

PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO W KLASACH SPORTOWYCH

I. Ogólne zasady oceniania

1. Ocena semestralna/roczna z wychowania fizycznego będzie wypadkową ocen końcowych z poszczególnych obszarów oceniania z zajęć lekcyjnych.
2. Wszystkie obszary oceniania eksponują wysiłek ucznia oraz uwzględniają zdefiniowane w podstawie programowej umiejętności i wiadomości.
3. Przy ocenianiu ucznia z wychowania fizycznego na pierwszym miejscu brany jest pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w zajęcia, aktywność w działaniach podejmowanych na rzecz rozwijania sportu szkolnego, oceny ze sprawdzianów ruchowych oraz systematyczny udział we wszystkich zajęciach.
4. Uczeń ma prawo do poprawy oceny ze sprawdzianu w terminie nie dłuższym niż dwa tygodnie od momentu powrotu do szkoły, w przypadku nie dopełnienia obowiązku poprawy oceny zostaje wystawiona ocena 1 (niedostateczna), która będzie brana pod uwagę przy ustalaniu oceny śródrocznej i rocznej.
5. Uczeń jest informowany o uzyskaniu danej oceny na bieżąco, w razie wątpliwości może zgłosić się do nauczyciela prowadzącego w celu uzyskania pełnej informacji.
6. W ustalonych przypadkach uczeń może być zwolniony z określonych ćwiczeń na zajęciach wychowania fizycznego. Decyzję podejmuje Dyrektor szkoły na podstawie wydanej opinii przez lekarza specjalistę o ograniczonych możliwościach wykonywania przez ucznia tych ćwiczeń na określony czas podany w tej opinii lekarskiej.
7. W uzasadnionych przypadkach dyrektor szkoły może zwolnić ucznia z realizacji zajęć z wychowania fizycznego na podstawie opinii wydanej przez lekarza o braku możliwości uczestniczenia ucznia w tych zajęciach na czas określony w tej opinii.
8. Nauczyciel może oceniać uczniów po każdych zajęciach, stawiając im plusy lub ocenę bardzo dobrą za zaangażowanie na lekcji lub minusy za jego brak:

3 plusy – ocena bardzo dobra;
3 minusy – ocena niedostateczna
9. Uczeń bez ważnych badań sportowych może być zgodnie z regulaminem danych zawodów wykluczony z uczestnictwa

II. Szczegółowe kryteria oceniania ucznia

Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego należy brać pod uwagę:

1. Wyniki sprawdzianów,
2. Zaangażowanie na lekcji – (trzy plusy – ocena bardzo dobra, trzy minusy – ocena niedostateczna)

3. Postawa na lekcji

4. Zawody sportowe – dzielnicowe, WOM

1) Sprawność motoryczna, umiejętności ruchowe i wiadomości

1. Poziom sprawności motorycznej (siła, szybkość, zwinność, wytrzymałość) określamy na podstawie wyników uzyskanych w wybranych testach. Uzyskany wynik przekłada się na określoną ocenę.
2. Ocenę sprawności motorycznej nauczyciel przeprowadza bez wcześniejszej zapowiedzi.
3. W drugim okresie nauki brany jest pod uwagę stan oraz postęp w zakresie sprawności motorycznej ucznia w stosunku do stanu wyjściowego uzyskanego w pierwszym okresie.
4. Forma sprawdzianu - działania praktyczne właściwe dla danej dyscypliny sportowej (wykonanie określonego ćwiczenia, elementu technicznego)
5. Poziom umiejętności ruchowych ucznia oceniamy z tych działów, które były przedmiotem nauczania w danym semestrze (np. gimnastyka, gry zespołowe, lekka atletyka, pływanie).
6. Ocena sprawdzania umiejętności ruchowych: zgodnie z kryteriami oceniania dla danej klasy.
7. Forma sprawdzianu poziomu wiadomości - jest dowolna - ustna lub pisemna.

2) Przygotowanie do zajęć

1. Przez przygotowanie do zajęć lekcji wychowania fizycznego rozumie się posiadanie przez ucznia odpowiedniego stroju sportowego. Należy zwrócić szczególną uwagę na higienę i właściwe przeznaczenie stroju (tylko do ćwiczeń fizycznych) – koszulka z krótkim rękawem, spodenki krótkie lub długie, skarpetki, obuwie sportowe zmienne.
2. Nieprzygotowanie do zajęć uczeń ma prawo zgłosić raz w semestrze. Każde następne jest równoważne z oceną niedostateczną
3. Uczniowie zgłaszają nauczycielowi swoje nieprzygotowanie do zajęć przed lekcją.
4. W okresie jesienno – zimowym i zimowo – wiosennym uczeń zobowiązany jest do posiadania dresu sportowego lub cieplejszej odzieży, czapki i rękawiczek (w zależności od temperatury zewnętrznej) na zajęciach w terenie.

3) Postawa ucznia i stosunek do wychowania fizycznego

1. Przez postawę ucznia rozumie się:

- a. zaangażowanie w zajęcia i współuczestnictwo w ich organizacji,
- b. inwencję twórczą,

- c. postawę społeczną ucznia (stosunek do kolegów i koleżanek),
- d. kulturę osobistą,
- e. systematyczne usprawnianie (dążenie do poprawy swojej sprawności),
- f. sumienne i staranne wywiązywanie się z obowiązków,
- g. dyscyplinę podczas zajęć,
- h. przestrzeganie zasad bezpieczeństwa podczas lekcji,
- i. przestrzeganie regulaminu korzystania z obiektów sportowych,
- j. dbanie o higienę osobistą (dezynfekcja rąk, w miarę możliwości zachowanie dystansu społecznego).
- k. postawę "Fair play" podczas lekcji,
- l. współpracę z grupą.

4) Zaangażowanie w rozpowszechnianiu kultury fizycznej

Forma zaangażowania ucznia na rzecz kultury fizycznej i sportu może być różna (np. wykonanie prostych przyborów do ćwiczeń, redagowanie gazetki, pomoc w organizacji imprez sportowych, przygotowanie referatu itp.) - w zależności od inwencji twórczej uczniów.

5) Udział w zajęciach pozalekcyjnych, zawodach sportowych

1. Za reprezentowanie szkoły w zawodach, udział w zajęciach pozalekcyjnych w ramach UKS, udział w szkolnych rozgrywkach uczeń może otrzymać częściową ocenę bardzo dobrą lub celującą.

2. Gdy uczeń spełnia wszystkie wymagania na daną ocenę, nauczyciel może podnieść ocenę śródroczną lub roczną o pół lub cały stopień za szczególne osiągnięcia sportowe wykraczające poza podstawę programową

Pół stopnia – ranga mazowiecka i niżej

Cały stopień – ranga ogólnopolska i wyżej

6) Kryteria oceniania poszczególnych form aktywności podczas zajęć na basenie

Ocenie podlega:

1. Postawa na lekcji pływania:
 - a) Zdyscyplinowanie przed, po i w trakcie zajęć
 - b) Stosunek do współwiczających, nauczyciela, ratownika
 - c) Zaangażowanie i sumienne wykonywanie poleceń na lekcji
2. Przygotowanie do zajęć - Uczeń ma obowiązek posiadać strój do pływania (strój kąpielowy/kąpielówki, czepek, klapki, ręcznik)

3. Rozwój umiejętności pływackich

Nauczyciel zwraca uwagę na Indywidualny postęp w wykonywaniu danego elementu na poszczególnych poziomach zaawansowania oraz predyspozycje i wkład pracy własnej w osiągnięciu progresu

4. Wiadomości z zakresu zasad bezpieczeństwa dotyczących przebywania na pływalni i kąpieliskach otwartych. Nauczyciel ocenia:

- a) Znajomość i przestrzeganie zasad bezpiecznej kąpieli i korzystania z pływalni
- b) Znajomość tematyki udzielania pierwszej pomocy tonącemu oraz podstawowych

przyczyn utonięć

Uczeń na koniec każdego okresu otrzymuje dwie oceny częściowe, pierwszą za aktywność i przygotowanie do zajęć i drugą za postępy mierzone sprawdzianami dla poszczególnych grup zaawansowania oraz wiadomości teoretyczne z zakresu bezpieczeństwa i podstaw ratownictwa wodnego. Brak realizacji zajęć na pływalni bez uzasadnienia skutkuje obniżeniem oceny z wychowania fizycznego

7) Skala ocen:

OCENA CELUJĄCA – 6

- a) Uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą,
- b) Aktywnie uczestniczy w życiu sportowym na terenie szkoły bądź też w innych formach działalności związanych z kulturą fizyczną. Prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia,
- c) Zajmuje punktowe miejsca w zawodach sportowych, reprezentuje szkołę w zawodach,
- d) Wykazuje się szczególnym zaangażowaniem w pracy, twórczą postawą, umiejętnościami, wiadomościami wykraczającymi poza program nauczania w danej klasie.

OCENA BARDZO DOBRA – 5

- a) Uczeń całkowicie opanował materiał podstawy programowej,
- b) Prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia,
- c) Ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie,
- d) Posiada duże wiadomości w zakresie kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu,
- e) Systematycznie doskonalą swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnieniu,

- f) Jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego nie budzą najmniejszych zastrzeżeń,
- g) Bierze aktywny udział w zajęciach UKS i zawodach sportowych.

OCENA DOBRA - 4

- a) Uczeń w zasadzie opanował materiał podstawy programowej,
- b) Dysponuje dobrą sprawnością motoryczną,
- c) Ćwiczenia wykonuje prawidłowo, lecz nie dość dokładnie z małymi błędami technicznymi,
- d) Posiadane wiadomości potrafi wykorzystać w praktyce przy pomocy nauczyciela,
- e) Nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnieniem, wskazuje stałe i dość dobre postępy w tym zakresie,
- f) Jego postawa społeczna i stosunek do kultury fizycznej nie budzą większych zastrzeżeń,
- g) Prowadzi higieniczny tryb życia, uczestniczy w zajęciach pozaszkolnych w charakterze sportowo-rekreacyjnym.

OCENA DOSTATECZNA – 3

- a) Uczeń opanował materiał podstawy programowej na przeciętnym poziomie ze znacznymi lukami,
- b) Dysponuje przeciętną sprawnością fizyczną. Ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie z większymi błędami technicznymi,
- c) Wykazuje małe postępy w usprawnieniu motorycznym,
- d) W jego wiadomościach z zakresu kultury fizycznej są znaczne luki i nie potrafi ich wykorzystać w praktyce,
- e) Wykazuje małe postępy w usprawnianiu,
- f) Przejawia pewne braki w zakresie wychowania społecznego, w postawie i stosunku do kultury fizycznej.

OCENA DOPUSZCZAJĄCA – 2

- a) Uczeń nie opanował materiału podstawy programowej w stopniu dostatecznym i ma pewne luki,
- b) Jest mało sprawny fizycznie,
- c) Ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi,
- d) Posiada małe wiadomości z zakresu kultury fizycznej, nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną,
- e) Nie jest pilny i wykazuje bardzo małe postępy w usprawnieniu,

- f) Na zajęciach wychowania fizycznego przejawia poważne braki w zakresie wychowania społecznego, jest niechętny do ćwiczeń.

OCENA NIEDOSTATECZNA – 1

- a) Uczeń jest daleki od spełnienia wymagań stawianych przez program podstawy programowej,
- b) Posiada bardzo niską sprawność motoryczną,
- c) Wykonuje jedynie najprostsze ćwiczenia i w dodatku z rażącymi błędami,
- d) Charakteryzuje się niewiedzą w zakresie kultury fizycznej,
- e) Ma lekceważący stosunek do zajęć i nie wykazuje żadnych postępów w usprawnieniu,
- f) Na zajęciach wychowania fizycznego wykazuje duże i rażące braki w zakresie wychowania społecznego.