

Przedmiotowe Zasady Oceniania

Wychowanie Fizyczne

Zespół Szkół Elektronicznych

im. Bohaterów Westerplatte w Radomiu

I. Podstawa prawna do opracowania PSO z wychowania fizycznego

1. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej w sprawie szczegółowych warunków i sposobu oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych.
2. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół.
3. Statut Szkoły.
4. Wewnątrzszkolne Zasady Oceniania.

II. Cele przedmiotowych zasad oceniania z wychowania fizycznego

- ✓ wyrobienie właściwej postawy prozdrowotnej,
- ✓ docenienie włożonego wysiłku, aktywności i postępu poprzez wykonywanie ćwiczeń zarówno w szkole jak i poza nią,
- ✓ dostrzeżenie aktywności i zaangażowania ucznia w kulturę fizyczną zarówno w szkole jak i poza nią,
- ✓ sprawdzenie stopnia przyswojenia wiadomości i umiejętności ruchowych ucznia,
- ✓ poinformowanie ucznia o poziomie jego osiągnięć edukacyjnych i postępach w tym zakresie,
- ✓ pomoc uczniom w samodzielnym planowaniu własnego rozwoju,
- ✓ przedstawienie uczniom jasno określonego celu oceniania,
- ✓ dążenie do rzetelności i trafności oceniania,
- ✓ potraktowanie oceniania jako integralnej części planu nauczania,

- ✓ przedstawienie uczniom zrozumiałych i jasnych kryteriów oceniania,
- ✓ ujednoczenie kryteriów oceniania stosowanych przez nauczycieli wychowania fizycznego.

III. Zasady oceniania

- ✓ obowiązuje sześciostopniowa skala oceniania,
- ✓ nauczyciel zapoznaje we wrześniu uczniów z wymaganiami programowymi i kryteriami oceniania.

Oceniając ucznia z wychowania fizycznego przede wszystkim bierze się pod uwagę:

- ✓ jego wysiłek, zaangażowanie oraz postęp w zdobywaniu sprawności, umiejętności i wiadomości,
- ✓ prezentowaną postawę prozdrowotną,
- ✓ jego stosunek do 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.

IV. Informowanie ucznia o sprawdzianach i testach

- ✓ uczeń powinien być poinformowany o planowanych sprawdzianach i testach co najmniej na tydzień przed ich przeprowadzeniem.

V. Sposoby poprawy oceny ucznia

- ✓ poprawie podlegają tylko oceny ze sprawdzianów lub testów, jeżeli uczeń z przyczyn losowych (zwolnienie lekarskie) nie może przystąpić

- do sprawdzianu lub testu, to powinien go zaliczyć w ciągu dwóch tygodni od powrotu do szkoły,
- ✓ jeżeli w dniu sprawdzianu lub testu uczeń nie ćwiczył z powodu braku stroju lub innych przyczyn, powinien przystąpić do sprawdzianu lub testu w terminie 7 dni lub uzgodnić termin zaliczenia z nauczycielem uczącym,
 - ✓ uczeń może poprawić każdą ocenę ze sprawdzianu lub testu, w ciągu dwóch tygodni od jego przeprowadzenia, po tym terminie traci takie prawo,
 - ✓ uwzględniając możliwości poprawy nauczyciel może zaproponować włączenie ucznia do działań na rzecz kultury fizycznej w szkole.

VI. Obszary podlegające kontroli i ocenie ucznia

1. Wiadomości z zakresu wychowania fizycznego oraz nawyki i postawa prozdrowotna, które to obejmują:

- ✓ doskonalenie własnej sprawności,
- ✓ dbałość o własne zdrowie i higienę osobista,
- ✓ dbałość o prawidłową postawę ciała,
- ✓ indywidualne i zespołowe formy aktywności ruchowej o charakterze rekreacyjno-sportowym,
- ✓ wdrażanie właściwych wzorców prozdrowotnych.

2. Postawa ucznia i jego stosunek do przedmiotu odnosi się do:

- ✓ włożonego wysiłku i zaangażowania w wykonywanie ćwiczeń i zadań ruchowych z maksymalnym wykorzystaniem swoich możliwości,

- ✓ inwencji twórczej aktywnego udziału w zajęciach i pomocy w ich organizacji,
- ✓ dbałości o zdrowie i prawidłową postawę ciała,
- ✓ przestrzeganie zasad BHP przed, w trakcie i po zajęciach sportowych, poszanowania infrastruktury i sprzętu sportowego,
- ✓ systematycznego usprawniania, właściwej postawy społecznej i kultury osobistej,
- ✓ frekwencji,
- ✓ zdyscyplinowania, dbania o higienę ciała i czystości, systematycznego udziału w lekcjach.

3. Umiejętności ruchowe:

Oceniane są na podstawie przeprowadzanych sprawdzianów zgodnych z wymaganiami programowymi z zakresu indywidualnych i zespołowych form aktywności ruchowej.

4. Zaangażowanie społeczne w krzewieniu kultury fizycznej poprzez:

- ✓ pomoc w przygotowaniu i przeprowadzeniu szkolnej imprezy sportowej,
- ✓ wykonanie gazetki, projektu na wybrany temat związany ze sportem, rekreacją i edukacją prozdrowotną,
- ✓ samodzielne prowadzenie i sędziowanie zawodów sportowych o charakterze rekreacyjnym.

5. Ogólna sprawność fizyczna:

Mierzona jest za pomocą testów sprawności fizycznej.

6. Udział w zawodach sportowych i zajęciach nadobowiązkowych:

- ✓ aktywna postawa na zajęciach pozalekcyjnych,
- ✓ udział w zawodach: w ramach rywalizacji międzyszkolnej a także innej rangi (wg indywidualnej uprawianej dyscypliny),
- ✓ uzyskanie wysokich wyników sportowych,
- ✓ udział w masowych imprezach rekreacyjno-sportowych,
- ✓ udokumentowane uczestnictwo w zajęciach sekcji klubu sportowego lub stowarzyszenia sportowego.

7. Przygotowanie zaangażowaniem oraz aktywność na zajęciach:

- ✓ nauczyciel oceni stopień zaangażowania i aktywność ucznia,
- ✓ uczeń uzyska ocenę lub oceny za posiadanie właściwego stroju zgodnego z regulaminem.

Ad.1. – Wiadomości

W każdym okresie uczeń może uzyskać jedną ocenę określającą poziom jego wiedzy i umiejętność jej wykorzystania w praktycznym działaniu.

Ad.2. Postawa ucznia i jego stosunek do przedmiotu

W każdym z okresów uczeń otrzymuje jedną ocenę uwzględniającą jego zaangażowanie, aktywność, właściwą postawę społeczną i kulturę osobistą. Dodatkowo weryfikacji podlega frekwencja ucznia oraz liczba zajęć, w których bierze on czynny udział. W przypadku absencji ucznia na ponad 50% lekcji, może zostać on nie klasyfikowany. Uczeń może otrzymać ocenę za frekwencję w oparciu o poniższą tabelę:

6 – celujący	-	100%
5 – bardzo dobry	-	89% - 99%
4 – dobry	-	76% - 88%
3 – dostateczny	-	63% - 75%
2 – dopuszczający	-	50% - 62%
uczeń nieklasyfikowany	-	poniżej 50%

Ad.3. – Umiejętności ruchowe

W każdym semestrze ocenie podlegać będzie 2 sprawdziany umiejętności ruchowych zgodne z podstawą programową: gimnastyka, gry zespołowe, lekkoatletyka. Za każdy z nich uczeń otrzymuje ocenę.

Ad.4. — Zaangażowanie społeczne w krzewieniu kultury fizycznej

W każdym okresie uczeń może uzyskać jedną ocenę określającą jego zaangażowanie i inicjatywę własną w organizację imprez o charakterze prozdrowotnym, rekreacyjnym i sportowym oraz innym działaniom z tym związanymi.

Ad. 5.– Sprawność fizyczna

Ocenie podlegają minimum 3 próby sprawności fizycznej w każdym semestrze wskazane przez nauczyciela:

- 1) Szybkość - bieg na 60m
- 2) Wytrzymałość - bieg na 1000m
- 3) Siła - rzut piłką lekarską

- uginanie RR w podporze leżąc przodem
- podciąganie na drążku
- siady z leżenia tyłem w czasie 30s
- 4) Zwinność - bieg wahadłowy 5x10m
- 5) Skoczność - skok w dal z miejsca
- wyskok dosiężny
- skok w dal
- 6) Gibkość - skłon tułowia w przód o nogach prostych

Aktualny poziom ogólnej sprawności fizycznej badany jest przy pomocy indeksu sprawności fizycznej, a postęp w rozwoju ogólnej sprawności fizycznej mierzony jest po przeprowadzeniu testów. Uzyskane wyniki przeliczane są na punkty zgodnie z tabelami.

Za każdy uzyskany wynik testu uczeń otrzymuje ocenę.

Ad. 6. – Udział w zawodach sportowych i zajęciach nadobowiązkowych:

Uczeń może uzyskać jedną lub więcej ocen za udział w zawodach sportowych lub zajęciach nieobowiązkowych.

Ad.7. – Przygotowanie do zajęć

Trzy razy w semestrze uczeń może być nieprzygotowany do zajęć (brak stroju, brak usprawiedliwienia od lekarza lub rodziców) bez ponoszenia konsekwencji. Za każde kolejne nieusprawiedliwione nieprzygotowanie do lekcji uczeń otrzymuje ocenę **niedostateczną** (ocena cząstkowa).

VII. Kryteria szczegółowe uzyskiwania oceny śródrocznej, rocznej i końcowej

Ocena celująca -

Uczeń:

- ✓ jego wysiłek i zaangażowanie w wykonywanie ćwiczeń i zadań ruchowych wskazuje na maksymalne wykorzystanie swoich możliwości,
- ✓ Osiąga bardzo wysokie postępy w usprawnieniu
- ✓ prezentuje wzorową postawę prozdrowotną
- ✓ spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą,
- ✓ jest zawsze przygotowany do zajęć z wychowania fizycznego
- ✓ czynny udział ucznia w zajęciach wynosi 95% - 100% obecności (z wyłączenie nieobecności usprawiedliwionych poprzez zaświadczenie lekarskie)
- ✓ reprezentuje szkołę na różnego rodzaju zawodach i imprezach sportowych,
- ✓ aktywnie uczestniczy w życiu sportowym na terenie szkoły bądź też w innych formach działalności związanej z wychowaniem fizycznym,
- ✓ bierze aktywny udział w sportowych zajęciach pozalekcyjnych na terenie szkoły lub poza nią, jest to działalność systematyczna i udokumentowana.

Ocena bardzo dobra -

Uczeń:

- ✓ jego wysiłek i zaangażowanie w wykonywanie ćwiczeń i zadań ruchowych wskazuje na bardzo duże wykorzystanie swoich możliwości,
- ✓ Osiąga wysokie postępy w usprawnieniu
- ✓ prezentuje wyróżniającą właściwa poprawna przeciętną postawę prozdrowotną

- ✓ całkowicie opanował materiał programowy,
- ✓ przystąpił do wszystkich zadań kontrolno – oceniających,
- ✓ czynny udział ucznia w zajęciach mieści się w przedziale 89% - 94% obecności,
- ✓ jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do zajęć nie budzą najmniejszych zastrzeżeń (uzyskując oceny cząstkowe bardzo dobre),
- ✓ systematycznie doskonalili swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu,
- ✓ bierze aktywny udział w sportowych zajęciach pozalekcyjnych i zawodach sportowych (nie jest to jednak działalność systematyczna),
- ✓ posiada duże wiadomości z zakresu wychowania fizycznego i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu,
- ✓ jest sprawny fizycznie, ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, pewnie, w odpowiednim tempie i dokładnie, zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie.

Ocena dobra -

Uczeń:

- ✓ jego wysiłek i zaangażowanie w wykonywanie ćwiczeń i zadań ruchowych wskazuje na duże wykorzystanie swoich możliwości,
- ✓ osiąga bardzo dobre postępy w usprawnieniu,
- ✓ prezentuje właściwą postawę prozdrowotną,
- ✓ wykazał się średnim poziomem z poszczególnych zadań dotyczących uczestnictwa i zaangażowania w lekcji wychowania fizycznego (oceny dobre),
- ✓ przystąpił do wszystkich zadań kontrolno – sprawdzających,
- ✓ podczas sprawdzianów wykazał się średnim opanowaniem elementów technicznych, które tylko w większej części potrafi wykorzystać w praktycznym działaniu,

- ✓ czynny udział ucznia w zajęciach mieści się w przedziale 76% - 88% obecności,
- ✓ swoją postawą społeczną, stosunkiem do kultury fizycznej nie budzi większych zastrzeżeń,
- ✓ z drobnymi niedociągnięciami potrafi zdiagnozować własny rozwój fizyczny, wydolność fizyczną i sprawność fizyczną za pomocą testu obowiązującego na lekcji wychowania fizycznego i z pomocą nauczyciela interpretuje wyniki,
- ✓ wykazał się średnim poziomem opanowania wiadomości.

Ocena dostateczna -

Uczeń:

- ✓ jego wysiłek i zaangażowanie w wykonywanie ćwiczeń i zadań ruchowych wskazuje na średnie wykorzystanie swoich możliwości,
- ✓ osiąga dobre postępy w usprawnieniu,
- ✓ prezentuje poprawną postawę prozdrowotną,
- ✓ wykazał się przeciętnym poziomem z zadań dotyczących uczestnictwa i zaangażowania w lekcji wychowania fizycznego (oceny dostateczne),
- ✓ opanował materiał programowy na przeciętnym poziomie,
- ✓ przystąpił do wszystkich zadań kontrolno – oceniających,
- ✓ czynny udział ucznia w zajęciach mieści się w przedziale 63% - 75% obecności,
- ✓ wykazał się przeciętnym poziomem opanowania wiadomości z zakresu wychowania fizycznego.

Ocena dopuszczająca -

Uczeń:

- ✓ jego wysiłek i zaangażowanie w wykonywanie ćwiczeń i zadań ruchowych wskazuje na małe wykorzystanie swoich możliwości,

- ✓ osiąga słabe postępy w usprawnieniu,
- ✓ prezentuje odbiegającą od poprawnej postawę prozdrowotną,
- ✓ przystąpił do wszystkich zadań kontrolno – sprawdzających,
- ✓ aktywność ucznia na zajęciach mieści się w przedziale 50% - 62%
- ✓ podczas sprawdzianów wykazał się niskim poziomem opanowania umiejętności technicznych, których nie potrafi wykorzystać w praktycznym działaniu,
- ✓ wykazał się niskim poziomem opanowania wiadomości z zakresu wychowania fizycznego - jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do zajęć budzą duże zastrzeżenia, obecności.

Ocena niedostateczna -

Uczeń:

- ✓ brak wkładanego wysiłku i zaangażowania w wykonywanie ćwiczeń i zadań ruchowych,
- ✓ nie osiąga postępów w usprawnieniu,
- ✓ prezentuje nie właściwą postawę prozdrowotną,
- ✓ nie przystąpił do zadań kontrolno – sprawdzających,
- ✓ wykazał się niewiedzą z zakresu wychowania fizycznego,
- ✓ jest nagminnie nieprzygotowany do zajęć,
- ✓ jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do zajęć budzą duże zastrzeżenia (uzyskując oceny częściowe niedostateczne),
- ✓ nie przywiązuje wagi do własnej sprawności fizycznej,
- ✓ ma lekceważący stosunek do zajęć, nauczyciela, rówieśników.

VIII. Warunki i tryb uzyskania oceny wyższej niż przewidywana ocena śródroczna, roczna czy końcowa.

Uczeń ma możliwość uzyskania oceny wyższej niż przewidywana ocena śródroczna roczna czy końcowa.

Poprawa oceny może się odbyć na wniosek zainteresowanego ucznia po konsultacji z nauczycielem przy uwzględnieniu postawy ucznia i jego stosunku do przedmiotu oraz frekwencji.

Przewidywane formy poprawy ustala nauczyciel w oparciu o te same sprawdziany i testy które miały miejsce w trakcie pierwszego lub drugiego okresu. Jeżeli uczeń z przyczyn zdrowotnych nie będzie mógł przystąpić do próby sprawnościowej a jego postawa nie budzi zastrzeżeń nauczyciela będzie miał możliwość poprawy oceny przez np.:

- ✓ pomoc w przygotowaniu i przeprowadzeniu szkolnej imprezy sportowej,
- ✓ wykonanie gazetki, projektu na wybrany temat związany ze sportem, rekreacją i edukacją prozdrowotną,
- ✓ samodzielne prowadzenie i sędziowanie zawodów sportowych o charakterze rekreacyjnym,
- ✓ lub inne.

IX. Postanowienia końcowe

1. Ocena śródroczna, roczna i końcowa jest wystawiana jako średnia arytmetyczna ocen cząstkowych:

0 – 1,5	ocena niedostateczna
1,6 – 2,5	ocena dopuszczająca
2,6 – 3,5	ocena dostateczna
3,6 – 4,5	ocena dobra
4,6 – 5,5	ocena bardzo dobra
5,6 – 6	ocena celująca

O ocenie śródrocznej, rocznej i końcowej decyduje postawa ucznia, jego stosunek do kultury fizycznej, a także średnia arytmetyczna uzyskanych przez niego ocen cząstkowych.

2. Ze względu na stan zdrowia Dyrektor szkoły zwalnia ucznia z wykonywania określonych ćwiczeń fizycznych na zajęciach wychowania fizycznego, na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach wykonywania przez ucznia tych ćwiczeń wydanej przez lekarza, na czas określony w tej opinii. Dyrektor szkoły zwalnia ucznia z realizacji zajęć wychowania fizycznego na podstawie opinii o braku możliwości uczestniczenia ucznia w tych zajęciach wydanej przez lekarza, na czas określony w tej opinii.
3. Jeżeli okres zwolnienia ucznia z realizacji zajęć wychowania fizycznego uniemożliwia ustalenie oceny śródrocznej, rocznej i końcowej w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się „zwolniony” albo „zwolniona”.

Przedmiotowy system oceniania realizują n/w nauczyciele:

Małgorzata Cichawa

Jarosław Kalbarczyk

Michał Kalita

Jakub Kielbiowski

Marek Pastusiak

Katarzyna Skórkiewicz

Konrad Witkowski

Zbigniew Wosion

Paweł Zarębski