

# KONTRAKT MIĘDZY UCZNIEM A NAUCZYCIELEM WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

## Uczeń zdobywa oceny za:

- **Sprawdziany umiejętności.** Uczeń otrzymuje ocenę za poprawność wykonania określonych elementów technicznych gier zespołowych oraz ćwiczeń gimnastycznych (zapowiedziany co najmniej tydzień przed terminem).

Uczeń, który był chory ma prawo do zwolnienia ze sprawdzianu umiejętności. Ma jednak obowiązek zaliczyć go w terminie ustalonym przez nauczyciela. Uczniowie nieobecni na sprawdzianie mają również obowiązek zaliczyć go w terminie ustalonym przez nauczyciela.

- **Aktywność i zaangażowanie ucznia w procesie rozwijania własnej sprawności w czasie lekcji**

Uczeń może otrzymać:

- ocenę pozytywną (motywującą) za systematyczne, aktywne, bez zastrzeżeń nauczyciela uczestnictwo na lekcjach, a także za pomoc nauczycielowi (np. pokaz, przeprowadzenie rozgrzewki, propozycje ciekawych rozwiązań dotyczących tematu lekcji);

- ocenę niedostateczną za negatywny stosunek do przedmiotu (niezdyscyplinowanie, stwarzanie zagrożenia na lekcji, odmowa wykonania ćwiczenia)

Nauczyciel może również nagradzać ucznia za aktywną postawę na lekcji plusami (+). Trzy „zebrane” plusy stają się oceną bardzo dobrą. Nauczyciel może upomnieć ucznia minusem (-) za negatywny stosunek do ćwiczeń na danej lekcji, złe zachowanie, brak poszanowania sprzętu. Trzy odnotowane minusy stają się oceną niedostateczną.

- **Przygotowanie do lekcji**

W ciągu semestru, uczeń może być 3 razy nieprzygotowany do zajęć (brak zmiennego stroju lub obuwia sportowego), co jest odnotowane w dzienniku znakiem „np”. Za następne braki uczeń otrzymuje oceny niedostateczne.

- **Aktywność pozalekcyjna**

Uczeń może być gratyfikowany oceną celującą za udział w zajęciach pozalekcyjnych i reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych objętych kalendarzem SZS, osiągając wysokie wyniki sportowe.

## Obowiązkiem ucznia jest :

- przynoszenie stroju sportowego (koszulka, spodenki sportowe lub dres, obuwie sportowe) i przebranie się przed lekcją w f

- przestrzeganie regulaminu sali gimnastycznej

- wykonywanie poleceń nauczyciela

**Obowiązkiem nauczyciela jest** wyjaśnienie uczniowi, dlaczego otrzymał dany stopień oraz jak może go poprawić.

## Ocena celująca

Uczeń:

- spełnia wszystkie wymagania przynajmniej na ocenę bardzo dobrą (5)
- regularnie bierze udział w lekcjach wychowania fizycznego, jest aktywny podczas lekcji, chętnie i z zaangażowaniem wykonuje powierzone mu zadania
- aktywnie uczestniczy w życiu sportowym na terenie szkoły lub też w innych formach działalności związanych z kulturą fizyczną
- godnie reprezentuje szkołę w zawodach, zajmując punktowane miejsca, posiada klasę sportową
- zawsze posiada właściwy strój, dostosowany do wymogów lekcji w f i ustaleń nauczyciela
- swoją postawą społeczną i stosunkiem do przedmiotu nie budzi zastrzeżeń
- posiada prawidłowe nawyki higieniczno-zdrowotne
- szanuje i dba o szkolny sprzęt sportowy i potrafi wykorzystywać go zgodnie z przeznaczeniem
- wykazuje się bardzo dobrą znajomością przepisów gier sportowych i umiejętnością pomocy przy ich organizacji

## Bardzo dobra

Uczeń:

- całkowicie opanował materiał programowy
- jest bardzo sprawny fizycznie
- ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, pewnie, w odpowiednim tempie i dokładnie, zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie
- posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu
- systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu
- jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego nie budzą najmniejszych zastrzeżeń
- bierze aktywny udział w zajęciach SKS i zawodach sportowych, nie jest to jednak działalność systematyczna
- posiada prawidłowe nawyki higieniczno-zdrowotne
- szanuje i dba o szkolny sprzęt sportowy i potrafi wykorzystywać go zgodnie z przeznaczeniem
- regularnie bierze udział w lekcjach wychowania fizycznego, jest aktywny podczas lekcji, chętnie i z zaangażowaniem wykonuje powierzone mu zadania

## Dobra

Uczeń:

- w dobrym stopniu opanował materiał programowy
- dysponuje dobrą sprawnością motoryczną
- ćwiczenia wykonuje prawidłowo, lecz nie dość dokładnie, z małymi błędami technicznymi
- posiadane wiadomości potrafi wykorzystać w praktyce przy pomocy nauczyciela
- nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnieniem, wykazuje stałe, dość dobre postępy w tym zakresie
- szanuje i dba o sprzęt sportowy
- zawsze posiada właściwy strój na lekcji
- Jego postawa społeczna i stosunek do kultury fizycznej nie budzą większych zastrzeżeń
- nie bierze udziału lub sporadycznie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych

## Dostateczna

Uczeń:

- opanował materiał programowy na przeciętnym poziomie ze znacznymi lukami

- dysponuje przeciętną sprawnością motoryczną
- ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie i z większymi błędami technicznymi
- wykazuje małe postępy w usprawnieniu motorycznym
- przejawia pewne braki w zakresie wychowania społecznego, w postawie i stosunku do kultury fizycznej; jest mało zdyscyplinowany
- często nie posiada właściwego ubioru na lekcji
- nie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych

#### **Dopuszczająca**

Uczeń:

- nie opanował materiału programowego w stopniu dostatecznym i ma poważne luki
- jest mało sprawny fizycznie
- ćwiczenia wykonuje niechętnie, z dużymi błędami technicznymi
- nie jest pilny i wykazuje bardzo małe postępy w usprawnianiu
- ma niechętny stosunek do ćwiczeń
- nie uczestniczy w żadnych dodatkowych formach aktywności ruchowej w szkole
- bardzo często nie posiada właściwego ubioru na lekcji

#### **Niedostateczna**

Uczeń:

- jest daleki od spełnienia wymagań stawianych przez program nauczania wf
- posiada bardzo niską sprawność motoryczną
- wykonuje jedynie najprostsze ćwiczenia, w dodatku z rażącymi błędami
- charakteryzuje się niewiedzą w zakresie kultury fizycznej
- ma lekceważący stosunek do zajęć i nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu
- nie uczestniczy w żadnych formach aktywności ruchowej w szkole
- regularnie nie posiada właściwego ubioru na lekcji

#### **Wymagania programowe są do wglądu rodziców i dzieci na stronie www.**

Oceny są jawne i stanowią informację o stopniu opanowania przez ucznia materiału. Końcową ocenę stanowi średnia ważona. Oznacza to, że każda ocena ma swoją wartość (sprawdziany i aktywność pozalekcyjna \*2, pozostałe oceny \*1). Wartości te sumuje się i oblicza średnią arytmetyczną.

Ustalenia końcowe:

1. Każdy uczeń oceniany jest zgodnie z zasadami sprawiedliwości.
2. Zawarte w kontrakcie ustalenia są zgodne z WSO, będącego elementem Statutu.
3. Zmiany i uzupełnienia do kontraktu będą ustalane wspólnie na forum klasy.
4. W przypadku wprowadzenia nauczania zdalnego mogą nie zostać zrealizowane wszystkie wymagania podstawy programowej.