

PRZEDMIOTOWE ZASADY OCENIANIA
Z
WYCHOWANIA FIZYCZNEGO
W
VII LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCYM

*do programu nauczania przedmiotu wychowanie fizyczne
dla klas I-IV*

Bydgoszcz, wrzesień 2019 r.

„ Najwyższym priorytetem wychowania fizycznego jest kształtowanie potrzeb ruchowych młodzieży na poziomie rekreacyjnym, a nie osiąganie wyników sportowych ”.

Przedmiotowe Zasady Oceniania w VII Liceum Ogólnokształcącym

Przedmiot: wychowanie fizyczne

Nauczyciele przedmiotu: mgr Iwona Anna Chmielewska, mgr Marlena Romaniuk, mgr Wojciech Siewaszewicz, mgr Piotr Kowalkowski

Programy nauczania: Program Nauczania Przedmiotu Wychowanie Fizyczne dla VII Liceum Ogólnokształcącego w Bydgoszczy,

Podstawa prawna: PSO jest zgodne z Wewnątrzszkolnymi Zasadami Oceniania, które opracowano w oparciu o:

- ustawę z dnia 07 września 1991 r. o systemie oświaty (Dz. U. z 2015 r. Nr 2156, poz. 2572 z późn.zm.) rozdział 3a i 3b,
- rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 10 czerwca 2015 r. w sprawie szczegółowych warunków i sposobu oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów w szkołach publicznych
- rozporządzenie w sprawie podstawy programowej Ministra Edukacji narodowej z dnia 23 grudnia 2008 r. Wychowanie Fizyczne i Edukacja Dla Bezpieczeństwa

• CELE PRZEDMIOTOWEGO OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Przedmiotowe ocenianie z wf ma na celu określenie poziomu osiągnięć edukacyjnych ucznia, których zakres wyznaczają wymagania ogólne z podstawy programowej dla III oraz IV etapu nauczania, a w szczególności:

III ETAP

Dbłość o sprawność fizyczną, prawidłowy rozwój fizyczny, psychiczne i społeczne cechy oraz zrozumienie związku aktywności fizycznej ze zdrowiem, w szczególności:

- umiejętność oceny własnej sprawności fizycznej i przebiegu rozwoju fizycznego w okresie dojrzewania
- gotowość do uczestnictwa w rekreacyjnych i sportowych formach oraz ich organizacji
- zrozumienie związku aktywności fizycznej ze zdrowiem
- umiejętności osobiste i społeczne sprzyjające zdrowiu i bezpieczeństwu

IV ETAP

Przygotowanie do aktywności fizycznej przez całe życie oraz ochrona i doskonalenie zdrowia własnego oraz innych, w szczególności:

- uświadamianie potrzeby aktywności fizycznej przez całe życie
- stosowanie w życiu codziennym zasad prozdrowotnego stylu życia
- działanie jako świadomy konsument (odbiorca) sportu
- umiejętności sprzyjające zapobieganiu chorobom i doskonaleniu zdrowia fizycznego, psychicznego i społecznego

I. Diagnoza wstępna

wg potrzeb

• ***Osobnicza***

1. Określenie cech morfofunkcjonalnych ucznia:

- * pomiar wysokości i ciężaru ciała – dokonywany przez pielęgniarkę szkolną

- * stan zdrowia po analizie częściowych zwolnień lekarskich
- * postawa ciała
- 2. Określenie sprawności motorycznej ucznia:
 - * uzdolnienia ruchowe
 - * pomiar poziomu cech motorycznych
- 3. Określenie :
 - * zainteresowań ucznia
 - * potrzeb i oczekiwań

II. Grupowa

- Określenie umiejętności pracy w grupie.
- Określenie dyscypliny grupowej.
- Sugestie rodziców, wychowawcy klasy i innych nauczycieli.

III. Środowiskowa

- Określenie możliwości rozwoju psychomotorycznego.
- Określenie sposobu spędzania czasu wolnego w środowisku.
- Określenie możliwości rozwoju fizycznego poza szkołą.

Proгноza rozwoju

- Analiza wyników pomiarów motorycznych i somatycznych.
- Określenie podstawowych i ponadpodstawowych osiągnięć ucznia.
- Tworzenie planu pracy i systemu oceniania, obejmujący potrzeby rozwojowe i zainteresowania uczniów.

II. Obszary podlegające ocenie

POSTAWA:

1. Udział w zajęciach lekcyjnych i pozalekcyjnych (systematyczność, zaangażowanie, wysiłek wkładany w rozwój sprawności, udział w życiu sportowym szkoły, strój, higiena osobista)
2. Reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych
3. Prozdrowotny styl życia

UMIEJĘTNOŚCI:

Ruchowe:

1. Stopień opanowania umiejętności ruchowych, (co potrafię, jak wykonuję z zakresu wymagań programowych) z następujących form aktywności fizycznej:

- Koszykówka
- Piłka siatkowa
- Piłka nożna
- Piłka ręczna
- Taniec
- Lekkoatletyka i atletyka terenowa
- Zajęcia na siłowni

Organizacyjne:

2. Stopień opanowania umiejętności organizacji zajęć rekreacyjno-sportowych

WIADOMOŚCI:

Wiedza i umiejętności jej praktycznego wykorzystania w zakresie:

- organizacji, bezpieczeństwa i higieny zajęć ruchowych (samokontrola, asekuracja, pomoc)
- współpracy w czasie zajęć
- przepisów i terminologii poszczególnych dyscyplin sportu
- edukacji zdrowotnej
- samosterowania rozwojem psychofizycznym, adaptacji organizmu do wysiłku, ochrony zdrowia
- pierwsza pomoc

III. Kryteria oceniania

obejmują:

- Indywidualne postępy w sprawności fizycznej.
- Zaliczenie prób, testów i sprawdzianów oraz bieg krótki na dystansie 60m i bieg długi na dystansie 600m i 1000m.

- Systematyczność i aktywność podczas zajęć przejawiająca się między innymi w:
- umiejętnościach i zdolnościach organizacyjnych – pełnienie określonych ról podczas lekcji,
- zaangażowanej postawie w trakcie lekcji,
- propagowaniu zdrowego stylu życia,
- stosowaniu profilaktyki zdrowotnej
- Udział w zajęciach dodatkowych, który jest warunkiem podwyższenia oceny, po spełnieniu wymagań zawartych w poprzednich punktach:
 - szkolne zawody i imprezy sportowe,
 - inne formy zajęć sportowo- rekreacyjnych.
- Posiadane wiadomości z zakresu dyscyplin sportowych
- Kulturę i higienę osobistą – przejawia się to w dbaniu o zdrowie swoje i innych ludzi, o własny strój sportowy, dyscyplinie podczas lekcji, właściwej postawie społecznej, opiekuńczej i wychowawczej.

IV. Szczegółowe wymagania na poszczególne oceny

OCENA CELUJĄCA
otrzymuje ją uczeń, który:

- Spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą.
- Utrzymuje wysoki poziom sprawności fizycznej we wszystkich próbach i testach.
- Reprezentuje szkołę w zawodach sportowych.

OCENA BARDZO DOBRA

otrzymuje ją uczeń, który:

- Opanował umiejętności na poziomie ponadpodstawowym.
 - Systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnieniu.
 - Ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, pewnie, w odpowiednim tempie i dokładnie, zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie.
 - Swoją zaangażowaną postawą motywuje innych do aktywnego udziału w lekcji, jest dobrym przykładem dla swoich kolegów, propaguje zdrowy styl życia.
 - Bierze systematyczny udział w zajęciach sportowo- rekreacyjnych szkolnych lub pozaszkolnych.
 - Dokonuje prawidłowej samokontroli i samooceny, dba o swoje zdrowie i innych ludzi, jest zdyscyplinowany, zna Przedmiotowy System Oceniania.
 - Wykorzystał w semestrze dwa nieprzygotowania do lekcji dopuszczone umową
- Nauczyciel- Uczeń

OCENA DOBRA

otrzymuje ją uczeń, który:

- Opanował umiejętności na poziomie podstawowym.
 - Sprawność fizyczną utrzymuje na stałym poziomie.
 - Ćwiczenia wykonuje prawidłowo, lecz nie dość dokładnie, z małymi błędami technicznymi, zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie.
 - Nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnieniem, wykazuje stałe i dość dobre postępy w tym zakresie.
 - Jest koleżeński, zdyscyplinowany, potrafi współpracować w grupie i nie sprawia problemów wychowawczych.
 - Nieregularnie uczestniczy w zajęciach sportowo- rekreacyjnych.
 - Podejmuje próby prawidłowej samokontroli i samooceny, zna Przedmiotowy System Oceniania.
 - Wykorzystał w semestrze cztery nieprzygotowania do lekcji dopuszczone umową
- Nauczyciel- Uczeń.

OCENA DOSTATECZNA

otrzymuje ją uczeń, który:

- Opanował umiejętności na poziomie podstawowym.
- Nie dąży do podniesienia swojej sprawności fizycznej, wykazuje małe postępy w

usprawnianiu motorycznym i w nieznacznym stopniu pogorszył swoje poprzednie wyniki.

- Ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie i z większymi błędami technicznymi, wykazał braki znajomości założeń taktycznych i przepisów dyscyplin sportowych zawartych programie.
- Wykazał braki w zakresie wychowania społecznego i sprawia nieznaczące kłopoty wychowawcze podczas lekcji.
- Nie uczestniczy w zajęciach sportowo- rekreacyjnych.
- Dokonuje samooceny i samokontroli z pomocą nauczyciela, wykazuje duże braki w znajomości Przedmiotowego Systemu Oceniania.
- Wykorzystał w semestrze sześć nieprzygotowań do lekcji, dopuszczonych umową Nauczyciel- Uczeń.

OCENA DOPUSZCZAJĄCA

otrzymuje ją uczeń, który:

- Nie opanował umiejętności na poziomie podstawowym, z dużymi błędami wykonuje ćwiczenia ruchowe.
- W znacznym stopniu pogorszył swoje osiągnięcia sportowe w stosunku do poprzednich wyników, ćwiczenia wykonuje niechętnie z dużymi błędami technicznymi.
- Wykazał rażące braki w znajomości przepisów sportowych i regulaminów
- Ma lekceważący stosunek do zajęć, nie współpracuje w zespole i swoją postawą zniechęca innych do ćwiczeń.
- Nie uczestniczy w zajęciach sportowo- rekreacyjnych.
- Nie potrafi dokonać samooceny i samokontroli, nie wykazuje znajomości Przedmiotowego Systemu Oceniania.

OCENA NIEDOSTATECZNA

otrzymuje ją uczeń, który:

- Nie spełnia wymagań programowych na poziomie podstawowym i jest daleki od ich spełnienia.
- Ma lekceważący stosunek do zajęć i nie wykazuje żadnych postępów w usprawnieniu, wykonuje jedynie najprostsze ćwiczenia, z rażącymi błędami.
- Charakteryzuje się niewiedzą w zakresie kultury fizycznej.
- Nie potrafi posługiwać się terminologią sportową w zakresie dyscyplin sportowych na poziomie szkolnym.
- Ma destruktywny wpływ na innych w czasie lekcji.
- Nie potrafi dokonać samooceny i samokontroli, nie wykazuje znajomości Przedmiotowego Systemu Oceniania.

V. UMOWA MIĘDZY NAUCZYCIEL – UCZEŃ – TRENER - RODZIC

- Wyniki sportowe uczniów nie są czynnikiem decydującym o ocenie śródrocznej, rocznej i końcowej.
- Ocena śródroczna, roczna i końcowa z wychowania fizycznego nie jest średnią arytmetyczną ocen. Ważność ocen zaczyna się od: systematyczności, zaangażowania i aktywności podczas lekcji, wysiłku wkładanego w rozwój sprawności i umiejętności, postępów we własnym rozwoju psychomotorycznym, poziomu umiejętności i wiadomości, udziału w życiu sportowym szkoły.
- Ocena roczna ustalana jest na podstawie ocen za I i II semestr.
- W przypadku, kiedy uczeń nie zgadza się z proponowaną oceną semestralną lub końcowo roczną, może ubiegać się o ocenę wyższą w porozumieniu ze swoim nauczycielem, który może wyznaczyć zakres umiejętności i wiadomości służące podwyższeniu tej oceny, jeśli ważność ocen jest zachowana.
- Osoby uprawiające wybraną dyscyplinę sportową poza szkołą, chcąc uzyskać ocenę celującą mają obowiązek czynnie uczestniczyć w obowiązkowych zajęciach wychowania fizycznego. Mogą być zwolnione na okres przygotowań przedstartowych w danej dyscyplinie na pisemną prośbę trenera lub rodzica. (rodzic, trener bierze odpowiedzialność za dziecko podczas nieobecności na lekcjach wychowania fizycznego).
- Uczeń posiadający zwolnienie z lekcji wychowania fizycznego od rodziców, przedstawia je wychowawcy klasy i powiadamia o tym fakcie nauczyciela wychowania fizycznego.
- Uczeń posiadający zwolnienie lekarskie z określonej aktywności ruchowej ma obowiązek przedstawienia go wraz z podaniem do Dyrektora szkoły, który wyraża zgodę na zwolnienie go ze wskazanych przez lekarza ćwiczeń, tym samym nie jest zwalniany z lekcji wychowania fizycznego.
- Uczeń posiadający zwolnienie lekarskie lub zwolnienie od rodzica (opiekuna), zobowiązany jest do pozostania na lekcji wychowania fizycznego. Decyzją Dyrektora szkoły może być zwolniony, jeśli są to pierwsze i ostatnie godziny lekcyjne.
- Jeżeli uczeń nie zaliczył sprawdzianów z różnych powodów, zalicza dany sprawdzian w terminie i trybie ustalonym z nauczycielem.
- O zaobserwowanych kłopotach zdrowotnych i wychowawczych nauczyciel wychowania fizycznego na bieżąco informuje wychowawcę, rodziców lub trenera.
- Uczeń, który w wyniku klasyfikacji rocznej (śródrocznej) uzyskał ocenę niedostateczną może zdawać egzamin poprawkowy, który składa się z części praktycznej i ustnej lub pisemnej. Część praktyczna obejmuje zestaw ćwiczeń sprawnościowych, natomiast część pisemna lub ustna obejmuje wiadomości z danych dyscyplin sportowych.
- Uczeń nie ćwiczący ma obowiązek pomagać nauczycielowi podczas lekcji wychowania fizycznego.
- Strój sportowy obowiązujący na lekcjach wychowania fizycznego powinien być zmienny, czysty i schludny. Koszulka zakrywająca ramiona i brzuch z dekoltem co najwyżej 10 cm od szyi, spodenki sportowe co najmniej do pół uda, spodnie sportowe bawełniane, umożliwiające swobodny ruch (legginsy, dresy), obuwie sportowe zmienne na miękkiej podeszwie (trampki, adidas)
- Obowiązuje wszystkich uczniów zakaz wnoszenia i używania telefonów komórkowych oraz noszenia przez ćwiczących biżuterii, tj kolczyków, łańcuszków, pierścionków, bransoletek, zegarków, itp. (wszystkie rzeczy pozostawione są w kantorku wf. na czas lekcji)
- Uczniowie posiadający opinię (orzeczenie) poradni psychologicznej są oceniani według tych samych zasad, ale otrzymują zadania o mniejszym stopniu trudności. Dostosowania te są uzależnione od orzeczenia przedstawionego przez ucznia.

- Wszystkie nie wymienione wyżej kwestie reguluje Wewnętrzny System Oceniania

VI. FORMY I METODY KONTROLI

- Obserwacja ucznia w trakcie zajęć - premiowanie aktywności, zaangażowania i zdolności organizacyjnych poprzez stosowanie „+” lub za brak „-”
- Zadania kontrolno-oceniające dla poszczególnych poziomów nauczania, pozwalające określić stopień opanowania umiejętności ruchowych
- Testy i sprawdziany pozwalające ustalić poziom sprawności dwa razy w roku (biorąc pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia)
- Testy i wypowiedzi ustne w obszarze kontroli wiadomości (w zależności od potrzeb)
- Samoocena w zależności od potrzeb.
- Ćwiczenia są dostosowywane do możliwości zdrowotnych ucznia i zaleceń lekarza.

	IMIE I NAZWISKO	PODPIS
OPRACOWAŁ	mgr Iwona Anna Chmielewska mgr Marlena Romaniuk mgr Wojciech Siewaszewicz mgr Piotr Kowalkowski	
ZATWIERDZIŁ	mgr Janusz Kitajgrodzki	

Bydgoszcz, wrzesień 2019 r.