

**PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA  
Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO  
W ZESPOLE SZKÓŁ POLITECHNICZNYCH**

Opracowali:

Robert Czerniak

Olga Dzierżyńska

Izabela Fischer

Maciej Głowacki

Grzegorz Machiński

Zbigniew Nawrocki

Przemysław Trubacz

Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego należy w szczególności brać pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywaniu się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć.

Nauczyciel na początku każdego roku szkolnego informuje uczniów oraz rodziców (prawnych opiekunów) o wymaganiach edukacyjnych wynikających z realizowanego przez siebie programu nauczania oraz sposobach sprawdzania osiągnięć edukacyjnych uczniów.

**CELE OGÓLNE NAUCZANIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**

pogłębianie wiedzy i umiejętności dotyczących prawidłowej postawy ciała, odchylen od normy, układu krążenia, oddechowego, nerwowego

- ich poziomu wydolności i stadium rozwoju;
- nabycie umiejętności skutecznego i systematycznego zapobiegania wadom postawy i korygowania odchylen w przypadku ich wystąpienia;
- przygotowanie organizmu do funkcjonowania w środowisku, w którym przyszło

uczniowi się rozwijać, poprzez zajęcia w warunkach naturalnych;

- badanie i działanie na rzecz u zdolnień motorycznych zgodnie z potrzebami i

możliwościami indywidualnymi ucznia;

- nabywanie utylitarnych czynności ruchowych umożliwiających sprawne zachowanie w

sytuacjach zagrożenia życia lub zdrowia, ugruntowanie ergonomicznych zachowań

mających na celu zapobieganie przeciążeniom kręgosłupa;

- poznanie i nabycie wiedzy i umiejętności ruchowych umożliwiających uczestnictwo w

wybranych przez ucznia formach aktywności zespołowej lub indywidualnej;

umożliwienie odkrywania predyspozycji organizatorskich i sędziowskich

podczas rozgrywek sportowych;

- współdziałanie w zespole, grupie, akceptowanie siebie i innych, kultura kibicowania,

stosowanie zasady „fair play”, poszukiwanie barier swoich możliwości;

- rozładowanie napięć i energii nagromadzonej podczas pobytu w szkole, wprowadzenie

w pogodny i radosny nastrój;

- wyrabianie poczucia własnej wartości, sprawiedliwości i kultury osobistej oraz szacunku

do innych osób, zwłaszcza słabszych i mniej sprawnych.

## CELE SZCZEGÓŁOWE NAUCZANIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

- obserwacja własnej sylwetki oraz uzdolnień motorycznych;

- rozwijanie uzdolnień motorycznych w zakresie szybkości, wytrzymałości, mocy, siły,

zwinności i zręczności;

- wspieranie i rozwijanie aktywności fizycznej w środowisku wodnym;

- wzbogacenie umiejętności umożliwiających aktywność fizyczną na śniegu i lodzie;

- rozwijanie piękna i estetyki ruchu poprzez gimnastykę podstawową i artystyczną;

- wzbogacanie podstawowych umiejętności lekkoatletycznych;
  - budzenie i utrwalanie czynnych zainteresowań ruchowych;
  - rozwijanie predyspozycji do: siatkówki, koszykówki, piłki ręcznej, piłki nożnej, tenisa stołowego, a także zachęcanie do udziału w różnych zajęciach i imprezach rekreacyjno - sportowych.;
  - inspirowanie harmonijnego rozwoju ucznia;
  - kształtowanie postaw uczniów wobec zdrowia własnego i innych ludzi;
- dążenie do wszechstronnego rozwoju i dbałość o kondycje fizyczną i psychiczną
- utrwalanie odpowiednich nawyków umiejętności i sprawności służących zdrowiu;
- dążenie do nabycia umiejętności organizowania przez uczniów swojego wolnego czasu i czerpania z tego korzyści;
- rozwijanie u ucznia umiejętności radzenia sobie ze stresem przy pomocy zajęć ruchowych.

## SPOSÓB OCENIANIA I PROWADZENIA ZAJĘĆ Z WYCHOWANIA

### FIZYCZNEGO OKREŚLA NASTĘPUJĄCY REGULAMIN:

1.Uczeń przychodzący na zajęcia wychowania fizycznego zobowiązany

jest posiadać strój sportowy:

a)sala duża i mała, sala do tenisa, sala do gimnastyki –spodenki, koszulka, trampki lub adidas na zmianę,

b)boisko sportowe – spodenki, koszulka lub dres sportowy oraz obuwie sportowe.

2.Uczeń w ciągu jednego półrocza może trzy razy nie posiadać stroju sportowego bez

usprawiedliwienia. Każdy następny brak stroju traktowany jest jako bierny udział w lekcji

– ocena niedostateczna.

Uczeń, który otrzymał ocenę niedostateczną na pierwsze półrocze, w drugim półroczu zobowiązany jest ćwiczyć na każdej lekcji.

3. Decyzję o całkowitym zwolnieniu ucznia z zajęć wychowania fizycznego podejmuje dyrektor szkoły na podstawie opinii lekarza. W tym przypadku w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się „zwolniony”.

4. Decyzję o zwolnieniu częściowym z wybranych ćwiczeń na lekcjach wychowania fizycznego podejmuje dyrektor szkoły na podstawie opinii lekarza specjalisty o ograniczonych możliwościach ucznia z wyszczególnieniem niedozwolonych ćwiczeń lub dyscyplin, np. zwolnienie ze skoków, biegów długodystansowych lub innych.

5. Zwolnienia lekarskie z wychowania fizycznego powinny być dostarczone:

a) stałe zwolnienie za pierwsze półrocze lub cały rok wraz z podaniem o zwolnienie z lekcji w-f w sekretariacie szkoły do dnia 30 września rozpoczynającego się roku szkolnego,

b) stałe zwolnienia za drugie półrocze do 28 lutego.

c) częściowe zwolnienie lekarskie w ciągu całego roku szkolnego w zależności od stanu zdrowia ucznia i zaleceń lekarza.

6. Uczniowie zwolnieni z ćwiczeń na podstawie zaświadczenia (lekarskie, od rodziców) nie są zwalniani z obowiązku obecności na lekcji i udziału w niej.

7. Dziewczęta w czasie niedyspozycji zwalniane są z wykonywania intensywnego wysiłku fizycznego, natomiast obowiązuje je posiadanie stroju sportowego i uczestnictwo w zajęciach.

8. Uczestnictwo w zajęciach kontrolno – oceniających – uczeń nie uczestniczący w zajęciach sprawdzających jest zobowiązany zaliczyć je w ciągu 14 dni od daty sprawdzianu lub przyjscia do szkoły.

8. Uszkodzenia na terenie obiektów sportowych:

a) za wszelkie bezmyślne i złośliwe uszkodzenia na terenie obiektów sportowych odpowiedzialność ponoszą uczniowie,

b) uczniowie mają obowiązek zgłaszać o wszelkich uszkodzeniach nauczycielowi wychowania fizycznego przed rozpoczęciem zajęć.

#### OGÓLNE ZASADY OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO:

a) ocena z wychowania fizycznego składa się z następujących elementów:

- postęp
- aktywność
- frekwencja
- umiejętności i wiadomości
- aktywność pozalekcyjna

b) przedmiotem kontroli i oceny jest stopień opanowania obowiązującego programu w - f ze szczególnym uwzględnieniem:

- systematycznego i czynnego udziału w lekcjach w - f
- aktywności pozalekcyjnych
- stosunku ucznia do przedmiotu i nauczyciela w-f
- postępu w usprawnianiu i umiejętnościach.

#### SZCZEGÓŁOWE KRYTERIA OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

a) ocena celująca

- uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą;
- aktywnie uczestniczy w życiu sportowym szkoły, bądź też w innych formach działalności związanych z w- f na terenie szkoły;

- czynnie uczestniczy we wszystkich zajęciach w-f

b)ocena bardzo dobra

- ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką w odpowiednim tempie i dokładnie;

- posiada duże wiadomości z zakresu w-f;

- systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną;

- jego zaangażowanie na lekcjach nie budzi najmniejszych zastrzeżeń;

- nie otrzymał oceny niedostatecznej za brak stroju na lekcji

c)ocena dobra

- posiada wiadomości i umie je wykorzystać w praktyce - nie potrzebuje większych

bodźców do pracy nad własnym usprawnieniem, wykazuje stałe i dość dobre postępy w tym zakresie

- ćwiczenia wykonuje prawidłowo z małymi błędami technicznymi

- jego zaangażowanie na lekcjach w-f nie budzi większych zastrzeżeń

d)ocena dostateczna

- ćwiczenia wykonuje niepewnie z większymi błędami technicznymi

- w wiadomościach ucznia z zakresu w-f są duże luki, których nie potrafi uzupełnić

- wykazuje małe postępy w podnoszeniu własnej sprawności

- systematyczne uczestnictwo w lekcjach budzi zastrzeżenia

e)ocena dopuszczająca

- ćwiczenia wykonuje niechętnie, z dużymi błędami technicznymi

- posiada małe wiadomości z zakresu w-f, nie potrafi wykonać prostych zadań

związanych z samooceną, wykazuje brak nawyków higienicznych

- nie jest pilny, wykazuje bardzo małe postępy w podnoszeniu własnej sprawności

fizycznej

- nie uczestniczy czynnie w dużej ilości zajęć w-f

f)ocena niedostateczna

- uczeń nie spełnia wymagań stawianych przez nauczyciela

- wykonuje tylko najprostsze ćwiczenia i w dodatku z rażącymi błędami

- ma lekceważący i niechętny stosunek do zajęć i nie czyni żadnych postępów w

podnoszeniu sprawności fizycznej

- nie nosi stroju sportowego i nie uczestniczy w wielu zajęciach w-f

g)nieklasyfikacja z przedmiotu

- nie ma podstaw do wystawienia oceny z przedmiotu

- jego nieobecności na zajęciach w-f stanowią ponad 50% całości zajęć.

**Aneks do Przedmiotowego Systemu Oceniania z Wychowania Fizycznego  
Założenia nauczycieli wychowania fizycznego Zespołu Szkół Politechnicznych we  
Wrześni obowiązujące od dnia 01.09.2020 r. dotyczące nauczania zdalnego i oceniania  
uczniów.**

Wychowanie fizyczne jest przedmiotem innym niż wszystkie. Nauczanie zdalne jest bardzo trudne do realizacji, dlatego zmiany są konieczne.

Przez nauczycieli wychowania fizycznego w ZSP Września rozsyłane będą zalecenia dla uczniów w formie prezentacji multimedialnych oraz filmów instruktażowo - pokazowych zawartych w Internecie (aktywność fizyczna, bezpieczeństwo, edukacja zdrowotna) oraz materiały dotyczące poszerzania wiedzy o zdrowiu, o aktywności fizycznej oraz sporcie.

Zamierzamy kontaktować się z uczniami za pomocą komunikatorów internetowych (teams). Materiały edukacyjne rozsyłane będą w postaci instrukcji pisemnych, multimedialnych materiałów, w postaci linków z Internetu lub naszych prywatnych zasobów.

Weryfikację rozsyłanych przez nas wiadomości i materiałów mamy zamiar prowadzić poprzez kontrolę obecności na lekcji, odczytanych lub nieodczytanych wiadomości, które rozsyłałyśmy do uczniów poszczególnych klas.

Praca ucznia z dostosowaniami będzie realizowana na lekcji w-f w miarę możliwości, jeżeli uczeń ma dysfunkcje motoryczne – będzie to forma czysto teoretyczna.

Monitorowaną wiedzę będziemy weryfikować poprzez prośbę nadsyłania informacji zwrotnych w formie pisemnej lub multimedialnej – zdjęcie, film, nagranie audio lub prezentacja. Informacje te będą dotyczyły w szczególności wiedzy na temat przedstawionej uczniom edukacji prozdrowotnej i dbałości o własne ciało.

### **Wymagania przedmiotowe i programowe – wychowanie fizyczne nauczanie zdalne**

1. Oceny są jawne dla ucznia i jego rodziców.
2. Uczeń w ciągu trwania zajęć w systemie zdalnym podlega systematycznej i obiektywnej ocenie w zakresie wiedzy i podejmowanej aktywności.
3. O postępach ucznia, rodzice są systematycznie informowani poprzez wpis do dziennika elektronicznego.
4. Nauczyciel wystawia ocenę śródroczną lub roczną, biorąc pod uwagę oceny wcześniej uzyskane w trakcie trwania zajęć w szkole oraz bieżące oceny w zakresie zadań w obszarze wiedzy i aktywności domowej. Ocena śródroczna lub roczna jest wypadkową uzyskanych ocen.
5. Uczeń może nie być klasyfikowany, jeżeli brak jest podstaw do ustalenia oceny śródrocznej lub rocznej. Ostateczną decyzję o klasyfikowaniu ucznia podejmuje nauczyciel przedmiotu.

### **Obszar w zakresie wiedzy podlegający ocenie w systemie nauczania zdalnego – zasady i kryteria oceny:**

Nauczyciel wychowania fizycznego ma obowiązek przesłać uczniowi materiały edukacyjne (link do filmu, artykułu, prezentacji itp.) w zakresie wiedzy, wynikające z wymagań z podstawy programowej oraz programu nauczania, który został dopuszczony do użytku szkolnych programów przez Dyrektora Szkoły, w której nauczyciel jest zatrudniony. Nauczyciel powinien określić jakie zadanie ma do wykonania uczeń. **Uczeń powinien:** przeczytać wskazany przez nauczyciela artykuł lub jego fragment, obejrzeć film instruktażowy, odpowiedzieć na pytania w formie pisemnej oraz wykonać zleczone zadania.



Uczniowie, którzy wykażą się potwierdzoną przez siebie aktywnością fizyczną, zapoznają się z przesyłanymi treściami, będą się wykazywali inicjatywami własnymi i kreatywnością w tym zakresie, nagradzani będą ocenami bardzo dobrymi i celującymi.