

## Wychowanie Fizyczne

### Wymagania edukacyjne i zasady oceniania z wychowania fizycznego

#### w Zespole Szkół Katolickich w Piszcu

#### ZAŁOŻENIA WSTĘPNE

1. Zasady oceniania są zgodne z rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 3 sierpnia 2017 r. w sprawie oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych (Dz. U. 2017 poz. 1534)
2. Zasady oceniania są zgodne ze statutem szkoły.
3. Szczegółowe kryteria systemu oceniania są zgodne z WSO i nową podstawą programową z wychowania fizycznego.

#### Cele edukacyjne:

##### **Cel główny**

Celem głównym wychowania fizycznego jest wdrażanie młodzieży do:

- dbałości o higienę i zdrowie
- samo egzekwowania nawyku prawidłowej postawy
- samodoskonalenia sprawności i kondycji fizycznej
- samodzielnej organizacji aktywnego wypoczynku w czasie wolnym
- rozumienia potrzeby i konieczności czynnego uczestnictwa w różnych formach aktywności ruchowej w życiu codziennym

##### **Cele szczegółowe**

Celami szczegółowymi wychowania fizycznego są:

- wszechstronny i harmonijny rozwój organizmu
- przeciwdziałanie powstawaniu wad postawy i ich korekcja
- kompetencja ujemnych skutków obciążenia pracą szkolną i nieodpowiedniego trybu życia
- integracja środowiska uczniowskiego

## **PODSTAWY OCENIANIA**

1. Uczeń w ciągu roku szkolnego podlega systematycznej i obiektywnej ocenie zgodnie z jego indywidualnymi możliwościami.
  2. Nauczyciel wystawia ocenę biorąc pod uwagę oceny z poszczególnych obszarów.
  3. Dyrektor zwalnia ucznia z zajęć wychowania fizycznego (z wszelkich ćwiczeń fizycznych) na podstawie zaświadczenia wydanego przez lekarza specjalistę na czas określony (powyżej 30 dni) w tym zaświadczeniu.
    - 3.1 W dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się „zwolniony lub zwolniona” , kiedy okres zwalniania przekracza połowę czasu przeznaczanego na te zajęcia w szkolnym planie nauczania w danym semestrze.
    - 3.2 Jeżeli zwolnienie z zajęć wychowania fizycznego obejmuje tylko jeden semestr, ocenę końcową stanowi ocena z semestru , z którego uczeń został oceniony.
    - 3.3 Uczeń zwolniony z zajęć wychowania fizycznego jest obecny na lekcji , a w szczególnych przypadkach gdy lekcje te są pierwszymi lub ostatnimi zajęciami w danym dniu , uczeń może być zwolniony z tego obowiązku na podstawie pisemnego oświadczenia rodziców złożonego w sekretariacie szkoły i po uzyskaniu zgody dyrektora szkoły.
    - 3.4 Uczeń, który posiada zwolnienie od rodzica z powodu chwilowej niedyspozycji lub przebytej choroby, ma obowiązek przebywać na tych zajęciach i realizować zadania teoretyczne oraz pomagać w organizacji lekcji.
  4. Uczeń, który jest częściowo niezdolny do zajęć z powodu przeciwwskazań lekarskich dostarcza odpowiednie zaświadczenie do nauczyciela wychowania fizycznego i będzie on realizował program nauczania dostosowany do własnych możliwości, uwzględniających szczegółowe wytyczne lekarskie.
  5. Na początku roku szkolnego nauczyciel zapoznaje uczniów z wymaganiami edukacyjnymi oraz zasadami oceniania.
  6. Zasady oceniania i wymagania edukacyjne są dostępne do wglądu uczniów i rodziców przez cały rok szkolny u nauczyciela wychowania fizycznego lub Dyrektora szkoły.
  7. Oceny są jawne, nauczyciel uzasadnia je oraz podaje sposoby poprawy.
  8. O postępach ucznia rodzice są informowani na bieżąco poprzez dziennik elektroniczny.
  9. Na miesiąc przed klasyfikacją roczną uczeń i jego rodzice (prawni opiekunowie) powinni być poinformowani o zagrożeniu oceną niedostateczną lub nieklasyfikowaniem.
  10. W przypadku uzyskania oceny rocznej (semestralnej) niedostatecznej uczniowi przysługuje prawo do egzaminu poprawkowego na zasadach określonych w rozporządzeniu MEN z dnia 30 kwietnia 2007r.
  11. Wszystkie dokumenty dotyczące oceniania przechowuje nauczyciel przez cały rok szkolny i udostępnia uczniom oraz rodzicom do wglądu na żądanie.
- 2 W sytuacjach spornych nie uregulowanych poprzez zasady przedmiotowego oceniania z wychowania fizycznego oraz wewnątrzszkolnym systemem oceniania, obowiązują decyzję, które podejmują zainteresowane strony po uzgodnieniu z Dyrekcją Szkoły.

### ***Wewnątrzszkolne ocenianie w odniesieniu do wychowania fizycznego określa:***

- obszary oceniania
- przedmiot oceny w każdym obszarze
- szczegółowe kryteria oceny w każdym obszarze
- sposób przejścia od ocen bieżących do oceny śródrocznej i końcowo rocznej.

Wytyczone obszary oceniania powinny eksponować wysiłek ucznia oraz uwzględniać zdefiniowane w podstawie programowej wychowania fizycznego umiejętności i wiadomości. Ocena śródroczna i roczna będzie formułowana na podstawie ocen końcowych z wytyczonych obszarów oceniania.

### **Podstawowe obszary oceniania**

Ze względu na specyfikę przedmiotu wychowania fizycznego, ocena półroczna i końcowo roczna, oparta jest o 4 podstawowe obszary oraz jeden dodatkowy obszar oceniania, co daje możliwość rzetelnego i sprawiedliwego oceniania pracy ucznia na tym przedmiocie. Proponowany system oceniania daje możliwość zdobycia ocen bardzo dobrych i dobrych nawet tym uczniom, u których motoryka jest słabiej rozwinięta.

#### **OBSZARY OCENIANIA UCZNIĄ:**

- 1. Aktywność i postawa wobec przedmiotu i kultury fizycznej.**
- 2. Systematyczne uczestnictwo i przygotowanie do zajęć.**
- 3. Umiejętności indywidualne ucznia.**
- 4. Wiadomości z kultury fizycznej i sportu.**
- 5. Aktywność dodatkowa.**

#### **Ad.1. Aktywność i postawa wobec przedmiotu i kultury fizycznej. (waga oceny „6”)**

Za ten obszar odpowiedzialny jest głównie uczeń. Nauczyciel jest liderem, który ma motywować uczniów do aktywności fizycznej poprzez zainteresowanie różnymi formami ruchu, dążyć do tego, aby jego uczniowie chcieli brać aktywny udział nie tylko w lekcjach wychowania fizycznego, ale i zajęciach pozalekcyjnych. Nauczyciel zachęca uczniów do aktywności fizycznej, tak dobiera treści programowe oraz ćwiczenia, aby sprawiały uczniom przyjemność i spełniały ich oczekiwania. Od postawy i chęci ucznia zależy na ile wykorzysta on swój potencjał, aktywność i umiejętności.

*W tym obszarze uczeń ma zadanie obronę oceny celującej.*

Ocenę celującą otrzyma uczeń, który: jest przygotowany, aktywny i zaangażowany w lekcję; ma pozytywny stosunek do przedmiotu; wykonuje ćwiczenia w sposób zbliżony do swoich maksymalnych możliwości; pełni rolę kapitana zespołu, grupowego czy sędziego; przestrzega zasad bhp, regulaminów i zasad fair play; jest obowiązkowy, sumienny, zdyscyplinowany i życzliwy. Stara się postępować tak, aby nie zdobyć minusa. *Za brak aktywnego udziału uczeń może otrzymać minus.* Uczeń może dostać minus również za złe zachowanie podczas lekcji, przez niechętny i negatywny stosunek do uczestniczenia w zajęciach, niestosowanie zasad czystej gry.

*Aktywność oceniana jest w każdym miesiącu (wg. Tabeli)*

<b>OCENA</b>	<b>AKTYWNOŚĆ UCZNIĄ NA LEKCJI (ilość minusów w miesiącu)</b>
<b>CELUJĄCY</b>	<b>0</b>
<b>BARDZO DOBRY</b>	<b>1</b>
<b>DOBRY</b>	<b>2</b>
<b>DOSTATECZNY</b>	<b>3</b>
<b>DOPUSZCZAJĄCY</b>	<b>4</b>
<b>NIEDOSTATECZNY</b>	<b>5 i więcej</b>

**Ad.2. Systematyczne uczestnictwo i przygotowanie do zajęć (waga oceny „6”) –** przez przygotowanie do zajęć będzie rozumiane posiadanie przez ucznia odpowiedniego stroju sportowego.

Żeby uzyskać ocenę celującą w tym obszarze, uczeń musi być przygotowany na każdych zajęciach. Każdy przypadek nieprzygotowania (N) nauczyciel wpisuje w swoim zeszycie oraz w dzienniku elektronicznym.

Ocenę za systematyczność miesięczną można wystawić w przypadku uzyskania 51% obecności na zajęciach.

*Systematyczność oceniana jest w każdym miesiącu (wg. Tabeli)*

<b>OCENA</b>	<b>BRAK STROJU SPORTOWEGO (ilość N)</b>
<b>CELUJĄCY</b>	<b>0</b>
<b>BARDZO DOBRY</b>	<b>1</b>
<b>DOBRY</b>	<b>2</b>
<b>DOSTATECZNY</b>	<b>3</b>
<b>DOPUSZCZAJĄCY</b>	<b>4</b>
<b>NIEDOSTATECZNY</b>	<b>5&lt;</b>

## **Strój sportowy**

- biała koszulka(t- shirt lub polo), spodenki sportowe (dresy) oraz obuwie sportowe z jasną podeszwą (tenisówki, trampki, adidas, halówki);
- na zajęciach z pływania – strój kąpielowy (dziewczęta), kąpielówki (chłopcy) oraz czepek.

Inne ustalenia dotyczące stroju sportowego:

- Strój sportowy ma być przeznaczony wyłącznie do ćwiczeń fizycznych.
- Uczeń jest zobowiązany dbać o to aby strój sportowy był czysty i schludny.
- Ucznia dodatkowo na zajęciach zobowiązuje: brak jakiegokolwiek biżuterii, krótkie niepomalowane paznokcie, brak makijażu, związane włosy.

### **Ad.3. Umiejętności indywidualne ucznia. (waga oceny „2”)**

W tym obszarze oceniana będzie: technika wykonania elementów gier zespołowych, gimnastyki, pływania, lekkiej atletyki wg indywidualnych umiejętności ucznia; umiejętność prowadzenia rozgrzewki;

**Ad. 4. Wiadomości z kultury fizycznej i sportu (waga oceny „4”)** - W tym obszarze uczeń oceniany jest za terminowe oddanie zadań z zakresu wiadomości. Zadania powinny dotyczyć treści zapisanych w programie nauczania.

**Ad. 5. Aktywność dodatkowa (waga oceny „6”)** – czyli, reprezentowanie szkoły na zawodach sportowych, udział w SKS -ach, pomoc w organizacji szkolnych imprez rekreacyjno – sportowych, przygotowywanie np. gazetki tematycznych z przedmiotu. Uczeń za aktywność dodatkową otrzymuje ocenę celującą.

## **SPOSÓB OCENIANIA**

- Zgodnie z WSO wg Skali ocen 1-6,
- Graficznie za pomocą (+) i (-)
- Słownie

### **Sposoby kontroli:**

#### **1. Bieżąca**

Kontrola bieżąca stanowi element każdej jednostki lekcyjnej.

Wskazuje stopień aktywności, przygotowania na lekcję i systematyczności w pracy, postępu w sprawności i wydolności organizmu.

## 2. Okresowa

Po zakończeniu nauki wybranych ćwiczeń.

Kontrola okresowa pełni funkcję utrwalającą poznanych elementów. Poprzedzona jest powtórzeniem ćwiczeń oraz podaniem wymagań na poszczególne oceny.

## 3. Samokontrola i samoocena

Po zakończeniu nauki wybranych elementów ćwiczeń oraz wykonaniu prób sprawności fizycznej zasadna jest samoocena i samokontrola w stosunku do siebie i innych.

Określenie poziomu postępu ucznia w zakresie umiejętności powinno odbywać się zarówno po zrealizowaniu odpowiedniego cyklu programu, jak i systematycznie na każdej lekcji (ocena słowna), aby móc właściwie dostosować zadania dydaktyczne i organizacyjne w kolejnych lekcjach do potrzeb każdego ucznia. Kontroli i ocenie mogą podlegać umiejętności z następujących grup: -technika i taktyka wykonania poszczególnych elementów nauczanych dyscyplin i konkurencji m.in.: z gier zespołowych, gimnastyki, lekkiej atletyki, pływania, -podczas wykonywania elementów technicznych oceniamy estetykę, płynność i poprawność danego ćwiczenia. ***Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który odmówi wykonania ćwiczenia.***

Uczestnictwo w zajęciach obowiązkowych jest ważnym elementem w realizacji procesu wychowania fizycznego. Systematyczny udział w zajęciach ma za zadanie wdrażanie ucznia do podejmowania spontanicznej aktywności fizycznej w życiu codziennym.

## Zasady oceniania

### SKALA OCEN

1 – niedostateczny

2 - dopuszczający

3 - dostateczny

4 - dobry

5 - bardzo dobry

6 - celujący

dotkliwe oznaczenia: -, +

## Przedmiot oceny

Podstawą oceny jest wysiłek włożony przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfikacji zajęć.

Będą oceniane:

1. Aktywność fizyczna.
2. Sumienne i staranne wywiązywanie się z obowiązków wynikających z przedmiotu.
3. Zaangażowanie w przebieg lekcji i przygotowanie się do zajęć.
4. Stosunek do partnera i przeciwnika.
5. Stosunek do własnego ciała.
6. Postęp w opanowaniu umiejętności i wiadomości przewidzianych dla poszczególnych klas zgodnie z indywidualnymi możliwościami i predyspozycjami.
7. Osiągnięte wyniki w sportach wymiernych, dokładność wykonywania zadań i poziom zdobytej wiedzy.
8. Stosowanie wiedzy przedmiotowej w sytuacjach praktycznych - praktyczne stosowania zdobytej wiedzy z zakresu edukacji zdrowotnej, sportu i rekreacji.
9. Systematyczność uczestnictwa w zajęciach obowiązkowych - motywowanie ucznia do podejmowania systematycznych i racjonalnych działań na rzecz zdrowia i sprawności fizycznej.
10. Udział w zawodach sportowych na szczeblu szkolnym i wyższym - motywowanie ucznia do podejmowania inicjatywy i samodzielności w planowaniu i organizowaniu działań rekreacyjno-sportowych w szkole i w środowisku.

## Kryteria ocen

- **Ocenę celującą** -otrzymuje uczeń, który wykazuje się szczególnym zaangażowaniem w pracy, twórczą postawą, umiejętnościami i wiadomościami wykraczającymi poza program nauczania w danej klasie, osiąga wysoki poziom postępu w osobistym usprawnianiu. Prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia, chętnie uczestniczy w zajęciach sportowo – rekreacyjnych. Bierze aktywny udział w zajęciach sportowych, zawodach szkolnych i pozaszkolnych reprezentujących szkołę.
- **Ocenę bardzo dobrą** -otrzymuje uczeń, który całkowicie opanował zadania z poziomu rozszerzonego dla danej klasy. Bardzo starannie i sumiennie wykonuje zadania, wykazuje duże zaangażowanie na lekcji oraz jest dobrze przygotowany do zajęć. Prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia, systematycznie doskonali sprawność motoryczną i osiąga duże postępy w osobistym usprawnieniu. Czynnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych o charakterze sportowo - rekreacyjnym.

- **Ocenę dobrą** -otrzymuje uczeń, który bez zarzutu wywiązuje się z obowiązków, osiąga postęp w opanowaniu umiejętności i wiadomości na poziomie podstawowym, przy pomocy nauczyciela realizuje zadania poziomu rozszerzonego. Wysokie są staranność i sumienność w wykonywaniu zadań i zaangażowanie w przebieg lekcji oraz stopień przygotowania się do zajęć. Uczeń prowadzi higieniczny tryb życia, uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych o charakterze sportowo - rekreacyjnym.
- **Ocenę dostateczną i dopuszczającą** -otrzymuje uczeń adekwatnie do włożonego wysiłku w wywiązuje się z obowiązków, stopnia postępu w opanowaniu umiejętności i wiadomości na poziomie podstawowym w klasie, poziomu staranności i sumienności w wykonywaniu zadań, zaangażowanie w przebieg lekcji oraz stopnia przygotowania się do zajęć.
- **Ocenę niedostateczną** -otrzymuje uczeń, który wykazuje szczególnie lekceważący stosunek do obowiązków wynikających ze specyfikacji przedmiotu, nie bierze czynnego udziału w lekcji, swoim zachowaniem dezorganizuje pracę, stwarzając niebezpieczeństwo dla siebie i innych, notorycznie jest nieprzygotowany do zajęć, prowadzi niehigieniczny i nie sportowy tryb życia.
- **Uczeń nieklasyfikowany** -uczeń może być nieklasyfikowany z zajęć edukacyjnych, jeżeli brak jest podstaw do ustalenia oceny klasyfikacyjnej z powodu nieobecności ucznia na zajęciach edukacyjnych przekraczającej połowę czasu przeznaczonego na te zajęcia w szkolny planie nauczania.

### Przewidywane rezultaty

1. Podniesienie poziomu sprawności fizycznej, poprawa postawy ciała o ogólnego stanu zdrowia ucznia.
2. Wzrost świadomości uczniów w zakresie rozumienia potrzeby i konieczności czynnego uczestnictwa w kulturze fizycznej poprzez rozwijanie umiejętności rozpoznawanie czynników mających wpływ na zdrowie, samopoczucie i rozwój człowieka.
3. Aktywne i świadome uczestnictwo ucznia w zajęciach wychowania fizycznego, pozaszkolnych formach rekreacji ruchowej poprzez wprowadzenie mobilizacyjnego systemu oceniania.
4. Weryfikacja własnych możliwości, przekonań i poglądów poprzez możliwość uczestnictwa w zajęciach popołudniowych dających możliwość rozwoju własnych zainteresowań, samokontroli i samooceny.
5. Większa samodzielność i odpowiedzialność ucznia w kierowaniu własnym rozwojem poprzez włączanie uczniów do organizacji zajęć oraz wdrażanie do samo usprawniania i samodoskonalenia.



## **Dostosowanie wymagań edukacyjnych do potrzeb psychofizycznych i edukacyjnych uczniów z zaburzeniami i odchyleniami rozwojowymi, w tym ze specyficznymi trudnościami w uczeniu się:**

Bardzo ważne jest przestrzeganie etycznych zasad oceniania, z których pierwszorzędymi są: jednakowa życzliwość wobec wszystkich uczniów oraz *ocenianie sukcesów*, a *nie porażek ucznia*.

Sprawdzanie i ocenianie osiągnięć ucznia powinno pomóc mu poznać siebie, określić swoje ideały, podjąć adekwatne działania dla własnego rozwoju.

Jeśli *dostosujemy wymagania edukacyjne do indywidualnych potrzeb ucznia*, pod względem formy (tam, gdzie to wystarcza) lub formy i treści (tam, gdzie jest to konieczne) *uwzględniając także wkład pracy dziecka* to zawsze ocenimy ucznia pozytywnie.

### **Formy, metody oraz sposoby dostosowania wymagań edukacyjnych na lekcjach wychowania fizycznego:**

- w miarę możliwości pomagać, wspierać, dodatkowo instruować, naprowadzać, pokazywać na przykładzie
- dzielić dane zadanie na etapy i zachęcać do wykonywania małutkimi krokami
- nie zmuszać na siłę do wykonywania ćwiczeń sprawiających uczniowi trudność
- dawać więcej czasu na opanowanie danej umiejętności, cierpliwie udzielać instruktażu
- nie krytykować, nie oceniać negatywnie wobec klasy
- podczas oceniania brać przede wszystkim pod uwagę stosunek ucznia do przedmiotu, jego chęci, wysiłek, przygotowanie do zajęć
  
- włączać do rywalizacji tylko tam, gdzie uczeń ma szansę
  
- zapewnić większą ilość ćwiczeń, aby uczeń opanował daną sprawność (w razie potrzeby zwolnienie z wykonania ćwiczeń przerastających możliwości ruchowe ucznia)
  
- wielokrotne tłumaczenie i wyjaśnianie zasad i reguł gier sportowych
  
- częste podchodzenie do ucznia, ukierunkowywanie w działaniu
  
- w ocenianiu zwracanie większej uwagi na wysiłek włożony w wykonanie zadania, niż ostateczny efekt pracy.