

KRYTERIA OCENIANIA NA LEKCJACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO IV LO

Ocena z wychowania fizycznego odzwierciedla przede wszystkim wysiłek wkładany przez ucznia wynikający ze specyfiki przedmiotu oraz stopień usprawniania się, systematyczności i zaangażowania na lekcjach i w życiu sportowym szkoły.

Na ocenę składają się:

- Systematyczny udział w zajęciach lekcyjnych.
- Aktywność na zajęciach lekcyjnych.
- Sprawność ogólna – motoryczna (szybkość, siła, wytrzymałość, zwinność) oraz umiejętności techniczne.

O ocenie decyduje łączna liczba punktów uzyskanych z w/w elementów.

1. Systematyczny udział w zajęciach lekcyjnych:

Systematyczność w aktywnym uczestniczeniu w lekcji oceniana jest na 10 pkt. lekcji w cyklach, (1 punkt za aktywne uczestnictwo na jednym zajęciach)

Powyższe ustalenie nie dotyczy nie ćwiczenia na lekcjach popartych usprawiedliwieniami lekarskimi.

Uczeń ma możliwość zdobyć dodatkowe punkty, poprzez dodatkowe formy aktywności.

2. Aktywność na zajęciach lekcyjnych:

Za aktywny i czynny udział w lekcjach wychowania fizycznego

(strój sportowy stosunek do przedmiotu, aktywny udział w zajęciach, pełnienie funkcji kapitana zespołu czy sędziego, dbanie o bezpieczeństwo swoje i innych, przestrzeganie regulaminów, zasad bhp, zasad czystej gry, poszanowanie mienia szkolnego, obowiązkowość, sumienność, zdyscyplinowanie, kultura osobista, życzliwy stosunek do innych)

uczeń może otrzymać 10 punktów jednorazowo na koniec okresu lub w częściach w trakcie trwania okresu.

3. Sprawność ogólna-motoryczna i umiejętności techniczne:

W okres przeprowadza się *sprawdziany*, za które uczeń może uzyskać punkty. Bieg wytrzymałościowy za który uczeń może otrzymać od 1-15 punktów. Sprawdzian z testu wytrzymałościowego odbywa się w każdym semestrze, sprawdziany umiejętności technicznych z gier zespołowych, tańca i gimnastyki.

Osoby posiadające zwolnienia lekarskie z biegów długodystansowych wykonują sprawdzian zastępczy w formie wyznaczonej przez nauczyciela.

Formy oceniania z wychowania – fizycznego:

I klasa I okres

- bieg wytrzymałościowy 15 pkt
- siatkówka 15 pkt
- systematyczność 10 pkt
- aktywność 10 pkt

I klasa II okres

- bieg wytrzymałościowy 15 pkt
- gimnastyka /p. nożna 15 pkt
- systematyczność 10 pkt
- aktywność 10 pkt

II klasa I okres

- bieg wytrzymałościowy 15 pkt
- koszykówka 15 pkt
- systematyczność 10 pkt
- aktywność 10 pkt

II klasa II okres

- bieg wytrzymałościowy 15 pkt
- motoryka 10 pkt
- systematyczność 10 pkt
- aktywność 10 pkt

III klasa I okres

- bieg wytrzymałościowy 15 pkt
- motoryka 10 pkt
- systematyczność 10 pkt
- aktywność 10 pkt

III klasa II okres

- 'Beep test' 10 pkt
- motoryka 10 pkt
- systematyczność 10 pkt
- aktywność 10 pkt

IV klasa I okres

- bieg wytrzymałościowy 15 pkt
- motoryka 10 pkt
- systematyczność 10 pkt
- aktywność 10 pkt

IV klasa II okres

- 'Beep test' 10 pkt
- motoryka 10 pkt
- systematyczność 10 pkt
- aktywność 10 pkt

Uczeń, który reprezentuje IV LO w zawodach sportowych otrzymuje dodatkowe punkty ponad podstawę - za uczestnictwo- 5 pkt. Za sukcesy sportowe uzyskane podczas reprezentowania szkoły uczeń otrzymuje dodatkowo w zależności od miejsca.

Uczeń może otrzymać do 10 pkt. ponad podstawę za udokumentowane trenowanie w klubie sportowym.

Ocena śródroczna i roczna uzależniona będzie od ilości punktów uzyskanych łącznie przez ucznia, które w przeliczeniu na procenty dadzą wynik końcowy.

- Celująca-powyżej 96 %
- Bardzo dobra- 85-96%
- Dobra- 70-85%
- Dostateczna- 55-70%
- Dopuszczająca- 40-55%
- Niedostateczna- poniżej 40 %

W przypadku przejścia na naukę zdalną uczniowie dokumentują swoją aktywność fizyczną za pomocą nowoczesnych technik multimedialnych (na platformie teams, librus, poczta e-mail). Ocenie podlegają aktywność fizyczna oraz sprawdziany z teorii i sprawnościowe.