

Przedmiotowy System Oceniania z wychowania fizycznego

Branżowa szkoła I stopnia i Technikum

Podstawa prawna do opracowania PSO z wychowania fizycznego

1. Statut Szkoły.
2. Wewnętrzny System Oceniania.
3. Rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej (nowa podstawa programowa oraz ramowe plany nauczania z 23 grudnia 2008r.; Dz.U. z 2009 r. Nr 4, poz. 17)

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 przedmiotowego systemu oceniania z wychowania fizycznego

- sprawdzenie stopnia przyswojenia wiadomości i umiejętności ruchowych ucznia
- poinformowanie ucznia poziomem 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,
- ujednolicenie kryteriów oceniania stosowanych przez nauczycieli wychowania fizycznego,
- dostarczenie rodzicom, opiekunom informacji o postępach, trudnościach i specjalnych uzdolnieniach ucznia.

III. Przedmiot kontroli i oceny ucznia z wychowania fizycznego.

Wystawiając oceny, nauczyciele wychowania fizycznego kierują się następującymi zasadami:

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

A. Obszary podstawowe:

1. Umiejętności ruchowe oceniane na podstawie przeprowadzanych 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,
- dbałości o własne zdrowie i higienę osobista,
- 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,
- frekwencja
- zdyscyplinowanie, dbanie o higienę ciała i czystość, systematyczny udział w lekcjach.

B. Obszary dodatkowe

1. Zaangażowanie społeczne w krzewieniu kultury fizycznej:

- wykonanie gazetki, projektu 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 nadobowiązkowych:

- aktywna postawa na zajęciach pozalekcyjnych

- udział w zawodach: w ramach SIS, miejskich, powiatowych, strefowych, wojewódzkich, ogólnopolskich,
- wyniki sportowe- np. pobicie rekordu szkoły, zwycięstwo w biegu, turnieju,
- udział w masowych imprezach rekreacyjno-sportowych,
- uczestniczenie w zajęciach sekcji klubu sportowego.

IV. Kryteria kontroli i oceny ucznia.

A. Obszary podstawowe:

Umiejętności

- aktualny poziom ogólnej sprawności fizycznej badany przy pomocy indeksu sprawności fizycznej,
- postęp w rozwoju sprawności ogólnej fizycznej mierzony po przeprowadzeniu prób dwa razy w roku (siła, skoczność, szybkość, zwinność, wytrzymałość, gibkość) próby przeliczane są na punkty zgodnie z tabelami, uczeń powinien wykazać się postępowaniem w rozwoju sprawności motorycznej, otrzymuje jedną ocenę zgodnie ze zdobytą ilością punktów,
- posiadane umiejętności ruchowe oceniane na podstawie sprawdzianów, które mogą dotyczyć pojedynczych ćwiczeń lub całych zestawów,

Wiadomości

- wiedza ucznia i umiejętność jej wykorzystania w praktycznym działaniu.
- stosunek ucznia do przedmiotu,

B. Obszary dodatkowe:

Postawy

- zaangażowanie społeczne w krzewieniu kultury fizycznej,
- udział w zawodach sportowych i zajęciach nadobowiązkowych.
- aktywnie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego prowadzonych w różnych warunkach
- wykazuje duży wysiłek do podnoszenia sprawności, zdobywania umiejętności i wiadomości w sposób zbliżony do swoich maksymalnych możliwości fizycznych, kondycyjnych i koordynacyjnych
- pomaga w sędziowaniu
- organizuje lub pomaga w organizacji zajęć ruchowych
- prowadzi ćwiczenia kształtujące
- samodzielnie przeprowadza zabawy
- wywiązuje się z roli kibica
- angażuje się pomaga w przygotowaniu imprezy sportowej na terenie szkoły lub poza nią
- ma pozytywny stosunek do przedmiotu i 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
- podporządkowuje się ustalonym zasadom i regułom
- przestrzega zasad bezpieczeństwa, regulaminów i obowiązków uczniowskich
- nie spóźnia się na zajęcia
- pomaga w redagowaniu ściennej gazetki sportowej

V. Oceny cząstkowe z wychowania fizycznego

1. Zadania kontrolno – oceniające:

ocenie podlega poziom i postęp sprawności fizycznej

a. technika (estetyka, płynność, poprawność) wykonanego ćwiczenia podlegającego sprawdzianowi

b. skuteczność wykonywanego ćwiczenia (celność, ilość, odległość)

c. zagadnienia pisemne o tematyce sportowej (jeśli względy zdrowotne lub inne przyczyny usprawiedliwione uniemożliwiają zaliczenie sprawdzianu praktycznego)

Uczniowie zobowiązani są do wykonania wszystkich zaplanowanych przez nauczyciela sprawdzianów z wyżej wymienionych dyscyplin.

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.

Z działu Umiejętności uczniowie mogą przystąpić do sprawdzianów sprawności specjalnej, testu sprawności ogólnej. W zależności od przejawianych form aktywności, otrzymają oceny z działu Postawy w każdym semestrze.

Wiadomości uczniów w klasach będą oceniane na bieżąco.

Wszystkie sprawdziany będą zapowiedziane, przećwiczone i omówione.

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 pisemne z ćwiczeń wypisane przez lekarza. Lekarz powinien określić jakie ćwiczenia uczeń może wykonywać. Uczeń, który ma zwolnienie dłuższe niż dwa tygodnie zobowiązany jest do złożenia pisemnego podania do dyrektora szkoły. Podanie wypełnia rodzic i lekarz. Przy zwolnieniu lekarskim uczeń ma obowiązek posiadania zmiennego obuwia sportowego.

Uczeń niećwiczący:

- pomaga w sędziowaniu
- organizuje lub pomaga w organizacji zajęć ruchowych
- wywiązuje się z roli kibica
- angażuje się i pomaga w przygotowaniu imprezy sportowej na terenie szkoły lub poza nią
- uczeń pomaga w redagowaniu ściennej gazetki sportowej.

Uczeń i rodzice zobowiązani są do zgłaszania nauczycielowi wszelkich przeciwwskazań do wykonywania ćwiczeń (przebyte choroby, urazy).

W przypadku niedyspozycji spowodowanej menstruacją u dziewcząt, ewentualnego złego samopoczucia z tym związanego – uczennica zgłasza dany fakt nauczycielowi. Forma udziału dziecka w zajęciach zależy od samopoczucia uczennicy. Uczennica ma obowiązek być przygotowana do lekcji (kompletny strój sportowy).

Ocena cząstkowa za aktywność na zajęciach wystawiana jest na koniec danego miesiąca i osobno na zakończenie semestru - obliczana jest wg skali:

Stopień czynny udział w zajęciach

Wychowania fizycznego w %

6 - celujący 100%

5 – bardzo dobry 89% - 99%

4 - dobry 76% - 88%

3 - dostateczny 63% -75%

2 - dopuszczający 50% - 62%

Nieklasyfikaj poniżej 50%

3. Przygotowanie do zajęć z wychowania fizycznego.

Strój gimnastyczny wymagany na zajęciach wychowania fizycznego:

- koszulka sportowa z krótkim rękawkiem,
- spodnie dresowe – sportowe długie lub krótkie,
- obuwie do wyboru: typu „ adidas” , trampki, tenisówki. Bezpieczne i zdrowe jest obuwie sznurowane lub zapinane na przylepce, podeszwa jest miękka, tępa.

Wymagany jest czysty i schludny strój sportowy. Każdorazowo należy zmienić strój po zajęciach. Dopuszczalna jest nie większa liczba nieprzygotowań jak 2 razy w semestrze. Za każdy kolejny brak stroju wystawiana jest ocena niedostateczna.

Uczeń, który zawsze w semestrze był przygotowany do zajęć i brał aktywny udział we wszystkich zajęciach otrzymuje na koniec semestru bądź roku szkolnego ocenę celującą (aktywność – 100%).

4. Działalność sportowa pozalekcyjna.

Na podniesienie 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 brany pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć, a nie kompetencje ruchowe.

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 technicznego, taktycznego),
- kontrola i ocena bieżąca,
- ocena okresowa – semestralna,
- ocena końcowo-roczna,

Podstawą oceny ucznia będzie systematyczna i konsekwentna kontrola jego pracy.

Szczególnie ważny będzie postęp 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.

VIII. Zasady oceniania

- obowiązuje sześciostopniowa skala oceniania zgodnie z wewnątrzszkolnym systemem oceniania,
- nauczyciel zapoznaje we wrześniu uczniów z wymaganiami programowymi i kryteriami oceniania,
- uczeń ze stosunku do przedmiotu otrzymuje za semestr ocenę wyjściową dobry, każde otrzymane plusy lub minusy podwyższają lub obniżają ocenę
- oceniając ucznia z wychowania fizycznego bierzemy pod uwagę jego postęp w zdobywaniu sprawności, umiejętności i wiadomości oraz wysiłek wkładany przez niego w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć,
- sprawność motoryczną ucznia ocenia się wg 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 będzie na sprawdzianie, to powinien go zaliczyć w ciągu trzech tygodni od powrotu do szkoły,
- uczeń może poprawić każdą ocenę ze sprawdzianu, w ciągu dwóch tygodni od sprawdzianu, potem terminie traci takie prawo,

X. Wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego

Ocena celująca. 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 na 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 100% obecności,
- wykazał wysoki poziom z zadań dotyczących uczestnictwa i zaangażowania w lekcji wychowania fizycznego otrzymując stopnie celujące z aktywności,
- jest zawsze przygotowany do zajęć z wychowania fizycznego

Ocena bardzo dobra. Uczeń:

- jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do zajęć nie budzą najmniejszych zastrzeżeń (uzyskując oceny cząstkowe bardzo dobre),
- systematycznie doskonalili swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu,
- przystąpił do wszystkich zadań kontrolno – oceniających,
- posiada duże wiadomości z zakresu wychowania fizycznego i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu,
- aktywność ucznia na zajęciach mieści się w przedziale 89% - 99% obecności,
- bierze aktywny udział w sportowych zajęciach pozalekcyjnych i zawodach sportowych (nie jest to jednak działalność systematyczna),
- całkowicie opanował materiał programowy.
- jest sprawny fizycznie, ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, pewnie, w odpowiednim tempie i dokładnie, zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie.

Ocena dobra. Uczeń:

- wykazał się średnim poziomem z poszczególnych zadań dotyczących uczestnictwa i zaangażowania w lekcji wychowania fizycznego (oceny dobre),
- swoją postawą społeczną, stosunkiem do kultury fizycznej nie budzi większych zastrzeżeń,
- wykazał się średnim poziomem opanowania wiadomości,
- przystąpił do wszystkich zadań kontrolno – sprawdzających,

- aktywność ucznia na zajęciach mieści się w przedziale 76% - 85% obecności.
- podczas sprawdzianów wykazał się średnim opanowaniem elementów technicznych, które tylko w większej części potrafi 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 z 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 63% - 75% obecności,
- przystąpił do wszystkich zadań kontrolno – oceniających,
- opanował materiał programowy na przeciętnym poziomie.

Ocena dopuszczająca. Uczeń:

- jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do zajęć budzą duże zastrzeżenia,
- przystąpił do wszystkich zadań kontrolno – sprawdzających,
- aktywność ucznia na zajęciach mieści się w przedziale 50% - 62% obecności,
- podczas sprawdzianów wykazał się niskim poziomem opanowaniu umiejętności technicznych, których nie potrafi 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 budzą duże zastrzeżenia (uzyskując oceny cząstkowe niedostateczne),
- jest nieprzygotowany do zajęć więcej niż dwa razy w semestrze,
- nie przystąpił do zadań kontrolno – sprawdzających,
- nie przywiązuje wagi do własnej sprawności fizycznej,
- wykazał się bardzo słabym poziomem opanowania wiadomości z zakresu wychowania fizycznego.