

PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Ocena powinna być przemyślanym działaniem zmierzającym do poprawy rezultatów działania. Trafność i efektywność każdego przedsięwzięcia należy poddać ocenie.

Ocenić ucznia to przedstawić jak najpełniejszą informację o jego aktywności, postępach, trudnościach, specjalnym uzdolnieniach i zainteresowaniach.

Ocenianie ma na celu:

- poinformowanie ucznia o poziomie jego osiągnięć edukacyjnych i postępach;
- umożliwienie uczniowi jego samorealizacji i planowania rozwoju poprzez poznanie własnych sprawności i umiejętności;
- motywowanie ucznia do dalszej pracy, wysiłku, samodoskonalenia się;
- dostarczanie rodzicom i nauczycielom rzetelnej i szczegółowej informacji o postępach, trudnościach i specjalnych uzdolnieniach ucznia;
- umożliwienie nauczycielowi kontroli rozwoju ucznia, doskonalenie organizacji i metod pracy dydaktyczno-wychowawczej.

Ocenianie powinno być:

- **rzetelne** – oparte na godnych zaufania, stałych wynikach;
- **trafne** – dostarczającej informacji w ściśle określonym zakresie;
- **jasne i zrozumiałe** – oparte na czystych kryteriach przedstawionych uczniom i rodzicom w formie standardów wymagań;
- **obiektywne i zindywidualizowane** - te same kryteria dla wszystkich uczniów, z uwzględnieniem indywidualnych predyspozycji i możliwości;
- **jawne** – rodzice i uczniowie mają prawo do bieżącej informacji o uzyskanych ocenach i do ich uzasadnienia.

-Ocen powinna mieć charakter wspierający, a nie represyjny.

-Ocena nie powinna porównywać uczniów, nie powinna wykazywać braków, lecz podkreślać to, co uczeń już opanował i zdobył.

Ocena powinna być wypadkową czterech składowych:

- chęci, to znaczy wysiłku wkładanego wywiązywanie się z zadań;
- postępu, czyli poziomu osiągniętych zmian w stosunku do diagnozy początkowej;
- postawy, czyli stosunku do partnera, przeciwnika, zaangażowania w przebieg zajęć i stosunku do własnej aktywności;
- rezultatu, czyli informacji o osiągniętych wynikach, dokładności wykonywania zadania, poziomu zdobytej wiedzy.

Standardy wymagań wskazują, jakie rodzaje osiągnięć i na jakim poziomie będą poddane pomiarowi decydującemu o ocenie. Tworzy je nauczyciel na podstawie standardów osiągnięć edukacyjnych zawartych w podstawie programowej i standardów osiągnięć zrealizowanego programu nauczania.

Zasady oceniania zawierają informacje o przyjętej skali ocen, przedmiocie oceny i sposobach informowania o otrzymanych ocenach.

1. Skala ocen

W ocenianiu zarówno cząstkowym, jak i semestralnym oraz rocznym stosowane są następujące stopnie i ich cyfrowe odpowiedniki:

1- niedostateczny

2- dopuszczający

3- dostateczny

4- dobry

5- bardzo dobry

6- celujący

2. Przedmiot oceny

Podstawą oceny jest wysiłek włożony przez ucznia i wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć.

Ocenianiu podlegają:

- sumienność i staranność w wywiązywaniu się z obowiązków wynikających z przedmiotu,
- zaangażowanie w przebieg lekcji i przygotowanie się do zajęć,
- stosunek do partnera i przeciwnika,
- stosunek do własnego ciała,
- aktywność fizyczna,
- postęp w opanowaniu umiejętności i wiadomości przewidzianych dla poszczególnych klas zgodnie z indywidualnymi możliwościami, predyspozycjami,
- osiągnięte wyniki w sportach wymiernych, dokładność wykonania zadania i poziom zdobytej wiedzy,
- uczeń ma miesiąc na zaliczenie lub poprawę nie zaliczonego sprawdzianu,
- w przypadku nieobecności nieusprawiedliwionej lub braku stroju na sprawdzianie uczeń otrzymuje ocenę niedostateczną.

Uczeń, który ma wszystkie obecności usprawiedliwione i ćwiczy na każdym wf, sprawdziany zalicza w terminie, sumiennie i zaangażowaniem podchodzi do każdego zaliczenia, może uzyskać na koniec roku ocenę bardzo dobrą, nie zależnie od ocen uzyskanych ze sprawdzianów.

3. Kryteria ocen

OCENA CELUJĄCA

Otrzymuje ją uczeń, który:

- osiągnął sprawność fizyczną znacznie wykraczającą poza program nauczania.
- bierze czynny udział w pozalekcyjnych (zawody, imprezy sportowe), pozaszkolnych zajęciach rekreacyjno-sportowych.
- systematycznie bierze udział w lekcjach wychowania fizycznego i najwyżej 1 godzinę w ciągu semestru nie uczestniczył czynnie w zajęciach z powodu niedyspozycji lub braku stroju (nie licząc zwolnień lekarskich). Wszystkie nieobecności na lekcjach wychowania fizycznego ma usprawiedliwione.
- swą postawą społeczną i stosunkiem do przedmiotu nie budzi zastrzeżeń (jest koleżeński, ambitny, posiada nawyki higieniczno-zdrowotne (schludny wygląd zewnętrzny, dba o higienę osobistą) itd.). Zawsze ćwiczy w wymaganym -odpowiednim stroju sportowym.
- wykazał się znajomością przepisów sportowych w zakresie dyscyplin sportowych uprawianych w szkole.
- osiąga sukcesy w zawodach sportowych kwalifikując się do finałów na szczeblu wojewódzkim lub krajowym.
- dba o sprzęt sportowy i obiekty sportowe szkoły.

OCENA BARDZO DOBRA

Otrzymuje ją uczeń, który:

- osiągnął sprawność fizyczną określoną programem nauczania.
- bierze czynny udział w pozalekcyjnych (zawody, imprezy sportowe), pozaszkolnych zajęciach rekreacyjno-sportowych.
- systematycznie bierze udział w lekcjach wychowania fizycznego i najwyżej 2 godziny w ciągu semestru nie uczestniczył czynnie w zajęciach z powodu niedyspozycji lub braku stroju (nie licząc zwolnień lekarskich).
- swą postawą społeczną i stosunkiem do przedmiotu nie budzi zastrzeżeń (j.w) posiada nawyki higieniczno-zdrowotne (j.w). Zawsze ćwiczy w wymaganym – odpowiednim stroju sportowym.
- wszystkie nieobecności na lekcjach wychowania fizycznego ma usprawiedliwione.
- wykazał się znajomością przepisów sportowych w zakresie dyscyplin sportowych uprawianych w szkole.
- osiąga sukcesy w zawodach sportowych kwalifikując się do finałów na szczeblu szkoły, powiatu, województwa.
- dba o sprzęt sportowy i obiekty sportowe szkoły.

OCENA DOBRA

Otrzymuje ją uczeń, który:

- osiągnął sprawność fizyczną określoną programem nauczania na poziomie zadawalającym.
- systematycznie bierze udział w lekcjach wychowania fizycznego i najwyżej 3 godziny w ciągu semestru nie uczestniczył czynnie w zajęciach z powodu złego samopoczucia lub braku stroju (nie licząc zwolnień lekarskich).
- bierze udział (choćby nieregularnie) w poza lekcyjnych zajęciach sportowo-rekreacyjnych.
- nie wykazuje rażących braków w zakresie wychowania społecznego (koleżeński, ambitny, zdyscyplinowany). Oraz posiada wystarczające nawyki higieniczno-zdrowotne (schludny wygląd zewnętrzny, dba o higienę osobistą).
- ćwiczy w wymaganym stroju sportowym. Wszystkie nieobecności na lekcjach wychowania fizycznego ma usprawiedliwione.
- wykazał się dobrą znajomością przepisów sportowych w zakresie dyscyplin sportowych uprawianych w szkole.
- dba o sprzęt sportowy i obiekty sportowe w szkole.

OCENA DOSTATECZNA

Otrzymuje ją uczeń, który:

- nie osiągnął sprawności fizycznej określonej programem nauczania na poziomie zadowalającym
- systematycznie bierze udział w lekcjach wychowania fizycznego i najwyżej 5 godzin w ciągu semestru nie uczestniczył czynnie w zajęciach z powodu złego samopoczucia lub braku stroju (nie licząc zwolnień lekarskich).
- nie jest pilny w czasie zajęć
- sporadycznie bierze udział w pozalekcyjnych zajęciach sportowo-rekreacyjnych
- wykazuje braki w zakresie wychowania społecznego (brak koleżeńskości, ambicji, zdyscyplinowania) oraz w zakresie dbałości o zdrowie (higiena osobista, wygląd zewnętrzny itd.) często nie ćwiczy w odpowiednim- wymaganym stroju sportowym
- sporadycznie opuszcza zajęcia lekcyjne wychowania fizycznego i ma nie więcej niż 3 godziny nieusprawiedliwione nieobecności w semestrze.
- wykazuje braki w znajomości przepisów sportowych w zakresie dyscyplin sportowych uprawianych w szkole
- wzbudza zastrzeżenia co do dbałości o sprzęt sportowy i obiekty sportowe szkoły.

OCENA DOPUSZCZAJĄCA

Otrzymuje ją uczeń, który:

- ledwie spełnia wymagania sprawnościowe lub jest bliski spełniania tych wymagań (przystąpienie do konkurencji i kończy ją sposobem jaki potrafi)
- opuszcza zajęcia lekcyjne wychowania fizycznego i ma więcej niż 3 godziny nieusprawiedliwionej nieobecności w semestrze nie więcej niż 6 godzin nie uczestniczył czynnie w lekcjach z powodu złego samopoczucia lub braku stroju (nie licząc zwolnień lekarskich)
- nie jest pilny w czasie zajęć
- nie bierze udziału w pozalekcyjnych, pozaszkolnych zawodach sportowo- rekreacyjnych
- wykazuje duże braki w zakresie wychowania społecznego (brak koleżeńskości, ambicji, zdyscyplinowania). Oraz w zakresie dbałości o zdrowie (higiena osobista, wygląd zewnętrzny itd.). Bardzo często nie ćwiczy w odpowiednim- wymaganym stroju sportowym
- wykazuje duże braki znajomości przepisów sportowych w zakresie dyscyplin sportowych uprawianych w szkole
- wzbudza duże zastrzeżenia co do dbałości o sprzęt sportowy i obiekty sportowe szkoły

OCENA NIEDOSTATECZNA

Otrzymuje ją uczeń, który:

- nie przystąpi do sprawdzianu (bez jakiegokolwiek przyczyny).
- opuszcza zajęcia lekcyjne wychowania fizycznego i ma więcej niż 6 godzin nieobecności nieusprawiedliwionej w semestrze i więcej niż 9 godzin nie uczestniczył czynnie w lekcjach z powodu złego samopoczucia i braku stroju (nie licząc zwolnień lekarskich)
- nie jest pilny w czasie zajęć
- nie bierze udziału w pozalekcyjnych, pozaszkolnych zawodach sportowo-rekreacyjnych (jako dodatkowej formy zdobycia oceny pozytywnej)
- wykazuje znaczne braki w zakresie wychowania społecznego (brak koleżeńskości, ambicji, zdyscyplinowania), zdrowotnego (higiena osobista, wygląd zewnętrzny itd.). Nie ćwiczy w odpowiednim- wymaganym stroju sportowym
- wykazuje duże braki w znajomości przepisów sportowych w zakresie dyscyplin sportowych uprawianych w szkole i nie wykazuje chęci ich nadrobienia, zainteresowania poprawą.

Normy LA – Chłopcy

Kl.	Bieg 100m	Bieg 200m	Bieg 400m	Bieg 1500m	Skok w dal	Kula 5 kg	Skok wzwyż	Ocena
<i>I</i>	13,30	30,30	1:10	5,30	5,20	9,80	140	<i>CEL</i>
<i>I</i>	14,00	31,00	1:20	6:20	4,80	9,50	135	<i>BDB</i>
<i>I</i>	14,50	31,50	1:30	6:30	4,40	8,80	130	<i>DB</i>
<i>I</i>	15,00	32,00	1:40	7:00	4,00	7,00	125	<i>DST</i>
<i>I</i>	16,00	33,00	1:50	7:30	3,60	6,50	120	<i>DOP</i>
<i>II</i>	13,00	29,30	1:05	5:20	5,30	10,30	145	<i>CEL</i>
<i>II</i>	13,50	30,00	1:15	5:50	4,90	10,00	140	<i>BDB</i>
<i>II</i>	14,00	30,50	1:25	6:20	4,50	9,00	135	<i>DB</i>
<i>II</i>	14,50	31,00	1:35	6:50	4,10	7,50	130	<i>DST</i>
<i>II</i>	15,50	32,00	1:45	7:20	3,70	6,60	125	<i>DOP</i>
<i>III</i>	12,50	28,30	1:00	5:10	5,40	10,80	155	<i>CEL</i>
<i>III</i>	13,00	29,00	1:10	5:40	5,00	10,50	150	<i>BDB</i>
<i>III</i>	13,50	29,50	1:20	6:10	4,60	9,50	140	<i>DB</i>
<i>III</i>	14,00	30,00	1:30	6:40	4,20	8,60	135	<i>DST</i>
<i>III</i>	15,00	31,00	1:40	7:10	3,80	8,00	130	<i>DOP</i>
<i>IV</i>	12,00	28,00	55:00	5:00	5,50	11,30	165	<i>CEL</i>
<i>IV</i>	12,50	228,50	1:05	5:30	5,10	11,00	160	<i>BDB</i>
<i>IV</i>	13,00	29,00	1:15	6:00	4,70	10,00	150	<i>DB</i>
<i>IV</i>	13,50	29,50	1:25	6:30	4,30	9,00	140	<i>DST</i>
<i>IV</i>	14,50	30,50	1:35	7:00	3,90	8,50	130	<i>DOP</i>

Na ocenę końcową ucznia z wychowania fizycznego (I i II półrocze) składają się oceny cząstkowe uzyskane w czterech dziedzinach:

- A. Umiejętności
- B. Motoryka
- C. Wiadomości
- D. Kryteria dodatkowe

A. Umiejętności

Uczeń otrzymuje ocenę za technikę (estetykę, płynność) wykonywanego ćwiczenia podlegającego sprawdzianowi.

B. Motoryka

Uczeń otrzymuje ocenę pozytywną za przystąpienie, wykonanie i skończenie konkurencji lekkoatletycznych objętych programem nauczania.

Ocena pozytywna (od dopuszczającej do celującej) z biegów i skoków jest różnicowana wg. tabel (opracowanych przez zespół nauczycieli wychowania fizycznego naszej szkoły) uwzględniających osiągnięty wynik, specyfikę i warunki naszej szkoły i poziom sprawności uczniów. (tabele są tylko wyznacznikiem zróżnicowania i powtarzalności oceny).

Uczeń otrzymuje ocenę dodatkową za przystąpienie do sprawdzianów w terminie i zaangażowanie na lekcjach lekkoatletyki.

C. Wiadomości

Uczeń otrzymuje ocenę za wiadomości w zakresie:

- poprawnego posługiwania się słownictwem sportowym
- znajomością przepisów gry dyscyplin sportowych uprawianych w naszej szkole

D. Kryteria dodatkowe

To kryterium daje możliwość podwyższenia bądź obniżenia semestralnej lub końcowej oceny z wychowania fizycznego. Składa się ono z czterech elementów:

- a) ocena za strój sportowy
- b) ocena za aktywność na lekcji
- c) ocena za samodzielnie przeprowadzoną rozgrzewkę
- d) ocena za udział w zawodach sportowo- rekreacyjnych reprezentowanie szkoły, klasy w ramach MS, pomoc w organizacji zawodów i prowadzeniu dokumentacji ze sportowej działalności szkoły
 - zawody powiatowe- ocena celująca
 - zawody rejonowe- ocena celująca
 - zawody wojewódzkie- ocena celująca
 - udział w zawodach wewnątrz szkolnych- ocena bardzo dobra
 - pomoc w organizacji i sędziowanie- ocena bardzo dobra
 - udział w zajęciach SKS uczeń otrzymuje ocenę:
 - udział w zajęciach sks-u powyżej 70 % - ocena celująca
 - udział w zajęciach sks-u 70% - ocena bardzo dobra
 - udział w zajęciach sks-u 50% - 70% - ocena dobra
- g) ocena za udział w zawodach poza kalendarzem imprez szkolnych- ocena celująca

E. Strój sportowy

Strój sportowy składa się z koszulki w odpowiednim kolorze, spodenek sportowych, skarpet i butów sportowych (ze względu dla przestrzegania warunków higieniczno-zdrowotnych uczeń przebiera strój sportowy przed lekcją wychowania fizycznego).

- za jednorazowy brak stroju na lekcji, uczeń otrzymuje „BS”.

Trzy takie znaki w ciągu semestru zmieniają się na częściową ocenę niedostateczną. Kolejne nieprzygotowanie to kolejna ocena niedostateczna.

- uczennice niedysponowane zobowiązane są przebrać się w strój sportowy i mogą ćwiczyć według swoich możliwości. W wyjątkowych przypadkach nauczyciel w.f. może zwolnić uczennicę z ćwiczenia na lekcji.

-na lekcji w.f. uczniowie ćwiczą bez jakichkolwiek biżuterii z ze związanymi włosami i odpowiednią długością paznokci u rąk.

- na lekcji w.f. w klasach zawodowych przyjmowane są tylko zwolnienia lekarskie, w klasach technikalnych i liceach zwolnić może rodzic, w wyjątkowych przypadkach z ćwiczenia może zwolnić nauczyciel w.f. lub pielęgniarka szkolna

a) w pierwszy dzień po przebytej chorobie

b) po masażach

c) przy bardzo widocznym złym samopoczuciu (wymioty, katar, kaszel, ból głowy)

4. Sposób informowania o ocenach

O uzyskanych poszczególnych ocen częściowych uczniowie będą informowani bezpośrednio po otrzymaniu oceny. Rodzice mają możliwość skontrolowania postępów swojego dziecka podczas konsultacji dla rodziców organizowanych zgodnie z harmonogramem pracy szkoły.

O proponowanej ocenie semestralnej i rocznej uczniowie będą informowani najpóźniej tydzień przed radą klasyfikacyjną. O zagrożeniu oceną niedostateczną rodzice zostaną poinformowani przez wychowawcę klasy przed radą klasyfikacyjną.

5. Zasady ustalania nagrody za osiągnięcia sportowe

Do nagrody za osiągnięcia sportowe będzie proponowany uczeń, który brał udział co najmniej w dwóch zawodach sportowych na szczeblu powiatu, rejonu, województwa lub wyżej i otrzymał z wychowania fizycznego ocenę celującą lub bardzo dobrą oraz z zachowania co najmniej dobrą.

mgr Roman Gajewski