

**Przedmiotowe zasady oceniania, wymagania
z wychowania fizycznego
dla Zespołu Szkół Mundurowo-Technicznych im. Armii Krajowej
w Ostrowie**

I. ZAŁOŻENIA OGÓLNE

1. Cele oceniania:

- aktywizowanie i wspieranie ucznia w systematycznych działaniach na rzecz zdrowia i sprawności fizycznej;
- motywowanie ucznia do podejmowania samodzielnych inicjatyw związanych ze sportem i rekreacją;
- ewaluacja efektywności procesu kształcenia.

2. Obszary oceniania:

- systematyczny udział w zajęciach;
- aktywność lekcyjna i pozalekcyjna;
- postęp w usprawnianiu;
- umiejętności ruchowe.

3. Funkcje poszczególnych obszarów oceniania:

- **systematyczny udział w zajęciach** – motywowanie ucznia do podejmowania systematycznych działań na rzecz zdrowia i sprawności fizycznej, teraz i w przyszłości;
- **aktywność lekcyjna i pozalekcyjna** – motywowanie ucznia do podejmowania maksymalnego wysiłku, zaangażowania, współdziałania w zespole, inicjatywy i samodzielności w planowaniu i organizowaniu działań rekreacyjno-sportowych w szkole i środowisku;
- **postęp w usprawnianiu** – motywowanie ucznia do samokontroli, samooceny i samodoskonalenia sprawności fizycznej;
- **umiejętności ruchowe** – aktywizowanie ucznia do doskonalenia umiejętności z różnych form aktywności fizycznej oraz wyboru sportu „całego życia” dostosowanego do własnych możliwości i zainteresowań.

II. SZCZEGÓŁOWE KRYTERIA OCENY W POSZCZEGÓLNYCH OBSZARACH

Obszar – Postęp sprawności

W obszarze tym uczeń otrzymuje oceny za indywidualny progres lub regres wyników uzyskanych w próbach sprawności motorycznej, przeprowadzanych dwa razy w roku szkolnym (grudzień/styczeń, maj/czerwiec) przez cały etap edukacji. Oceniany jest też za próby lekkoatletyczne, przeprowadzone w okresie jesiennym i wiosennym na stadionie. W pierwszym półroczu w klasach pierwszych dokonana będzie diagnoza wstępna z prób sprawnościowych, a oceny postępu pojawiają się w drugim półroczu.

Opis prób

- Zwinność – bieg po kopercie o wymiarach 5m – 3m trzykrotnie wykonany (wynik próby mierzony jest z dokładnością do 0,1 s)
- Wytrzymałość, szybkość – bieg wahadłowy 10m x 10m (wynik próby mierzony jest z dokładnością do 0,1 s)
- Siła mm brzucha – siady z leżenia tyłem o nogach ugiętych w czasie 1 min.
- Siła mm ramion – rzut piłką lekarską w tył za głowę 3kg Dz. 4 kg Ch. (wynik mierzony z dokładnością do 5 cm).
- Moc – skok w dal z miejsca obunóż (wynik mierzony jest z dokładnością do 1cm)

Opis prób lekkoatletycznych

- Szybkość biegowa – bieg na dystansie 60m dla dziewcząt ze startu niskiego (wynik próby mierzony jest z dokładnością do 0,1 s)
- Wytrzymałość biegowa – bieg na dystansie ok. 600m dla dziewcząt i ok. 1000m dla chłopców (ocena bdb zależy od pokonania dystansu bez zatrzymania)
- Siła mm ramion – pchnięcie kulą 3kg Dz., 5 kg Ch. (wynik mierzony z dokładnością do 5 cm).
- Skoczność, moc - skok w dal (wynik mierzony jest z dokładnością do 1cm)

Uczeń uzyska dodatkowo ocenę bardzo dobrą za podejście do wszystkich prób sprawności fizycznej programu „Sportowe Talenty” i wykonanie zadań na miarę swoich możliwości. W ramach tego programu w okresie luty – kwiecień zostaną przeprowadzone 4 testy sprawności: skok w dal z miejsca, bieg wahadłowy 10x5 m, „plank – deska”, „Beep Test”. Program Sportowe Talenty jest realizowany przez Ministerstwo Sportu i Turystyki we współpracy z Ministerstwem Edukacji Narodowej i stanowi element podstawy programowej wychowania fizycznego.

Kryteria oceny w obszarze postępu w usprawnianiu

celująca (6)	– znaczna poprawa wyniku
bardzo dobra (5)	– poprawa wyniku
dobra (4)	– utrzymanie wyniku
dostateczna (3)	– pogorszenie wyniku
niedostateczna (1)	– brak sprawdzianu

znaczna poprawa wyniku:

- w przypadku sprawdzianów mierzonych z dokł. do 0,1s oznacza obniżenie wyniku o 1s
- w przypadku sprawdzianów mierzonych z dokł. do 1s oznacza obniżenie wyniku 8s
- w przypadku sprawdzianu mocy oznacza podwyższenie wyniku o 20cm
- w przypadku sprawdzianu siły mięśni rąk oznacza podwyższenie wyniku o 1m
- w przypadku sprawdzianu siły mięśni brzucha oznacza zwiększenie o 5 powtórzeń

znaczne pogorszenie wyniku:

- oznacza obniżenie lub podwyższenie wyniku o wyżej wymienione wartości

Uwagi:

1. Uczeń oceniany jest za indywidualny postęp wyników bez względu na ich wartość, najpierw w stosunku do diagnozy wstępnej, a następnie do ostatniego uzyskanego wyniku.
2. Jeżeli uczeń utrzymał wszystkie próby, a wyniki są rekordami szkoły otrzymuje dodatkową ocenę 6 w tym obszarze. W przypadku, gdy wynik jest rekordem klasy, otrzymuje dodatkowo ocenę 5.
3. W tym obszarze za uczciwe podejście do próby uczeń otrzymuje ocenę dostateczną jako najniższą.
4. Brak sprawdzianu spowodowany nieobecnością w szkole uczeń może uzupełnić na lekcjach wyznaczonych przez nauczyciela.
5. Każdy wynik sprawdzianu uczeń może poprawić w terminie wyznaczonym przez nauczyciela.
6. Jeżeli uczeń w wyniku choroby nie został zdiagnozowany pod względem sprawności motorycznej na początku roku szkolnego w klasie pierwszej należy dokonać jego diagnozy najszybciej, jak jest to możliwe po jego powrocie.
7. Jeżeli nauczyciel uzna, że uczeń lekceważąco podszedł do sprawdzianu, tj. nie wykonał próby na miarę swoich możliwości może zlecić powtórzenie próby lub postawić ocenę niedostateczną bez możliwości poprawy.
8. Brak sprawdzianu z powodu odmowy lub nie uzupełnienia skutkuje wystawieniem oceny niedostatecznej z danej próby i ma wpływ na wystawienie oceny końcowej.

Obszar – Aktywność na zajęciach

W obszarze tym uczeń oceniany jest ocenami bardzo dobrymi, systematycznie przez cały semestr, za wszelkie działania i inicjatywy podejmowane podczas zajęć lekcyjnych.

Uczeń otrzymuje oceny za:

- zaangażowanie w zajęcia wychowania fizycznego, podejmowanie maksymalnego wysiłku dostosowanego do własnych możliwości,
- współorganizowanie fragmentów lekcji, np. przeprowadzenie rozgrzewki, sędziowanie,

- samodzielność w podejmowaniu działań, przygotowanie części lekcji, np. układu tanecznego, aerobiku,
- dbałość o bezpieczeństwo własne i innych, przestrzeganie zasad bhp,
- dbałość o sprzęt sportowy, renowację drobnego sprzętu i przyborów,
- udzielanie pomocy uczniom słabszym,
- udział w zawodach wewnątrzszkolnych i zewnątrzszkolnych,
- współorganizowanie szkolnych imprez sportowych,
- udział w pozalekcyjnych zajęciach sportowych,
- zdobycie zwycięstwa w rywalizacji wewnątrzklasowej w ramach lekcji,
- zachowanie zasad „fair play” w rywalizacji sportowej,
- pomoc w organizacji środowiskowej imprezy rekreacyjno-sportowej.

Uczeń otrzymuje upomnienia za:

- negatywny stosunek do uczestnictwa w zajęciach,
- nieprzestrzeganie przepisów, regulaminów i zasad bezpieczeństwa,
- niszczenie sprzętu sportowego oraz użytkowanie sprzętu niezgodnie z jego przeznaczeniem,
- używanie wulgarnego słownictwa,
- używanie telefonów komórkowych,
- niestosowne, lekceważące zachowanie w stosunku do nauczyciela i kolegów,
- niechętna współpraca z grupą lub partnerem,
- wykonywanie zadań i ćwiczeń w sposób niedbały, poniżej własnych możliwości.

Brak reakcji na upomnienia i brak poprawy zachowania skutkuje wpisem uwagi do dziennika elektronicznego i może mieć wpływ na ocenę zachowania oraz ocenę z wychowania fizycznego.

Uwagi:

1. Na zajęciach wychowania fizycznego obowiązuje ucznia czysty, zmieniony strój sportowy, składający się z: koszulki zmiennej (np. białej, czarnej, szarej lub granatowej), spodenek sportowych lub getrów dowolnej długości, dowolnego dresu, sportowych skarpet, obuwia sportowego z przyczepną, jasną podeszwą.
2. Uczeń na zajęciach ćwiczy bez biżuterii, zegarka, długie włosy muszą być związane.
3. W przypadku niskich temperatur uczeń zobowiązany jest, na polecenie nauczyciela, do przynoszenia na lekcję dresu sportowego, który zakładany jest na opisany wyżej strój gimnastyczny.
4. Za reprezentowanie szkoły w zawodach zewnątrzszkolnych uczeń otrzymuje częściową ocenę celującą.
5. Za reprezentowanie szkoły w zawodach zewnątrzszkolnych co najmniej 2 razy w roku szkolnym nauczyciel może podnieść ocenę semestralną lub roczną o jeden w górę.
6. Pozalekcyjna działalność podejmowana na rzecz sportu będzie oceniana w obszarze aktywności.

Obszar – Umiejętności ruchowe

W obszarze tym wystawiane są oceny częściowe, systematycznie przez cały semestr, za umiejętności ruchowe z różnych form aktywności fizycznej, które realizowane były w danym semestrze zgodnie z opracowanymi planami pracy dla każdej grupy ćwiczebnej. Ocenie podlega poprawność wykonywania elementów techniki.

Uczeń na początku realizacji każdego cyklu tematycznego, informowany jest przez nauczyciela o zaplanowanym sprawdzianie (zadaniu kontrolno-oceniającym) i kryteriach jego oceny.

Uwagi:

1. Ocenę niedostateczną ze sprawdzianu otrzymuje uczeń, jeśli odmawia jego wykonania lub nie uzupełnił brakującego sprawdzianu w wyznaczonym przez nauczyciela terminie.
2. Nieprzystąpienie lub nieuzupełnienie sprawdzianu spowodowane chorobą, udokumentowane długoterminowym zwolnieniem lekarskim, nie powoduje obniżenia oceny.
3. Uczeń ma prawo poprawić lub uzupełnić każdy sprawdzian w terminie wyznaczonym przez nauczyciela.

Obszar – Systematyczny udział w zajęciach

W obszarze tym uczeń otrzymuje systematycznie co miesiąc, ocenę częściową za czynne uczestnictwo w zajęciach. O ocenie miesięcznej decyduje procent zajęć, w których uczeń uczestniczył w stosunku do wszystkich odbytych zajęć w danym miesiącu.

Kryteria oceny miesięcznej

celujący (6)	- 100%
bardzo dobry (5)	– 99 – 75%
dobry (4)	– 65%
dostateczny (3)	– 58%
dopuszczający (2)	– 42%
niedostateczny (1)	– poniżej 42%

Uwagi:

1. Okres nieobecności lub niećwiczenia, spowodowany chorobą, osłabieniem po chorobie, lub trwająca kuracja antybiotykowa, może być usprawiedliwiony przez rodzica lub prawnego opiekuna do jednego tygodnia. Wpisu należy dokonać do dziennika elektronicznego z formułą zaznaczającą, że była to choroba. Zwolnienie na okres dłuższy niż jeden tydzień powinno być poświadczane zwolnieniem lekarskim. Ucznia zwalnia z ćwiczeń nauczyciel wychowania fizycznego.
2. Krótka nieobecność (ok. 3 lekcji wychowania fizycznego) lub niećwiczenie spowodowane chorobą, nie powodują zmiany w ocenie, za miesięczny udział w lekcji. Jest to traktowane jako czynne uczestnictwo. Uczeń jest zobowiązany do ich usprawiedliwienia u nauczyciela wychowania fizycznego, natychmiast po powrocie do szkoły.

3. Okres niećwiczenia lub nieobecności, spowodowany chorobą i usprawiedliwiony w sposób opisany powyżej, przekraczający 50% ocenianej co miesiąc systematyczności, powoduje, że najwyższą oceną może być ocena dobra, przy dalszym 100% czynnym uczestnictwie w lekcji.
4. Jeżeli uczeń był nieobecny na zajęciach z wychowania fizycznego, a w tym czasie uczestniczył w innych zajęciach organizowanych przez szkołę (np. wyjazdy klasowe, zawody, konkursy, olimpiady), uważa się to za obecność i uczestnictwo w lekcji.
5. Uczeń ma prawo w każdym semestrze do wykorzystania tzw. „kropki”, czyli trzykrotnie być nieprzygotowanym do zajęć wychowania fizycznego (np. brak stroju). Każda następna odmowa uczestnictwa w lekcji powoduje otrzymanie niedostatecznej oceny częściowej. Wykorzystane nieprzygotowanie ma również wpływ na ocenę systematyczności.
6. Uczeń może być zwolniony na własną prośbę z uczestnictwa w zajęciach wychowania fizycznego. Powodem może być, np. pogarszający się stan zdrowia, dolegliwości bólowe. Stan taki należy zgłosić nauczycielowi przed lekcją. Powtarzanie zwolnienia na własną prośbę będzie wyjaśniane z wychowawcą i rodzicami. Sytuacja ta zostanie odnotowana w dzienniku nauczyciela wychowania fizycznego jako niećwiczenie usprawiedliwione.
7. Jeżeli w obszarze systematyczność uczeń uzyska ocenę dopuszczającą lub niedostateczną, a z innych obszarów oceny dobre lub bardzo dobre, znaczy, iż nie wywiązał się z podstawowego obowiązku, jakim jest czynne uczestnictwo w lekcji, nie może otrzymać na koniec oceny wyższej niż dobra.
8. Oceny systematyczności stanowią priorytet i mają największe znaczenie podczas dokonywania oceniania półrocznego lub końcoworocznego.

III. KRYTERIA OCENY PÓŁROCZNEJ I ROCZNEJ

Ocena z wychowania fizycznego wystawiana jest na podstawie ocen końcowych z poszczególnych obszarów oceniania.

Uwagi:

1. Uczeń, który otrzymał ocenę niedostateczną w któregokolwiek obszarze nie może otrzymać oceny końcowej wyższej niż dobra.
2. Uczeń może mieć podwyższoną ocenę końcową z wychowania fizycznego o jeden stopień, jeśli systematycznie uczestniczy w pozalekcyjnych zajęciach sportowo-rekreacyjnych (powyżej 90% obecności).
3. Oceny częściowe i klasyfikacyjne są jawne i komunikowane uczniowi w terminie określonym w Statucie Szkoły.
4. Oceny z obszaru systematyczności pojawiać się będą co miesiąc.
5. Uczniowi, który nie ma możliwości uzupełnić brakującego sprawdzianu, z powodu długotrwałej choroby (poświadczanej zwolnieniem lekarskim) nie obniża się oceny w danym obszarze.
6. Uczniowie zwolnieni z czynnego uczestnictwa w zajęciach, na podstawie zwolnienia lekarskiego nie będą mieli wystawianej oceny końcowej. W miejsce oceny wpisuje się „zwolniony/a”.

III. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Uczeń informowany jest na początku roku szkolnego o wymaganiach edukacyjnych, obowiązujących przepisach bezpieczeństwa i zasadach higieny osobistej oraz funkcjonującym w szkole przedmiotowych zasadach oceniania. Potwierdza to podpisem.
2. Uczeń, który posiada zwolnienie lekarskie, obejmujące dłuższy okres, może być zwolniony z wychowania fizycznego z pierwszych lub ostatnich lekcji, za zgodą dyrektora szkoły. Rodzic lub prawny opiekun musi opisać taką sytuację, uzgodnić z wychowawcą fakt, iż bierze na siebie odpowiedzialność sprawowania opieki w określonym czasie.
3. Decyzję o zwolnieniu ucznia z czynnego udziału w zajęciach wychowania fizycznego, na okres kilku miesięcy, półrocza lub całego roku szkolnego, podejmuje dyrektor szkoły na podstawie zwolnienia lekarskiego. Dokumenty potwierdzające niezdolność do ćwiczeń należy składać do końca września lub przez miesiąc od rozpoczęcia drugiego semestru, bądź natychmiast po wizycie lekarskiej (w przypadku zwolnienia w ciągu roku szkolnego).
4. Uczeń, który otrzyma zwolnienie lekarskie w trakcie półrocza lub roku szkolnego, uzyska ocenę końcową tylko w przypadku, kiedy czynne uczestnictwo w zajęciach będzie stanowiło 50% i jednocześnie będzie posiadał oceny cząstkowe (w półroczu).
5. Sprawy nieujęte w przedmiotowych zasadach oceniania reguluje wewnętrzny system oceniania oraz przepisy prawa oświatowego.