

Przedmiotowy System Oceniania z *Wychowania Fizycznego* w I Liceum Ogólnokształcącym im. Marii Skłodowskiej-Curie w Szczecinie

1. Przedmiotowy System Oceniania reguluje zasady oceniania z wychowania fizycznego uczniów I Liceum Ogólnokształcącego w Szczecinie.
2. Podstawę Prawną stanowi Rozporządzenie MENiS z 2004 r. mówiące o warunkach i sposobie oceniania, klasyfikacji i promowania uczniów i słuchaczy oraz przeprowadzania sprawdzianów i egzaminów w szkołach publicznych oraz Wewnątrzszkolny System Oceniania, Statut Szkoły.
3. Obowiązujący Program Nauczania „Program wychowania fizycznego w zakresie podstawowym dla liceum ogólnokształcącego, liceum profilowanego i technikum. Zdrowie Sprawność Aktywność”, poszerzony o własną innowację dotyczącą edukacji zdrowotnej.
4. PSO ma na celu rozpoznawanie przez nauczyciela poziomu i postępów w opanowaniu przez ucznia umiejętności i wiadomości w stosunku do wymagań edukacyjnych wynikających z podstawy programowej.
5. **Właściwe podjęta kontrola i ocena procesu wychowania fizycznego winna służyć :**
 - rozpoznawaniu poziomu rozwoju psychomotorycznego uczniów,
 - wdrażaniu uczniów do systematycznej pracy, samokontroli i samooceny własnych umiejętności ruchowych, sprawności fizycznej, rozwoju fizycznego, wiedzy z zakresu kultury fizycznej, zachowania i postaw,
 - wzmaganiu zainteresowania uczniów aktywnością ruchową,
 - obiektywnemu pomiarowi osiągnięć uczniów,
 - podsumowaniu efektów pracy nauczyciela,
 - zwiększeniu zainteresowania rodziców problemem zdrowia, stanu rozwoju fizycznego własnych dzieci.

UWAGI OGÓLNE :

1. Na początku każdego roku szkolnego nauczyciel WF informuje uczniów, rodziców lub opiekunów prawnych o wymaganiach edukacyjnych wynikających z realizowanego przez siebie programu nauczania, podstawy programowej oraz o sposobach sprawdzania i oceniania osiągnięć ucznia w zakresie WF.
2. Nauczyciel WF prowadzi własny dziennik (zeszyt pracy), w którym prowadzi ewidencję ocen i wyników w zakresie sprawności motorycznej, umiejętności ruchowych, wiadomości, dodatkowych kryteriów oceniania oraz zapis frekwencji i aktywności na zajęciach. Rodzice i uczniowie mają prawo wglądu do dziennika nauczyciela.
3. Każdy uczeń podlega ocenie z wychowania fizycznego.
4. Na podstawie pisemnej opinii poradni psychologiczno-pedagogicznej lub innej poradni specjalistycznej obniża się wymagania edukacyjne w stosunku do ucznia, u którego stwierdzono specyficzne trudności w uczeniu się lub deficyty rozwojowe, uniemożliwiające sprostanie wymaganiom edukacyjnym wynikającym z programu nauczania.

I. OCENIANIE

I. Uwagi ogólne :

1. Ocena z wychowania fizycznego wystawiana jest dwa razy w ciągu roku szkolnego (na pierwsze półrocze oraz na koniec roku szkolnego).
2. Oceny są jawne zarówno dla ucznia, jak i jego rodziców (opiekunów prawnych).
3. Oceny klasyfikacyjne na I i II półrocze ustala się w stopniach według następującej skali :

Niedostateczny -	1
Dopuszczający -	2
Dostateczny -	3
Dobry -	4
Bardzo Dobry -	5
Celujący -	6

4. Oceny semestralne i końcowe ustala się na podstawie kryteriów przyjętych na poszczególne oceny (opis kryteriów w załączeniu PSO). Nie są one średnią arytmetyczną ocen cząstkowych, jakie uczeń otrzymał w ciągu danego okresu, ale efektem systematycznej pracy ucznia.
5. Przy ustaleniu oceny osiągnięć edukacyjnych w zakresie wychowania fizycznego w szczególności bierze się pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć. Zgodnie z tym należy pamiętać, iż pierwszoplanowym przedmiotem oceny ucznia z wychowania fizycznego jest jego wysiłek wkładany w udział w zajęciach. Miarą wysiłku wkładanego w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki wychowania fizycznego może być systematyczność udziału w zajęciach wychowania fizycznego, a także aktywność uczniów w trakcie zajęć. Wskaźnikiem aktywności natomiast może być wykonywanie zadań w trakcie zajęć na miarę możliwości ucznia.
6. Ocena pomiaru komponentów sprawności fizycznej ucznia, nie może decydować o ocenie końcowej z wychowania fizycznego.
7. Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego bierze się pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywaniu się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć.
8. Sprawdziany umiejętności ruchowych, motorycznych i wiadomości należy przeprowadzać po zrealizowaniu określonej ilości zajęć i wcześniejszym zapowiedzeniu terminu sprawdzianu oraz określeniu zakresu materiału jaki będzie oceniany.
9. Testy sprawności fizycznej, sprawdziany wiadomości i umiejętności ruchowych oraz odpowiedzi ustne są obowiązkowe.
10. Uczniowie powinni znać kryteria oceniania.
11. Ocenianie uczniów jest systematyczne.
12. Każdej ocenie powinien towarzyszyć komentarz słowny.

13. Ocenianie powinno wskazywać uczniowi mocne i słabe strony jego pracy.

14. Ocena powinna motywować ucznia do dalszej pracy i samodoskonalenia.

II. Wymagania wobec ucznia :

1. Na zajęciach WF uczeń może ćwiczyć, gdy jest do nich właściwie przygotowany, tzn. :
 - ma „zmienne” obuwie sportowe,
 - ćwiczy w stroju sportowym, przeznaczonym tylko na zajęcia WF,
 - nie wolno ćwiczyć w zegarkach, łańcuszkach, pierścionkach i kolczykach, dziewczęta muszą mieć związane długie włosy (itp.),
2. Po zajęciach uczeń dba o swoją higienę osobistą.
3. Uczeń ma prawo zgłosić, że jest nieprzygotowany do zajęć (brak stroju sportowego) 1 raz w danym semestrze. Każdy kolejny brak stroju skutkuje oceną niedostateczną.
4. Uczniowie zgłaszają nieprzygotowanie do zajęć przed lekcją.
5. Uczeń, jeżeli nie ma przeciwwskazań lekarskich powinien uczestniczyć we wszystkich formach zajęć na lekcji wychowania fizycznego.
6. Uczeń, który nie uczestniczył w obowiązującym sprawdzianie umiejętności musi go zaliczyć w ciągu 2 tygodni od daty sprawdzianu, po wcześniejszym ustaleniu terminu z nauczycielem.
7. Jeżeli uczeń skorzystał z możliwości zaliczenia sprawdzianu nauczyciel obok zapisu „nieobecny” lub „niećwiczący” wpisuje oceną cząstkową, którą otrzymał uczeń.
8. Uczeń w czasie 2 tygodni po sprawdzianie może poprawić ocenę na wyższą, po wcześniejszym ustaleniu terminu z nauczycielem.
9. Jeżeli uczeń nie skorzystał z możliwości zaliczenia sprawdzianu nauczyciel wpisuje ocenę niedostateczną.
10. Dziewczęta w czasie niedyspozycji są tylko zwalniane z zajęć na basenie. W przypadku lekcji na sali gimnastycznej lub innym obiekcie sportowym, zgłaszają niedyspozycję nauczycielowi, a ten dostosowuje ćwiczenia tak aby nie obciążać organizmu uczennicy.
11. Dziewczęta, które bardzo boleśnie przechodzą okres menstruacji mogą być zwolnione w tym terminie z zajęć przedstawiając zwolnienie od lekarza specjalisty.

III. Kryteria oceniania :

1. ***Na ocenę końcową /semestralną/ ucznia składają się oceny cząstkowe z następujących kryteriów :***
 - **Ocena poziomu umiejętności** z poszczególnych działów nauczania : lekkoatletyki, zespołowych gier sportowych, gimnastyki, pływanie (dziewczęta), piłka nożna (chłopcy)
 - **Ocena poziomu sprawności fizycznej** za pomocą wybranych prób „Indeksu Sprawności Fizycznej Zuchory” wg jednolitych kryteriów dla klas I, II, III.
 - **Ocena aktywności i postawy ucznia** – aktywne uczestnictwo w zajęciach, zaangażowanie w wykonywanie ćwiczeń i zadań zbliżonych do maksymalnych

możliwości ucznia, inwencja twórcza, udział w zajęciach pozalekcyjnych, reprezentowanie szkoły

- **Frekwencja** – uczestnictwo w zajęciach, dotyczy: spóźnień, nieobecności nieusprawiedliwionej, obecności usprawiedliwionej, zwolnienia z lekcji, ucieczki
- **Ocena wiadomości** objętych programem – na bieżąco w trakcie realizacji określonych zadań oceniamy : wykorzystanie posiadanych wiadomości przez ucznia w praktyce (sędziowanie, prowadzenie rozgrzewki, rozmowa, obserwacja, wykonanie gazetki tematycznej, praca pisemna, referaty).
- **Ze względu na specyfikę zajęć z edukacji zdrowotnej, w ocenianiu osiągnięć uczniów bierze się pod uwagę:**
 - obecność i aktywność uczniów na zajęciach; ich gotowość do podejmowania zadań indywidualnych lub zespołowych;
 - samoocenę uczniów dotyczącą rozwoju ich umiejętności osobistych i społecznych oraz zmian postaw i zachowań (w miarę możliwości z wykorzystaniem kwestionariuszy i arkuszy samooceny);
 - ocenę przez rówieśników, w przypadku wykonywania projektów i prac zespołowych;
 - ocenę pracy ucznia przez nauczyciela dotyczącą specyficznych zadań, pracy domowej, projektów, portfolio i innych wytworów pracy ucznia.

2. **WYMAGANIA SZCZEGÓŁOWE NA POSZCZEGÓLNE OCENY.**

Poziom umiejętności ruchowych sprawności fizycznej podlega ocenie w skali sześciostopniowej (1-6) :

Celująca – (6) – uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą, wyniki znacznie przewyższają normy cech motorycznych na ocenę bardzo dobrą. Osiąga duży postęp w usprawnianiu się (np. poprawa we wszystkich próbach). Poziom opanowania umiejętności technicznych znacznie przewyższa wymagania. Ma zaliczone wszystkie obowiązujące sprawdziany. Otrzymał oceny cząstkowe celujące, bardzo dobre. Zastosowanie umiejętności w praktycznym działaniu : osiąga wysokie wyniki we wszystkich dyscyplinach sportowych i konkurencjach. Potrafi praktycznie wykorzystać wiedzę. Jest bardzo zaangażowany na lekcjach. Najwyżej jeden raz był nie przygotowany do zajęć, wszystkie nieobecności ma usprawiedliwione. Rozwija swoje uzdolnienia. Aktywnie uczestniczy w życiu sportowym szkoły, bądź też w innym formach związanych z wychowaniem fizycznym. Reprezentuje szkołę.

Bardzo Dobra – (5) – uczeń jest bardzo sprawny fizycznie, osiąga wyniki według norm na ocenę bardzo dobrą. Ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, zna przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie. Osiąga poprawę w większości prób. Systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu. Doskonale opanował większość umiejętności. Bardzo dobrze radzi sobie w większości dyscyplin. Umie zastosować wiedzę w praktycznym działaniu. Podejmuje duży wysiłek, systematycznie stara się. Reprezentuje szkołę w rozgrywkach sportowych, bierze udział w sportowym życiu szkoły. Jego postawa, zaangażowanie i stosunek do zajęć nie budzi zastrzeżeń. Najwyżej dwa razy nie był przygotowany do zajęć.

Dobra – (4) – uczeń dysponuje sprawnością motoryczną na miarę swoich możliwości. Ćwiczenia wykonuje prawidłowo, lecz nie dość dokładnie, z małymi błędami technicznymi. Wykazuje tendencje do poprawy wyników. Brak stałej poprawy, ale pojedyncze próby poprawione. Nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnianiem się, wykazuje stałe i dość dobre postępy w tym zakresie. Opanował większość umiejętności lecz w różnym stopniu. Radzi sobie w dyscyplinach sportowych. Zna większość zagadnień i pojęć. Sprawnie posługuje się wiedzą. Jego postawa i stosunek do kultury fizycznej nie

budzi większych zastrzeżeń. Podejmuje wysiłek, stara się – jednak niesystematycznie. Najwyżej trzy razy był nieprzygotowany do lekcji.

Dostateczna – (3) – uczeń dysponuje przeciętną sprawnością motoryczną. Osiąga wyniki według norm na ocenę dostateczną. Posiada tylko podstawowe umiejętności. Ćwiczenia wykonuje niepewnie z większymi błędami technicznymi. Wykazuje małe postępy w usprawnianiu. Nie bardzo sobie daje radę w kilku dyscyplinach. Zna podstawowe pojęcia i zagadnienia. Nie bierze udziału w zajęciach pozalekcyjnych, Sporadycznie wykorzystuje wiedzę do rozwiązywania problemów. Uczestniczy w lekcji ale mało się stara. Najwyżej cztery razy nie był przygotowany do lekcji. Przejawia pewne braki w zakresie postawy społecznej i stosunku do wychowania fizycznego.

Dopuszczająca – (2) – uczeń posiada słabą sprawność fizyczną. Osiąga wyniki znacznie poniżej oceny dostatecznej. Opanował minimum ilości wiadomości. Nie radzi sobie w większości dyscyplin. Ćwiczenia wykonuje niepewnie z dużymi błędami technicznymi. Wykazuje bardzo małe postępy w usprawnianiu. Ma minimalny zasób pojęć i wiadomości. Nie potrafi samodzielnie zastosować wiedzy w praktyce. Nie wkłada wysiłku, nie stara się. Sporadycznie ćwiczy. Przejawia duże braki w zakresie postawy i stosunku do wychowania fizycznego.

Niedostateczna – (1) – uczeń posiada bardzo słabą sprawność fizyczną. Nie przystępuje lub nie kończy prób mimo możliwości. Ćwiczenia wykonuje z bardzo dużymi błędami technicznymi lub nie potrafi ich wykonać. Nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu się. Nie posiada żadnych umiejętności. Nie umie wystąpić w żadnej z dyscyplin. Nie bierze udziału w zajęciach pozalekcyjnych, nie uczestniczy w życiu sportowym szkoły. Nie rozróżnia pojęć. Nawet przy pomocy nauczyciela nie potrafi rozwiązać problemu, zadania sprawnościowego. Nie wykonuje ćwiczeń i poleceń. Stosunek do kultury fizycznej i jego postaw są negatywne. Opuszcza zajęcia.

UWAGI

- Przez opuszczanie lekcji bez uzasadnienia należy rozumieć ucieczkę z lekcji (nieobecność nieusprawiedliwiona).

IV. Procedura zwolnień z wychowania fizycznego i ubiegania się o zwolnienie długoterminowe lub całoroczne.

1. W uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego. Decyzję o zwolnieniu ucznia z zajęć podejmuje Dyrektor szkoły na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach uczestniczenia w tych zajęciach, wydanej przez lekarza lub poradnię specjalistyczną.
2. W uzasadnionych przypadkach uczeń, który wyczynowo uprawia daną dyscyplinę sportu i osiąga bardzo wysokie wyniki sportowe na szczeblu ogólnopolskim, może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego. Dyrektor szkoły na podstawie zaświadczenia z klubu, podania rodzica podejmuje decyzję o zwolnieniu ucznia z zajęć wychowania fizycznego.
3. W przypadku zwolnienia ucznia z zajęć w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się „zwolniony”.
4. Uczeń ma obowiązek poinformować nauczyciela o posiadaniu zwolnienia wydanego przez lekarza specjalistę.

5. Uczeń zwolniony całościowo z wychowania fizycznego na prośbę rodziców może nie uczestniczyć w lekcjach pierwszych i ostatnich, natomiast w środkowych obserwuje zajęcia lub na prośbę nauczyciela pomaga w ich realizacji.
6. Zawarte w zaświadczeniu lekarskim ewentualne ograniczenia, skutkujące zwolnieniem z wykonywania wybranej grupy ćwiczeń, nie są podstawą do zwolnienia ucznia z zajęć wychowania fizycznego. Takie zaświadczenie rodzic/uczeń składa nauczycielowi wychowania fizycznego, który zobowiązany jest uwzględnić zalecenia lekarza w pracy z uczniem.
7. Uczeń zwolniony decyzją lekarską na krótki okres czasu jest obecny na lekcjach, obserwuje zajęcia lub na polecenie nauczyciela pomaga w ich realizacji.
8. Każdy uczeń posiada obowiązkowo zeszyt usprawiedliwień. Usprawiedliwienia od rodzica na kartkach nie będą respektowane.
9. Uczeń zawsze przedstawia usprawiedliwienie na lekcji na której nie ćwiczy.
10. Usprawiedliwienia na koniec semestru za zaległe nieobecności lub nie ćwiczenie nie są uwzględniane.

Termin złożenia dokumentów dotyczących zwolnień całorocznych :

- w I semestrze do 30 września danego roku szkolnego
- w II semestrze w ciągu 14 dni od rozpoczęcia nowego semestru
- w nagłych przypadkach losowych – w ciągu 14 dni od pierwszego dnia ograniczenia możliwości uczestniczenia ucznia w zajęciach wychowania fizycznego.

V. Sposoby informowania uczniów i rodziców o wymaganiach edukacyjnych i ich realizacji przez ucznia.

1. Zapoznanie uczniów z PSO na pierwszych lekcjach w nowym roku szkolnym.
2. Wywieszenie wybranych treści PSO w gablocie szkolnej lub tablicy informacyjnej.
3. Informowanie uczniów na bieżąco o ich wynikach.
4. Komentarze słowne do każdorazowego oceniania ucznia.
5. Konsultacje nauczycielskie.
6. Rodzice są poinformowani o postępach i ocenach swoich dzieci poprzez wychowawcę klasy.
7. Każdy z nauczycieli jest do dyspozycji ucznia i rodzica na konsultacjach przedmiotowych.
8. Nauczyciel może poprosić rodzica na rozmowę indywidualną.
9. Konsultacje nauczycieli wychowania fizycznego odbywają się również w ramach zebrań szkolnych według ustalonego harmonogramu.