

**SPOSOBY SPRAWDZANIA OSIĄGNIĘĆ EDUKACYJNYCH  
UCZNIĄ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO  
W ROKU SZKOLNYM 2021/2022  
W LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCYM  
IM. KS. ST. KONARSKIEGO W OŚWIĘCIMIU**

**Obowiązuje dla klas:** 1a,1b,1e,1f,2b, 2d,2e,3e

**Nauczyciel uczący:** Tomasz Dorywalski

## **Cele przedmiotowego systemu oceniania 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 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 procesu nauczania,
- przedstawienie uczniom zrozumiałych i jasnych kryteriów oceniania,
- uświadomienie roli sportu całego życia w prawidłowym rozwoju psychofizycznym człowieka z uwzględnieniem zasad bezpieczeństwa
- przedstawienie uczniom roli zdrowego żywienia, jako głównego czynnika komfortu zdrowia w życiu człowieka
- rola ćwiczeń kształtujących i kompensacyjnych, jako przeciwdziałania skutkom wad powstałych w czasie pracy zawodowej
- rola ćwiczeń relaksacyjnych, jako forma przeciwdziałanie stresowi
- współzawodnictwo sportowe, jako forma kształtowania prawidłowych cech społecznych

- umiejętność analizowania aktywności sportowej, rekreacyjnej i zdrowotnej
- umiejętność wykorzystania nowoczesnych technologii w ocenie aktywności fizycznej
- wpływ komercjalizacji na sport
- rola samoobrony w dzisiejszym świecie

### **Przedmiot kontroli i oceny ucznia z wychowania fizycznego.**

Ocenianie z wychowania fizycznego polega nie na ocenianiu ucznia i jego wyników, lecz na ocenie efektów procesu nauczania i wychowania, a w tym na nauczaniu uczniów samokontroli i samooceny. Zasadniczym kryterium oceny z w-f jest wysiłek ucznia wkładany w usprawnianie się i wywiązywanie się z podejmowanych przez niego zadań.

Każdy uczeń z wychowania fizycznego oceniany jest indywidualnie

Przy ocenianiu ucznia uwzględnia się wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki wychowania fizycznego oraz jego składowe:

- Przygotowanie do zajęć w-f
- Dbłość o bezpieczeństwo swoje i innych
- Aktywność
- Systematyczność
- Zaangażowanie
- Pracę samodzielną
- Udział w zajęciach pozalekcyjnych
- Starty w zawodach szkolnych i międzyszkolnych

- Pomoc w organizacji szkolnych imprez sportowych
- Wiadomości i umiejętności (podstawowe, konieczne, wykraczające)

## 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, jak również kompetencje ruchowe.

Ocenę śródroczną i roczną z wychowania fizycznego ustala się na podstawie:

- ocen z aktywnego i systematycznego udziału w zajęciach
- ocen cząstkowych uzyskiwanych przez uczniów na zajęciach
- aktywnego reprezentowania szkoły na zawodach sportowych
- udziału w kołach zajęć sportowych proponowanych przez szkołę

## Warunki poprawy oceny

Przewidywana ocena z wychowania fizycznego może być poprawiona pod warunkiem, że uczeń poprawi wszystkie oceny równe i niższe od przewidywanej rocznej oraz napisze test materiału obowiązującego w danej klasie.

**Laureat** konkursu przedmiotowego o zasięgu wojewódzkim lub wyższym oraz laureat lub finalista olimpiady przedmiotowej przeprowadzonej zgodnie z przepisami wydanymi na podstawie art. 22 ust.2 pkt 8, otrzymuje z danych zajęć edukacyjnych najwyższą pozytywną roczną ocenę klasyfikacyjną, o której mowa w przepisach wydanych na podstawie art. 44 zb.

W przypadku wybitnych osiągnięć pozaszkolnych (kluby sportowe, grupy taneczne, itd.) uczeń zobowiązany jest przedstawić stosowne zaświadczenie poświadczające osiągnięcia wydane przez władze klubu, na tej podstawie otrzymuje dodatkową ocenę cząstkową.

## **Dostosowanie wymagań dla uczniów z ograniczeniami w możliwościach ruchowych:**

Po przedstawieniu przez ucznia opinii lekarskiej o ograniczonych możliwościach uczestniczenia w zajęciach wychowania fizycznego, uczeń zwalniany jest z określonych ćwiczeń fizycznych. Podstawą do tego zwolnienia jest opinia lekarza wskazująca, jakich ćwiczeń fizycznych dany uczeń nie może wykonywać oraz przez jaki okres. W tym przypadku uczeń uczestniczy w realizacji zajęć wychowania fizycznego z ograniczeniem wykonywania ćwiczeń wskazanych przez lekarza. Nauczyciel wychowania fizycznego jest obowiązany dostosować wymagania edukacyjne niezbędne do otrzymania przez ucznia oceny klasyfikacyjnej do indywidualnych potrzeb i możliwości określonych w opinii o ograniczonych możliwościach wykonywania przez ucznia określonych ćwiczeń fizycznych na zajęciach wychowania fizycznego.

## **ZASADY OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**

Ocena z wychowania fizycznego na koniec półrocza i na koniec roku szkolnego jest wypadkową następujących składników:

1. Stopień opanowania wymagań programowych: podstawowych i ponadpodstawowych:
  - ◇ właściwe wykorzystanie zdolności koordynacyjno – kondycyjnych:
    - poziom umiejętności ruchowych
    - poziom wiedzy
    - postęp w usprawnianiu
2. Aktywność: - zaangażowanie w wykonywaniu ćwiczeń i zadań zbliżone do maksymalnych swoich możliwości:

- ◇ inwencję twórczą
- ◇ aktywny udział w zajęciach i współuczestnictwo w ich organizacji
- ◇ reprezentowanie szkoły w zawodach
- ◇ udział w zajęciach pozalekcyjnych, uprawianie sportu wyczynowo (uzyskiwanie znaczących osiągnięć – udokumentowane).

### 3. Aktywny udział – uczestnictwo w zajęciach:

- ◇ Spóźnienia
- ◇ nieobecności usprawiedliwione
- ◇ nieobecności nieusprawiedliwione

### 4. Zaangażowanie ucznia:

- ◇ dyscyplina podczas zajęć
- ◇ przestrzeganie zasad bezpieczeństwa podczas lekcji
- ◇ przestrzeganie regulaminu korzystania z obiektów sportowych
- ◇ postawa „fair play” podczas lekcji
- ◇ współpraca z grupą

## **WYMAGANIA SZCZEGÓŁOWE NA POSZCZEGÓLNE OCENY:**

**OCENY CELUJĄCY** – uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą. Wyniki znacznie przewyższają normy cech motorycznych na ocenę bardzo dobrą. Osiąga duży postęp w usprawnianiu się np. (poprawa we wszystkich próbach). Poziom opanowania umiejętności technicznych znacznie przewyższa wymagania. Zastosowanie umiejętności w praktycznym działaniu: jest doskonały w różnych dyscyplinach i konkurencjach. Poziom wiedzy

wykraczający poza program danej klasy. Jest bardzo zaangażowany na lekcji. Rozwija swoje uzdolnienia. Aktywnie uczestniczy w życiu sportowym szkoły, bądź też w innych formach działalności związanych z wychowaniem fizycznym. Systematycznie uczestniczył w poza lekcyjnych zajęciach sportowych organizowanych przez szkołę. Systematycznie reprezentuje szkołę w rozgrywkach sportowych. Bierze udział w imprezach sportowych organizowanych przez szkołę.

**BARDZO DOBRY** – uczeń jest bardzo sprawny fizycznie, osiąga wyniki na oceną bardzo dobrą. Ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, zna przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie. Osiąga wyniki lepsze od diagnozy. Osiąga poprawę w większości prób. Systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu. Doskonale opanował większość umiejętności. Bardzo dobrze sobie radzi w większości dyscyplin sportowych. Posiada ogromny zasób wiedzy. Umie zastosować wiedzę w samodzielnym rozwiązywaniu zadań. Podejmuje duży wysiłek, systematycznie stara się. Reprezentuje barwy szkoły w rozgrywkach sportowych. Jego zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego nie budzą najmniejszych zastrzeżeń. Uczeń musi uzyskać pozytywne oceny ze wszystkich sprawdzianów.

**DOBRY** – uczeń dysponuje dobrą sprawnością motoryczną. Ćwiczenia wykonuje prawidłowo, lecz nie dość dokładnie, z małymi błędami technicznymi. Wykazuje tendencje do poprawy wyników. Nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnianiem, wykazuje stałe i dość dobre postępy w tym zakresie. Opanował większość umiejętności, lecz w różnym stopniu. Radzi sobie w różnych dyscyplinach sportowych. Zna większość zagadnień i pojęć. Sprawnie posługuje się wiedzą. Jego stosunek do kultury fizycznej nie budzi większych zastrzeżeń. Podejmuje wysiłek, stara się –



jednak niesystematycznie. Uczeń musi uzyskać pozytywne oceny ze wszystkich sprawdzianów

**DOSTATECZNY** – uczeń dysponuje przeciętną sprawnością motoryczną. Osiąga wyniki na ocenę dostateczną. Posiada tylko podstawowe umiejętności. Ćwiczenia wykonuje niepewnie i z większymi błędami technicznymi. Wykazuje małe postępy w usprawnianiu. Zna podstawowe pojęcia i zagadnienia. Nie bierze udziału w zajęciach pozalekcyjnych. Sporadycznie wykorzystuje wiedzę do rozwiązywania problemów. Uczestniczy w lekcji, mało się stara. Przejawia pewne braki w stosunku do kultury fizycznej.

**DOPUSZCZAJĄCY** – uczeń posiada słabą sprawność fizyczną. Osiąga wyniki znacznie poniżej oceny dostatecznej. Opanował minimalną ilość wiadomości. Ćwiczenia wykonuje niepewnie z większymi błędami technicznymi. Wykazuje bardzo małe postępy w usprawnianiu motorycznym. Ma minimalny zasób pojęć i wiadomości. Nie potrafi samodzielnie zastosować wiedzy w praktyce. Nie wkłada wysiłku, nie stara się. Sporadycznie ćwiczy. Przejawia duże braki w stosunku do wychowania fizycznego.

**NIEDOSTATECZNY** – uczeń nie przystępuje lub nie kończy prób mimo możliwości. Nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu się. Nie uczestniczy w życiu sportowym szkoły. Nie wykonuje ćwiczeń i poleceń. Stosunek ucznia do kultury fizycznej jest negatywny.

## Postanowienia ogólne

1. Uczeń raz w semestrze może zgłosić brak stroju lub nieprzygotowanie.
2. Uczeń nieobecny lub niećwiczący na zajęciach, na których oceniane są umiejętności lub motoryka zobowiązany jest przystąpić do sprawdzianu w najbliższym możliwym do wykonania go terminie, najpóźniej w ciągu max. 3 lekcji od sprawdzianu.
3. Uczeń ma obowiązek zaliczenia wszystkich sprawdzianów.
4. Ocenę niedostateczną ze sprawdzianu można poprawić w ciągu max. 3 lekcji od sprawdzianu.
5. Oceniana jest aktywność i systematyczność ucznia.
6. Uczeń może zostać poproszony przez nauczyciela o pisemne opracowanie tematu z zakresu wychowania fizycznego w sytuacji, kiedy względy zdrowotne uniemożliwiają mu przystąpienie do sprawdzianu.
7. Uczeń, który ma zwolnienie lekarskie i oświadczenie od rodziców może być zwolniony z lekcji w-f, jeżeli jest to jego pierwsza lub ostatnia lekcja, decyzję o zwolnieniu podejmuje Dyrektor szkoły.
8. Decyzję o całorocznym lub semestralnym zwolnieniu z zajęć wychowania fizycznego uczeń zobowiązany jest przedstawić nauczycielowi w-f.
9. Zwolnienia z wychowania fizycznego muszą być przedstawione na lekcji w dniu, którego dotyczą. Zwolnienie z ćwiczeń na lekcji wychowania fizycznego nie zwalnia ucznia z obecności na tej lekcji.
10. Dziewczęta mogą zgłosić niedyspozycję. W czasie niedyspozycji zwalniane są z wykonywania intensywnego wysiłku fizycznego, natomiast obowiązuje je strój sportowy i aktywne uczestnictwo w zajęciach. Odstępstwa od tej reguły, jedynie na podstawie zaświadczenia od lekarza specjalisty.

11. Uczniowie, niećwiczący mają obowiązek pomagać nauczycielowi w organizacji lekcji
12. Uczeń ma zakaz korzystania na lekcji wychowania fizycznego z: odtwarzaczy, telefonów komórkowych i innych urządzeń telekomunikacyjnych oraz wnoszenia i spożywania artykułów spożywczych itp.
13. Spóźnienie na lekcję wychowania fizycznego ucznia powyżej 15 min. bez usprawiedliwienia traktowane jest, jako nieobecność.
14. Uczniowie mają obowiązek dbać o sprzęt sportowy, jak i o ład i porządek w szatniach oraz bezpieczeństwo.
15. Na zajęciach w-f obowiązuje strój (biała koszulka, spodenki lub spodnie sportowe) i obuwie sportowe.
16. Uczeń na zajęciach wychowania fizycznego powinien posiadać:
  - Podpisaną wodę w plastikowej butelce, bidonie itp.
  - Ubiór umożliwiający realizację zajęć na zewnątrz budynku (boiska zewnętrzne, wyjście na spacer)
17. Uczniom, których aktywny udział w lekcjach wychowania fizycznego wyniósł 100% nauczyciel może podnieść ocenę semestralną, końcowo roczną o jeden stopień, pod warunkiem, że uczeń przystąpił do wszystkich sprawdzianów.
18. Uczeń ma obowiązek, przestrzegania zasad bhp wymaganych podczas zajęć wychowania fizycznego
19. W czasie lekcji na sali gimnastycznej mogą przebywać jedynie uczniowie, którzy mają w tym czasie lekcję wychowania fizycznego lub zajęcia sportowe.

20. Za rzeczy wartościowe pozostawione przez ćwiczących w szatni dyrekcja szkoły oraz prowadzący zajęcia nie odpowiadają. Klucze od szatni znajdują się na portierni.
21. Ostatni uczeń wychodząc z szatni ma obowiązek zamknięcia szatni na klucz i zabrania go na salę gimnastyczną.
22. Uczniowie nie mają prawa przebywać w sali gimnastycznej i na siłowni w czasie przerwy, z wyjątkiem wykorzystania tzw. siłowni jako szatni.
23. Zabrania się korzystania z używek na terenie szkoły.
24. Uczeń jest zobowiązany do zgłoszenia złego samopoczucia nauczycielowi wychowania fizycznego natychmiast po zaistnieniu tego faktu.