

# **Przedmiotowe Zasady Oceniania z Wychowania Fizycznego I LO w Dąbrowie Tarnowskiej.**

## **I. PODSTAWA PRAWNA**

Przedmiotowe zasady oceniania opracowano na podstawie:

- Rozporządzenia w sprawie szczegółowych warunków i sposobu oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów - &11 - „**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**”
- Realizowanego w szkole programu nauczania
- Wewnątrzszkolnego Systemu Oceniania
- Statutu I Liceum Ogólnokształcącego im. T. Kościuszki w Dąbrowie Tarnowskiej
- Podstawy programowej przedmiotu - wychowanie fizyczne

## **II. OGÓLNE ZASADY OCENIANIA UCZNIÓW**

1. Cele przedmiotowego systemu oceniania

### **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,
- Niesienie pomocy uczniowi w samodzielnym planowaniu swego rozwoju.
- Motywowanie ucznia do dalszej pracy.
- Dostarczenie rodzicom i nauczycielom informacji o postępach, trudnościach, specjalnych uzdolnieniach ucznia.
- ewaluacja wybranego programu.

### **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.

2. Oceny są jawne dla ucznia i jego rodziców/opiekunów prawnych.

3. Na wniosek ucznia lub jego rodziców/opiekunów prawnych nauczyciel uzasadnia ustaloną ocenę w sposób określony w statucie szkoły.

4. Prowadzenie zeszytu **nie jest** obowiązkowe..

### III. OBSZAR AKTYWNOŚCI UCZNIA PODLEGAJĄCE OCENIE

#### 1. 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.

#### 2. UMIEJĘTNOŚCI:

- Ruchowe jako stopień opanowania umiejętności ruchowych - co potrafię, jak wykonuję poszczególne elementy z zakresu wymagań programowych, oraz sprawność motoryczna np. (szybkość, wytrzymałość, siła, gibkość)
- Organizacyjne – pomoc w organizacji imprez o charakterze sportowo- rekreacyjnym.

#### 3. 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,

### IV. 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) – w głównej mierze przy nauczaniu zdalnym,
- systematyczny i aktywny udział w lekcji wychowania fizycznego.

## PODSTAWOWE CELE KONTROLI

- Poinformowanie ucznia o poziomie jego osiągnięć edukacyjnych i postępach w tym zakresie
- umożliwić 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.

### Ocenie podlega

#### 1. POSTAWA NA LEKCJACH

- Przygotowanie do lekcji (strój, obuwie, higiena) – każde nieprzygotowanie się ucznia do lekcji nauczyciel odnotowuje w dzienniku lekcyjnym znakiem „bs” (brak stroju)
- Dopuszcza się w sytuacjach wyjątkowych u dziewcząt zgłoszenie niedyspozycji jeden raz w miesiącu bez odnotowania tego w dzienniku jako brak stroju. Nauczyciel odnotowuje ten fakt w swoim prywatnym zaszycie.
- Uczestniczenie w lekcji (zaangażowanie do ćwiczeń)
- stosunek do przedmiotu nauczyciela oraz współuczniów
- Systematyczny udział w lekcji wychowania fizycznego (ilość zgłaszanych niedyspozycji, ilość nieobecności i zwolnień od rodziców)
- Uczeń otrzymuje ocenę cząstkową w każdym półroczu min 2 oceny za swoją postawę, wkład pracy, zaangażowanie oraz udział w lekcji. Jest to ważna ocena brana w głównej mierze do oceny śródrocznej czy końcoworocznej.

#### 2. UZYSKANE WYNIKI W TESTACH SPRAWNOŚCI I UMIEJĘTNOŚCI

- 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. Uczeń zgłasza nauczycielowi swoją gotowość i uzgadnia z nim najbliższy termin. Jeśli tego nie uczyni w miejscu przeznaczonym na daną formę kontroli nauczyciel wpisuje 0 (zero – znak informacyjny dla ucznia i rodzica o niepodjęciu wyzwania ruchowego). Dla uczniów mających zwolnienie lekarskie z danych ćwiczeń ruchowych nauczyciel na prośbę ucznia decyduje o innej formie pozwalającej uczniowi uzyskać ocenę z tego sprawdzianu ruchowego. Po upływie dwóch tygodni po zaliczeniu sprawdzianu informacja 0 jest zastąpiona właściwą oceną w odpowiedniej rubryce.

#### 3. WIADOMOŚCI - dopuszcza się wypowiedzi ustne, prezentacje lub sprawdziany pisemne z zakresu wiedzy z edukacji zdrowotnej.

#### 4. UDZIAŁ W ZAWODACH SPORTOWYCH NA SZCZEBLU POWIATU I REJONU ORAZ UZYSKANIE WYSOKICH LOKAT.

- Uczeń otrzymuje ocenę celującą za udział i osiągnięty wynik w zawodach sportowych.

## **V. SPOSOBY INFORMOWANIA UCZNIĄ I RODZICA O OCENIE**

Uczeń oraz rodzic informowany jest o uzyskanych postępach swojej sprawności zgodnie z zapisami w statucie szkoły.

## **VI. WARUNKI UZYSKANIA OCENY WYŻSZEJ NIŻ PRZEWIDYWANA** – zgodnie ze statutem szkoły.

**VII. OCENIANIE UCZNIÓW ZE SPECJALNYMI POTRZEBAMI EDUKACYJNYMI** – nauczyciel bierze pod uwagę predyspozycje i możliwości psychoruchowe ucznia oraz dostosowuje do nich zadania podlegające ocenie.

## **VIII. SZCZEGÓŁOWE KRYTERIA I WYMAGANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**

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

- 1. AKTYWNOŚĆ NA LEKCJACH ( PRZYGOTOWANIE ,SPOSÓB UCZESTNICZENIA W LEKCJI-WYSIŁEK WKŁADANY NA LEKCJI), SYSTEMATYCZNOŚĆ UDZIAŁU W ZAJĘCIACH.**
- 2. UCZESTNICTWO W TESTACH DIAGNOZUJĄCYCH POZIOM SPRAWNOŚCI I UMIEJĘTNOŚCI**
- 3. WIADOMOŚCI.**
- 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. Bywa często nieprzygotowany do zajęć
4. Często jest nieobecny na zajęciach
5. Wykazał mały postęp w sprawności fizycznej, a jego wiadomości z zakresu przedmiotu są niewielkie
6. Nie pracuje oraz nie uczestniczy w zajęciach na rzecz szkolnego wychowania fizycznego.

## **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. Często nie ćwiczy z własnej winy
5. Posiada bardzo małe wiadomości z zakresu kultury fizycznej a jego postęp jest niewielki

## **OCENA NIEDOSTATECZNA**

1. 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 40% zajęć.
5. Samowolnie i nagminnie opuszcza zajęcia.