

Wychowanie Fizyczne PZO LICEUM

Wstęp.

1. Przedmiotowy system oceniania przedstawia szczegółowe informacje dotyczące form i kryteriów oceniania z wychowania fizycznego.
2. Nauczyciel na początku roku szkolnego informuje uczniów o wymaganiach edukacyjnych wynikających z realizowanego programu nauczania.
3. System oceniania kładzie nacisk na prawidłowy rozwój ucznia, jego zdrowie i wychowanie go do szeroko rozumianej kultury fizycznej i permanentnej dbałości o własne ciało.
4. W opracowanym systemie, ocenie podlega przede wszystkim jakość pracy ucznia, jego zaangażowanie i chęć podnoszenia sprawności fizycznej.

Podstawa prawna

1. Rozporządzenie w sprawie warunków i sposobu oceniania, promowania i klasyfikowania uczniów i słuchaczy oraz przeprowadzania sprawdzianów i egzaminów w szkołach publicznych.
2. Rozporządzenia w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół.
3. Statut szkoły.
4. Wewnątrzszkolny system oceniania.

Cele oceniania

1. Informowania ucznia i jego rodziców o poziomie osiągnięć i ich postępach oraz o poziomie sprawności fizycznej.
2. Pomoc uczniowi w samodzielnym planowaniu swojego kształcenia.
3. Wdrożenie ucznia do samooceny.
4. Informowanie nauczyciela o skuteczności metod jego pracy.

Standardy osiągnięć

Po zakończeniu edukacji w szkole ponadgimnazjalnej, uczeń powinien posiadać wiedzę i umiejętności w celu przygotowania się do cało- życiowej aktywności fizycznej, a także ochrony i doskonalenia zdrowia własnego i innych w szczególności:

1. Uświadomienie potrzeby cało-życiowej aktywności fizycznej;

2. Stosowanie w życiu codziennym zasad prozdrowotnego stylu życia;
3. Działania jako krytyczny odbiorca sportu;
4. Umiejętności sprzyjające zapobieganiu chorobom i doskonaleniu zdrowia fizycznego, psychicznego i społecznego.

Uczeń posiada wiedzę i umiejętności, które umożliwią mu dokonanie samooceny możliwości i potrzeb ruchowych na podstawie pomiaru podstawowych właściwości somatycznych i fizjologicznych. Posiada zdolność umiejętnego stosowania ćwiczeń kształtujących prawidłową postawę ciała oraz sprawność fizyczną oraz ruchową. Bierze na siebie odpowiedzialność organizowania i aktywnego uczestnictwa w indywidualnych i zespołowych formach aktywności sportowej, rekreacyjnej i ruchowej, tym samym przyjmuje odpowiedzialność za zdrowie swoje i innych.

Ocena i metodyka oceniania

1. W związku z dwutorową realizacją wychowania fizycznego, uczeń podlegać będzie ocenie, która stanowi sumę wszystkich bloków tematycznych, tzn. lekcji wychowania fizycznego (w systemie klasowo lekcyjnym), zajęć z tańca towarzyskiego – fitness oraz przedmiotu do wyboru w danym roku szkolnym.
2. Na ocenę składają się kryteria zawarte w przedmiotowym systemie oceniania, a także systematyczność udziału w zajęciach, aktywność w czasie zajęć, a przede wszystkim zaangażowanie i uzyskany postęp w ocenie własnej sprawności oraz zaangażowanie w działalność rekreacyjną lub sportową szkoły i środowiska.
3. Zajęcia z bloku wychowanie zdrowotne podlegają ocenie zgodnie z systemem nauczania, stanowią integralną część przedmiotowego oceniania z wychowania fizycznego i są włączone do oceny śródsesestralnej i rocznej z wychowania fizycznego.

4. Ocena z wychowania fizycznego ma wartość wagową zgodnie z poniższą tabelą:

Kategoria	waga
Sprawdzian teoretyczny /Test Sprawności Fizycznej/ Tanecznej	5
Ocena aktualnego poziomu sprawności fizycznej w poszczególnych elementach związanych z aktywnością fizyczną /sportową	
Kartkówka	3
Odpowiedź	3
Praca na lekcji	3
Nieprzygotowanie do zajęć (ńc)	3
Aktywność pozalekcyjne (reprezentowanie szkoły na zawodach powiatowych i wyższego szczebla), działalność na rzecz lokalnego środowiska (działalność rekreacyjno – sportowa, sędziowska, organizacyjna, pokazowa, udział w projektach, wolontariat sportowy)	4
Wkład pracy własnej ucznia w projekt aktywności ruchowej	4
Wszelkie inne zadania nie wymienione wyżej – samodzielne zadania ucznia, poszukiwanie wiedzy (sportowej, rekreacyjnej), inicjatywa na rzecz podnoszenia własnej sprawności fizycznej. Wykazywanie się umiejętnością samodzielnego przeprowadzenia fragmentu lekcji (np. rozgrzewka)	2
Systematyczne uczestnictwo w zajęciach sportowych poza szkolnych na podstawie zaświadczenie (raz w semestrze).	3

5. Uczeń, który aktywnie angażuje się w życie sportowe szkoły, formy taneczne na rzecz prezentacji, pokazów i projektów i jednocześnie wykazuje się dużą pracą własną w przygotowanie się do w/w projektów może otrzymać ocenę za wkład pracy własnej w powierzone mu zadanie.

6. W klasie maturalnej oceny końcowo-roczne z klas niższych (I-II) w ostatnim semestrze stanowią cząstkową ocenę wagi 5.

7. Ze względu na specyfikę zajęć w ocenianiu osiągnięć uczniów należy wziąć pod uwagę:

- obecność i aktywność uczniów na zajęciach, ich gotowość do podejmowania zajęć indywidualnych lub zespołowych;
- samoocenę uczniów dotyczącą rozwoju ich umiejętności osobistych i społecznych oraz zmian postaw i zachowań;
- ocenę przez rówieśników w przypadku wykonywania projektów i prac zespołowych;
- ocenę pracy ucznia przez nauczyciela dotyczącą specyficznych zadań, projektów i innych wytworów pracy ucznia.

- wiedza i umiejętność z zakresu wychowania fizycznego

8. Wystawienie oceny z wychowania fizycznego (trymestralnej i rocznej) spoczywa na nauczycielu prowadzącym zajęcia w szkole macierzystej.

9. Przedmiotowy system oceniania wychowania fizycznego zawiera szczegółowe kryteria oceny w każdym obszarze, z którym uczniowie zapoznają się na pierwszych zajęciach na początku każdego roku szkolnego.

6. Aby odwołać się na ocenę wyższą z wychowania fizycznego uczeń:

- musi mieć wszystkie testy sprawności, formy aktywności pozostałe formy samooceny zaliczone w pierwszym terminie
- brak ocen niedostatecznych
- brak ocen niedostatecznych za brak stroju, a frekwencja godzin ucznia nieaktywnych na lekcji nie może wynieść więcej niż 10% (w stosunku do wszystkich godzin wf w skali roku). Sprawdzian na ocenę wyższą obejmuje test sprawności z różnych dziedzin (w tym tańca i godziny do wyboru w której uczeń uczestniczył w danym roku szkolnym) oraz informacje dotyczącą wiedzy z wychowania fizycznego (w tym elementów sędziowania).

Ocenianie odbywa się w poszczególnych płaszczyznach:

1. Poziom sprawności fizycznej ucznia, umiejętność dokonania samooceny sprawności oraz wykazuje zaangażowanie w pracy nad własną sprawnością.
2. Postawa ucznia;
3. Wiadomości
4. Frekwencja.

Poziom sprawności fizycznej.

Wymagania

- Stałe kształtowanie poziomu zdolności koordynacyjno – kondycyjnych
- Systematyczne podnoszenie poziomu umiejętności
- Doskonalenie poziomu wiedzy z zakresu wychowania fizycznego
- Nabywanie umiejętności samousprawnienia,
- Doskonalenie umiejętności samooceny sprawności fizycznej

Formy i narzędzia oceniania

- Poziom postępu kształtowania zdolności kondycyjno – koordynacyjnych, których wyznacznikiem jest poziom i postęp rozwoju: siły, szybkości, wytrzymałości, mocy, zwinności, zręczności. Wyznacznikiem jest stopień opanowania czynności ruchowo koordynacyjnych o różnym stopniu trudności.
- Poziom umiejętności ruchowych – przyswojenie właściwej techniki ruchu oraz dodatkowo taktyki w grach. Wyznacznikiem jest stopień i postęp opanowania czynności ruchowych zaobserwowanych podczas gry, zadań kontrolno – oceniających, testów umiejętności ruchowych. Poziom umiejętności ruchowych wynikających z opanowania koordynacji przestrzennej w formach tanecznych oraz pozostałych formach aktywności fizycznej
- Wiadomości z zakresu wychowania fizycznego, objawiającymi się znajomością określonej tematyki o rozwoju fizycznym, higienie, hartowaniu, rozwoju sprawności fizycznej, technice i taktyce w grach, zasadach bezpieczeństwa. Formą oceny są samodzielnie przeprowadzone rozgrzewki czyli zestawy ćwiczeń kształtujących, rozmowy, dyskusje, referaty i prezentacje multimedialne.
- Umiejętność samousprawniania – stopień opanowania, umiejętności organizowania zajęć rekreacyjnych w czasie wolnym, samodoskonalenia własnej sprawności. Formą oceny jest samodzielne prowadzenie fragmentów lekcji o charakterze rekreacyjnym.

Postawa ucznia

Wymagania

- Aktywny udział w zajęciach i współuczestniczenie w ich organizacji
- Przestrzeganie regulaminów i zasad na obiektach sportowych na których prowadzone są zajęcia
- Właściwa współpraca w grupie – praktyczne wdrażanie zasady „fair play”
- Pomoc słabszym uczniom
- Odpowiedzialny stosunek do spraw zdrowia i higieny
- Ruchowa inwencja twórcza

Formy i narzędzia oceniania

- Postawa ucznia objawiająca się zaangażowaniem i kreatywnością na zajęciach lekcyjnych i pozalekcyjnych, stosunkiem do przedmiotu, dbałością o zdrowie, życzliwym stosunkiem do innych, przestrzeganiem regulaminów i obowiązków uczniowskich.

Wiadomości

Wymagania:

- Stałe kształtowanie i wzbogacanie wiedzy z zakresu aktywności fizycznej, sportu, olimpizmu oraz zasad fair play panujących w sporcie.
- Wzbogacanie wiedzy z zakresu zasad i przepisów poszczególnych dyscyplin sportowych
- Doskonalenie poziomu wiedzy z zakresu wychowania fizycznego i aktywności fizycznej

Formy i narzędzia oceniania

Ocena w postaci ustnej lub pisemnej. Przeprowadzenie zawodów w celu kontroli znajomości zasad gry poszczególnych dyscyplin. Wiadomości z zakresu wychowania fizycznego, objawiającymi się znajomością określonej tematyki o rozwoju fizycznym, higienie, hartowaniu, rozwoju sprawności fizycznej, technice i taktyce w grach, zasadach bezpieczeństwa. Formą oceny są samodzielnie przeprowadzone rozgrzewki

czyli zestawy ćwiczeń kształtujących, rozmowy, dyskusje, referaty i prezentacje multimedialne.

Frekwencja

Wymagania

- punktualność
- Systematyczne uczęszczanie na lekcje (aktywne uczestnictwo w zajęciach)

Formy i narzędzia oceniania

- Frekwencja – systematyczne i aktywne uczestniczenie w zajęciach wychowania fizycznego
- Punktualność w przygotowaniu do zajęć
- Przy ocenie frekwencji nie ma znaczenia czy obecność była usprawiedliwiona czy nieusprawiedliwiona. Formą sprawdzania jest systematycznie prowadzona kontrola frekwencji przez nauczyciela wychowania fizycznego.

W uzasadnionych indywidualnych przypadkach np. kontuzja sportowa, nauczyciel nie będzie wliczał tej nieobecności do ogólnej frekwencji.

PRZY USTALANIU OCENY Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NALEŻY W SZCZEGÓLNOŚCI BRAĆ POD UWAGĘ WYSIŁEK WKŁADANY PRZEZ UCZNIA W WYWIĄZYWANIE SIĘ Z OBOWIĄZKÓW WYNIKAJACYCH ZE SPECYFIKI TYCH ZAJĘĆ.

II. Obowiązki ucznia

1. Obowiązkiem ucznia jest aktywny udział w zajęciach szkolnych zgodnie z poleceniami nauczyciela.
2. Uczeń zobowiązany jest posiadać strój sportowy – jego brak jest równoznaczny z brakiem przygotowania do lekcji.

3. Uczeń, który nie ćwiczy z powodu braku stroju itp. Ma obowiązek uważnie obserwować przebieg zajęć.
4. Uczeń ma obowiązek przestrzegać regulamin sali gimnastycznej i boiska szkolnego oraz innych obiektów na których odbywają się zajęcia sportowo-turystyczne.

III. Frekwencja

1. Uczeń w ciągu trymestru szkolnego może dwukrotnie być nieprzygotowanym do zajęć (może nie ćwiczyć) – bez zwolnienia lekarskiego. Każde następne wymaga pisemnego zwolnienia lekarza lub pielęgniarki szkolnej.
2. W przypadku, gdy uczeń wykorzysta przysługujący mu limit nie ćwiczeń w semestrze, każde następne, bez zwolnienia lekarskiego odnotowane zostaje w dzienniku w postaci oceny niedostatecznej.
3. Uczeń, który opuści więcej niż 50% zajęć (w tym zajęcia usprawiedliwione i nieusprawiedliwione) jest niesklasyfikowany z przedmiotu.
4. W celu obliczenia frekwencji – obliczane są godziny zarówno nieobecności w szkole w dniu w którym odbywają się zajęcia, a także, zajęcia w których uczeń nie bierze aktywnego udziału w lekcji – jest osoba nie ćwiczącą.
5. Uczniowie, którzy rzetelnie uczestniczą w zajęciach szkolnych otrzymują oceną za frekwencją na zajęciach szkolnych:
100% - 90% obecności – ocena celująca;
82% obecności – ocena bardzo dobra;

Ocenie frekwencji podlegają trzy godziny zajęć wychowania fizycznego

6. Zwolnienia krótkotrwałe muszą być przedstawione na lekcji w dniu, którego dotyczą. Poinformowanie nauczyciela o zwolnieniu ucznia z ćwiczeń na lekcji musi nastąpić najpóźniej w momencie rozpoczęcia zajęć.

IV. Zwolnienia lekarskie

Dyrektor szkoły zwalnia ucznia z zajęć wychowania fizycznego, na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach uczestniczenia ucznia w tych zajęciach.

Uczeń taki jest zobowiązany uczestniczyć w zajęciach wychowania zdrowotnego zgodnie z przydziałem godzin.

Osoby posiadające okresowe lub częściowe ograniczenia do podejmowania aktywności ruchowej realizują zajęcia z wychowania fizycznego zgodnie z programem ze szczególnym uwzględnieniem dostosowania wymagań do możliwości zdrowotnych ucznia. Celem wychowania fizycznego przy różnego rodzaju dysfunkcjach zdrowotnych jest umożliwienie uczniowi podjęcia aktywności ruchowej przy współpracy z lekarzem prowadzącym.

Uczniowie zwolnieni z ćwiczeń na podstawie zaświadczenia lekarskiego nie są zwalniani z obowiązku obecności na lekcji i udziału w niej.

V. Sprawdziany

1. Sprawdziany zostają zapowiedziane z tygodniowym wyprzedzeniem – zgodnie z wewnętrznym systemem oceniania.
2. Nie przygotowanie do lekcji w dniu sprawdzianu bez zwolnienia lekarskiego jest równoznaczne z otrzymaniem oceny niedostatecznej z zaliczenia.
3. W przypadku usprawiedliwionej nieobecności, uczeń zobowiązany jest do uzgodnienia terminu zaliczenia w terminie do 2 tygodni .
4. Uczeń ma obowiązek zaliczania poszczególnych elementów obejmujących program nauczania. Na uzupełnienie lub poprawę danego elementu uczeń ma dwa tygodnie. Jeżeli uczeń przebywał na zwolnieniu lekarskim, czas ten liczony jest od momentu pojawienia się ucznia w szkole po zwolnieniu lekarskim.
Po upływie tego czasu, w wyniku nie przystąpienia do zaliczenia uczeń dostaje ocenę niedostateczną.
5. Uczeń który podeszedł do sprawdzianu w terminie, ma możliwość poprawy w ciągu 2 tygodni. Ocena końcowa stanowi średnia arytmetyczną uzyskanego wyniku.

