

# PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Ocena powinna być przemyślanym działaniem zmierzającym do poprawy rezultatów działania. Trafność i efektywność każdego przedsięwzięcia należy poddać ocenie. Ocenic ucznia to przedstawić jak najpełniejszą informację o jego aktywności, postępach, trudnościach, specjalnych 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 i 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:

- **rzetelnie** – oparte na godnych zaufania, stałych wynikach,
- **trafne** – dostarczające 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.

Ocena powinna mieć charakter wspierający, a nie represyjny. Ocena nie powinna porównywać uczniów, nie powinna wskazywać braków, lecz podkreślać to, co uczeń już opanował i zdobył.

### **Ocena powinna być wypadkową czterech składowych:**

- **chęci**, to znaczy wysiłku wkładanego w 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 z realizowanego 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 i predyspozycjami,
- osiągnięte wyniki w sportach wymiernych, dokładność wykonania zadania i poziom zdobytej wiedzy.

### **3. Kryteria ocen**

**OCENA CELUJĄCA** – Otrzymuje ją uczeń, który:

- osiągnął sprawność fizyczną znacznie wykraczającą poza program nauczania,
- bierze czynny udział w pozalekcyjnych i 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 i 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), wszystkie nieobecności na lekcjach wychowania fizycznego ma usprawiedliwione,
- 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,
- 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 lub 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 (choć nieregularnie) w pozalekcyjnych 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 – odpowiednim 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 zadawalającym,
- systematycznie bierze udział w lekcjach wychowania fizycznego i najwyżej 5 godzin 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,
- 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 DOPUSZCAJĄCA** – Otrzymuje uczeń, który:

- w stopniu dopuszczającym spełnia wymagania sprawnościowe lub jest bliski spełniania tych wymagań, przystępuje do konkurencji i kończy ją w stopniu odpowiadającym jego fizycznym możliwościom,
- opuszcza zajęcia lekcyjne wychowania fizycznego i ma więcej niż 3 godziny nieusprawiedliwionej nieobecności w semestrze i 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 zajęciach 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 przystąpił do sprawdzianu,
- 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 lub braku stroju (nie licząc zwolnień lekarskich),
- nie jest pilny w czasie zajęć,
- nie bierze udziału w pozalekcyjnych zajęciach sportowo – rekreacyjnych (jako dodatkowej formy zdobycia oceny pozytywnej),
- wykazuje znaczne braki w zakresie wychowania społecznego (brak koleżeńskiej, 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 do ich nadrobienia.

W przypadku nieobecności nieusprawiedliwionej lub braku stroju na sprawdzianie osoba otrzymuje ocenę niedostateczną.

Uczeń ma miesiąc czasu na zaliczenie lub poprawę nie zaliczonego sprawdzianu.

**Uczeń, który ma wszystkie obecności usprawiedliwione i ćwiczy na każdej lekcji wychowania fizycznego, sprawdziany ma zaliczone w terminie i sumiennie podchodzi do każdego zaliczenia, może uzyskać na koniec roku szkolnego ocenę bardzo dobrą, niezależnie od ocen uzyskanych ze sprawdzianów.**

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

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

#### **A. Umiejętności**

Uczeń otrzymuje 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), uwzględniający osiągnięty wynik, specyfikę i warunki naszej szkoły oraz poziom sprawności uczniów (tabele są tylko wyznacznikiem zróżnicowania i powtarzalności oceny).

#### **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 lub klasy w ramach Mistrzostw Szkoły, 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 wewnętrznych – ocena bardzo dobra,
- wygrana w zawodach wewnętrznych – ocena celująca,
- 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
  - udział w zajęciach sks-u poniżej 50% - ocena dostateczna

### **E. Strój sportowy**

- strój sportowy składa się z koszulki w odpowiednim kolorze, spodenek sportowych, skarpetek i butów sportowych (ze względu na przestrzeganie warunków higieniczno – zdrowotnych uczeń przebiera strój sportowy przed lekcją wychowania fizycznego),
- za jednorazowy brak stroju na lekcji wychowania fizycznego, uczeń otrzymuje „BS” (brak stroju), trzy takie znaki w ciągu semestru zmieniają się na cząstkową 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 wychowania fizycznego może zwolnić uczennicę z ćwiczenia na lekcji,
- na lekcji wychowania fizycznego uczniowie ćwiczą bez jakiegokolwiek biżuterii, ze związanymi włosami i odpowiednią długością paznokci u rąk,
- na lekcji wychowania fizycznego z ćwiczenia w wyjątkowych przypadkach może zwolnić rodzic, nauczyciel wychowania fizycznego 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 ocenach cząstkowych 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 na miesiąc przed radą klasyfikacyjną.

Opracował mgr Robert Gruszka