

Przedmiotowy system oceniania – wychowanie fizyczne.

Schemat:

1. Cele wychowania fizycznego,
2. Kryteria oceniania z wychowania fizycznego,
3. Wymagania programowe na poszczególne stopnie szkolne,
4. Częstotliwość oceniania,
5. Sposób oceniania,
6. Ocena za postęp sprawności (rozwój motoryczności),
7. Ocena za wiadomości,
8. Ocena za aktywność,
9. Ocena za frekwencję,
10. Zasady egzaminu poprawkowego,
11. Kontrakt z uczniem.

Przedmiotowy system oceniania oparty jest na WSO. Wszystkie pozostałe elementy PSO, czyli: egzamin klasyfikacyjny, sposoby informowania rodziców, zwolnienia z lekcji WF zawarte zostały w WSO.

I Cele Wychowania Fizycznego

1. Wszechstronny rozwój fizyczny i motoryczny, ogólne usprawnienie ruchowe i uodpornienie na niekorzystne bodźce środowiska.
2. Rozbudzenia zainteresowań różnymi formami aktywności ruchowej: zdrowotnej, utylitarnej, sportowej, rekreacyjno-hedonistycznej oraz wyposażenie uczniów w wiedzę i umiejętności umożliwiające im aktywne uczestnictwo w tych formach ruchowych.
3. Ukształtowanie podstawy odpowiedzialności za rozwój i sprawność oraz potrzeby ustawicznego działania dla zachowania i pomnożenia zdrowia, harmonijnego rozwoju fizycznego i sprawności fizycznej.

II Kryteria oceniania

1. Postawa wobec Kultury Fizycznej – uczestnictwo w różnych formach Kultury Fizycznej (sport, rekreacja, turystyka, fitness) organizowanych przez szkołę i ośrodki samorządowe. Rozumienie potrzeby zdrowego stylu życia (zachowania pro zdrowotne, hartowanie organizmu) dyscyplina i aktywność na lekcji, wzorowa frekwencja oraz postępowanie według zasady „fair play”. Posiadanie umiejętności samooceny.
2. Sprawność morfofunkcjonalna i motoryczna – poziom sprawności ucznia (kondycyjnej i morfofizjologicznej) z uwzględnieniem postępu na danym etapie kształcenia (rozwoju).
3. Umiejętności – poziom umiejętności ucznia z zakresu realizowanych form aktywności ruchowej (z uwzględnieniem postępu).

4. Wiadomości – stan wiedzy dotyczący sprawności morfofunkcjonalnej, motorycznej, troski o zdrowie, umiejętności sędziowania i olimpizmu. Wiadomości z zakresu treści wychowania fizycznego, ścieżki edukacyjnej, pro zdrowotnej oraz własnych wiadomości z uwzględnieniem właściwego doboru i praktycznego zastosowania odpowiednich narzędzi pomiaru. Znajomość przepisów gry i zachowań.
5. Opanowanie treści programowych z określonego poziomu wymagań

Treści:

- Konieczne - ocena dopuszczająca
- Podstawowe - ocena dostateczna
- Dopelniające - ocena dobra
- Rozszerzające - ocena bardzo dobra
- Wykraczające - ocena celująca

III Wymagania programowe

1. **Dopuszczający**- Uczeń nie wykazuje zainteresowania poprawą swojej sprawności fizycznej i umiejętności, nie stosuje zasad zdrowego stylu życia. W zajęciach uczestniczy niesystematycznie, opuszcza lekcje (duża ilość nieobecności nieusprawiedliwionych). Wykonuje niechętnie najprostsze ćwiczenia. Wykazuje duże braki w opanowaniu treści programowych, ograniczając się tylko do treści koniecznych.
2. **Dostateczny**- Uczeń niesystematycznie podejmuje działania na rzecz poprawy swojej sprawności fizycznej i nabycia umiejętności. Zajęcia opuszcza sporadycznie (ma nieobecności nieusprawiedliwione). Zadania i ćwiczenia wykonuje niepewnie i z dużymi błędami. Opanował treści programowe w zakresie podstawowym.
3. **Dobry**- Uczeń podejmuje działania na rzecz poprawy swojej sprawności fizycznej i nabycia umiejętności, rozumie potrzebę zdrowego stylu życia. Jest obecny na zajęciach (dopuszcza się nieobecności nieusprawiedliwione). Chętnie uczestniczy w lekcjach oraz zajęciach pozalekcyjnych. Opanował materiał programowy w zakresie rozszerzonym.
4. **Bardzo dobry**- Uczeń systematycznie działa na rzecz poprawy swojej sprawności fizycznej i umiejętności , biorąc czynny udział w zajęciach lekcyjnych i pozalekcyjnych. Zna zasady zdrowego stylu życia świadomie samodzielnie próbuje je wdrażać w życiu rodzinnym. Jego zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego nie budzi zastrzeżeń. Swoją postawą zachęca innych do udziału w zajęciach.

5. **Celujący**- Uczeń spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą. Jest wzorem do naśladowania na zajęciach w szkole i środowisku. Reprezentuje szkołę w rozgrywkach sportowych. Świadomie i systematycznie stosuje zasady zdrowego stylu życia oraz je promuje. Opanował materiał programowy w zakresie treści wykraczających poza program nauczania.

IV Częstotliwość oceniania

1. Minimalna ilość ocen w semestrze (zgodnie z WSO).
2. Aktywność na każdą lekcję (udział w zajęciach pozalekcyjnych na koniec semestru lub roku).
3. Frekwencja sprawdzana na każdej lekcji (ocena na koniec semestru lub roku).
4. Postęp sprawności fizycznej (2 razy w roku)
5. Umiejętności, nie mniej niż jeden raz w miesiącu.
6. Wiadomości, na bieżąco.

V Sposób oceniania

1. Zgodnie z WSO wg skali 1-6.
2. Słownie.

VI Ocena za postęp sprawności (rozwój motoryczności)

Cechy motoryczne podlegające ocenie np. siła, szybkość, wytrzymałość, skoczność, zwinność. Mierzymy je wybranymi testami.

- 6 – wybitna poprawa wyniku
- 5 – lepszy wynik od diagnozy wstępnej
- 4 – tendencja do poprawy, brak stałej poprawy
- 3 – wynik utrzymany na poziomie diagnozy wstępnej
- 2 – wynik słabszy od diagnozy wstępnej
- 1 – odszukać przyczyny

Ocena semestralna lub roczna jest wynikiem analizy postępu określonych cech motorycznych (w wyniku długotrwałej choroby ucznia możemy odstąpić od regulaminu)

VII Ocena za wiadomości

- 6 – uczeń posiada wiadomości nadprogramowe z zakresu kultury fizycznej i wykorzystuje je w praktyce
- 5 – uczeń posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i wykorzystuje je w praktycznym działaniu
- 4 – uczeń posiada wiadomości, umie wykorzystać w praktyce
- 3 – uczeń posiada liczne braki w wiadomościach, a tych które posiada nie umie wykorzystać w praktyce
- 2 – uczeń posiada małe wiadomości z zakresu kultury fizycznej

1 – uczeń charakteryzuje się niewiedzą z zakresu kultury fizycznej

VIII Ocena za aktywność

- 6 – bardzo duża ilość plusów,
- 5 – bardzo duża ilość plusów z nielicznymi minusami
- 4 – przewaga plusów nad minusami (równowaga- czyste konto),
- 3 – przewaga minusów nad plusami,
- 2 – kilka minusów bez plusów
- 1 – duża ilość (powyżej 3 w semestrze) braków stroju sportowego.

IX Ocena za frekwencję

- 6 – uczestnictwo we wszystkich zajęciach
- 5 – wszystkie nieobecności usprawiedliwione
- 4 – jedna nieobecność nieusprawiedliwiona
- 3 – kilka nieobecności nieusprawiedliwionych
- 2 – duża ilość nieobecności nieusprawiedliwionych
- 1 – bardzo duża ilość nieobecności nieusprawiedliwionych