

# Przedmiotowy System Oceniania z wychowania fizycznego

## na rok szkolny 2022/2023

Przedmiotowy System Oceniania (PSO) jest zgodny z obowiązującymi rozporządzeniami MEiN w sprawie oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów oraz z Zasadami Wewnętrznskolnego Systemu Oceniania w XXI LO im. B. Prusa w Łodzi.

### ZAŁOŻENIA OGÓLNE

1. Każdy uczeń podlega ocenie z wychowania fizycznego.
2. Każdy uczeń oceniony jest w sposób rzetelny, obiektywny i jawny.
3. W każdym półroczu uczeń otrzymuje nie mniej niż trzy oceny cząstkowe.
4. Ocenie w danym półroczu podlegają umiejętności i wiedza w zakresie:
  - gier zespołowych
  - lekkiej atletyki
  - pracy w siłowni
  - ćwiczeń gimnastycznych i korekcyjnych
  - tańca
  - edukacji zdrowotnej
  - samoobrony
  - kompetencji społecznych
  - frekwencja/systematyczność – jeden raz w miesiącu
  - zaangażowanie/wysiłek na lekcjioraz
  - aktywność pozalekcyjna i pozaszkolna tj.:
    - reprezentowanie szkoły w zawodach organizowanych przez SZS
    - reprezentowanie szkoły w innych zawodach o charakterze międzynarodowym, krajowym itp. (potwierdzenie klubowe)
    - uczestnictwo w zajęciach SKS
    - uczestnictwo w zawodach na terenie szkoły
    - organizacja imprez i zawodów sportowych na terenie szkoły
5. Stosuje się następujące wagi:
  - sprawdzian pisemny: 3,
  - poprawa sprawdzianu: 3,
  - kartkówka/poprawa: 2,
  - odpowiedź ustna: 1,
  - praca domowa: 1,

- praca na lekcji: 1,
- projekt/referat/prezentacja: 2,
- wypowiedź pisemna: 2 lub 3 (w zależności od stopnia trudności),
- mówienie: 2 lub 3 (w zależności od stopnia trudności),
- olimpiada/konkurs/zawody: od 2 do 5 (w zależności od rodzaju konkursu i uzyskanych na nim wyników),
- frekwencja/systematyczność na lekcji WF – raz w miesiącu: 1,
- zaangażowanie/wysiłek na lekcji WF: 1,
- testy, sprawdziany sprawnościowe WF: 1,

6. W przypadku nauczania zdalnego ocenianiu podlegają (oprócz działalności już ujętych w PSO):

- zadania/referaty/eksperymenty wykonane w domu, zadawane przez dziennik elektroniczny, przesłane do nauczyciela w wyznaczonym terminie drogą online,
- odpowiedzi ustne udzielane przez uczniów podczas wideokonferencji,
- ćwiczenia online zadawane podczas wideokonferencji lub po jej zakończeniu,
- prace pisemne (kartkówki, sprawdziany, quizy) pisane z wykorzystaniem różnych platform (zapowiadane zgodnie z obowiązującymi zasadami),
- w przypadku nauczania hybrydowego sprawdziany umiejętności mogą się odbywać na terenie szkoły z zachowaniem reżimu sanitarnego

7. Oceny z w/w umiejętności i wiedzy uczniów uzyskuje poprzez udział w testach i sprawdzianach praktycznych i teoretycznych.

8. Nieobecność na testach i sprawdzianach praktycznych i teoretycznych skutkuje zapisem „bz”. Najpóźniej dwa tygodnie od daty wystawienia „bz” uczeń jest zobowiązany ustalić z nauczycielem termin i sposób uzupełnienia braku. Brak realizacji powyższego może skutkować obniżeniem oceny śródrocznej lub rocznej, bądź nieklasyfikowaniem.

9. Obniżenie lub podwyższenie oceny może nastąpić z powodu:

- niezaliczenia sprawdzianu/-ów
- usprawiedliwionej długotrwałej nieobecności
- sukcesów w zawodach sportowych

10. W przypadku zwolnień lekarskich (ograniczeń ucznia) z poszczególnych, obowiązkowych zaliczeń/sprawdzianów uczeń uzupełnia tzw. braki inną aktywnością zaproponowaną przez nauczyciela, zgodną z możliwościami ucznia i wymaganiami wynikającymi z podstawy programowej przedmiotu.

11. Poprawa sprawdzianów następuje po indywidualnym uzgodnieniu z nauczycielem. W przypadku poprawy ocena lepsza ze sprawdzianu jest obowiązującą oceną cząstkową.

12. Uczeń może zgłosić nieprzygotowanie do zajęć trzykrotnie w ciągu półrocza (niezależnie od przyczyny). Za kolejne zgłoszenie nieprzygotowania uczeń dostaje ocenę niedostateczną. Niezgłaszanie nieprzygotowań będzie nagradzane oceną częściową „6” wagi 1 za 0 nieprzygotowań, „5” wagi 1 za jedno zgłoszenie.

13. Oceny półroczne i roczne wynikają ze średniej ważonej sugerowanej przez e-dziennik według zasad zaproponowanych w wewnątrzszkolnym systemie oceniania.

14. Uczniowie (również częściowo lub czasowo zwolnieni) na zajęciach WF są zobowiązani przebywać pod opieką nauczyciela wychowania fizycznego lub (po wcześniejszym ustaleniu) mogą przebywać w bibliotece szkolnej i wykonują powierzone zadania.

15. Zwolnienia długoterminowe wystawia tylko lekarz specjalista. Należy je złożyć w pierwszych tygodniach roku szkolnego (do 14 dni) do sekretariatu szkoły, informując o tym nauczyciela WF.

16. Uczeń/nica zobowiązany jest do posiadania stroju sportowego na lekcjach WF (obuwie sportowe, a także czyste skarpety, ciemne spodenki i białe koszulki - lub inne ustalone przez klasę). Uczeń/nica zdejmuje biżuterię i spina długie włosy, ma krótkie paznokcie. Niestosowanie się do w/w wymagań skutkuje zapisem nieprzygotowania do lekcji.

17. Na lekcjach WF obowiązują regulaminy poszczególnych sal.

18. Uczniowie przygotowują się do zajęć w czasie i miejscu wyznaczonym przez nauczyciela wychowania fizycznego.

19. Uczniowie „trenujący” nie są zwalniani z regularnych zajęć wychowania fizycznego.

20. Uczniowie biorący udział w zawodach organizowanych przez MSZS otrzymują ocenę częściową „6” za poszczególne etapy o następujących wagach:

- międzyszkolne – udział (1)
- międzyszkolne – przejście do następnego etapu (2)
- międzyszkolne – finał (3)

21. Uczniowie biorący udział w zawodach nieorganizowanych przez MSZS otrzymują ocenę częściową „6” raz w półroczu o następujących wagach:

- wojewódzkie (1)
- krajowe (2)
- międzynarodowe (3)

20. Nauczyciel WF ma prawo dokonać oceny zaangażowania/wysiłku i aktywności ucznia.

## ZAŁOŻENIA SZCZEGÓŁOWE

### 1. Doskonalenie umiejętności:

- techniki i taktyki gier zespołowych (piłka koszykowa, piłka siatkowa, piłka nożna, piłka ręczna, unihokej)
- techniki dyscyplin LA
- ćwiczeń gimnastycznych i korekcyjnych
- tanecznych
- organizacji rekreacji ruchowej

2. Opanowanie wiedzy z zakresu przepisów i nazewnictwa w/w dyscyplin.

3. Opanowanie wiedzy z zakresu edukacji zdrowotnej.

4. Opanowanie wiedzy z zakresu kompetencji społecznych.

5. Opanowanie wiedzy i umiejętności z zakresu samoobrony.

6. Stosowanie zasad Fair Play w rywalizacji sportowej i życiu codziennym.

7. Umiejętność współdziałania w grupie (asekuracja, samokontrola, samoocena).

8. Udział w zawodach sportowo-rekreacyjnych.

9. Aktywne uczestnictwo w zajęciach wychowania fizycznego.

10. Opanowanie umiejętności objętych programem nauczania.

### **Kryteria oceny z wychowania fizycznego:**

„6” – celujący

Uczeń:

- ma zaliczone wszystkie sprawdziany i testy obowiązkowe (brak wpisu w dzienniku „bz”),
- posiada rozszerzoną wiedzę z zakresu kultury fizycznej,
- kieruje się zasadą Fair Play,
- ze sprawdzianów i testów uzyskuje średnią ocen minimum 5,51,
- osiągnął umiejętności i sprawność fizyczną określoną programem nauczania,
- wykazał się dobrą znajomością przepisów sportowych w zakresie dyscyplin sportowych uprawianych w szkole,
- swą postawą społeczną i stosunkiem do przedmiotu nie budzi zastrzeżeń (jest koleżeński, ambitny, zdyscyplinowany), a także posiada nawyki higieniczno-zdrowotnego trybu życia (schludny wygląd zewnętrzny, dba o higienę osobistą, itp.).

„5” – bardzo dobry

Uczeń:

- ma zaliczone wszystkie sprawdziany i testy obowiązkowe (brak wpisu w dzienniku „bz”),
- ze sprawdzianów i testów uzyskuje średnia ocen 4,67-5,50,
- na lekcjach zawsze stosuje zasadę Fair Play,
- osiągnął umiejętności i sprawność fizyczną określoną programem nauczania,
- wykazał się dobrą znajomością przepisów sportowych w zakresie dyscyplin sportowych uprawianych w szkole,
- nie wykazuje braków w zakresie kompetencji społecznych (koleżeński, ambitny, zdyscyplinowany) oraz posiada wystarczające nawyki higieniczno-zdrowotnego trybu życia (schludny wygląd zewnętrzny, dba o higienę osobistą, itp.).

„4” – dobry

Uczeń:

- może mieć maksymalnie jeden brak ze sprawdzianu lub testu (posiada jeden wpis w dzienniku „bz”)
- ze sprawdzianów i testów uzyskuje średnią ocen 3,67- 4,66,
- na lekcjach stara się stosować zasadę Fair Play,
- nie osiągnął pełnej sprawności fizycznej oraz umiejętności określonych programem nauczania,
- wykazał się znajomością przeciętną przepisów sportowych w zakresie dyscyplin sportowych uprawianych w szkole,
- nie wykazuje rażących braków w zakresie kompetencji społecznych (koleżeński, ambitny, zdyscyplinowany) oraz posiada wystarczające nawyki higieniczno-zdrowotnego trybu życia (schludny wygląd zewnętrzny, dba o higienę osobistą, itp.).

„3” – dostateczny

Uczeń:

- może mieć maksymalnie dwa braki ze sprawdzianu lub testu ( posiada dwa wpisy w dzienniku „bz”),
- ze sprawdzianów i testów uzyskuje średnią ocen 2,67-3,66,
- dopuszcza się odstępstw od zasady Fair Play,
- wykazuje braki w podstawowych wiadomościach związanych z kulturą fizyczną,
- nie zawsze jest przygotowany do lekcji (nie posiada kompletnego stroju sportowego),
- nie osiągnął pełnej sprawności fizycznej oraz umiejętności określonych programem nauczania,

- wykazał braki znajomości przepisów sportowych w zakresie dyscyplin sportowych uprawianych w szkole,
- wykazuje braki w zakresie kompetencji społecznych (koleżeński, ambitny, zdyscyplinowany) oraz posiada wystarczające nawyki higieniczno-zdrowotnego trybu życia (schludny wygląd zewnętrzny, dba o higienę osobistą, itp.).

„2” – dopuszczający

Uczeń:

- może mieć więcej niż dwa braki ze sprawdzianu lub testu ( posiada wpisy w dzienniku „bz”),
- ze sprawdzianów i testów uzyskuje średnią ocen 1,75-2,66,
- nie stosuje zasady Fair Play,
- wykazuje duże braki w podstawowych wiadomościach związanych z kulturą fizyczną,
- nie zawsze jest przygotowany do lekcji (nie posiada kompletnego stroju sportowego),
- ledwie spełnia wymagania sprawności fizycznej oraz umiejętności określonych programem nauczania,
- wykazał braki znajomości przepisów sportowych w zakresie dyscyplin sportowych uprawianych w szkole,
- wykazuje duże braki w zakresie kompetencji społecznych (koleżeński, ambitny, zdyscyplinowany) oraz posiada wystarczające nawyki higieniczno-zdrowotnego trybu życia (schludny wygląd zewnętrzny, dba o higienę osobistą, itp.).

„1” – niedostateczny

Uczeń:

- ma braki ze sprawdzianów lub testów (posiada wpisy w dzienniku „bz”),
- ze sprawdzianów i testów uzyskuje średnią ocen poniżej 1,75,
- nie stosuje zasady Fair Play,
- wykazuje rażące braki w podstawowych wiadomościach związanych z kulturą fizyczną,
- często nie jest przygotowany do lekcji (nie posiada kompletnego stroju sportowego),
- nie spełnia wymagań sprawności fizycznej oraz umiejętności określonych programem nauczania,
- wykazuje rażące braki znajomości przepisów sportowych w zakresie dyscyplin sportowych uprawianych w szkole,
- wykazuje rażące braki w zakresie kompetencji społecznych (koleżeński, ambitny, zdyscyplinowany) oraz posiada wystarczające nawyki higieniczno-zdrowotnego trybu życia (schludny wygląd zewnętrzny, dba o higienę osobistą, itp.).