

PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

realizowany w III Liceum Ogólnokształcącym im. św. Jana Kantego w Poznaniu

ROK SZKOLNY 208/2019

Kryteria oceny osiągnięć z wychowania fizycznego

Bardzo ważną częścią procesu edukacyjnego jest ocenianie ucznia. Oceniając postępy ucznia należy się kierować następującymi zasadami:

- kryterialną – zasady oceniania powinny być jasno sformułowane i zrozumiałe dla ucznia i rodzica
- systematyczności – jest to ściśle związane z wychowawczą funkcją oceny, uczeń powinien być nagradzany za systematyczną pracę i karany za jej brak; ocenianie spełnia też funkcję diagnozującą – nauczyciel winien mieć ciągłą kontrolę nad postępami swoich uczniów, co daje możliwość powtarzania części programu i dostosowywanie tempa i metod pracy do możliwości psych-fizycznych uczniów
- sprawiedliwości – cecha ta jest bardzo motywująca i daje uczniom poczucie że, osiąganie celów nie jest przypadkowe a ponadto podbudowuje autorytet nauczyciela
- motywującą – należy systematycznie oceniać aktywną postawę uczniów na lekcji i nagradzać ich wysiłki w zdobywaniu umiejętności i wiedzy

Kierując się tymi zasadami opracowany został przedmiotowy system oceniania. Jest to system który, jasno i klarownie określa składowe oceny z wychowania fizycznego.

Ocena z wychowania fizycznego na I okres i na koniec każdego roku szkolnego jest składową:

- punktów za frekwencję
- punktów za aktywność
- punktów za osiągnięcia

Uczeń umie:

- 1.organizować, poprowadzić rozgrzewkę (stretching) i ćwiczenia na bilans ciała
- 2.zrobić pomiar wysokości, masy ciała, tętna
- 3.dobrać i wykonać po 2 ćwiczenia kształtujące poszczególne zdolności motoryczne
- 4.wykonać podstawowe elementy techniczne dwóch wybranych zespołowych gier sportowych
- 5.wykonać po 2 podstawowe elementy z wybranych dyscyplin sportu (gimnastyka sportowa, gimnastyka artystyczna)
- 6.organizować i sędziować wewnątrzklasowe zawody sportowe
- 7.posiadać określony zasób wiedzy, posiadanie której nauczyciel prowadzący sprawdzi w wybrany przez siebie sposób np. przepisy gry, podstawowe fakty z historii sportu i aktualności dotyczące kultury fizycznej
- 8.przestrzegać przepisów BHP w sali gimnastycznej i na boisku sportowym

Uwagi końcowe do kryteriów oceny z wychowania fizycznego:

- uczeń reprezentujący szkołę w zawodach sportowych może otrzymać dodatkowo maksymalnie do 20 punktów
- uczeń który dodatkowo uprawia sport w klubie sportowym może otrzymać dodatkowo maksymalnie do 10 punktów
- uczeń ,który ze względu na stan zdrowia nie może uczestniczyć w zajęciach wychowania fizycznego jest zobowiązany do przedstawienia odpowiedniego zaświadczenia lekarskiego
- ze względu na specyfikę przedmiotu po upływie 10 minut od momentu rozpoczęcia zajęć nauczyciel ma prawo nie dopuścić ucznia do aktywnego udziału w danych zajęciach
- informacja o braku aktywnego uczestnictwa w lekcji przez ucznia ma być przesyłana za pośrednictwem e-dziennika (inna forma nie będzie respektowana)przez rodzica lub opiekuna
- w przypadkach ciągłej, usprawiedliwionej nieobecności w szkole (trwającej dłużej niż miesiąc) możliwe jest odstępstwo od w/w regulaminu

Wymagania edukacyjne:

Ocenę celującą (6) otrzymuje uczeń/uczennica którego umiejętności i wiedza wykraczają poza obowiązujący program nauczania i który spełnia następujące kryteria:

- wykazuje się wzorową aktywnością i postawą podczas prowadzonych zajęć obowiązkowych i alternatywnych
- wykonuje ćwiczenia i zadania w sposób zbliżony do swoich maksymalnych możliwości
- wzorowo dobiera i wykonuje ćwiczenia kształtujące poszczególne zdolności motoryczne
- umie dobrać i wykonać więcej niż 5 elementów technicznych z wybranych gier zespołowych
- umie dobrać i wykonać więcej niż 6 elementów z gimnastyki podstawowej
- umie dobrać i wykonać więcej niż 6 elementów z gimnastyki artystycznej
- posiada zasób wiedzy z przepisów gier pozwalający swobodnie sędziować daną grę zespołową
- wylicza oraz interpretuje własny wskaźnik wagowo-wzrostowy (BMI)
- przestrzega przepisów BHP w sali sportowej i na boisku sportowym
- wykazuje się wzorową dbałością o swoje zdrowie i swój rozwój fizyczny wykazując postęp

Ocenę bardzo dobrą (5) otrzymuje uczeń/uczennica który opanował pełen zakres obowiązującego programu nauczania i który spełnia następujące kryteria:

- wykazuje się bardzo dobrą aktywnością i postawą podczas prowadzonych zajęć obowiązkowych i alternatywnych
- wykonuje ćwiczenia i zadania w sposób zbliżony do swoich możliwości

- bardzo dobrze dobiera i wykonuje ćwiczenia kształtujące poszczególne zdolności motoryczne
- umie dobrać i wykonać 5 elementów technicznych z wybranych gier zespołowych
- umie dobrać i wykonać 6 elementów z gimnastyki podstawowej
- umie dobrać i wykonać 6 elementów z gimnastyki artystycznej
- posiada zasób wiedzy z przepisów gier pozwalający sędziować daną grę zespołową
- wylicza oraz potrafi interpretować własny wskaźnik wagowo-wzrostowy (BMI)
- przestrzega przepisów BHP w sali sportowej i na boisku sportowym
- dokłada wszelkich starań aby poprawić swój rozwój fizyczny i dbałość o własne zdrowie

Ocenę dobrą (4) otrzymuje uczeń/uczennica którego umiejętności i wiedza nie wykraczają poza obowiązującą podstawę programową i który spełnia następujące kryteria:

- wykazuje się dobrą aktywnością i postawą podczas prowadzonych zajęć obowiązkowych i alternatywnych
- wykonuje ćwiczenia i zadania w sposób dobry
- dobrze dobiera i wykonuje ćwiczenia kształtujące poszczególne zdolności motoryczne
- umie dobrać i wykonać 4 elementy techniczne z wybranych gier zespołowych
- umie dobrać i wykonać 4 elementy z gimnastyki podstawowej
- umie dobrać i wykonać 4 elementy z gimnastyki artystycznej
- posiada zasób wiedzy z przepisów gier pozwalający sędziować daną szkolną grę zespołową
- potrafi wyliczyć własny wskaźnik wagowo-wzrostowy (BMI)
- przestrzega przepisów BHP w sali sportowej i na boisku sportowym
- dokłada starań aby poprawić swój rozwój fizyczny i dbałość o własne zdrowie

Ocenę dostateczną (3) otrzymuje uczeń/uczennica który opanował dostatecznie obowiązującą podstawę programową i który spełnia następujące kryteria:

- wykazuje się poprawną aktywnością i postawą podczas prowadzonych zajęć obowiązkowych i alternatywnych
- wykonuje ćwiczenia i zadania w sposób poprawny
- poprawnie dobiera i wykonuje ćwiczenia kształtujące poszczególne zdolności motoryczne
- umie dobrać i wykonać 3 elementy techniczne z wybranych gier zespołowych
- umie dobrać i wykonać 3 elementy z gimnastyki podstawowej
- umie dobrać i wykonać 3 elementy z gimnastyki artystycznej
- posiada zasób wiedzy z przepisów gier pozwalający sędziować daną uproszczoną grę zespołową
- potrafi wykonać pomiar wysokości, masy ciała i tętna oraz przy pomocy nauczyciela wyliczyć własny wskaźnik wagowo-wzrostowy (BMI)
- przestrzega przepisów BHP w sali sportowej i na boisku sportowym
- stara się poprawić swój rozwój fizyczny i dbałość o własne zdrowie

Ocenę dopuszczającą (2) otrzymuje uczeń/uczennica który opanował minimalnie obowiązującą podstawę programową i który spełnia następujące kryteria:

- wykazuje się słabą aktywnością i postawą podczas prowadzonych zajęć obowiązkowych i alternatywnych
- wykonuje ćwiczenia i zadania mało samodzielnie (z pomocą prowadzącego)
- z pomocą nauczyciela dobiera i wykonuje ćwiczenia kształtujące poszczególne zdolności motoryczne
- umie dobrać i wykonać 2 elementy techniczne z wybranych gier zespołowych
- umie dobrać i wykonać 2 elementy z gimnastyki podstawowej
- umie dobrać i wykonać 2 elementy z gimnastyki artystycznej
- posiada mały zasób wiedzy z przepisów gier nie pozwalający mu samodzielnie sędziować daną uproszczoną grę zespołową
- przy pomocy nauczyciela wykonuje pomiar wysokości, masy ciała, pomiaru tętna i wylicza własny wskaźnik wagowo-wzrostowy (BMI)
- przestrzega przepisów BHP w sali sportowej i na boisku sportowym
- niesystematycznie i niechętnie pracuje nad swoim rozwojem fizycznym i nad dbałością o zdrowie

Ocenę niedostateczną (1) otrzymuje uczeń/uczennica który nie opanował obowiązującej podstawy programowej i który nie spełnia następujących kryteriów:

- nie wykazuje się żadną aktywnością podczas prowadzonych zajęć obowiązkowych i alternatywnych
- nie wykonuje ćwiczeń i zadań samodzielnie (nawet z pomocą nauczyciela)
- nie umie dobrać i wykonać ćwiczeń kształtujących poszczególne zdolności motoryczne
- nie umie dobrać i wykonać minimum 2 elementów technicznych z wybranych gier zespołowych
- nie umie dobrać i wykonać minimum 2 elementów z gimnastyki podstawowej
- nie umie dobrać i wykonać minimum 2 elementów z gimnastyki artystycznej
- nie posiada wiedzy z przepisów gier zespołowych
- nie potrafi wyliczyć i zinterpretować własnego wskaźnika wzrostowo-wagowego (BMI)
- nie przestrzega przepisów BHP w sali sportowej i na boisku sportowym
- nie dba o swój rozwój fizyczny i o własne zdrowie

Zasady oceniania punktowego

1. Możliwe do zdobycia punkty:

Klasy	Rodzaje punktacji	Maksymalna liczba punktów	Maksymalna ilość za pojedyncze zadanie	Ilość punktów lub zadań oceniających w I i II okresie
Pierwsze i drugie			punkty za obecność na lekcjach w-f zgodne z procentowym wykazem obecności w e-dzienniku	45pkt I okres + 45pkt II okres
	1. Frekwencja	90		
	2. Zadania oceniające z gimnastyki	18	6	2 + 1
	3. Zadanie oceniające z piłki siatkowej	12	6	1 + 1
	4. Zadanie oceniające z piłki koszykowej	12	6	1 + 1
	5. Aktywność podczas lekcji obowiązkowych	10	5	1 + 1
	6. Aktywność podczas lekcji alternatywnych	10	5	1 + 1
	Razem	152		
7. Dodatkowe*	50		Ustala nauczyciel	
Trzecie			punkty za obecność na lekcjach w-f zgodne z procentowym wykazem obecności w e-dzienniku	45pkt I okres+ 45pkt II okres
	1. Frekwencja	90		
	2. Zadania oceniające z gimnastyki	6	6	I okres - 1
	3. Zadanie oceniające z piłki siatkowej	12	6	1 + 1
	4. Zadanie oceniające z piłki koszykowej	12	6	1 + 1
	5. Aktywność podczas lekcji obowiązkowych	10	5	1 + 1
	6. Aktywność podczas lekcji alternatywnych	10	5	1 + 1
	Razem	140		
7. Dodatkowe*	50		Ustala nauczyciel	

Frekwencja:

100% - 45 pkt.

95-99% - 43 pkt.

90- 94% - 41pkt.

84 – 89% - 40 pkt.

79 – 83% - 38 pkt.

73 – 78 % - 36 pkt.

68 – 72 % - 34 pkt.

62 – 67% -32 pkt.

56- 61% - 30 pkt.

50 – 55% - 28 pkt.

49 % i mniej -20 pkt.

* **Punkty dodatkowe** - uczeń może uzyskać:

1. Za reprezentowanie szkoły w wybranej dyscyplinie sportu - 20pkt
2. Za czynny udział ucznia w zajęciach klubowych - 10pkt
3. Za udział w Teście Zuchory - 5pkt
4. Za dodatkową aktywność podczas zajęć np. przygotowanie i poprowadzenie części wstępnej lekcji lub całych zajęć - max - 5pkt
5. Za szczególną pomoc w przygotowaniu i przeprowadzeniu imprez sportowych np. Mistrzostwa Szkoły - max -10pkt

Punkty dodatkowe dodawane będą do ogólnej klasyfikacji - rocznej

2. Poprawa zadań oceniających. Brak przygotowania do lekcji

- Każde zadanie oceniające można poprawić w terminie 2 tygodni. Liczba punktów uzyskanych na poprawie zastępuje liczbę punktów uzyskanych poprzednio o ile będzie wyższa.
- Każdy uczeń przed lekcją może zgłosić nieprzygotowanie do lekcji wychowania fizycznego maksymalnie dwa razy w semestrze (brak stroju). Każdy kolejny brak przygotowania do lekcji to minus 1 punkt (-1) do sumy punktów ma koniec semestru i roku szkolnego.
- Rodzic może zgłosić - tylko i wyłącznie - poprzez dziennik elektroniczny niedyspozycję dziecka i wówczas będzie to traktowane jako nieprzygotowanie usprawiedliwione i nie będzie liczone.

3. Klasyfikacja

- Ocena roczna jest wystawiana z sumy punktów z obu okresów.
- Punkty dodatkowe doliczane będą do ogólnej liczby punktów tylko w przypadku otrzymania przez ucznia minimalnej liczby punktów wymaganych do oceny dopuszczającej.
- W przypadku "wahającej" się oceny uczeń ma prawo do uzyskania 5pkt dodatkowych za przygotowanie i poprowadzenie części wstępnej lekcji lub całych zajęć, ale musi to być zgłoszone nauczycielowi najpóźniej 2 tygodnie przed wystawieniem rocznych ocen proponowanych.
-

4. SKALA OCEN

Przyjmuje się następującą skalę ocen:

Klasy pierwsze i drugie:

Przedział punktowy okresowo	Przedział punktowy rocznie	Ocena
od 75	od 150	Celujący
70-74	139-149	Bardzo dobry
58-69	115-138	Dobry
44-57	88-114	Dostateczny
34-43	68-87	Dopuszczający
0-33	0-67	Niedostateczny

Klasy trzecie

Przedział punktowy okresowo	Przedział punktowy rocznie	Ocena
od 69	od 138	Celujący
64-68	128-137	Bardzo dobry
53-63	106-127	Dobry
40-52	81-105	Dostateczny
31-39	63-80	Dopuszczający
0-30	0-62	Niedostateczny

Przedmiotowy system oceniania z wychowania fizycznego jest zgodny ze Statutem Szkoły.