

Przedmiotowy System Oceniania z Wychowania Fizycznego

REGULAMINOWY STRÓJ UCZNIA NA WYCHOWANIE FIZYCZNE:

1. koszulka – typu T-shirt, zmienna
2. spodenki – sportowe, zmienne
3. skarpetki – zmienne
4. obuwie – sportowe, zmienne (na salę) o niebrudzącej podeszwie
5. dres – dozwolony na powyższy strój regulaminowy

I. Cele przedmiotu:

- motywacja uczniów do aktywnego udziału w zajęciach programowych i ponadprogramowych
- diagnozowanie poziomu rozwoju psychomotorycznego ucznia
- określenie poziomu umiejętności i wiadomości ucznia
- bieżąca informacja skierowana do rodziców o osiągnięciach, sukcesach, brakach i postępach ucznia
- kształtowanie u uczniów pozytywnych postaw wobec kultury fizycznej oraz systematyczności w podejmowaniu aktywności fizycznej przez całe życie
- klasyfikacja semestralna i końcoworoczna ucznia

II. Obszary oceniania i ich częstotliwość:

1. **Postawa** (frekwencja, spóźnienia, aktywność, systematyczność) – na każdej lekcji
2. **Poziom umiejętności** – cały rok
3. **Poziom wiedzy z zakresu wychowania fizycznego** – raz w półroczu
4. **Aktywność ponadprogramowa** – cały rok
5. **Diagnoza rozwoju sprawności fizycznej ucznia** – raz w półroczu

Ad.1

Frekwencja, spóźnienia – monitorowane na każdej lekcji i oceniane raz w semestrze:

- Ocena celująca – obecność na wszystkich zajęciach
- Ocena bardzo dobra – nieusprawiedliwiona nieobecność na maksymalnie 2 zajęciach
- Ocena dobra – j/w., tylko 4 zajęcia

- Ocena dostateczna – j/w., tylko 6 zajęć
- Ocena dopuszczająca – j/w., tylko 8 zajęć
- Ocena niedostateczna – j/w., tylko 10 lub więcej zajęć

UWAGA:

- usprawiedliwiona nieobecność w szkole nie wpływa na obniżenie oceny (zgodnie z zapisem w dzienniku)
- wszelkie nieobecności należy usprawiedliwić u wychowawcy w trakcie 2 tygodni

Aktywność, systematyczność – monitorowana na każdej lekcji na podstawie przygotowania lub nieprzygotowania do lekcji (brak stroju i aktywnego uczestnictwa w ćwiczeniach):

- uczeń ma prawo dwa (2) razy w semestrze zgłosić np bez podawania przyczyny i nie ma to wpływu na ocenę śródroczną lub końcoworoczną
- każde kolejne np zgłoszone przez ucznia jest równoznaczne z otrzymaniem oceny niedostatecznej (1)
- uczeń, który nie zgłosił żadnego np w trakcie semestru otrzymuje dodatkową ocenę celującą (6) z aktywności
- brak oceny ndst (1) za nieprzygotowanie podczas całego roku szkolnego jest warunkiem otrzymania końcoworocznej oceny celującej (6)
- posiadanie zwolnienia lekarskiego usprawiedliwia brak stroju i aktywnego uczestnictwa w lekcji

Aktywność oceniana jest na bieżąco przez nauczyciela prowadzącego zajęcia:

- co 5 plusów – ocena bardzo dobra (5)
- co 5 minusów – ocena niedostateczna (1)
- bez redukcji minusów plusami

Plusy* zdobywają uczniowie przez cały semestr za wszelkie przejawy zaangażowania, w szczególności:

- za wykonywanie wszystkich zadań poleconych przez nauczyciela
- za wykonanie ćwiczeń w sposób zbliżony do swoich maksymalnych możliwości
- za poprawne rozwiązania w sytuacji zadań problemowych
- za wzorową pracę na rzecz własnego zdrowia
- za wzorowe zdyscyplinowanie

* uczeń może otrzymać jednorazowo więcej niż jeden plus

Minusy otrzymują uczniowie za:

- niechętny, bądź negatywny stosunek do współwiczących i uczestnictwa w zajęciach
- brak dyscypliny, poszanowania urządzeń i sprzętu sportowego
- celowe działania mogące zagrażać bezpieczeństwu własnemu i innych uczniów

Ad.2

Poziom umiejętności ruchowych

- Każdy nauczyciel określa pojedyncze elementy ruchowe z danego działu lub dyscypliny (wynikające z planu pracy nauczyciela) podlegające ocenie
- Uczeń ma prawo w ciągu 14 dni od sprawdzianu zaliczyć lub poprawić ocenę (wyjątek stanowi długotrwałe zwolnienie z ćwiczeń); w przypadku nie dotrzymania terminu lub odmowy podejścia do sprawdzianu uczeń nie otrzymuje zaliczenia i otrzymuje ocenę niedostateczną (1)

Przykładowe zestawy ocenianych umiejętności ruchowych (szczegółowe kryteria oceniania – załącznik nr 1):

TESTY UMIEJĘTNOŚCI RUCHOWYCH					
KLASA I		KLASA II		KLASA III	
Dziewczynki	Chłopcy	Dziewczynki	Chłopcy	Dziewczynki	Chłopcy
Przeprowadzenie rozgrzewki ogólnej	Przeprowadzenie rozgrzewki ogólnej	Przeprowadzenie rozgrzewki specjalistycznej	Przeprowadzenie rozgrzewki specjalistycznej	Sędziowanie fragmentu wybranej gry	Sędziowanie fragmentu wybranej gry
Odbicie oburącz dołem - technika	Odbicie oburącz dołem - technika	Zagrywka tenisowa z miejsca - technika	Zagrywka tenisowa z miejsca - technika	Zagrywka tenisowa z miejsca na celność	Zagrywka tenisowa z miejsca na celność
Dwutakt po kozłowaniu	Dwutakt po kozłowaniu	Rzut po zatrzymaniu na 1 tempo po kozłowaniu	Rzut po zatrzymaniu na 1 tempo po kozłowaniu	Zbicie tenisowe z rozbiegu – technika	Zbicie tenisowe z rozbiegu – technika
Układ równoważny na ławeczce gimnastycznej	Podania i przyjęcia oraz prowadzenie piłki nogą	Piramidy dwójkowe	Strzały do bramki	Stanie na głowie	Stanie na głowie
Przewrót w przód i w tył	Przewrót w przód i w tył	Przerzut bokiem	Przerzut bokiem	Układ gimnastyczny	Układ gimnastyczny
Technika rzutu piłeczką palantową	Technika rzutu piłeczką palantową				

Ad.3

Poziom wiedzy z zakresu wychowania fizycznego (przykładowy test – załącznik nr 2)

Uczeń raz w semestrze pisze test składający się z 30 pytań dotyczących rodzajów dyscyplin i konkurencji sportowych, fachowej nomenklatury (nazwy pozycji wyjściowych i końcowych do ćwiczeń, kierunki i płaszczyzny ruchu, nazwy ćwiczeń itp.), przepisów i aktualności sportowych oraz edukacji zdrowotnej.

Skala ocen:

- Ocena celująca (95-100%) - uczeń zna odpowiedź na 28-30 pytań
- Ocena bardzo dobra (94-86%) – uczeń zna odpowiedź na 26-27 pytań
- Ocena dobra (85-70%) - uczeń zna odpowiedź na 21 -25 pytań
- Ocena dostateczna (69-50%) – uczeń zna odpowiedź na 15-20 pytań
- Ocena dopuszczająca (49-30%) – uczeń zna odpowiedź na 9-14 pytań
- Ocena niedostateczna (<29%) - uczeń zna odpowiedz na mniej niż 9 pytań

Ad. 4

Aktywność ponadprogramowa

Uczeń otrzymuje częściową ocenę celującą (6) z aktywności za:

- Wykonanie gazetki po uzgodnieniu z nauczycielem
- Regularny udział w zajęciach sportowych zorganizowanych w szkole
- Regularne treningi w klubach sportowych potwierdzone zaświadczeniem
- Pomoc w organizacji imprez sportowo – rekreacyjnych
- Udział w zawodach szkolnych
- Udział w zawodach sportowych międzyszkolnych (reprezentacja szkoły)

Ad. 5

Diagnoza rozwoju sprawności motorycznej ucznia (opis testu sprawności motorycznej – załącznik nr 3)

- diagnoza dokonywana jest za pomocą Indeksu Sprawności Fizycznej Krzysztofa Zuchory
- test sprawności motorycznej służy kontroli rozwoju motorycznego ucznia
- wyniki testów są informacją dla nauczyciela, rodziców i ucznia o poziomie jego sprawności na tle populacji i klasy
- wyniki testów nie podlegają ocenie
- uczeń podchodzi do testu raz w półroczu

III. Dokumentowanie bieżących osiągnięć ucznia oraz wystawianie ocen:

- Nauczyciele wychowania fizycznego oprócz dziennika lekcyjnego prowadzą „zeszyty wuefisty”, w których odnotowują na bieżąco aktywność i rezultaty uczniów. Ocenę z „zeszytu” raz w miesiącu przepisują do dziennika lekcyjnego.
- Ocena śródroczna i końcoworoczna jest oceną średnią ze wszystkich ocen bieżących ucznia, przy czym oceny z aktywności i frekwencji mogą mieć istotny wpływ na podniesienie lub obniżenie oceny śródrocznej lub końcoworocznej.