

**PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO
W ZESPOLE SZKOLNO- PRZEDSZKOLNYM nr 4 z ODZIAŁAMI
INTEGRACYJNYMI w BRZESZCZACH w roku szkolnym 2017/2018**

Wychowanie fizyczne pełni ważne funkcje edukacyjne, rozwojowe i zdrowotne. Wspiera rozwój fizyczny, psychiczny i społeczny. Kształtuje nawyk aktywności fizycznej i troski o zdrowie w okresie całego życia. Pełni wiodącą rolę w edukacji zdrowotnej uczniów, kształtuje nawyki systematycznego uczestnictwa przez całe życie w różnorodnych formach zajęć ruchowych.

Doceniając znaczenie pełniejszego dostosowania oferty wychowania fizycznego w szkole do oczekiwań uczniów, znowelizowano Ustawę o kulturze fizycznej, dzięki czemu możliwe jest realizowanie dwóch godzin obowiązkowych zajęć wychowania fizycznego w innych formach niż zajęcia klasowo-lekcyjne. Pozwalają one na lepszą, bo bardziej efektywną i bliższą potrzebom uczniów realizację wychowania fizycznego w szkołach. Podczas zajęć lekcyjnych realizowane będą wymagania określone w podstawie programowej z możliwością ewentualnego ich poszerzenia. Natomiast zajęcia fakultatywne poszerzą i pogłębią umiejętności i wiedzę uczniów o aktywności fizycznej na miarę ich możliwości i oczekiwań.

I. ZAŁOŻENIA OGÓLNE

1. Przedmiotowy System Oceniania przedstawia szczegółowe informacje dotyczące form i kryteriów oceniania z wychowania fizycznego.
2. Przedmiotowy System Oceniania ucznia ma na celu rozpoznawanie przez nauczyciela poziomu i postępów w opanowaniu przez ucznia umiejętności i wiadomości z wychowania fizycznego.
3. Nauczyciel na początku roku szkolnego informuje uczniów, rodziców lub opiekunów prawnych o wymaganiach edukacyjnych wynikających z realizowanego przez siebie programu nauczania, o sposobach sprawdzania wiedzy i umiejętności oraz kryteriach oceny z wychowania fizycznego.
4. Zgodnie z nową podstawą programową realizacja wychowania fizycznego odbywa się dwutorowo: zajęcia obowiązkowe i zajęcia pozalekcyjne (SKS).
5. Zajęcia obowiązkowe w liczbie czterech godzin tygodniowo, realizowane są w formie klasowo - lekcyjnej.
6. Czas realizacji zajęć z utworzonymi grupami jest nie krótszy niż rok, z możliwością powtarzania w kolejnych latach.
7. Ocena z wychowania fizycznego wystawiana jest dwa razy w ciągu roku szkolnego (na pierwsze półrocze oraz na koniec roku szkolnego), zgodnie z podanymi w PSO zasadami w skali od 1 do 6)
8. Każdy uczeń podlega ocenie z wychowania fizycznego.
9. W uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego.
10. Decyzję o zwolnieniu ucznia z zajęć podejmuje dyrektor szkoły na podstawie opinii wydanej przez lekarza specjalistę lub poradnię psychologiczno - pedagogiczną.
11. W przypadku zwolnienia ucznia z zajęć w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się „zwolniony”.
12. Uczeń może być zwolniony z ćwiczeń (częściowo lub na stałe) przez Dyrektora Szkoły po przedłożeniu zwolnienia lekarskiego.
13. Uczeń może być zwolniony przez nauczyciela w przypadku chwilowej niedyspozycji.

14. Uczeń może być zwolniony z pewnych zadań ruchowych, (z których nie jest oceniany) po przedłożeniu zaświadczenia lekarskiego, lub w uzasadnionych przypadkach przez rodzica.
15. Jeżeli uczeń nie może uczestniczyć w sprawdzianach z powodu nieobecności lub nie przygotowania do zajęć jest zobowiązany uzupełnić braki.
16. W przypadku opuszczenia ponad 50% lekcji bez usprawiedliwienia uczeń lub jego rodzice mogą złożyć wniosek o egzamin klasyfikacyjny. Zgodę na egzamin wyraża Rada Pedagogiczna.
17. Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego należy brać pod uwagę:
- wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć oraz czynione przez niego postępy (miarą wysiłku wkładanego w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki wychowania fizycznego może być systematyczność udziału w zajęciach wychowania fizycznego, a także aktywność uczniów w trakcie zajęć);
 - sprawność fizyczna, umiejętności techniczne i taktyczne ucznia;
 - aktywność i frekwencję (wskaźnikiem aktywności może być wykonywanie zadań w trakcie zajęć na miarę możliwości ucznia);
 - wiadomości na temat: edukacji zdrowotnej i bezpieczeństwa, przepisów gier zespołowych i techniki wykonania elementów technicznych różnych zadań ruchowych, zasad fair play;
 - reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych.
18. Nauczyciel jest zobowiązany na podstawie pisemnej opinii poradni psychologiczno - pedagogicznej lub innej poradni specjalistycznej obniżyć wymagania edukacyjne w stosunku do ucznia, u którego stwierdzono specyficzne trudności w uczeniu się lub deficyty rozwojowe, uniemożliwiające sprostanie wymaganiom edukacyjnym wynikającym z programu nauczania.
19. Ocenianie osiągnięć edukacyjnych ucznia polega na rozpoznawaniu przez nauczyciela poziomu i postępów w opanowaniu przez ucznia wiadomości i umiejętności w stosunku do wymagań edukacyjnych, wynikających z podstawy programowej.
20. Wymagania szczegółowe zajęć prowadzonych w systemie klasowo -lekcyjnym prowadzone są w ramach następujących bloków tematycznych:
- 1) diagnoza sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego;
 - 2) trening zdrowotny;
 - 3) sporty całego życia i wypoczynek;
 - 4) bezpieczna aktywność fizyczna i higiena osobista;
 - 5) sport;
 - 6) taniec.
21. Bezpieczne uczestnictwo w aktywności fizycznej o charakterze rekreacyjnym i sportowym ze zrozumieniem jej znaczenia dla zdrowia to przede wszystkim:
- 1) udział w aktywności fizycznej ukierunkowanej na zdrowie, wypoczynek i sport;
 - 2) stosowanie zasad bezpieczeństwa podczas aktywności fizycznej;
 - 3) poznawanie własnego rozwoju fizycznego i sprawności fizycznej oraz praktykowanie zachowań prozdrowotnych.
22. Szczegółowe treści nauczania z wychowania fizycznego obejmują;
- I. Diagnoza sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego. Uczeń:
- 1) wykonuje bez zatrzymania marszowo-biegowy test Coopera;
 - 2) wykonuje próby sprawnościowe pozwalające ocenić wytrzymałość tlenową, siłę mięśni posturalnych i gibkość dolnego odcinka kręgosłupa oraz z pomocą nauczyciela interpretuje uzyskane wyniki;

3) dokonuje pomiarów wysokości i masy ciała oraz z pomocą nauczyciela interpretuje ich wyniki;

4) ocenia własną postawę ciała.

II. Trening zdrowotny. Uczeń:

1) mierzy tętno w spoczynku i po wysiłku;

2) wymienia zasady i metody hartowania organizmu;

3) demonstruje po jednym ćwiczeniu kształtującym wybrane zdolności motoryczne oraz ułatwiające utrzymywanie prawidłowej postawy ciała;

4) wykonuje próbę wielobojową składającą się z biegu, skoku i rzutu;

5) wykonuje przewrót w przód z marszu oraz przewrót w tył;

6) wykonuje prosty układ gimnastyczny.

III. Sporty całego życia i wypoczynek. Uczeń:

1) organizuje w gronie rówieśników zabawę, grę ruchową, rekreacyjną, stosując przepisy w formie uproszczonej;

2) stosuje w grze: kozłowanie piłki w biegu ze zmianą kierunku ruchu, prowadzenie piłki w biegu ze zmianą kierunku ruchu, podanie piłki oburącz i jednorącz, rzut piłki do kosza, odbicie piłki oburącz sposobem górnym;

3) omawia zasady aktywnego wypoczynku.

IV. Bezpieczna aktywność fizyczna i higiena osobista. Uczeń:

1) omawia sposoby postępowania w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia;

2) korzysta bezpiecznie ze sprzętu i urządzeń sportowych;

3) stosuje zasady samoasekuracji;

4) omawia zasady bezpiecznego zachowania się nad wodą i w górach;

5) omawia sposoby ochrony przed nadmiernym nasłonecznieniem;

6) dobiera strój i obuwie sportowe do ćwiczeń w zależności od miejsca zajęć oraz warunków atmosferycznych.

V. Sport. Uczeń:

1) wyjaśnia, dlaczego należy przestrzegać ustalonych reguł w trakcie rywalizacji sportowej;

2) uczestniczy w sportowych rozgrywkach klasowych w roli zawodnika, stosując zasady „czystej gry”: szacunku dla rywala, respektowania przepisów gry, podporządkowania się decyzjom sędziego, podziękowania za wspólną grę;

3) wyjaśnia zasady kulturalnego kibicowania.

VI. Taniec. Uczeń:

1) wykonuje improwizację ruchową do wybranej muzyki;

2) wyjaśnia, jak należy zachować się na zabawie tanecznej, w dyskotecce.

23. Ocena osiągnięć edukacyjnych odbywa się według następującej skali ocen:

1- niedostateczny

2- dopuszczający

3- dostateczny

4- dobry

5- bardzo dobry

6- celujący

24. Ocena jest jawna i uzasadniona, zarówno dla ucznia jak i dla rodzica.

25. Uczniowie są na bieżąco informowani o uzyskiwanych ocenach.

26. Nauczyciel wymaga tylko tego czego nauczył.

27. Na 2 tygodnie przed końcem półrocza nauczyciel wystawia oceny proponowane natomiast grożącej ocenie niedostatecznej miesiąc przed końcem półrocza lub roku szkolnego.
28. Zaproponowana przez nauczyciela ocena może zostać poprawiona na wyższą jeśli uczeń spełni wymagania na tę ocenę z dyscyplin wskazanych przez nauczyciela, systematycznie uczęszcza na zajęcia lekcyjne oraz jest przygotowany do ćwiczeń.
29. Ocenę niedostateczną z zaliczeń częściowych uczeń może poprawić w przeciągu dwóch tygodni od momentu jej uzyskania.
30. Oceny przedmiotowe muszą znajdować się w dzienniku zajęć lekcyjnych klasy.

II. SPOSOBY OCENIANIA OSIĄGNIĘĆ UCZNIÓW.

1. Na zajęciach lekcyjnych ocenie podlegają:

- aktywność;
- wiadomości i umiejętności;
- przestrzeganie zasad bezpieczeństwa;
- aktywność poza lekcyjną i poza szkolną (udział w zajęciach poza lekcyjnych, zawodach sportowych).
- zaangażowanie w działalność rekreacyjną lub sportową szkoły i środowiska.

2. Ocena śródroczna i roczna z wychowania fizycznego wystawiana jest przez nauczyciela prowadzącego zajęcia lekcyjne, na podstawie ocen ze wszystkich obszarów oceniania obowiązujących na jednych i drugich zajęciach.

3. Sprawdzenie i ocenianie wiadomości i umiejętności odbywa się na bieżąco w czasie trwania pierwszego i drugiego półrocza.

4. Istnieje możliwość poprawy oceny zaproponowanej przez nauczyciela wychowania fizycznego na wyższą o jeden stopień, gdy uczeń spełni określone wymagania edukacyjne z danego poziomu nauczania.

5. Podczas całego roku szkolnego uczeń otrzymuje nie mniej niż 5 ocen częściowych w półroczu z następujących dziedzin:

a) aktywność (1 ocena w półroczu)

- przygotowanie do zajęć (ubiór sportowy, higiena osobista);
- systematyczność, frekwencja;
- wykonywanie poleceń nauczyciela związanych z przedmiotem, zaangażowanie;
- pomoc ucznia w organizacji i przeprowadzeniu zajęć.

b) umiejętności (3- 4 oceny w półroczu)

- lekka atletyka (2-4 oceny)
 - technika biegu i startu na 60m (szybkość);
 - technika biegu na 600m (wytrzymałość);
 - technika skoku: w dal lub wzwyż (skoczność);
 - technika rzutu: piłeczką palantową lub piłką lekarską (siła).
- gimnastyka (1-2 oceny)
 - poprawne wykonanie;
 - estetyka ruchu.
- gry zespołowe (po 4-6 oceny z każdej dyscypliny sportowej/ dwie gry w półroczu)
 - umiejętności techniczne (zawarte w wymaganiach edukacyjnych na danym poziomie).

c) wiadomości (1 ocena w półroczu):

- diagnoza sprawności fizycznej;
- podstawowe przepisy konkurencji lekkoatletycznych;

- prawidłowe nazewnictwo ćwiczeń gimnastycznych;
- podstawowe przepisy gier zespołowych;
- znajomość zasad zdrowego stylu życia, fair play, kulturalnego kibicowania; znajomość i przestrzeganie zasad bezpiecznego uczestnictwa w ruchu drogowym.

d) zasady bezpieczeństwa (ocena z zachowania)

- zachowanie zdyscyplinowane ucznia na lekcji w - f;
- koleżeński stosunek do współwiczących, pomoc w czasie zajęć;
- przestrzeganie regulaminów obiektów sportowych.

6. Uczeń może otrzymać dodatkowe oceny za:

- udział w zajęciach poza lekcyjnych;
- udział i reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych (aktywność sportowa);
- za osiągnięcie wybitnych wyników sportowych;
- za wykonanie dodatkowych zadań powierzonych przez nauczyciela;

III. SKALA OCEN

Ocena celująca - 6

1. Uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bdb (5).
2. Aktywnie uczestniczy w życiu sportowym na terenie szkoły, bądź też w innych formach działalności związanych z kulturą fizyczną. Prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia.
3. Zajmuje punktowane miejsca w zawodach sportowych, reprezentuje szkołę w zawodach.
4. Wykazuje się szczególnym zaangażowaniem w pracy, twórczą postawą, umiejętnościami i wiadomościami wykraczającymi poza program nauczania w danej klasie.

Ocena bardzo dobra - 5

1. Uczeń całkowicie opanował materiał podstawy programowej z danego poziomu nauczania.
2. Prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia, potrafi zdiagnozować swój rozwój i sprawność fizyczną.
3. Nauczane elementy wykonuje poprawnie pod względem techniki, pewnie, w odpowiednim tempie;
4. Zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w podstawie programowej.
5. Posiada duże wiadomości w zakresie kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu.
6. Systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu.
7. Jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego nie budzą najmniejszych zastrzeżeń.
8. Bierze aktywny udział w zajęciach dodatkowych i zawodach sportowych.

Ocena dobra - 4

1. Uczeń częściowo opanował materiał podstawy programowej.
2. Dysponuje dobrą sprawnością motoryczną.
3. Ćwiczenia wykonuje prawidłowo, lecz nie dość dokładnie, z małymi błędami technicznymi.
4. Posiadane wiadomości potrafi wykorzystać w praktyce przy pomocy nauczyciela.
5. Podejmuje próby diagnozy swojego rozwoju i sprawności fizycznej.
6. Nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnianiem, wskazuje stałe i dość dobre postępy w tym zakresie.

7. Jego postawa społeczna i stosunek do kultury fizycznej nie budzi większych zastrzeżeń.
8. Prowadzi higieniczny tryb życia, uczestniczy w zajęciach poza szkolnych o charakterze sportowo- rekreacyjnym.

Ocena dostateczna - 3

1. Uczeń opanował materiał podstawy programowej na przeciętnym poziomie ze znacznymi lukami.
2. Dysponuje przeciętną sprawnością motoryczną. Ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie z większymi błędami technicznymi.
3. Wykazuje małe postępy w usprawnianiu motorycznym.
4. Z pomocą nauczyciela podejmuje próby diagnozy swojego rozwoju i sprawności fizycznej.
5. W jego wiadomościach z zakresu kultury fizycznej są znaczne luki, nie potrafi ich wykorzystać w praktyce.
6. Wykazuje małe postępy w usprawnianiu.
7. Przejawia pewne braki w zakresie wychowania społecznego, w postawie i stosunku do kultury fizycznej.

Ocena dopuszczająca - 2

1. Uczeń nie opanował materiału podstawy programowej w stopniu dostatecznym i ma poważne luki.
2. Jest mało sprawny fizycznie.
3. Ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi.
4. Posiada małe wiadomości z zakresu kultury fizycznej, nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną.
5. Nie jest pilny i wykazuje bardzo małe postępy w usprawnianiu.
6. Na zajęciach z wychowania fizycznego przejawia poważne braki w zakresie wychowania społecznego, ma niechętny stosunek do ćwiczeń.

Ocena niedostateczna - 1

1. Uczeń jest daleki od spełnienia wymagań stawianych przez program.
2. Posiada bardzo niską sprawność motoryczną.
3. Wykonuje jedynie najprostsze ćwiczenia i w dodatku z rażącymi błędami.
4. Charakteryzuje się niewiedzą w zakresie kultury fizycznej.
5. Ma lekceważący stosunek do zajęć i nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu.
6. Na lekcjach wychowania fizycznego wykazuje duże i rażące braki w zakresie wychowania społecznego.

Mirosław Włodarczyk
nauczyciel wychowania fizycznego