

PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

I. Wymagania określają nauczyciele wychowania fizycznego.

II. Wymagania dostosowane są do indywidualnych możliwości ucznia.

III. Osiągnięcia uczniów oceniane są w poniższej skali:

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

IV. Obszary aktywności:

Na lekcjach wychowania fizycznego uczeń oceniany będzie za:

1. Postawę (stosunek) ucznia do przedmiotu.
2. Aktywność
3. Uczestnictwo w zajęciach (frekwencja).
4. Postęp w usprawnianiu się.
5. Poziom umiejętności ruchowych.
6. Wiadomości teoretyczne i umiejętności zastosowania ich w praktyce.
7. Edukacja zdrowotna

V. Kontrakt z uczniami:

1. Każdy uczeń oceniany jest zgodnie z zasadami sprawiedliwości.
2. Ocenie podlegają wszystkie kryteria.
3. Uczeń powinien otrzymać w semestrze minimum 6 ocen.
4. Próby sprawnościowe i sprawdziany bieżące są obowiązkowe.
5. Jeżeli uczeń nie przystąpi do sprawdzianu lub próby sprawnościowej z przyczyn losowych (np.: choroba) musi zaliczyć dany materiał w ciągu 2 tygodni od momentu czynnego udziału w zajęciach. Jeżeli tego nie wykona otrzymuje z danego zaliczenia ocenę niedostateczną.
6. Sprawdziany bieżące mogą obejmować materiał z 3 tematów zajęć.

VI. Kryteria oceny:

1. Sprawdziany bieżące:
 - dotyczą zakresu wiedzy i umiejętności zdobytej na zajęciach.
 - nie muszą być wcześniej zapowiedziane.
2. Praca w grupie:
 - polega na umiejętności rzetelnej współpracy, aktywnym wykorzystaniu czasu i osiągnięciu zamierzonego celu.
 - ocenia się ją stosownie do efektów i włożonego wysiłku.

VII. Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego będzie w szczególności brany pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki przedmiotu.

Podstawą oceny będzie:

- Postawa ucznia wobec przedmiotu.
- Aktywność
- Uczestnictwo w zajęciach (frekwencja).
- Edukacja Zdrowotna

Następnie:

- Postęp w usprawnianiu się.
- Poziom umiejętności ruchowych.
- Wiadomości teoretyczne i umiejętność zastosowania ich w praktyce

OCENA ZA POSTAWĘ UCZNIĄ DO PRZEDMIOTU (waga 5)

CELUJĄCY (6)	<ul style="list-style-type: none">• uczeń jest przygotowany do każdego zajęcia
BARDZO DOBRY (5)	<ul style="list-style-type: none">• uczeń w semestrze może otrzymać 2 razy brak stroju.
DOBRY (4)	<ul style="list-style-type: none">• uczeń 3 razy w semestrze może zapomnieć stroju sportowego (równoznaczne z 1 jedynką).
DOSTATECZNY (3)	<ul style="list-style-type: none">• uczeń 4 razy w semestrze może zapomnieć stroju sportowego (równoznaczne z 2 jedynkami).
DOPUSZCZAJĄCY (2)	<ul style="list-style-type: none">• uczeń 5 razy w semestrze może zapomnieć stroju sportowego (równoznaczne z 3 jedynkami)
NIEDOSTATECZNY (1)	<ul style="list-style-type: none">• uczeń notorycznie jest nie przygotowany do zajęć

- Każdy brak stroju powyżej 2 wiąże się z otrzymaniem kolejnej oceny niedostatecznej częściowej (waga 2).
- Jeżeli uczeń nie zmieni koszulki, spodni, przed zajęciami, traktuje się taki fakt jako brak stroju.
- Jeżeli uczeń opuści powyżej 50 % zajęć w semestrze i są to nieobecności nieusprawiedliwione to otrzymuje wówczas ocenę niedostateczną z danego kryterium. Jeżeli natomiast są to nieobecności usprawiedliwione wówczas otrzymuje ocenę za okres czynnego uczestnictwa w zajęciach w-f (max. ocenę dobrą)
- Uczeń oceniany jest z danego kryterium raz w semestrze.

OCENA ZA AKTYWNOŚĆ (waga 4)

Na ocenę z aktywności uczeń pracuje przez cały semestr. Nauczyciel systematycznie ocenia ucznia wstawiając „+” i „-”. Jeżeli uczeń zbierze 3 „+” otrzymuje częściową ocenę 5, natomiast jeżeli zbierze 3 „-”, otrzymuje częściową ocenę 1. Przy ocenianiu aktywności ucznia brane są następujące kryteria:

- zaangażowanie ucznia w pracę na lekcji
 - pomoc przy organizacji zajęć
 - inwencję twórczą
 - aktywny udział w zajęciach
 - zdyscyplinowanie
 - prowadzenie rozgrzewki
 - sędziowanie
- wykonywanie dodatkowych zadań i prac
- zachowanie podczas zajęć (kultura osobista, kultura słowa)
- reprezentowanie szkoły podczas zawodów sportowych
- respektowanie poleceń nauczyciela
- przestrzeganie zasad BHP podczas zajęć

Na koniec każdego semestru uczeń otrzymuje ocenę semestralną z aktywności (waga 5) zgodnie z poniższymi wymaganiami:

BARDZO DOBRY (5)	• otrzymuje uczeń , który zgromadził same plusy
DOBRY (4)	• otrzymuje uczeń, który ma przewagę plusów nad minusami
DOSTATECZNY (3)	• otrzymuje uczeń, który ma taką samą ilość plusów i minusów/lub ma czyste konto
DOPUSZCZAJĄCY (2)	• otrzymuje uczeń, który ma przeważającą ilość minusów, ale pojawiały się również plusy
NIEDOSTATECZNY (1)	• otrzymuje uczeń, który otrzymał tylko minusy

- Uczeń biorący udział w zawodach międzyszkolnych otrzymuje każdorazowo ocenę celującą cząstkową.
- Uczeń, który nie stawi się na zawody, rozgrywki itp., mimo wcześniejszej deklaracji udziału z powodów innych niż losowe, otrzymuje każdorazowo ocenę niedostateczną cząstkową.

OCENA ZA FREKWENCJĘ (waga 5)

CELUJĄCY (6)	• uczestniczy we wszystkich zajęciach w semestrze
BARDZO DOBRY (5)	• 2 nieobecności nieusprawiedliwione w semestrze.
DOBRY (4)	• 4 nieobecności nieusprawiedliwione w semestrze.
DOSTATECZNY (3)	• 6 nieobecności nieusprawiedliwionych w semestrze.
DOPUSZCZAJĄCY (2)	• 8 nieobecności nieusprawiedliwionych w semestrze.
NIEDOSTATECZNY (1)	• 10 i więcej nieobecności nieusprawiedliwionych w semestrze.

UWAGI:

- 3 spóźnienia traktowane są jak 1 nieobecność nieusprawiedliwiona.
- W przypadku zwolnień lekarskich półrocznych i rocznych niezbędna jest decyzja dyrektora szkoły o zwolnieniu ucznia z danego przedmiotu. Zwolnienia należy dostarczyć najpóźniej do końca września. W sytuacjach losowych (wypadek, kontuzja, uraz itp.) , które zdarzyły się w trakcie roku szkolnego, zwolnienie należy dostarczyć jak najszybciej.
- Jeżeli uczeń opuścił w ciągu semestru więcej niż 16 godzin z wychowania fizycznego z powodu choroby, zwolnienia lekarskiego/ od rodziców, opiekunów, nie może otrzymać oceny wyższej niż „dobra” z danego kryterium (nie realizuje programu nauczania).
- Uczeń, który z powodów zdrowotnych lub innych opuścił zajęcia wychowania fizycznego, może uzupełnić swoje wiadomości i umiejętności podczas dyżurów nauczycieli wychowania fizycznego odbywających się co 2 tygodnie wg ustalonego harmonogramu.

OCENA ZA POSTĘP W USPRAWNIANIU SIĘ (waga 4)

Uczeń 2 razy w roku szkolnym wykonuje Test Sprawności Motorycznej K. Zuchory obejmujący następujące obszary tejże sprawności:

- **siłę mięśni ramion**
- **szybkość**
- **skoczność**
- **siłę mięśni brzucha**
- **gibkość**
- **wytrzymałość**

Pierwszy zestaw testów sprawności motorycznej przeprowadzony jest w semestrze I, natomiast drugi w następnym.

Uczeń wykonuje 6 prób zgodnie z założeniami testu i zdobywa określoną ilość punktów za każdą próbę. Po wykonaniu wszystkich 6 sumuje się zdobyte punkty i na tej podstawie wystawia jedną ocenę za sprawność motoryczną.

Uczeń po wykonaniu każdej próby otrzymuje od 1 do 6 punktów w zależności od swojego wyniku. W sumie maksymalnie uczeń może zdobyć 36 punktów.

Ocena uzyskanych punktów w stosunku do wieku ćwiczących.

Wiek ucznia	Minimalna	Dostateczna	Dobra	Bardzo dobra	Wysoka	Wybitna
6 lat	5	8	11	14	17	20
7 lat	6	9	12	15	18	22
8 lat	6	10	13	17	21	25
9-10 lat	6	11	15	19	23	27
11-12 lat	6	11	16	20	25	29
13-15 lat	6	12	17	22	27	31
16-18 lat	6	12	18	23	28	33
19-25 lat	6	12	18	24	30	35

W semestrze II uczeń powtarza całą procedurę, ale dodatkowo otrzymuje drugą ocenę w zależności od tego, czy poprawił swój ogólny wynik, utrzymał, czy pogorszył.

CELUJĄCY (6)

- otrzymuje uczeń, który poprawił swój wynik końcowy

BARDZO DOBRY (5)

- otrzymuje uczeń, który utrzymał swój wynik końcowy

Dobry (4)

- otrzymuje uczeń, który pogorszył swój wynik końcowy

W przypadku nie przystąpienia do testu z powodu nieobecności lub zwolnienia – zaległości należy uzupełnić w przeciągu 2 tygodni od momenty czynnego udziału w zajęciach. Jeżeli uczeń nie dopełni powyższego obowiązku nie otrzymuje punktów za daną próbę i traci szansę na zdobycie wysokiej oceny końcowej z motoryki.

OCENA ZA UMIEJĘTNOŚCI RUCHOWE (waga 3)

CELUJĄCY (6)

- umiejętności ucznia przewyższają poziom ponadpodstawowy
- uczeń wykonuje ćwiczenia z właściwą techniką, pewnie, w odpowiednim tempie i dokładnie.

BARDZO DOBRY (5)

- uczeń wykonuje ćwiczenia prawidłowo, lecz nie dość lekko i dokładnie oraz z niewielkimi błędami technicznymi

DOBRY (4)

- uczeń wykonuje ćwiczenia niepewnie, w nieodpowiednim tempie i dużymi błędami technicznymi.

DOSTATECZNY (3)

DOPUSZCZAJĄCY (2)

- uczeń podchodzi do wykonania ćwiczenia, popełnia bardzo duże błędy techniczne.

NIEDOSTATECZNY (1)

- uczeń nie przystępuje do wykonania ćwiczenia.

UWAGI:

- Umiejętności ucznia oceniane są w następujących dyscyplinach sportowych:
 - gry zespołowe
 - gimnastyka podstawowa
 - lekkoatletyka
 - fitness/siłownia

- Każdy sprawdzian musi obejmować materiał, który występował na zajęciach.
- Liczba sprawdzianów uzależniona jest od realizacji zaplanowanego materiału nauczania na dany semestr.
- Umiejętności oceniane są po zrealizowaniu bloku tematycznego.
- Nauczyciel wraz z uczniami ustala termin sprawdzianu.
- Uczniowie mogą wspomagać nauczyciela w ocenie innego ucznia, jednak ostateczna decyzja należy do nauczyciela.
- Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który odmówi przystąpienia do sprawdzianu bez uzasadnienia lub opuści lekcję bez usprawiedliwienia (ucieczka)
- Za przystąpienie do sprawdzianu uczeń otrzymuje ocenę dopuszczającą nawet wtedy, gdy wykonanie rażąco odbiega od wymagań na ocenę dostateczną.
- Jeżeli z przyczyn losowych uczeń opuścił sprawdzian, powinien w pierwszym tygodniu po powrocie do szkoły uzgodnić z nauczycielem termin zaliczenia, nie dłuższy jednak niż dwa tygodnie. Po upływie tego czasu, w wyniku nie przystąpienia do zaliczenia, otrzymuje ocenę niedostateczną.

OCENA ZA WIADOMOŚCI TEORETYCZNE I UMIEJĘNOŚĆ ZASTOSOWANIA ICH W PRAKTYCE. (waga 2)

Wiadomości teoretyczne i umiejętność zastosowania ich w praktyce będą oceniane według następującej skali:

- **bardzo dobry (5)**
- **dobry (4)**
- **dostateczny (3)**
- **dopuszczający (2)**
- **niedostateczny (1)**

UWAGI:

W każdym semestrze zostanie przeprowadzony minimum 1 sprawdzian z wiadomości teoretycznych z zakresu przepisów i nazewnictwa gimnastycznego i umiejętności zastosowania ich w praktyce.

VIII. EDUKACJA ZDROWOTNA (waga 4)

Zajęcia z edukacji zdrowotnej odbywają się w ramach zajęć z wychowania fizycznego. W każdym roku uczniowie mają co najmniej 10 godzin lekcyjnych. Są to zajęcia obowiązkowe dla wszystkich uczniów. Ocena z edukacji zdrowotnej stanowi część składową oceny z wychowania fizycznego (jedno z kryteriów oceny).

Ocenie podlegają:

- aktywność

- zakres wiadomości i umiejętności przyswojonych podczas zajęć. Każdy uczeń 1 raz w danym roku szkolnym przygotowuje pracę w formie plakatu, prezentacji multimedialnej, makiety, prowadzenia zajęć itp. dotyczącą określonego zagadnienia podanego przez nauczyciela obejmującego przekazany materiał.

PRACA ZALICZENIOWA

Klasa I i II

Praca musi zostać oddana lub przygotowana w określonym terminie. Nierozliczenie się z zadania powoduje otrzymanie przez ucznia oceny niedostatecznej z Edukacji Zdrowotnej, co ma ogromny wpływ na ocenę semestralną i końcoworoczną. Uczeń może ocenę z pracy semestralnej poprawić po uzgodnieniu z nauczycielem prowadzącym.

Praca jest ściśle określona pod względem:

- tematu
- wielkości pracy i techniki wykonania
- terminu oddania/wykonania pracy

Uczniowie klas I i II wykonują potrawy, prezentują je, opracowują wartości odżywcze oraz kaloryczność.

Zaliczenie składa się z dwóch ocen:

- pierwsza ocena obejmuje materiały (plakaty, tablice informacyjne, tabele kaloryczne
- druga ocena obejmuje wygląd, smak, pomysłowość potrawy oraz jej wartości zdrowotne.

Klasa III

Uczniowie losują przygotowane zagadnienia i w parach przygotowują informacje na ten temat. Ocenie podlegają:

- materiały przygotowane na zajęcia pokazowe (plakat, tablice informacyjne, prezentacje multimedialne, filmy)
- prezentacja ustna prowadzona przez obydwie osoby.

Każda para otrzymuje 2 oceny z wagą 4

OCENA UCZNIÓW Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO Z TRUDNOŚCIAMI EDUKACYJNYMI.

Występujące u uczniów specyficzne trudności i deficyty rozwojowe są podstawą do obniżenia wymagań edukacyjnych oraz dostosowanie poziomu wiedzy czy umiejętności sprowadzanych do możliwości indywidualnych ucznia – zgodnie z opinią Poradni Pedagogiczno- Psychologicznej.

Oceniając tych uczniów bierzemy pod uwagę:

- Postępy uczniów i ich psychofizyczne predyspozycje i możliwości (efekty pracy a nie popełniane błędy).
- Wysiłek włożony w usprawnianie się i wywiązywanie się z podejmowanych przez nich zadań.
- Sumiennosc i aktywnosc na lekcjach wychowania fizycznego.
- Można podwyższyć ocenę uczniowi, który z różnych powodów nie może w pełni realizować zadań wynikających z programu nauczania pod warunkiem, że: sumiennie i aktywnie uczestniczy na zajęciach wychowania fizycznego, jak i w zajęciach nadobowiązkowych, w miarę swoich możliwości podnosi swoją sprawność fizyczną – wykazuje stałe postępy w usprawnianiu.