

Przedmiotowy System Oceniania z Wychowania Fizycznego

II Liceum Ogólnokształcące w Suwałkach

obowiązuje od: 01.09.2015 roku

Podstawa prawna do opracowania PSO z wychowania fizycznego:

1. Statut Szkoły zmodyfikowany w 2015 roku.
2. Wewnątrzszkolny System Oceniania.
3. Rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej (nowa podstawa programowa oraz ramowe plany nauczania z 23 grudnia 2008r.; Dz.U. z 2009r. Nr 4 poz.17)
4. Kierczak Urszula, Janota Janusz: Koncepcja edukacji fizycznej Zdrowie- Sport- Rekreacja Szkoła ponadgimnazjalna

I. Cele wychowania fizycznego

- wszechstronny rozwój sprawności fizycznej i motorycznej, podniesienie poziomu wydolności fizycznej, powiększenie potencjału zdrowotnego młodzieży,
- rozbudzenie zainteresowań różnymi formami aktywności ruchowej, zdrowotnej, utylitarnej, sportowej, rekreacyjnej oraz wyposażenie uczniów w wiedzę i umiejętności umożliwiające im aktywne uczestnictwo w tych formach ruchu,
- kształtowanie pozytywnej postawy wobec zdrowego stylu życia przez podniesienie poziomu świadomości wobec odpowiedzialności za własny rozwój fizyczny oraz potrzeby ustawicznego działania na rzecz zachowania i pomnażania zdrowia.

II. Cele przedmiotowego systemu oceniania z wychowania fizycznego

- sprawdzenie stopnia przyswojenia wiadomości i umiejętności ruchowych ucznia
- poinformowanie ucznia poziomie jego osiągnięć edukacyjnych i postępach w tym zakresie,
- wdrożenie uczniów do efektywnej samooceny, rozwijanie poczucia odpowiedzialności za osobiste postępy w edukacji szkolnej,
- pobudzenie rozwoju umysłowego ucznia,
- pomoc uczniom w samodzielnym planowaniu własnego rozwoju,
- przedstawienie uczniom jasno określonego celu oceniania,
- dążenie do rzetelności i trafności oceniania,
- przedstawienie uczniom zrozumiałych i jasnych kryteriów oceniania,
- ujednoczenie kryteriów oceniania stosowanych przez nauczycieli wychowania fizycznego.

III. Przedmiot kontroli i oceny ucznia z wychowania fizycznego

Wystawiając oceny, nauczyciele wychowania fizycznego kierują się następującymi zasadami:

- aktywności
- indywidualizacji
- obiektywizmu
- jawności
- motywującego i wychowawczego wpływu na postawę wobec kultury fizycznej

A. Obszary podstawowe:

1. Umiejętności ruchowe oceniane na podstawie przeprowadzanych sprawdzianów zgodnych z wymaganiami programowymi z zakresu indywidualnych i zespołowych form aktywności ruchowej.
2. Ogólna sprawność fizyczna mierzona testem sprawności fizycznej.
3. Wiadomości z zakresu
 - doskonalenia własnej sprawności,
 - dbałości o własne zdrowie i higienę osobista,
 - dbałości o prawidłową postawę ciała,
 - indywidualnych i zespołowych form aktywności ruchowej o charakterze rekreacyjno-sportowym.
4. Postawa ucznia i jego stosunek do przedmiotu:
 - przejawy zaangażowania, wykonywanie ćwiczeń i zadań ruchowych z maksymalnym wykorzystaniem swoich możliwości,
 - inwencja twórcza, aktywny udział w zajęciach, pomoc w ich organizacji,
 - dbałość o zdrowie i prawidłową postawę ciała,
 - systematyczne usprawnianie, właściwa postawa społeczna i kultura osobista,
 - zdyscyplinowanie, dbanie o higienę ciała i czystość, systematyczny udział w lekcjach.

B. Obszary dodatkowe

1. Zaangażowanie społeczne w krzewieniu kultury fizycznej:
 - wykonanie referatu na wybrany temat związany ze sportem, rekreacją, edukacją prozdrowotną,
 - pomoc w przygotowaniu i przeprowadzeniu szkolnej imprezy sportowej,
 - samodzielne prowadzenie i sędziowanie zawodów sportowych o charakterze rekreacyjnym.
2. Udział w zawodach sportowych i zajęciach pozalekcyjnych:
 - aktywna postawa na zajęciach pozalekcyjnych
 - udział w zawodach na szczeblu powiatowym, regionalnym
 - wyniki sportowe: np. pobicie rekordu szkoły, zwycięstwo w biegu, turnieju,
 - udział w masowych imprezach rekreacyjno-sportowych

IV. Kryteria kontroli i oceny ucznia.

A. Obszary podstawowe:

- posiadane umiejętności ruchowe oceniane na podstawie sprawdzianów, które mogą dotyczyć pojedynczych ćwiczeń lub całych zestawów.
- stosunek ucznia do przedmiotu.

Wiadomości

- wiedza ucznia i umiejętność jej wykorzystania w praktycznym działaniu,

B. Obszary dodatkowe:

Postawy

- zaangażowanie społeczne w krzewieniu kultury fizycznej,
- udział w zawodach sportowych i zajęciach pozalekcyjnych.

V. Oceny cząstkowe z wychowania fizycznego

1. Zadania kontrolno – oceniające:

ocenie podlega poziom i postęp sprawności fizycznej

- technika (estetyka, płynność, poprawność) wykonanego ćwiczenia podlegającego sprawdzianowi
- skuteczność wykonywanego ćwiczenia (celność, ilość, odległość)
- zagadnienia pisemne o tematyce sportowej (jeśli względy zdrowotne lub inne przyczyny usprawiedliwiają uniemożliwiają zaliczenie sprawdzianu praktycznego)

Każdy uczeń zobowiązany jest do zaliczenia wszystkich zadań sprawdzających, wyznaczonych przez nauczyciela prowadzącego:

- w przypadku przystąpienia ucznia do sprawdzianu, nie może on otrzymać oceny niedostatecznej
- ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który nie przystąpi do sprawdzianu i nie wykorzysta możliwości zaliczenia w dodatkowym terminie (dwa tygodnie).

Wiadomości uczniów w klasach będą oceniane na bieżąco.

Wszystkie sprawdziany będą zapowiedziane, przećwiczone i omówione.

Nauczyciel jest zobowiązany obniżyć wymagania edukacyjne dla ucznia, u którego stwierdzono specyficzne trudności w uczeniu się lub deficyty rozwojowe (opinia PPP, inna poradnia specjalistyczna, zwolnienie lekarskie).

2. Aktywność na zajęciach.

Każdą nieobecność na zajęciach uczeń ma obowiązek usprawiedliwić u wychowawcy klasy. W przypadku choroby lub kontuzji wymagane jest zwolnienie lekarskie.

Ocena częściowa za aktywność na zajęciach może być wystawiana na każdej lekcji lub zakończenie semestru.

Uczeń niećwiczący:

- pomaga w sędziowaniu
- organizuje lub pomaga w organizacji zajęć ruchowych
- wywiązuje się z roli kibica
- angażuje się i pomaga w przygotowaniu imprezy sportowej na terenie szkoły lub poza nią

Uczeń i rodzice zobowiązani są do zgłaszania nauczycielowi wszelkich przeciwwskazań do wykonywania ćwiczeń (przebyte choroby, urazy).

Dyrektor Zespołu zwalnia ucznia z zajęć wychowania fizycznego na podstawie podania rodzica i opinii o ograniczonych możliwościach uczestnictwa w tych zajęciach wydanych przez lekarza, na czas określony w tej opinii.

W przypadku zwolnienia ucznia z zajęć w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się „zwolniony”.

Uczeń może być nieprzygotowany do zajęć dwa razy w semestrze bez usprawiedliwienia.

Zwolnienia od rodziców muszą być wpisane w dzienniczku z podaną przyczyną zwolnienia (maksymalnie dwa razy w półroczu).

Niedyspozycja nie jest powodem do zwolnienia z aktywnego uczestnictwa w lekcji wychowania fizycznego.

3. Przygotowanie do zajęć z wychowania fizycznego.

Strój gimnastyczny wymagany na zajęciach wychowania fizycznego:

- koszulka sportowa,
- spodnie sportowe długie lub krótkie,
- obuwiu do wyboru: typu „ adidas” , trampki, tenisówki.

Wymagany jest czysty, schludny i wygodny strój sportowy. Każdorazowo należy zmienić strój po zajęciach.

4. Zaangażowanie , postawa społeczna, wiadomości.

Uczeń:

- aktywnie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego prowadzonych w różnych warunkach
- wykazuje duży wysiłek do podnoszenia sprawności, zdobywania umiejętności i wiadomości w sposób zbliżony do swoich maksymalnych możliwości fizycznych, kondycyjnych i koordynacyjnych
- pomaga w sędziowaniu
- organizuje lub pomaga w organizacji zajęć ruchowych
- prowadzi ćwiczenia kształtujące
- samodzielnie przeprowadza zabawy
- wywiązuje się z roli kibica
- angażuje się pomaga w przygotowaniu imprezy sportowej na terenie szkoły lub poza nią
- ma pozytywny stosunek do przedmiotu i właściwą postawę wobec ćwiczeń ruchowych
- jest życzliwy w stosunku do innych a swoją postawą zachęca innych do ćwiczeń ruchowych
- stosuje zasady „fair play”
- jest zdyscyplinowany
- podporządkowuje się ustalonym zasadom i regułom
- przestrzega zasad bezpieczeństwa, regulaminów i obowiązków uczniowskich
- nie spóźnia się na zajęcia

5. Działalność sportowa pozalekcyjna.

Na podniesienie oceny z wychowania fizycznego wpływ ma aktywność pozalekcyjna i pozaszkolna w zakresie wychowania fizycznego i sportu gdy:

- uczeń reprezentuje szkołę w różnego rodzaju zawodach i imprezach sportowych
- uczeń bierze aktywny i systematyczny udział w sportowych zajęciach pozalekcyjnych na terenie szkoły lub poza nią

VI. Ocena śródroczna i roczna

Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego będzie szczególnie brana pod uwagę aktywność oraz wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć, a nie kompetencje ruchowe.

Uczeń nieklasyfikowany z powodu usprawiedliwionych nieobecności może zdawać egzamin klasyfikacyjny na warunkach ustalonych w WSO.

VII. Formy kontroli i oceny ucznia

- forma sprawdzianu – działalność ruchowa właściwa dla danego sprawdzianu z zakresu sprawności motorycznej,
- forma sprawdzianu - ocena stopnia opanowania wybranej umiejętności ruchowej z działu umiejętności (np. wybranego ćwiczenia lub elementu technicznego, taktycznego),
- kontrola i ocena bieżąca,
- ocena okresowa – semestralna,
- ocena końcowo-roczna,

Podstawą oceny ucznia będzie systematyczna i konsekwentna kontrola jego pracy.

Szczególnie ważny będzie postęp w rozwoju sprawności motorycznej oraz umiejętności ruchowych, co czyni ocenę bardziej obiektywną i mobilizuje ucznia do rzetelnej pracy. Duży wpływ na ocenę ucznia będzie miała jego postawa i stosunek do przedmiotu.

VIII. Zasady oceniania

- obowiązuje sześciostopniowa skala oceniania zgodnie z wewnątrzszkolnym systemem oceniania,
- nauczyciel zapoznaje we wrześniu uczniów z wymaganiami programowymi i kryteriami oceniania,
- oceniając ucznia z wychowania fizycznego bierzemy pod uwagę jego postęp w zdobywaniu sprawności, umiejętności i wiadomości oraz wysiłek wkładany przez niego w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć,
- sprawność motoryczną ucznia ocenia się wg testów sprawności fizycznej
- umiejętności ruchowe ucznia oceniane będą na podstawie zadań kontrolno-oceniających pozwalających na ustalenie poziomu opanowania tych umiejętności
- uczeń posiadający częściowe zwolnienie lekarskie będzie oceniany tylko z tych elementów, na których wykonanie pozwala mu stan zdrowia.

IX. Sposoby poprawy oceny ucznia

- jeżeli uczeń z przyczyn losowych nie uczestniczył w sprawdzianie, może go zaliczyć w ciągu dwóch tygodni od powrotu do szkoły,
- okres zaliczenia może być również wyznaczony indywidualnie np. ze względu na dłuższą nieobecność na lekcji spowodowaną chorobą lub kontuzją, nie później jednak niż do końca semestru.
- po otrzymaniu oceny niezadowolającej ze sprawdzianu uczeń ma możliwość poprawy w ciągu dwóch tygodni od daty wykonania zadania
- uczeń może poprawić każdą ocenę ze sprawdzianu tylko jeden raz
- uczeń jest informowany o planowanych sprawdzianach na co najmniej tydzień przed jego przeprowadzeniem

X. Osiągnięcia ucznia kończącego IV etap edukacyjny

Uczeń:

- dba o zdrowie, prawidłową postawę i estetyczną sylwetkę, zna zasady higieny osobistej i hartowania organizmu, racjonalnego żywienia i aktywnego wypoczynku,
- opanował wiedzę i umiejętności umożliwiające uczestnictwo w wybranych sportowo – rekreacyjnych formach aktywności ruchowej dostosowanych do własnych możliwości, potrzeb i zainteresowań,
- wykazuje się samodzielnością w organizowaniu wybranych indywidualnych i zespołowych form rekreacyjno – sportowych i turystycznych,
- zna sposoby asekuracji przy wykonywaniu trudniejszych ćwiczeń
- opanował umiejętności samokontroli i samooceny rozwoju fizycznego, wydolności fizycznej za pomocą dowolnie wybranego testu,
- potrafi przyjąć odpowiedzialność za siebie i innych
- zna historię, symbole i idee igrzysk olimpijskich,
- wie jak przygotować organizm do wysiłku fizycznego,
- przestrzega zasad uczciwej, sportowej rywalizacji także w życiu codziennym,
- zna zasady współdziałania zespołowego,
- wie jak zachować się kibicując na zawodach sportowych,
- wie jaką wartość dla zdrowia ma czynny wypoczynek.

XI. Wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego

Ocena celująca – wybitna

Uczeń:

- spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą,
- aktywnie uczestniczy w życiu sportowym na terenie szkoły bądź też w innych formach działalności związanej z wychowaniem fizycznym,
- reprezentuje szkołę na różnego rodzaju zawodach i imprezach sportowych,
- bierze aktywny udział w sportowych zajęciach pozalekcyjnych na terenie szkoły lub poza nią, jest to działalność systematyczna,
- jest zawsze przygotowany do zajęć z wychowania fizycznego
- uczestnik zawodów międzynarodowych, ogólnopolskich, medalista zawodów wojewódzkich otrzymuje zawsze ocenę celującą

Ocena bardzo dobra

Uczeń:

- jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do zajęć nie budzą najmniejszych zastrzeżeń (uzyskując oceny cząstkowe bardzo dobre),
- systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu,

- przystąpił do wszystkich zadań kontrolno – oceniających,
- posiada duże wiadomości z zakresu wychowania fizycznego i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu,
- bierze aktywny udział w sportowych zajęciach pozalekcyjnych i zawodach sportowych (nie jest to jednak działalność systematyczna),
- całkowicie opanował materiał programowy.
- jest sprawny fizycznie, ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, pewnie, w odpowiednim tempie i dokładnie.

Ocena dobra

Uczeń:

- wykazał się średnim poziomem z poszczególnych zadań dotyczących uczestnictwa i zaangażowania w lekcji wychowania fizycznego (oceny dobre),
- swoją postawą społeczną, stosunkiem do kultury fizycznej nie budzi większych zastrzeżeń,
- wykazał się średnim poziomem opanowania wiadomości,
- przystąpił do wszystkich zadań kontrolno – sprawdzających,
- podczas sprawdzianów wykazał się średnim opanowaniem elementów technicznych, które tylko w większej części potrafi wykorzystać w praktycznym działaniu,
- z drobnymi niedociągnięciami potrafi zdiagnozować własny rozwój fizyczny, wydolność fizyczną i sprawność fizyczną za pomocą testu obowiązującego na lekcji wychowania fizycznego i z pomocą nauczyciela interpretuje wyniki.

Ocena dostateczna

Uczeń:

- wykazał się przeciętnym poziomem z zadań dotyczących uczestnictwa i zaangażowania w lekcji wychowania fizycznego (oceny dostateczne),
- wykazał się przeciętnym poziomem opanowania wiadomości z zakresu wychowania fizycznego,
- przystąpił do wszystkich zadań kontrolno – oceniających,
- opanował materiał programowy na przeciętnym poziomie.

Ocena dopuszczająca

Uczeń:

- jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do zajęć budzą duże zastrzeżenia,
- przystąpił do wszystkich zadań kontrolno – sprawdzających,
- podczas sprawdzianów wykazał się niskim poziomem opanowani umiejętności technicznych, których nie potrafi wykorzystać w praktycznym działaniu.
- wykazał się niskim poziomem opanowania wiadomości z zakresu wychowania fizycznego.

Ocena niedostateczna

Uczeń:

- jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do zajęć budzą duże zastrzeżenia (uzyskując oceny częściowe niedostateczne),
- jest nieprzygotowany do zajęć więcej niż dwa razy w semestrze,
- nie przystąpił do zadań kontrolno – sprawdzających,
- nie przywiązuje wagi do własnej sprawności fizycznej,
- wykazał się bardzo słabym poziomem opanowania wiadomości z zakresu wychowania fizycznego.

XII. Informowanie uczniów i rodziców o wymaganiach i postępach

- Szczegółowe wymagania w zakresie wiedzy i umiejętności są przedstawiane uczniom na bieżąco podczas lekcji.
- Każda ocena jest jawna i uzasadniana.
- Oceny zdobywane przez uczniów są na bieżąco odnotowywane w dzienniku lekcyjnym
- O przewidywanej ocenie semestralnej lub rocznej uczeń zostaje poinformowany na dwa tygodnie przed jej wystawieniem.
- W przypadku oceny niedostatecznej uczeń oraz rodzice zostają poinformowani na dwa tygodnie przed klasyfikacyjnym posiedzeniem Rady Pedagogicznej.