

**PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA
Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO
W PUBLICZNYM LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCYM NR III W OPOLU**

Przedmiotowy system oceniania z w-f został opracowany w oparciu o:

- Statut Szkoły
- WSO
- Program nauczania wychowania fizycznego dla liceum, technikum oraz branżowej szkoły I i II stopnia. Aktywność fizyczna i zdrowie. Autor: Krzysztof Warchoł

Podstawa prawna

1. Rozporządzenie Ministra Edukacji i Nauki z dnia 19 sierpnia 2022 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych.
2. Rozporządzenie Ministra Edukacji i Nauki z dnia 8 marca 2022 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie podstawy programowej kształcenia ogólnego dla liceum ogólnokształcącego, technikum oraz branżowej szkoły II stopnia.

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, 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 PSO z wychowania fizycznego:

- sprawdzenie stopnia przyswojenia wiadomości i umiejętności ruchowych ucznia
- poinformowanie ucznia o poziomie jego osiągnięć edukacyjnych i postępach w tym zakresie
- dostarczenie rodzicom i nauczycielom rzetelnej i szczegółowej informacji o postępach, trudnościach i specjalnych uzdolnieniach ucznia,
- 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,
- potraktowanie oceniania, jako integralnej części planu nauczania,
- przedstawienie uczniom zrozumiałych i jasnych kryteriów oceniania,
- ujednoczenie kryteriów oceniania stosowanych przez nauczycieli wychowania fizycznego,

III. Zasady oceniania

• **Sposoby informowania ucznia:**

- na pierwszej godzinie lekcyjnej nauczyciel zapoznaje uczniów z PSO,
- wymagania na poszczególne oceny udostępnione są wszystkim uczniom na stronie internetowej szkoły,
- oceny są jawne (dla danego ucznia i jego rodziców/opiekunów prawnych), oparte o opracowane kryteria,
- obowiązuje sześciostopniowa skala oceniania zgodnie z wewnątrzszkolnym systemem oceniania,
- podstawą oceny z wychowania fizycznego jest **wysilek** włożony przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć.

- **Sposoby informowania rodziców (prawnych opiekunów):**

- wychowawca na pierwszym zebraniu informuje rodziców o WSO,
- o ocenach cząstkowych i klasyfikacyjnych informuje się rodziców na zebraniach lub w czasie indywidualnych spotkań oraz wpisując oceny do dziennika elektronicznego,
- informacja o grożącej ocenie niedostatecznej klasyfikacyjnej jest przekazywana rodzicom zgodnie z procedurą WSO.

- **Ocenie podlegają:**

- sumienność i staranność w wywiązywaniu się z obowiązków wynikających z przedmiotu,
- zaangażowanie w przebieg lekcji i przygotowanie się do zajęć,
- stosunek do współwiczającego i przeciwnika,
- stosunek do własnego ciała,
- aktywność fizyczna,
- postęp w opanowaniu umiejętności i wiadomości przewidzianych dla poszczególnych klas zgodnie z indywidualnymi możliwościami i predyspozycjami,
- osiągnięte wyniki w sportach wymiernych, dokładność wykonania zadania i poziom zdobytej wiedzy,
- dodatkowa pozalekcyjna aktywność fizyczna.

IV. Podstawowe kryteria oceny ucznia

A. OCENA POSTAWY I AKTYWNOŚCI NA LEKCJACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Za aktywny udział w zajęciach wychowania fizycznego uczeń każdorazowo otrzymuje od **0 do 2 pkt.**
W przypadku łączonych jednostek lekcyjnych uczeń otrzymuje **max. 2 pkt.**

Przykładowo:

- **2 pkt** - otrzymuje uczeń, który posiada odpowiedni strój do ćwiczeń* (koszulka gimnastyczna, spodenki, skarpetki i zmienne obuwie sportowe), w pełni stara się realizować zadania stawiane przez nauczyciela,

Uczniowie, którzy nie biorą czynnego udziału w zajęciach przebywają pod opieką nauczyciela.

***Przez odpowiedni strój do ćwiczeń należy rozumieć:**

- zmienny, używany wyłącznie na lekcji wychowania fizycznego,
- pozwalający na swobodę ruchów podczas wykonywania ćwiczeń. Zalecana koszulka do ćwiczeń powinna mieć regularny krój. Może być z krótkim lub długim rękawem. Nie może być ani zbyt opięta, ani zbyt luźna, aby nie krępowała ruchów podczas wykonywania ćwiczeń. Może być wykonana z lekkich, oddychających tkanin lub bawełniana. Zaleca się, aby spodenki nie posiadały sprzączek, pasków, guzików i bocznych, zewnętrznych kieszeni.
- dostosowany do warunków pogodowych (dodatkowa bluza i spodnie dresowe w przypadkach ćwiczeń na zewnątrz przy obniżonej temperaturze powietrza). Nauczyciel ma obowiązek poinformowania uczniów o przewidywanej realizacji zajęć na zewnątrz najpóźniej w przeddzień takich zajęć.
- ze względów zdrowotnych i higienicznych zalecana jest także zmiana bielizny (np. u dziewcząt top lub biustonosz sportowy),
- na lekcji obowiązuje zakaz noszenia biżuterii (kolczyki, łańcuszki, zegarki). Długie włosy podczas ćwiczeń powinny być spięte. Podczas gier zespołowych nie należy używać tradycyjnych okularów. Zaleca się ćwiczenie w soczewkach lub okularach sportowych.

Punktacja może być obniżona za:

- spóźnienie na lekcję w-f
- niewłaściwe zachowanie na lekcji w- f
- nieprzestrzeganie zasad bezpieczeństwa na lekcji

Za nieobecność usprawiedliwioną zwolnieniem lekarskim uczeń nie otrzymuje punktów a okres ten nie jest wliczany do sumy zdobytych punktów w semestrze.

Pozostałe nieobecności nieusprawiedliwione zw. lekarskim uczeń może odrobić na dodatkowych zajęciach rekreacyjnych i SKS.

Maksymalna ilość punktów za aktywny udział w zajęciach wf możliwa do uzyskania w semestrze wynosi **40**. Otrzymuje ją uczeń, który brał czynny udział we wszystkich lekcjach WF w całym półroczu.

Uczeń może **1 raz** w semestrze być nieprzygotowany do zajęć bez usprawiedliwienia. Taka sytuacja nie będzie skutkowała obniżeniem punktacji.

Uwaga!!!

Podstawą do klasyfikowania ucznia z wychowania fizycznego jest jego aktywny udział w 50 % + 1 zajęć lekcyjnych w każdym semestrze

Wzór do obliczania ilości punktów, które otrzyma uczeń za obecności w semestrze

$$A = [X : Y] \times 40$$

A – ilość punktów, które uzyska uczeń z obecności za semestr

X – suma punktów częściowych zdobytych przez ucznia w semestrze

Y – maksymalna ilość punktów możliwych do zdobycia w semestrze w danej klasie
/ilość lekcji WF w semestrze x 2 pkt./

B. OCENA UMIEJĘTNOŚCI RUCHOWYCH (techniki ruchu) I WIADOMOŚCI

Uczeń w trakcie trwania semestru jest cyklicznie oceniany za **umiejętności ruchowe i wiadomości** z dziedziny wychowania fizycznego w skali od **1 – 6**.

Na koniec semestru średnia ocen częściowych z tego kryterium przeliczana jest na punkty wg skali;

Ocena:

Celujący - 25 pkt.

Bardzo dobry - 20 pkt

Dobry plus - 17,5 pkt

Dobry - 15 pkt

Dostateczny plus - 12,5 pkt

Dostateczny - 10 pkt

Dopuszczający plus - 7,5 pkt

Dopuszczający - 5 pkt

W przypadku uzyskania oceny niedostatecznej lub nieobecności na zajęciach uczeń ma możliwość zaliczenia lub poprawy sprawdzianu w okresie 4 tygodni (także na zajęciach rekreacyjnych i SKS).

C. UDZIAŁ W ZAWODACH SPORTOWYCH

Za udział w zawodach sportowych szkolnych lub międzyszkolnych uczeń w zależności od rangi zawodów, osiąganych rezultatów, zaangażowania i postawy otrzymuje jednorazowo od 1-5 pkt jednak w semestrze **maksymalnie można otrzymać 15 pkt.**

D. UDZIAŁ W ZAJĘCIACH SKS I ZAJĘCIACH KLUBÓW SPORTOWYCH

Za udział w zorganizowanych systematycznych zajęciach sportowych, szkolnych lub klubowych **minimum 2x w tygodniu** uczeń otrzymuje **w semestrze od 1 – 15 pkt.**

E. „FUKSY ”

W trakcie trwania semestru uczeń może otrzymać specjalne punkty tzw. „fuksy” np. za wygranie konkursów indywidualnych lub zespołowych podczas zajęć WF. Maksymalna ilość „fuksov” w semestrze wynosi **5 pkt.**

F. PRACE NA RZECZ SPORTU SZKOLNEGO

Za wykonanie określonych zadań na rzecz WF i sportu szkolnego uczeń może w semestrze otrzymać dodatkowo **10 pkt.**

Przykładowe formy prac:

- prowadzenie kroniki sportu
- opieka nad gazetką sportową, stroną www
- prace porządkowe na boisku szkolnym i magazynie sprzętu sportowego
- opracowanie plansz i pomocy dydaktycznych do celów sportowych
- pomoc w organizacji zawodów sportowych
- udział w kursach sędziowskich i sędziowanie zawodów szkolnych
- udział w uroczystościach szkolnych i pozaszkolnych w składzie poczty sztandarowego.

7. OCENA SEMESTRALNA / ROCZNA

Ocena z wychowania fizycznego jest sumą punktów uzyskanych przez ucznia w ciągu semestru. Ocena roczna to suma punktów I i II semestru podzielona przez 2.

Na 4 tygodnie przed klasyfikacją nauczyciel przekazuje informacje o przewidywanych śródrocznych i rocznych ocenach klasyfikacyjnych za pomocą wpisu do dziennika elektronicznego. Uczeń może ubiegać się o podwyższenie przewidywanej oceny klasyfikacyjnej.

Podstawą do podwyższenia oceny może być:

- pozalekcyjna aktywność ucznia, poprzez uczestniczenie w udokumentowanych, dodatkowych zajęciach sportowych (SKS, kluby sportowe i sekcje rekreacyjne),
- poprawienie oceny ze sprawdzianów umiejętności ruchowych,
- wykonanie dodatkowych czynności związanych z wychowaniem fizycznym lub sportem szkolnym (pomoc w zawodach sportowych, przygotowanie projektu lub prezentacji związanej z aktywnością sportową).

Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który:

- Wykazuje się szczególnym zaangażowaniem w pracy, twórczą postawą, umiejętnościami i wiadomościami wykraczającymi poza program nauczania w danej klasie.
- Prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia, chętnie uczestniczy w szkolnych i pozaszkolnych zajęciach sportowo-rekreacyjnych, bierze udział w zawodach i olimpiadach reprezentując szkołę.
- Otrzymał **powyżej 71** punktów po zsumowaniu poszczególnych składowych w kryteriach A-F w punktowym systemie oceniania z wf.

Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który:

- Całkowicie opanował zadania z poziomu rozszerzonego dla danej klasy.
- Jego staranność i sumienność w wykonywaniu zadań i zaangażowanie w przebieg lekcji oraz stopień przygotowania się do zajęć jest bardzo wysokie.
- Prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia, systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i osiąga duże postępy w osobistym usprawnianiu.
- Uczestniczy czynnie w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych o charakterze sportowo-rekreacyjnym.
- Otrzymał **od 55-70** punktów po zsumowaniu poszczególnych składowych w kryteriach A-F w punktowym systemie oceniania z wf.

Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który:

- Bez zarzutów wywiązuje się z obowiązków, osiąga postęp w poszczególnych klasach w opanowaniu umiejętności i wiadomości na poziomie podstawowym, przy pomocy nauczyciela realizuje zadania poziomu rozszerzonego.
- Jego staranność i sumienność w wykonywaniu zadań i zaangażowanie w przebieg lekcji oraz przygotowanie do zajęć są wysokie, prowadzi higieniczny tryb życia.
- Otrzymał **od 45-54** punktów po zsumowaniu poszczególnych składowych w kryteriach A-F w punktowym systemie oceniania z wf.

Ocenę dostateczną lub dopuszczającą otrzymuje uczeń:

- Adekwatnie do włożonego wysiłku w wywiązywanie się z obowiązków, stopnia postępu w opanowaniu umiejętności i wiadomości na poziomie podstawowym w poszczególnych klasach, poziomu staranności i sumienności w wykonywaniu zadań, zaangażowania w przebieg lekcji oraz stopnia przygotowania do zajęć.

- Otrzymał **od 35-44** punktów (ocena dostateczna), 25-34 punktów (ocena dopuszczająca) po zsumowaniu poszczególnych składowych w kryteriach A-F w punktowym systemie oceniania z wf.

Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który:

- Wykazuje szczególnie lekceważący stosunek do obowiązków wynikających ze specyfiki przedmiotu.
- Nie bierze czynnego udziału w lekcji, swoim zachowaniem dezorganizuje pracę, stwarzając niebezpieczeństwo dla siebie i innych, jest notorycznie nieprzygotowany do zajęć.
- Prowadzi niehigieniczny i niesportowy tryb życia.
- Otrzymał mniej niż 25 punktów po zsumowaniu poszczególnych składowych w kryteriach A-F w punktowym systemie oceniania z wf.

W uzasadnionych przypadkach, nauczyciel ma prawo do indywidualnego oceniania ucznia.

8.ZWOLNIENIA Z ĆWICZEŃ NA LEKCJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Uczeń, który na podstawie wydanej opinii lekarskiej ma ograniczone możliwości uczestnictwa w zajęciach w-f, decyzją dyrektora szkoły może być zwolniony z niektórych ćwiczeń i form ruchu określonych przez lekarza w odpowiednim zaświadczeniu lekarskim.

Zaświadczenie takie wraz z podaniem należy złożyć u Dyrektora Szkoły do końca września.

Uczeń niećwiczący lub zwolniony z zajęć wychowania fizycznego przebywa pod opieką nauczyciela.

9.DOSTOSOWANIE WYMAGAŃ EDUKACYJNYCH DO POTRZEB PSYCHOFIZYCZNYCH I EDUKACYJNYCH UCZNIÓW

- zapewnienie większej ilości ćwiczeń, aby uczeń opanował dawną sprawność (w razie potrzeby zwolnienie z wykonywania ćwiczeń przerastające możliwości ruchowe ucznia).
- wielokrotne tłumaczenie i wyjaśnianie zasad i reguł gier sportowych
- w ocenianiu zwracać większą uwagę na wysiłek włożony w wykonywanie zadania, nie jego ostateczny efekt.

Opracowanie

Zespół nauczycieli wychowania fizycznego