

# PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA DO NOWEJ PODSTAWY PROGRAMOWEJ W IV LO W PIOTRKOWIE TRYBUNALSKIM

Ocenianie przedmiotowe z wychowania fizycznego

## I . Cele wychowania fizycznego

- wszechstronny rozwój sprawności fizycznej i motorycznej , podniesienie poziomu wydolności fizycznej , powiększenie potencjału zdrowotnego młodzieży
- rozbudzenie zainteresowań różnymi aktywności ruchowej , zdrowotnej ,użytecznej,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 o 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:

- wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywaniu się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć ,systematyczność udziału w lekcjach oraz aktywność ucznia w działaniach na rzecz sportu i kultury fizycznej

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

## A . OBSZARY PODSTAWOWE

- 1 .Umiejętności ruchowe oceniane na podstawie przeprowadzonych 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 fizycznej
  - dbałości o własne zdrowie i higienę osobistą
  - 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 ,rekreacja ,edukacja prozdrowotna
  - 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

-udział w zawodach międzyklasowych ,miejskich, rejonowych , wojewódzkich, krajowych

-wyniki sportowe / zwycięstwo w biegu , meczu, turnieju ,pobicie własnego rekordu i szkoły

-udział w masowych imprezach rekreacyjno-sportowych

## IV .Kryteria kontroli ucznia

### A . OBSZARY PODSTAWOWE :

-posiadane umiejętności ruchowe oceniane na podstawie sprawdzianów , które mogą dotyczyć pojedynczych ćwiczeń lub całych zestawów

#### Wiadomości

-wiedza ucznia i umiejętności jej wykorzystania w praktycznym działaniu  
-stosunek ucznia do przedmiotu

#### 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

a. technika /estetyka ,płynność ,poprawność/wykonywanego ćwiczenia podlegającego sprawdzianowi

b. skuteczność wykonywanego ćwiczenia / celność , ilość, odległość/

c, zagadnienia pisemne o tematyce sportowej i edukacji zdrowotnej

Uczniowie zobowiązani są do wykonania wszystkich zaplanowanych przez nauczyciela sprawdzianów

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 wyznaczonym przez nauczyciela

Wiadomości uczniów w klasach oceniane będą na bieżąco

Wszystkie sprawdziany będą zapowiedziane , przećwiczone i omówione

Warunkiem przystąpienia ucznia do sprawdzianu jest aktywny udział w zajęciach wychowania fizycznego w co najmniej dwóch zajęciach przed sprawdzianem

## 2 .Aktywność na zajęciach

Każdą nieobecność na zajęciach uczeń ma obowiązek usprawiedliwić w porozumieniu z wychowawcą klasy , u nauczyciela wychowania fizycznego na najbliższej lekcji.

W przypadku choroby lub kontuzji wymagane jest zwolnienie lekarskie

Uczeń niećwiczący :

-pomaga w sędziowaniu

-organizuje lub pomaga w organizacji zajęć

-wywiązuje się z roli kibica

-angażuje się i pomaga w przygotowywaniu imprezy sportowej na terenie szkoły lub poza nią

-uczeń pomaga w redagowaniu gazetki i gabloty

Uczeń i rodzice zobowiązani są do wszelkich przeciwwskazań do wykonywania ćwiczeń /przebyte choroby ,urazy /

Dyrektor szkoły zwalnia ucznia z zajęć wychowania fizycznego na podstawie podania rodzica i opinii o ograniczonych możliwościach uczestnictwa w tych zajęciach i zaświadczenia lekarskiego wydając decyzje na piśmie o zwolnieniu z w- f

Ocena cząstkowa za aktywność na zajęciach wystawiana jest na zakończenie semestru/roku

6-celujący	90%-100%
5-bardzo dobry	80%-89%
4-dobry	70%-79%
3-dostateczny	60%-69%
2-dopuszczający	51%-59%

Nieklasyfikacja powyżej 50% nieobecności.

## 3 . Przygotowanie do zajęć z wychowania fizycznego :

- koszulka sportowa
- spodenki sportowe długie lub krótkie
- obuwie sportowe typu "adidas" ,trampki ,tenisówki ,korkotrampki
- dres sportowy

Wymagany jest czysty i schludny strój sportowy

Dopuszczalna liczba nieprzygotowań -2 razy w semestrze

#### 4 .Zaangażowanie ,postawa społeczna , wiadomości

UCZEŃ ;

- aktywnie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego
- wykazuje duży wysiłek do podnoszenia sprawności ,zdobywania umiejętności i wiadomości w sposób zbliżony do swoich maksymalnych możliwości fizycznych i ,kondycyjnych i koordynacyjnych
- pomaga w sędziowaniu
- organizuje lub pomaga w organizacji zajęć ruchowych
- samodzielnie przeprowadza rozgrzewkę i gry oraz zabawy ruchowe
- wywiązuje się z roli kibica
- angażuje się i pomaga w przygotowaniu imprezy sportowej na terenie szkoły lub poza nią
- ma pozytywny stosunek do przedmiotu i nauczyciela oraz 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
- przestrzega zasad bezpieczeństwa,regulaminów i obowiązków uczniowskich
- podporządkowuje się ustalonym zasadom i regułom
- nie spóźnia się na zajęcia
- pomaga w redagowaniu gazetki ,strony internetowej,tablic ogłoszeniowych,gablot

#### 5 .Działalność sportowa pozalekcyjna

Na podwyższenie 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 nieusprawiedliwionej nieobecności może zdawać egzamin klasyfikacyjny.

Na prośbę ucznia nieklasyfikowanego z powodu nieusprawiedliwionej nieobecności lub na prośbę jego rodziców/ prawnych opiekunów/ wyrażona w podaniu złożonym najpóźniej w ostatnim dniu przed semestralnym lub rocznym klasyfikacyjnym posiedzeniem ,rada pedagogiczna może wyrazić zgodę na egzamin klasyfikacyjny

Uczeń ,który z przyczyn usprawiedliwionych nie przystąpił do egzaminu klasyfikacyjnego w wyznaczonym terminie może do niego przystąpić w dodatkowym terminie wyznaczonym przez dyrektora szkoły

## 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 techniczno – taktycznego/

-kontrola bieżąca

-ocena okresowa-semestralna

-ocena końcowo-roczna

Podstawą oceny ucznia będzie systematyczna i konsekwentna kontrola jego pracy

Szczególnie ważny będzie postęp ucznia 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 , nauczyciela i rówieśników w grupie ćwiczącej.

## VIII .Zasady oceniania

-obowiązuje sześciostopniowa skala oceniania zgodnie z Wewnątrzszkolnym Systemem Oceniania/ WSO/

-nauczyciel zapoznaje we wrześniu wszystkich uczniów z wymaganiami programowymi

i kryteriami oceniania /PSO/

- oceniając ucznia z wychowania fizycznego bierzemy pod uwagę jego postęp w zdobywaniu sprawności, umiejętności i wiadomości oraz wysiłek włożony przez niego w wywiązywaniu się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć
- sprawność motoryczną ocenia się według testów sprawności fizycznej
- umiejętności ruchowe ucznia oceniane będą na podstawie zadań kontrolno-oceniających pozwalających na ustalenie poziomu opanowania tych umiejętności

#### IX .Sposoby poprawy oceny ucznia

- jeżeli uczeń z przyczyn losowych nie uczestniczył w sprawdzianie, to powinien go zaliczyć po powrocie do szkoły
- uczeń może poprawić każdą ocenę ze sprawdzianu w ciągu dwóch tygodni
- uczeń jest informowany o sprawdzianach na co najmniej dwa tygodnie przed jego przeprowadzeniem

#### X . Osiągnięcia ucznia kończącego IV etap edukacyjnych

UCZEŃ ;

- dba o zdrowie, prawidłową postawę i estetyczną sylwetkę, zna zasady higieny osobistej i hartownia organizmu, racjonalnego żywienia i aktywnego wypoczynku
- opanował wiedzę i umiejętności umożliwiające uczestnictwo w wybranych sportowo-rekreacyjnych formach aktywności ruchowej dostosowanych do własnych potrzeb, możliwości i zainteresowań
- wykazuje się samodzielnością w organizowaniu wybranych indywidualnych i zespołowych form rekreacyjno-ruchowych i turystycznych
- zna sposoby asekuracji przy wykonywaniu trudniejszych ćwiczeń
- opanował umiejętności samooceny i samokontroli rozwoju fizycznego, wydolności fizycznej za pomocą dowolnie wybranego testu
- potrafi przyjąć odpowiedzialność za siebie i innych
- zna historie, 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 w różnego rodzaju zawodach i imprezach sportowych

-bierze aktywny udział w sportowych zajęciach pozalekcyjnych na terenie szkoły lub poza nią , jest to działalność systematyczna

-aktywność ucznia na zajęciach mieści się w przedziale obecności 90-100%

-jest zawsze przygotowany do zajęć z wychowania fizycznego

##### OCENA BARDZO DOBRA

##### UCZEŃ;

-jego postaw społeczna , zaangażowanie i stosunek do zajęć nie budzą najmniejszych zastrzeżeń /uzyskuje oceny cząstkowe bardzo dobre i dobre/

-systematycznie doskonalili swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu

-przystąpił do wszystkich zadań kontrolno-oceniających

-aktywność ucznia na zajęciach mieści się w przedziale 80-89%

-bierze aktywny udział w zajęciach pozalekcyjnych i zawodach sportowych / nie jest to jednak działalność systematyczna/

-całkowicie opanował materiał programowymi

-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 w lekcji wychowania fizycznego/oceny dobre/
- swoją postawą społeczną i stosunkiem do kultury fizycznej nie budzi większych zastrzeżeń
- wykazał się średnim stopniem poziomem opanowania wiadomości
- przystąpił do większości zadań kontrolno -oceniających
- aktywność ucznia na zajęciach mieści się w przedziale 70-79%
- podczas sprawdzianów wykazał się średnim opanowaniem elementów technicznych, które tylko w większej części potrafił 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 za 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
- aktywność ucznia na zajęciach mieści się w przedziale 60-69%
- przystąpił do większości zadań kontrolno-oceniających z różnym skutkiem
- opanował materiał programowy na przeciętnym poziomie

#### OCENA DOPUSZCZAJĄCA

##### UCZEŃ:

- jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do zajęć budzą duże zastrzeżenia
- przystąpił do większości zadań kontrolno-oceniających
- aktywność ucznia na zajęciach mieści się w przedziale 51-59%
- podczas sprawdzianów wykazał się niskim poziomem opanowania umiejętności technicznych, których nie potrafił 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 zajęć ,nauczyciela i grupy ćwiczebnej budzą zastrzeżenia /uzyskując oceny częściowe niedostateczne/
- jest nieprzygotowany do zajęć więcej niż dwa razy w semestrze
- nie przystąpił do zadań kontrolno -oceniających
- nie przywiązuje wagi do własnej sprawności fizycznej
- wykazał się bardzo słabym poziomem opanowania wiadomości z zakresu wychowania fizycznego

opracował- Lider zespołu przedmiotowego  
Łabuziński Andrzej

Przedmiotowy System Oceniania został pozytywnie zaopiniowany przez zespół nauczycieli wychowania fizycznego IV LO w Piotrkowie Tryb. w dniu 23.09.2019 i zatwierdzony do realizacji przez Radę Pedagogiczną w dniu 24.10.2019 r.

SOBCZYK BOŻENA -  
DRZĄSZCZ EWA -  
ZIÓŁKOWSKA JULITA -  
WYCHOWAŁEK TOMASZ -  
ZIELIŃSKI PAWEŁ -