

## **PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO DOSTOSOWANY DO PROGRAMU :**

**„Magia zdrowia” dla III etapu edukacyjnego, 4 -letnie liceum, 5-letnie technikum**

**Autor: Urszula Białek, Jolanta Wolfart-Piech**

### **1. PODSTAWY PRAWNE:**

- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 3 sierpnia 2017 r. w sprawie oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz podstawy programowej kształcenia ogólnego dla szkoły podstawowej, w tym dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym lub znacznym, kształcenia ogólnego dla branżowej szkoły I stopnia, kształcenia ogólnego dla szkoły specjalnej przysposabiającej do pracy oraz kształcenia ogólnego dla szkoły policealnej
- Statut Zespołu Szkół Teleinformatycznych i Elektronicznych we Wrocławiu
- Wewnątrzszkolny System Ocena w ZSTiE we Wrocławiu
- 

### **2. CELE KONTROLI I OCENY**

Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego, techniki, sztuki - jeżeli nie są one zajęciami kierunkowymi - należy w szczególności brać pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć.

1. Poinformowanie ucznia o poziomie jego osiągnięć edukacyjnych i postępach w tym zakresie
2. Pomoc uczniowi w samodzielnym rozwoju poprzez poznanie własnej sprawności i umiejętności
3. Motywowanie ucznia do dalszej pracy, wysiłku, samodoskonalenia się
4. Dostarczanie rodzicom i nauczycielom rzetelnej i szczegółowej informacji o postępach, trudnościach i specjalnych uzdolnieniach ucznia
5. Umożliwienie nauczycielowi kontroli rozwoju ucznia, doskonalenie organizacji i metod pracy dydaktyczno - wychowawczej

### **3. PRZEDMIOT KONTROLI I OCENY Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**

1. Systematyczność udziału ucznia w zajęciach oraz aktywność ucznia w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej

2. Wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć.

3. Postawa ucznia na zajęciach wychowania fizycznego (właściwe zachowanie na zajęciach, przestrzeganie regulaminów hali sportowej, kultura osobista, dyscyplina, obowiązkowość, odpowiedni strój sportowy, przestrzeganie higieny osobistej)

4. Podejmowanie samodzielnej aktywności ruchowej w czasie wolnym, szczególnie uprawianie dowolnej dyscypliny sportu

5. Umiejętności ruchowe oceniane na podstawie przeprowadzonych sprawdzianów zgodnie z wymaganiami programowymi z zakresu indywidualnych i zespołowych form aktywności ruchowej

6. Poziom sprawności fizycznej, mierzona na początku i na końcu każdego semestru w celu samokontroli i samooceny, za pomocą np. Indeksu Sprawności Fizycznej K. Zuchory

5. Wiadomości z zakresu :

- dbałości o własne zdrowie i higienę osobistą
- indywidualnych i zespołowych form aktywności ruchowej

5. Frekwencja na zajęciach wychowania fizycznego

Uczeń jest systematycznie oceniany za aktywne uczestnictwo na lekcji np. raz w miesiącu lub na koniec semestru.

### **4. KRYTERIA OCENY SEMESTRALNEJ I ROCZNEJ**

**OCENE CELUJĄCA** – otrzymuje uczeń, który wykazuje się szczególnym zaangażowaniem się w pracy, twórczą postawą, umiejętnościami i wiadomościami wykraczającymi poza program nauczania w danej klasie. Jest wzorem do naśladowania na zajęciach w szkole i w środowisku. Prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia, uczestniczy w zajęciach sportowo – rekreacyjnych, bierze udział w zawodach i olimpiadach, reprezentując szkołę lub zajmuje udokumentowane, punktowane miejsca w zawodach ogólnopolskich, wojewódzkich, posiada klasę sportową.

Uczeń opanował materiał programowy na ocenę bardzo dobrą

**OCENE BARDZO DOBRA** – otrzymuje uczeń, który prowadzi higieniczny i sportowy tryb życia, systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i osiąga duże postępy w osobistym usprawnianiu. Całkowicie opanował materiał programowy. W miarę możliwości czynnie uczestniczy

w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych o charakterze sportowo – rekreacyjnym. Bardzo starannie i sumiennie wykonuje zadania, wykazuje duże zaangażowanie na lekcji oraz jest dobrze przygotowany do zajęć. Jego postawa społeczna i stosunek do wychowania fizycznego nie budzi zastrzeżeń. Uczeń uzyskuje wysokie oceny ze sprawdzianów z umiejętności i postępy w usprawnianiu się (testy motoryczne).

**OCENĘ DOBRĄ** – otrzymuje uczeń, który aktywnie uczestniczy w zajęciach, bez zarzutów wywiązuje się z obowiązków, osiąga postęp w opanowaniu umiejętności i wiadomości. Posiadane wiadomości potrafi wykorzystać w praktyce przy pomocy nauczyciela. Jego postawa społeczna i stosunek do kultury fizycznej nie budzi większych zastrzeżeń. Prowadzi higieniczny tryb życia, w miarę możliwości uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych o charakterze sportowo – rekreacyjnym.

Uczeń uzyskuje średnie oceny ze sprawdzianów z umiejętności .

**OCENĘ DOSTATECZNĄ** – otrzymuje uczeń, który wywiązuje się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć, osiąga przynajmniej minimalny postęp w opanowaniu wiadomości i umiejętności. Wykazuje małe postępy w usprawnieniu. Przejawia pewne braki w zakresie wychowania społecznego, w postawie i stosunku do wychowania fizycznego. Wykazuje się słabą frekwencją. Uczeń uzyskuje bardzo zróżnicowane oceny ze sprawdzianów z umiejętności .

**OCENĘ DOPUSZCZAJĄCĄ** – otrzymuje uczeń, który uczestniczy w zajęciach i wywiązuje się z powierzonych obowiązków. Posiada mało wiadomości z zakresu kultury fizycznej, nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną, wykazuje brak nawyków higienicznych. Na zajęciach wychowania fizycznego przejawia poważne braki w zakresie wychowania społecznego, ma niechętny stosunek do ćwiczeń. Unika lekcji wychowania fizycznego, wykazuje się słabą frekwencją na lekcjach w-f .

Uczeń otrzymuje niskie oceny ze sprawdzianów i w wielu nie bierze udziału.

**OCENĘ NIEDOSTATECZNĄ** – otrzymuje uczeń, który wykazuje szczególnie lekceważący stosunek do obowiązków wynikających ze specyfiki przedmiotu. Nie bierze czynnego udziału w lekcji, swoim zachowaniem dezorganizuje pracę, stwarzając niebezpieczeństwo dla siebie i innych, jest notorycznie nieprzygotowany do zajęć. Unika lekcji wychowania fizycznego (nieobecności nieusprawiedliwione tylko na lekcji w-f ).Prowadzi niehigieniczny i niesportowy tryb życia. Wykazuje się bardzo niską frekwencją na lekcjach ( min. 50 % )

Uczeń nie zaliczył sprawdzianów.

## **5. ZASADY WYSTAWIANIA OCEN I SPOSÓB INFORMOWANIA O OCENACH**

- ocenę okresową wystawia się przynajmniej z pięciu ocen cząstkowych
- uczniowie przez cały semestr pracują na ocenę końcową, dlatego też nie ma możliwości ogólnej poprawy oceny pod koniec semestru, istnieją jednak szczególne sytuacje, np. dłuższa nieobecność spowodowana chorobą, w których nauczyciel może odstąpić od tej zasady.
- dwa razy w semestrze można zgłosić nieprzygotowanie się do zajęć , nie zwalnia to jednak ucznia z obecności na lekcji, uczeń pozostaje do dyspozycji nauczyciela .
- uczeń ,który zgłosi trzecie nieprzygotowanie w semestrze bez podania przyczyn ,otrzymuje ocenę niedostateczną, każde kolejne,to kolejna ocena niedostateczna .
- uczniowie ,którzy podejmują dodatkową aktywność ruchową systematycznie w czasie wolnym (trenują w klubach, stowarzyszeniach sportowych) lub podejmują działania w dziedzinie kultury fizycznej(np. zdobywają uprawnienia sędziowskie i wykorzystują je w praktyce, działają jako wolontariusze sportowi) mogą mieć podwyższoną ocenę końcową w zależności od zaangażowania.
- uczeń ma możliwość poprawienia oceny końcowej po spełnieniu następujących warunków: systematycznie uczestniczył w zajęciach wychowania fizycznego , nie zgłosił więcej niż dwa nieprzygotowania do zajęć w semestrze.  
Dla ucznia , który zgłosi chęć poprawienia oceny końcowej przygotowany zostanie test zgodny z wymaganiami programowymi z zakresu indywidualnych i zespołowych form aktywności oceniający umiędności ruchowe
- uczeń musi zgłosić chęć poprawienia oceny końcowej w formie pisemnej nauczycielowi prowadzącemu zajęcia najpóźniej do tygodnia czasu od terminu wystawienia proponowanej oceny semestralnej lub końcowej
- dla uczniów z Poradni Pedagogiczno- Psychologicznej nauczyciel stosuje indywidualne wymagania edukacyjne, w zależności od zaleceń poradni
- uczeń nieobecny podczas sprawdzania umiejętności i wiadomości z przyczyn usprawiedliwionych musi zaliczyć sprawdzian przed wystawieniem ocen semestralnych lub rocznych. ( gdy nie zaliczy otrzymuje ocenę niedostateczną)
- uczeń nieobecny podczas sprawdzianu umiejętności i wiadomości z przyczyn nieusprawiedliwionych otrzymuje ocenę niedostateczną
- w przypadku opuszczenia przez ucznia więcej niż 50 % lekcji wych. fizycznego w semestrze ( dotyczy także nieobecności usprawiedliwionych) nauczyciel może nie klasyfikować ucznia. miesiąc przed klasyfikacją nauczyciel informuje o przewidywanych ocenach
- uczeń ubiegający się o zwolnienie z w-f na cały semestr lub rok szkolny zobowiązany jest do poinformowania o tym fakcie wychowawcę i nauczyciela w-f w ciągu dwóch pierwszych tygodni semestru.( Podanie do Dyrektora Zespołu Szkół wraz zaświadczeniem lekarskim)
- - uczeń ma możliwość zwolnienia z wykonywania określonych ćwiczeń fizycznych na zajęciach wychowania fizycznego Podstawą do tego zwolnienia będzie **opinia lekarza o ograniczonych możliwościach wykonywania przez ucznia ćwiczeń** wskazująca, jakich ćwiczeń fizycznych – czy też – jakiego rodzaju ćwiczeń – uczeń nie może wykonywać oraz przez jaki okres. W tym przypadku uczeń uczestniczy w

zajęciach wychowania fizycznego z ograniczeniem wykonywania niektórych, wskazanych przez lekarza ćwiczeń fizycznych.

Uczeń ten jest oceniany i klasyfikowany.

- - uczeń ma możliwość całkowitego zwolnienia z realizacji zajęć wychowania fizycznego. Zwolnienia dokonuje dyrektor szkoły na podstawie opinii lekarza o braku możliwości uczestniczenia ucznia w zajęciach wychowania fizycznego, przez okres wskazany w tej opinii. W tym przypadku uczeń nie uczęszcza na zajęcia wf-u i przez okres zwolnienia nie jest z nich oceniany. Jeżeli okres zwolnienia z realizacji zajęć wychowania fizycznego uniemożliwia ustalenie śródrocznej, rocznej lub semestralnej oceny klasyfikacyjnej (w przypadku opuszczenia przez ucznia więcej niż 50 % lekcji wych.fizycznego) uczeń nie podlega klasyfikacji, natomiast w dokumentacji przebiegu nauczania wpisuje się „zwolniony” albo „zwolniona”.
- uczeń, który nagminnie unika zajęć z wychowania fizycznego(więcej niż 4 w miesiącu nieobecności nieusprawiedliwione) oraz w sytuacji ,gdy uczeń będzie miał więcej niż 4 nieprzygotowania w miesiącu, będzie musiał przygotować i przedstawić klasie referat na zadany temat z kultury fizycznej ,edukacji zdrowotnej .W przypadku nie wywiązania się z zadań będą wyciągnięte odpowiednie konsekwencje(powiadomienie wychowawcy, pedagoga, wezwanie rodziców i spotkanie z dyrekcją w celu zdiagnozowania problemu)
- sytuacje , które nie zostały omówione w powyższych punktach regulują zasady zawarte w Statucie Szkoły i WSO .

## Aneks do PSO z wychowania fizycznego w warunkach zdalnego nauczania

Zadania dla uczniów będą wysyłane zgodnie z planem w dzienniku.

Materiały nauczyciel przesyła uczniom w dniu zajęć.

Zadaniem ucznia jest zapoznanie się z przesłanym materiałem, prezentacją, filmem a następnie wykonanie zadania zgodnie z zawartymi poleceniami.

Podczas planowania lekcji i oceniania nauczyciel bierze pod uwagę trudności ucznia z dostępem do Internetu, sprzętu elektronicznego jak i oprogramowania.

Nauczyciel kontaktuje się z rodzicami /opiekunami prawnymi ucznia poprzez wiadomości w e-dzienniku.

### Aktywności do wykonania przez ucznia

-ćwiczenia zlecone, podyktowane przez nauczyciela, możliwe do wykonania w domu lub np. na osiedlowej siłowni na świeżym powietrzu w bezpiecznych warunkach.

-ćwiczenia wykonywane odtwórczo z filmików w internecie, YouToube'a oraz innych źródeł , które poświęcone są aktywności fizycznej i uprawianiu sportu w ogóle

-ruch na świeżym powietrzu(bieganie, jazda na rowerze, rolkach, hulajnodze, samodzielnie lub w towarzystwie czy pod opieką rodziców mierzony aplikacjami takimi jak krokomierz, Endomondo (zgodnie z zaleceniami Instytucji Wyższych: Sanepidu, Ministerstwa Zdrowia)

### Zasady oceniania

Dokumentowanie i monitorowanie aktywności oraz wyników ucznia:

- napisanie przez ucznia sprawozdania w przygotowanej przez nauczycieli formie ( w zależności od postawionych celów)
- wypełnianie przygotowanej przez nauczycieli tabeli 2 -tygodniowej aktywności zawierającej najważniejsze dla nas informacje (nazwę ćwiczenia, ilość odbytych jednostek w tygodniu, ilość minut, ilość powtórzeń, czas itp.)
- zrobić kilka zdjęć telefonem
- nagrać i przesłać krótki filmik
- przesłać zrzut ekranu z aplikacji np. Endomondo bądź historii wykonanych treningów

## Punktowanie i ocenianie:

Istotna dla nas będzie systematyczność. Czyli jeśli ktoś wypracuje i udokumentuje swoją aktywność na poziomie wymaganym przez program wychowania fizycznego tj. 3 x w tygodniu - może otrzymać ocenę 5 lub 6 w zależności od intensywności czy stopnia trudności zadania.

Jeżeli praca nie zostanie przez ucznia wysłana w terminie, uczeń otrzyma ocenę niedostateczną, z możliwością poprawy. Praca wykonana niesamodzielnie przez ucznia, skopiowana z Internetu lub wykonana z naruszeniem praw autorskich, będzie równoznaczna z uzyskaniem oceny niedostatecznej, bez możliwości poprawy tej oceny. Sposób ustalania oceny rocznej pozostaje bez zmian (zapis w PSO)

**OPRACOWANIE**

Zespół DS. Sportu i Rekreacji