

PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Ocena z wychowania fizycznego, to oprócz wysiłku wkładanego przez ucznia w wykonywanie ćwiczeń również jego systematyczny udział w zajęciach lekcyjnych oraz aktywność w działaniach szkoły na rzecz kultury fizycznej.

Cele wychowania fizycznego zawarte w Przedmiotowym Systemie Oceniania –(PSO) - to:

CEL GŁÓWNY:

- wszechstronny rozwój fizyczny

CELE SZCZEGÓŁOWE:

- wszechstronny rozwój sprawności kondycyjno - koordynacyjnej
- osiągnięcie poziomu wiedzy i umiejętności umożliwiających dbanie o zdrowie,
- harmonijny rozwój morfo-funkcjonalny organizmu ucznia przez odpowiedni dobór środków stymulujących i korygujących rozwój i funkcjonowanie układu ruchowego sercowo - naczyniowego, oddechowego i nerwowego,
- opanowanie wiadomości i umiejętności umożliwiających samokontrolę, samoocenę, podejmowanie działań na rzecz samodoskonalenia się,
- wyposażenie uczniów w zasób umiejętności ruchowych umożliwiających uczestnictwo w różnych formach aktywności ruchowej, rekreacyjnej i sportowej,
- wyposażenie uczniów w wiadomości dotyczące bezpiecznej organizacji zajęć ruchowych latem i zimą w różnych warunkach, indywidualnie i w grupie rówieśniczej,
- kształtowanie postaw osobowościowych.

CELE OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO:

- diagnoza rozwoju fizycznego ucznia - określenie indywidualnych potrzeb i trudności każdego ucznia,

- wdrażanie do samokontroli i samooceny,
- wspieranie - wspomaganie harmonijnego rozwoju psychofizycznego ucznia,
- rozwijanie poczucia odpowiedzialności za zdrowie własne i innych,
- bieżące informowanie uczniów i rodziców o aktywności, postępach, trudnościach i specjalnych uzdolnieniach,
- ewaluacja wybranego programu.

OBSZAR AKTYWNOŚCI UCZNIĄ PODLEGAJĄCY OCENIE

• POSTAWA:

- udział w zajęciach lekcyjnych i pozalekcyjnych (zaangażowanie, strój, wysiłek wkładany w rozwój sprawności, udział w życiu sportowym szkoły, higiena osobista),
- reprezentowanie szkoły na zawodach sportowych,
- prozdrowotny styl życia.

• UMIEJĘTNOŚCI:

- Ruchowe
stopień opanowania umiejętności ruchowych (co potrafię, jak wykonuję) z zakresu wymagań programowych,
- Organizacyjne
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,
- samosterowania rozwojem,
- przepisów i terminologii poszczególnych dyscyplin sportu,
- psychofizycznej adaptacji organizmu do wysiłku,
- ochrony zdrowia,

FORMY I METODY KONTROLI :

- obserwacja ucznia w trakcie zajęć (premiowanie aktywności),

- zadania kontrolno - oceniające dla poszczególnych poziomów nauczania pozwalające określić stopień opanowania umiejętności ruchowych,
- testy standardowe pozwalające ustalić rozwój sprawności (biorąc pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia),
 - testy i wypowiedzi ustne w obszarze kontroli wiadomości (w zależności od potrzeb),
- systematyczny i aktywny udział w lekcji wychowania fizycznego

PODSTAWOWE CELE OCENIANIA:

- Poinformowanie ucznia o poziomie jego osiągnięć edukacyjnych i postępach w tym zakresie
- umożliwia uczniowi planowanie własnego rozwoju przez poznanie własnej sprawności i umiejętności
- Motywowanie ucznia do dalszej pracy, wysiłku i samodoskonalenia
- dostarczenie uczniowi i rodzicom informacji o postępach, trudnościach i specjalnych uzdolnieniach ucznia.

Ocena ma charakter wspierający i podkreśla to co uczeń już opanował i osiągnął. Głównym zadaniem oceny jest pokazanie postępów, poznanie własnej sprawności, a także mobilizacja do podjęcia wysiłku na drodze samodoskonalenia.

Na ocenę okresową z WF brane są pod uwagę następujące składniki:

1. postawa na lekcjach
 - a) przygotowanie do lekcji (strój, obuwie, higiena)
 - b) uczestniczenie w lekcji (zaangażowanie do ćwiczeń)
 - c) stosunek do przedmiotu nauczyciela oraz współwiczących

Uczeń otrzymuje ocenę cząstkową na koniec każdego miesiąca za swoją postawę, wkład pracy, zaangażowanie. Jest to ważna ocena brana w głównej mierze do oceny śródrocznej czy końcoworocznej.

2. Uzyskane wyniki w testach sprawności i umiejętności (gry zespołowe, gimnastyka, lekka atletyka, gry rekreacyjne, tańce)

Uczeń uzyskuje oceny przez cały semestr za poprawność wykonania elementów technicznych z określonych dyscyplin (gry zespołowe, gimnastyka, LA, tańce) oraz za sprawność motoryczną.

Jeśli uczeń nie mógł uczestniczyć w teście sprawdzającym (brak stroju, złe samopoczucie, nieobecność) ma obowiązek zaliczyć go w terminie dwóch tygodni od momentu pełnej dyspozycji

3. Systematyczny udział w lekcji wychowania fizycznego (ilość zgłaszanych niedyspozycji, ilość nieobecności i zwolnień od rodziców)
4. Udział w zawodach sportowych na szczeblu powiatu i rejonu oraz uzyskanie wysokich lokat.

SZCZEGÓŁOWE KRYTERIA I WYMAGANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Na ocenę ucznia z WF składają się oceny częściowe uzyskane w następujących działach:

- 1. AKTYWNOŚĆ NA LEKCJACH (PRZYGOTOWANIE ,SPOSÓB UCZESTNICZENIA W LEKCJI-WYSIŁEK WKŁADANY NA LEKCJI), WIADOMOŚCI.**
- 2. UCZESTNICTWO W TESTACH DIAGNOZUJĄCYCH POZIOM SPRAWNOŚCI I UMIEJĘTNOŚCI**
- 3.SYSTEMATYCZNOŚĆ UDZIAŁU W ZAJĘCIACH**
- 4. UDZIAŁ W ZAWODACH SPORTOWYCH ORAZ SPORTOWA DZIAŁALNOŚĆ POZALEKCYJNA**

OCENA CELUJĄCA

1. bierze aktywny i systematyczny udział w lekcji WF a jego stosunek do przedmiotu nie budzi zastrzeżeń - oceny celujące
2. jest zawsze przygotowany do zajęć wychowania fizycznego
3. aktywnie uczestniczy w życiu sportowym na terenie szkoły
4. reprezentuje szkołę w zawodach sportowych osiągając wysokie lokaty
5. spełnia kryteria na ocenę bardzo dobrą.
6. wykazuje wysoki poziom z zadań dotyczących uczestnictwa i zaangażowania w lekcji WF otrzymując stopnie celujące

OCENA BARDZO DOBRA

1. osiągnął sprawność fizyczną określoną programem nauczania, jego wyniki w testach sprawności i umiejętności są bardzo dobre lub dobre.
2. bierze aktywny i systematyczny udział w lekcjach WF a jego stosunek do przedmiotu nie budzi zastrzeżeń – oceny bardzo dobre
3. przystąpił do wszystkich sprawdzianów kontrolno - oceniających przewidzianych w danym semestrze
4. Jest sprawny fizycznie ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką.
5. wykazał się znajomością przepisów, wszystkich dyscyplin sportowych poznanych na lekcjach

OCENA DOBRA

1. uczeń opanował materiał programowy, lecz posiada niewielkie braki w umiejętnościach (ćwiczenia wykonuje prawidłowo lecz z małymi błędami technicznymi, jego wyniki w testach sprawności i umiejętności są dobre)
2. bierze aktywny i systematyczny udział w lekcjach WF uzyskując wysokie oceny.
3. uczeń zaliczył prawie wszystkie sprawdziany umiejętności i motoryczności (możliwy brak jednego zaliczenia)
4. wykazał się znajomością przepisów, niektórych dyscyplin sportowych poznanych na lekcjach
5. wykazuje stałe i dość dobre postępy w swojej sprawności fizycznej

OCENA DOSTATECZNA

1. uczeń opanował materiał programowy na przeciętnym poziomie ze znacznymi lukami (ćwiczenia wykonuje niepewnie z dużymi błędami technicznymi)
2. dysponuje przeciętną sprawnością fizyczną
3. nie ćwiczył z własnej winy nie więcej niż osiem razy
4. zaliczył trzy sprawdziany umiejętności i motoryczności
5. wykazał mały postęp w sprawności fizycznej, a jego wiadomości z zakresu przedmiotu są niewielkie

OCENA DOPUSZCZAJĄCA

1. uczeń nie opanował programu w stopniu dostatecznym, jest mało sprawny fizycznie
2. ma niechętny i lekceważący stosunek do ćwiczeń, nie wykazuje zainteresowania przedmiotem
3. nie jest pilny ani systematyczny

4. zaliczył tylko dwa sprawdziany w semestrze
5. często nie ćwiczy z własnej winy
6. posiada bardzo małe wiadomości z zakresu kultury fizycznej a jego postęp jest niewielki

OCENA NIEDOSTATECZNA

1. jego postawa, zaangażowanie i stosunek do zajęć budzą duże zastrzeżenia – uzyskując częściowe oceny niedostateczne
2. ma lekceważący i negatywny stosunek do przedmiotu
3. Nie przystępuje do zadań kontrolno - oceniających
4. nie ćwiczył z własnej winy powyżej 50% zajęć.