnej wartości i samoakceptacji , a to z kolei przyspiesza drogę do samodzielności , jest źródłem odwagi w rozwiązywaniu pojawiających się problemów , pozwala w konstruktywny sposób radzić sobie w trudnych sytuacjach. Każda ocena efektów działań n- la wychowania fizycznego powinna być połączona z wdrażaniem uczniów do samokontroli i samooceny stanu zdrowia , sprawności i wydolności jako podstaw samokształcenia i samodoskonalenia w życiu późniejszym.

ZDOLNOŚĆ SAMOOCENY W SZKOLE PODSTAWOWEJ NR 6 W JASTRZĘBIU-ZDROJU jest kształtowana przez wprowadzenie **DZIENNICZKA ROZWOJU SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ I KART SAMOOCENY** , w których uczniowie przez cały czas okresu nauki mogą śledzić postęp lub regres własnego rozwoju fizycznego sprawności i umiejętności ruchowych oraz dokonać oceny porównawczej osiągniętych wyników , sprawdzać własną ocenę z oceną wystawioną przez n- la. Dzienniczek ten wdraża także wychowanków do samosterowania własną aktywnością rekreacyjno-sportową.