

**PRZEDMIOTOWY SYSTEM
OCENIANIA**

Z

**WYCHOWANIA
FIZYCZNEGO**

DLA KLAS I-III

I LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCEGO

IM. JULIUSZA SŁOWACKIEGO

W OLEŚNICY

PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Podstawa prawna do opracowania PSO z wychowania fizycznego

1. Statut Szkoły.
2. Zasady Oceniania Wewnątrzszkolnego
3. Rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej (nowa podstawa programowa oraz ramowe plany nauczania z 23 grudnia 2008r.; Dz.U. z 2009 r. Nr 4, poz. 17)

1. Zasady ogólne:

- 1) informowanie ucznia o poziomie jego osiągnięć oraz o jego postępach w tym zakresie
- 2) bieżące i systematyczne obserwowanie postępów ucznia w praktyce
- 3) udzielanie uczniowi pomocy w samodzielnym planowaniu swojego rozwoju
- 4) motywowanie ucznia do dalszych postępów w nauce
- 5) dostarczanie rodzicom (prawnym opiekunom) i nauczycielom informacji o postępach, specjalnych uzdolnieniach ucznia
- 6) umożliwianie nauczycielom doskonalenia organizacji metod pracy dydaktycznej
- 7) stosowanie języka przedmiotu – terminologia stosowana na lekcjach wychowania fizycznego
- 8) umiejętność poszukiwania i analizowania informacji
- 9) umiejętność samodzielnej prezentacji posiadanej sprawności ruchowej.

2. Przedmiotowy system oceniania z wychowania fizycznego obejmuje:

- 1) formułowanie przez nauczycieli wymagań edukacyjnych niezbędnych do uzyskania poszczególnych śródrocznych i rocznych (semestralnych) ocen klasyfikacyjnych z wychowania fizycznego oraz o sposobach sprawdzania osiągnięć edukacyjnych uczniów
- 2) ocenianie bieżące i okresowe (semestralne i roczne) z wychowania fizycznego (według skali i w formach przyjętych w Zasadach Oceniania Wewnątrzszkolnego /ZOW/
- 3) nauczyciel na początku roku szkolnego informuje uczniów i rodziców o wymaganiach edukacyjnych i sposobach sprawdzania wiedzy i umiejętności

- 4) nauczyciel jest zobowiązany na podstawie pisemnej opinii z poradni psychologiczno – pedagogicznej lub innej poradni specjalistycznej obniżyć wymagania edukacyjne w stosunku do ucznia, u którego stwierdzono specyficzne trudności w uczeniu się lub deficyty rozwojowe, uniemożliwiające sprostanie wymaganiom edukacyjnym wynikającym z programu nauczania
- 5) w uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego
- 6) decyzję o zwolnieniu ucznia z zajęć podejmuje dyrektor szkoły na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach uczestniczenia w tych zajęciach, wydanej przez lekarza lub poradnię psychologiczno – pedagogiczną albo inną poradnię specjalistyczną
- 7) w przypadku zwolnienia ucznia z zajęć, w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się „zwolniony”.

3. Uzasadnianie ocen

- 1) Nauczyciel uzasadnia każdą bieżącą ocenę szkolną.
- 2) Nauczyciel przekazuje w formie pisemnej uzasadnienie oceny uczniowi lub rodzicom/prawnym opiekunom w terminie 3 dni pracy Liceum od złożenia wniosku.
- 3) Nauczyciel w formie pisemnej uzasadnia śródroczne i roczne oceny niedostateczne, uzasadnienie stanowi złącznik do sprawozdania z wyników klasyfikacji klasy do której uczęszcza uczeń, który otrzymał ocenę niedostateczną.
- 4) Pisemne uzasadnienie śródrocznych i rocznych ocen niedostatecznych przekazywane jest za pisemnym potwierdzeniem rodzicom/prawnym opiekunom ucznia wraz z proponowanym przez nauczyciela harmonogramem poprawy oceny.

4. Kontrola i ocena ucznia z wychowania fizycznego.

Wystawiając oceny, nauczyciele wychowania fizycznego kierują się następującymi zasadami:

- indywidualizacji
- obiektywizmu
- jawności
- motywującego i wychowawczego wpływu na postawę wobec kultury fizycznej

Obszary podstawowe:

1. Umiejętności ruchowe oceniane na podstawie przeprowadzanych sprawdzianów zgodnych z wymaganiami programowymi z zakresu indywidualnych i zespołowych form aktywności ruchowej.

2. Ogólna sprawność fizyczna mierzona testem sprawności fizycznej.

3. Wiadomości z zakresu:

- doskonalenia własnej sprawności,
- dbałości o własne zdrowie i higienę osobista,
- dbałości o prawidłowa postawę ciała,
- terminologii używanej w wychowaniu fizycznym,
- edukacji zdrowotnej,
- indywidualnych i zespołowych form aktywności ruchowej o charakterze rekreacyjno-sportowym.

4. Postawa ucznia i jego stosunek do przedmiotu:

- przejawy zaangażowania, aktywność, wykonywanie ćwiczeń i zadań ruchowych z maksymalnym wykorzystaniem swoich możliwości,
- inwencja twórcza, aktywny udział w zajęciach, pomoc w ich organizacji,
- dbałość o zdrowie i prawidłowa postawę ciała,
- systematyczne usprawnianie, właściwa postawa społeczna i kultura osobista,
- frekwencja
- zdyscyplinowanie, dbanie o higienę ciała i czystość, systematyczny udział w lekcjach.

Obszary dodatkowe :

1. Zaangażowanie społeczne w krzewieniu kultury fizycznej:

- wykonanie prezentacji, projektu na wybrany temat związany ze sportem, rekreacja, edukacją zdrowotną,

- pomoc w przygotowaniu i przeprowadzeniu szkolnej imprezy sportowej,
- samodzielne prowadzenie i sędziowanie zawodów sportowych o charakterze rekreacyjnym,

2. Udział w zawodach sportowych i zajęciach nadobowiązkowych:

- aktywna postawa na zajęciach pozalekcyjnych
- udział w zawodach: miejskich, powiatowych, strefowych, wojewódzkich, ogólnopolskich,
- wyniki sportowe- np. pobicie rekordu szkoły, zwycięstwo w biegu, turnieju,
- udział w masowych imprezach rekreacyjno-sportowych.

5. Kryteria kontroli i oceny ucznia.

A. Obszary podstawowe:

Umiejętności

- aktualny poziom ogólnej sprawności fizycznej badany przy pomocy indeksu sprawności fizycznej,
- postęp w rozwoju sprawności ogólnej fizycznej mierzony po przeprowadzeniu prób dwa razy w roku (siła, skoczność, szybkość, zwinność, wytrzymałość, gibkość) próby przeliczane są na punkty zgodnie z tabelami, uczeń powinien wykazać się postępowaniem w rozwoju sprawności motorycznej, otrzymuje jedną ocenę zgodnie ze zdobytą ilością punktów,
- posiadane umiejętności ruchowe oceniane na podstawie sprawdzianów, które mogą dotyczyć pojedynczych ćwiczeń lub całych zestawów (gimnastyka, lekkoatletyka, gry zespołowe).

Wiadomości

- wiedza ucznia i umiejętność jej wykorzystania w praktycznym działaniu /terminologia/,
- wiedza z wybranej tematyki edukacji zdrowotnej.

B. Obszary dodatkowe:

Postawy

- zaangażowanie społeczne w krzewieniu kultury fizycznej,
- udział w zawodach sportowych i zajęciach nadobowiązkowych.

6. Oceny cząstkowe / bieżące/ z wychowania fizycznego :

1.Zadania kontrolno – oceniające:

ocenie podlega poziom i postęp sprawności fizycznej :

a. technika (estetyka, płynność, poprawność) wykonanego ćwiczenia podlegającego sprawdzianowi

b. skuteczność wykonywanego ćwiczenia (celność, ilość, odległość)

c. zagadnienia pisemne o tematyce sportowej (jeśli względy zdrowotne lub inne przyczyny usprawiedliwione uniemożliwiają zaliczenie sprawdzianu praktycznego)

Uczniowie zobowiązani są do wykonania wszystkich zaplanowanych przez nauczyciela sprawdzianów z wybranych dyscyplin sportowych.

Każdy uczeń zobowiązany jest do zaliczenia wszystkich zadań sprawdzających wyznaczonych przez nauczyciela prowadzącego:

- w przypadku przystąpienia ucznia do sprawdzianu, nie może on otrzymać oceny niedostatecznej
- ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który nie przystąpi do sprawdzianu i nie wykorzysta możliwości zaliczenia w dodatkowym terminie.

Z działu *Umiejętności* uczniowie mogą przystąpić do sprawdzianów sprawności specjalnej, testu sprawności ogólnej.

W zależności od przejawianych form aktywności, otrzymają oceny z działu *Postawy* w każdym semestrze.

Wszystkie sprawdziany będą zapowiedziane, przećwiczone i omówione.

2. Aktywność na zajęciach.

Każdą nieobecność na zajęciach uczeń ma obowiązek usprawiedliwić w porozumieniu z wychowawcą klasy, u nauczyciela wychowania fizycznego na najbliższej lekcji. W przypadku choroby lub kontuzji wymagane jest zwolnienie pisemne z ćwiczeń wypisane przez lekarza.

Przy zwolnieniu lekarskim uczeń ma obowiązek posiadania zmiennego obuwia sportowego. Natomiast przy każdym innym zwolnieniu uczeń ma obowiązek być przygotowany do lekcji (kompletny strój sportowy),

Uczeń niećwiczący:

- pomaga w sędziowaniu
- organizuje lub pomaga w organizacji zajęć ruchowych
- wywiązuje się z roli kibica
- angażuje się i pomaga w przygotowaniu imprezy sportowej na terenie szkoły lub poza nią
- uczeń pomaga w redagowaniu ściennej gazetki sportowej.

Uczeń i rodzice zobowiązani są do zgłaszania nauczycielowi wszelkich przeciwwskazań do wykonywania ćwiczeń (przebyte choroby, urazy).

W przypadku niedyspozycji spowodowanej menstruacją u dziewcząt, ewentualnego złego samopoczucia z tym związanego – uczennica zgłasza dany fakt nauczycielowi.

Uczennica może zgłosić niedyspozycję raz w miesiącu. Mimo to wymagany jest u niej strój sportowy i obuwie zmienne.

Ocena cząstkowa za aktywność na zajęciach wystawiana jest na koniec danego miesiąca i osobno na zakończenie semestru - obliczana jest wg skali:

Stopień - czynny udział w zajęciach wychowania fizycznego w %

ocena niedostateczna - -0 – 39%

ocena dopuszczająca - - 40 – 42%

ocena dopuszczający- -43 – 50%

ocena dopuszczający + -51 – 52%

ocena dostateczny - -53 – 55%

ocena dostateczny; -56 - 63%

ocena dostateczny +; -64 – 69%

ocena dobry - -70 - 74%

ocena dobry -75 – 84%

ocena dobry + - 85 – 87%

ocena bardzo dobry - - 88% – 90%

bardzo dobry -91% - 95%

ocena bardzo dobry + -96% - 98%

ocena celujący - -99%

ocena celujący 100%

3. Przygotowanie do zajęć z wychowania fizycznego.

Strój Gimnastyczny wymagany na zajęciach wychowania fizycznego:

- koszulka sportowa z krótkim rękawkiem, której długość sięga co najmniej do linii bioder (tak by można było ją włożyć w spodenki);
- spodnie dresowe – sportowe długie lub krótkie,
- obuwiu zmienne sportowe do wyboru: typu „ adidas” , trampki, tenisówki.

Wymagany jest czysty i schludny strój sportowy.

Dopuszczalna jest nie większa liczba nieprzygotowań jak 2 razy w semestrze. Za każdy kolejny brak stroju wystawiana jest ocena niedostateczna.

Uczeń, który zawsze w semestrze był przygotowany do zajęć i brał aktywny udział we wszystkich zajęciach otrzymuje na koniec semestru bądź roku szkolnego ocenę celującą (aktywność – 100%).

4.Zaangażowanie , postawa społeczna, wiadomości.

Uczeń:

- aktywnie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego prowadzonych w różnych warunkach
- wykazuje duży wysiłek do podnoszenia sprawności, zdobywania umiejętności i wiadomości w sposób zbliżony do swoich maksymalnych możliwości fizycznych, kondycyjnych i koordynacyjnych
- pomaga w sędziowaniu
- organizuje lub pomaga w organizacji zajęć ruchowych
- prowadzi ćwiczenia kształtujące
- samodzielnie przeprowadza rozgrzewkę
- wywiązuje się z roli kibica
- angażuje się pomaga w przygotowaniu imprezy sportowej na terenie szkoły lub poza nią
- ma pozytywny stosunek do przedmiotu i właściwą postawę wobec ćwiczeń ruchowych
- jest życzliwy w stosunku do innych a swoją postawą zachęca innych do ćwiczeń ruchowych
- stosuje zasady „fair play”
- jest zdyscyplinowany
- podporządkowuje się ustalonym zasadom i regułom
- przestrzega zasad bezpieczeństwa, regulaminów i obowiązków uczniowskich

- nie spóźnia się na zajęcia
- pomaga w redagowaniu ściennej gazetki sportowej

5. Działalność sportowa pozalekcyjna.

Na podniesienie oceny z wychowania fizycznego wpływ ma aktywność pozalekcyjna i pozaszkolna w zakresie wychowania fizycznego i sportu gdy:

- uczeń reprezentuje szkołę w różnego rodzaju zawodach i imprezach sportowych
- uczeń bierze aktywny i systematyczny udział w sportowych zajęciach pozalekcyjnych na terenie szkoły lub poza nią.

7. Ocena śródroczna i roczna

Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego będzie szczególnie brany pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć , a nie kompetencje ruchowe!

8. Formy kontroli i oceny ucznia

- forma sprawdzianu – działalność ruchowa właściwa dla danego sprawdzianu z zakresu sprawności motorycznej,
- forma sprawdzianu - ocena stopnia opanowania wybranej umiejętności ruchowej z działu Umiejętności (np. wybranego ćwiczenia lub elementu technicznego, taktycznego),
- kontrola i ocena bieżąca,
- ocena okresowa – semestralna,
- ocena końcowo-roczna,

Podstawą oceny ucznia będzie systematyczna i konsekwentna kontrola jego pracy.

Szczególnie ważny będzie postęp w rozwoju sprawności motorycznej oraz umiejętności

ruchowych, co czyni ocenę bardziej obiektywną i mobilizuje ucznia do rzetelnej pracy. Duży wpływ na ocenę ucznia będzie miała jego postawa i stosunek do przedmiotu.

9. Zasady oceniania

- obowiązuje sześciostopniowa skala oceniania zgodnie z wewnątrzszkolnym systemem oceniania,
- nauczyciel zapoznaje we wrześniu uczniów z wymaganiami programowymi i kryteriami oceniania,
- oceniając ucznia z wychowania fizycznego bierzemy pod uwagę jego postęp w zdobywaniu sprawności, umiejętności i wiadomości oraz wysiłek wkładany przez niego w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć,
- sprawność motoryczną ucznia ocenia się wg testów sprawności fizycznej
- umiejętności ruchowe ucznia oceniane będą na podstawie zadań kontrolno-oceniających pozwalających na ustalenie poziomu opanowania tych umiejętności.

10. Wymagania na poszczególne oceny:

Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który:

- 1) Spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą.
- 2) Aktywnie uczestniczy w działaniach związanych z kulturą fizyczną na terenie szkoły lub poza szkołą.
- 3) Bierze udział w różnego rodzaju zawodach sportowych.
- 4) Posiada wiedzę i umiejętności znacznie wykraczające poza program nauczania.
- 5) Samodzielnie i systematycznie rozwija własne uzdolnienia.

Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który:

- 1) Samodzielnie i systematycznie doskonalą swoją wiedzę, umiejętności i sprawność fizyczną.
- 2) Wykazuje duże postępy w zakresie umiejętności, wiadomości i sprawności fizycznej.
- 3) Rozwiązuje samodzielnie zadania i problemy ujęte w programie nauczania.

- 4) Bierze aktywny i systematyczny udział w zajęciach pozalekcyjnych z zakresu wychowania fizycznego.
- 5) Jego postawa wobec nauczyciela i kolegów, zaangażowanie i stosunek do przedmiotu nie budzą najmniejszych zastrzeżeń.

Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który:

- 1) Nie potrzebuje zachęcania go do pracy nad umiejętnościami, wiadomościami i sprawnością fizyczną.
- 2) Wykazuje stałe postępy w zakresie umiejętności, wiadomości i sprawności fizycznej.
- 3) Jego postawa wobec nauczyciela, kolegów i przedmiotu nie budzą większych zastrzeżeń.

Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który:

- 1) Pracuje nad umiejętnościami, wiadomościami i sprawnością fizyczną.
- 2) Wykazuje postępy w zakresie umiejętności, wiadomości i sprawności fizycznej.
- 3) Przejawia nieznaczne braki w postawie wobec nauczyciela, kolegów przedmiotu.

Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który:

- 1) Nie pracuje nad umiejętnościami, wiadomościami, sprawnością fizyczną.
- 2) Nie wykazuje większych postępów w zakresie umiejętności, wiadomości, sprawności fizycznej.
- 3) Nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną.
- 4) Ma niechętny stosunek do ćwiczeń fizycznych.
- 5) Wykazuje poważne braki w zakresie wychowania.

Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który:

- 1) Nie wykazuje żadnych postępów w zakresie umiejętności, wiadomości i sprawności fizycznej.
- 2) Ma lekceważący stosunek do zajęć wychowania fizycznego.
- 3) Bardzo często opuszcza zajęcia wychowania fizycznego.
- 4) Wykazuje rażące braki w zakresie wychowania.

