

**PRZEDMIOTOWE OCENIANIE Z
WYCHOWANIA FIZYCZNEGO
Rok szkolny 2022/2023**

Przedmiotowe Ocenianie (w skrócie PO) jest zgodny z Ustawą z dnia 7 września 1991 r. o systemie oświaty (Dz. U. z 2004 r. Nr 256, poz. 2572, z późn. zm.). Przedmiotowe Ocenianie z przedmiotu wychowanie fizyczne jest zgodny z Wewnątrzszkolnym Ocenianiem

I. Kontrakt między nauczycielem i uczniem

1. Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego w szczególności bierzemy pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć, systematyczny udział ucznia w zajęciach oraz aktywność ucznia w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej.

2. Uczeń może być zwolniony całkowicie z wf-u lub z wykonywania określonych ćwiczeń.

a) Możliwość całkowitego zwolnienia ucznia z realizacji zajęć wychowania fizycznego:
Zwolnienia dokonuje dyrektor szkoły na podstawie **opinii lekarza o braku możliwości uczestniczenia ucznia w zajęciach wychowania fizycznego**, przez okres wskazany w tej opinii. W tym przypadku uczeń nie uczęszcza na zajęcia wf-u i przez okres zwolnienia nie jest z nich oceniany. Jeżeli okres zwolnienia z realizacji zajęć wychowania fizycznego uniemożliwia ustalenie śródrocznej, rocznej lub semestralnej oceny klasyfikacyjnej, uczeń nie podlega klasyfikacji, natomiast w dokumentacji przebiegu nauczania wpisuje się „zwolniony” albo „zwolniona”.

b) Częściowa możliwość zwolnienia ucznia z wykonywania określonych ćwiczeń fizycznych na zajęciach wychowania fizycznego:

Podstawą do tego zwolnienia będzie **opinia lekarza o ograniczonych możliwościach wykonywania przez ucznia ćwiczeń** wskazująca, jakich ćwiczeń fizycznych – czy też – jakiego rodzaju ćwiczeń – uczeń nie może wykonywać oraz przez jaki okres. W tym przypadku uczeń uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego z ograniczeniem wykonywania niektórych, wskazanych przez lekarza ćwiczeń fizycznych. Uczeń ten jest oceniany i klasyfikowany. **Natomiast nauczyciel wychowania fizycznego ma obowiązek dostosować wymagania edukacyjne do indywidualnych potrzeb i możliwości ucznia.**

c) Jeżeli uczeń był zwolniony w pierwszym semestrze, a w drugim semestrze uczestniczył w zajęciach uzyskując oceny, a jego nieobecności nie przekroczyły 50% zajęć - wówczas istnieje podstawa do klasyfikacji rocznej i uczeń otrzymuje ocenę na koniec roku szkolnego, jeżeli jego frekwencja jest poniżej 50 % uczeń jest nieklasyfikowany.

Jeżeli zwolnienie z zajęć wychowania fizycznego obejmuje tylko drugi semestr, ocenę końcową/roczną stanowi ocena z I semestru (ocena zostanie przepisana).

d) Jeżeli uczeń jest częściowo zwolniony z zajęć wychowania fizycznego a jego frekwencja na zajęciach w semestrze wynosi min. 50%, uzyskuje ocenę semestralną/roczną na podstawie ocen cząstkowych.

Aktywizacja uczniów częściowo zwolnionych z wf-u poprzez zachęcanie do wykonania dodatkowych zadań:

- wydłużenie czasu przeznaczonego na wykonanie ćwiczeń,
 - możliwość rozbicia ćwiczeń złożonych na prostsze i ocenianie ich wykonania etapami,
 - wydłużenie czasu na nauczenie się danego ćwiczenia,
 - wykonanie zadań pod kierunkiem nauczyciela.
3. Uczeń może być nieklasyfikowany, jeśli brak jest podstaw do ustalenia oceny klasyfikacyjnej z powodu nieobecności ucznia na zajęciach edukacyjnych, przekraczającej 50% czasu przeznaczonego na te zajęcia.
 4. Jeżeli okres zwolnienia ucznia z zajęć wychowania fizycznego uniemożliwia ustalenie śródrocznej lub rocznej (semestralnej) oceny klasyfikacyjnej, w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się "zwolniony" albo "zwolniona"
 5. Każdy uczeń jest oceniany zgodnie z przyjętymi zasadami. Najważniejsza jest aktywność i zaangażowanie ucznia na lekcji (strój – gotowość do zajęć, aktywne uczestnictwo w lekcji, chęć wykonywania ćwiczeń – poleceń nauczyciela, kreatywność w realizacji zadań i w przeprowadzaniu rozgrzewki, pomoc koleżeńska, przestrzeganie zasad fair-play).
 6. Sprawdzanie wiedzy i umiejętności jest obowiązkowe.
 7. Sprawdziany praktyczne i teoretyczne odbywają się zgodnie z rozkładem materiału.
 8. Sprawdziany praktyczne i teoretyczne są zapowiadane wyprzedzeniem i określonym terminem wykonania. Podany jest zakres sprawdzanych umiejętności i wiedzy.
 9. Przy poprawianiu sprawdzianu praktycznego w drugim terminie (wyznaczonym przez nauczyciela) kryteria oceniania nie zmieniają się. Do dziennika zostaje wpisana wyższa ocena w miejsce poprzedniej.
Przy poprawieniu sprawdzianu teoretycznego w drugim terminie do dziennika zostaje wpisana druga ocena.
 10. Uczeń ma prawo do jednokrotnego poprawiania sprawdzianu praktycznego i teoretycznego.
 11. Wiedza teoretyczna sprawdzana jest :
 - a) w formie odpowiedzi ustnej na bieżąco
 - podczas gier zespołowych – przepisy, zasady gry.
 - atletyki terenowej – pomiar tętna, konkurencje sportowe
 - b) w formie pracy pisemnej teoretycznej (opisowej lub testu on-line)np.: obliczanie BMI, piramida zdrowia , wpływ aktywności fizycznej na zdrowie, czy formy aktywnego wypoczynku.
 12. Uczeń nieobecny na sprawdzianie praktycznym i teoretycznym , ma obowiązek zgłosić się i zaliczyć sprawdzian w ciągu tygodnia od powrotu do szkoły.
 13. Uczeń, który nie poprawił wyniku w wyznaczonym terminie traci prawo do następnych poprawek tej pracy i uzyskuje ocenę niedostateczną.
 14. Uczeń, który unika sprawdzianu praktycznego, teoretycznego lub jego poprawy, nie przychodzi w określone dni lub mimo obecności w szkole odmawia tej pracy otrzymuje ocenę niedostateczną.
 15. Uczeń ma prawo do dwukrotnego zgłoszenia nieprzygotowania na lekcję w ciągu semestru (nie dotyczy zapowiedzianego sprawdzianu). Przez nieprzygotowanie się do lekcji rozumiemy:
 - brak odpowiedniego stroju sportowego,

- brak obuwia sportowego z jasną podeszwą ,
- brak pracy domowej – np. przygotowanie rozgrzewki,
- niegotowość do sprawdzianu,

- niedyspozycja z różnych przyczyn (niewyspanie, miesiączka u dziewcząt itp.

16. Na koniec semestru nie przewiduje się dodatkowych praktycznych sprawdzianów zaliczeniowych.

17. Przy ocenianiu nauczyciel uwzględnia wiadomości i możliwości motoryczne ucznia.

18. Uczeń posiadający zwolnienie lekarskie z powodu choroby (dienne lub kilkudniowe) jest zobowiązany być na zajęciach z wf ale aktywnie nie uczestniczy w zajęciach. Jeżeli jest to pierwsza lub ostatnia lekcja to na wniosek rodzica, zapisany w dzienniczku ucznia, może być zwolniony z obecności na zajęciach.

19. Wagi za poszczególne narzędzia pomiaru osiągnięć uczniów:

- a) ocena za umiejętności praktyczne i teoretyczne(ćwiczenia praktyczne)- waga 2
- b) aktywność na lekcji (wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć)- waga 1
- c) prace długoterminowe (treningi, SKS, systematyczne uczestnictwo w zajęciach dodatkowych) - waga 5
- d) reprezentowanie szkoły na zawodach sportowych - waga 2
- e) przestrzeganie zasa BHP, kolejny brak stroju sportowego po wykorzystaniu 2 nieprzygotowań(ocena ndst) – waga 3
- f) sprawy organizacyjne (pomoc w organizowaniu zawodów)-waga 2
- g) praca na lekcji w grupie i indywidualnie (grupowe rozgrywki i zadania do wykonania na lekcji lub poza nią)-waga 2
- h) tytuł finalista/laureat- laureat zawodów o randze wojewódzkiej/ogólnopolskiej roczna najwyższa ocena klasyfikacyjna (art.44jUoSo)

II. Narzędzia, czas pomiaru i obserwacji osiągnięć uczniów dla nauczania stacjonarnego i zdalnego

1. Obserwacja ucznia

- a) przygotowanie do lekcji (strój, obuwie z białą podeszwą)
- b) aktywność na lekcji, zaangażowanie, chęci w wykonywaniu zadania, własna inicjatywa i kreatywność w podejmowaniu dodatkowych zadań np. sędziowanie, pomysł na projekt do realizacji w ramach wf)
- c) praca w grupie

2. Pomiar osiągnięć uczniów odbywa się za pomocą następujących narzędzi:

- a) odpowiedzi ustne
- b) sprawdziany praktyczne i teoretyczne
- c) prace domowe – np. przygotowanie rozgrzewki, wykonanie ćwiczeń zgodnie z zaleceniami nauczyciela, przygotowanie referatu, folderu, prezentacji,
- d) prace długoterminowe (treningi, SKS, systematyczne uczestnictwo w zajęciach dodatkowych
- e) praca na lekcji

- f) inne formy aktywności np. udział w zawodach, SKS, zajęcia dodatkowe, wykonywanie pomocy dydaktycznych, indywidualna praca nad sobą
- g) udział w zawodach sportowych

III. Kryteria oceny śródrocznej i rocznej

1. Ocenę śródroczną/ roczną wystawia nauczyciel w dzienniku elektronicznym najpóźniej na trzy dni przedterminem klasyfikacji śródrocznej (rocznej) czyli przed posiedzeniem Rady Pedagogicznej.
2. O przewidywanej ocenie śródrocznej/ rocznej nauczyciel informuje ucznia, jego rodziców oraz wychowawcę klasy na tydzień przed klasyfikacją- zapis w dzienniku elektronicznym.
3. Ocena śródroczna jest ustalona na podstawie średniej ważonej ocen cząstkowych z ustalonymi wagami i zgodnie z poniższą tabelą.
4. Ocena roczna jest ustalona na podstawie średniej ważonej ocen cząstkowych z całego roku.

Średnia ocen	Ocena
0,00-1,75	Niedostateczny
1,76-2,75	Dopuszczający
2,76-3,75	Dostateczny
3,76-4,75	Dobry
4,76-5,75	bardzo dobry
5,76-6,00	Celujący

IV. Uwagi końcowe.

1. Dla uczniów z dysfunkcjami potwierdzonymi na piśmie przez Poradnię Psychologiczno - Pedagogiczną lub inną uprawnioną instytucję poziom wymagań będzie dostosowany do zaleceń w/w instytucji.
2. Uczniowie aktywnie uczestniczą w lekcjach, nie przeszkadzają kolegom i nauczycielowi w trakcie zajęć oraz przestrzegają zasad bezpieczeństwa ogólnie przyjętych norm kulturalnego zachowania w szkole i poza nią.
3. Za szczególne osiągnięcia sportowe, zaangażowanie w życie sportowe szkoły, reprezentowanie szkoły oraz pracę ucznia nad swoim zdrowiem, nauczyciel ma prawo podwyższyć ocenę śródroczną/ roczną o jeden stopień.
4. Wszystkie sprawy sporne nie ujęte w PO, rozstrzygane będą zgodnie z WO oraz rozporządzeniami MEN.

KRYTERIUM OCENIANIA

1. LEKKOATLETYKA

- marszobiegi
- biegi długie
- biegi krótkie
- skoki

2. PIŁKA SIATKOWA

- umiejętność odbić sposobem oburącz górnym
- umiejętność odbić sposobem oburącz dolnym
- zagrywka
- gra
- znajomość przepisów
- sędziowanie

3. PIŁKA KOSZYKOWA

- rzut z dwutaktu
- umiejętność kozłowania
- rzuty z różnych pozycji
- przepisy
- sędziowanie
- gra

4. PIŁKA RECZNA

- podania i chwyt
- rzuty do bramki
- kozłowanie
- przepisy
- sędziowanie
- gra

5. PIŁKA NOŻNA

- przyjęcie i podanie
- strzały do bramki
- gra
- sędziowanie
- przepisy

6. GIMNASTYKA:

- przewrót w przód
- przewrót w tył
- układ gimnastyczny (ćwiczenia wolne i ćwiczenia równoważne)
- przerzut bokiem
- stanie na ramionach przy ścianie, w parze z asekuracją
- skok rozkroczny przez kozła

7. INDYWIDUALNE FORMY RUCHU

- NordicWalking
- jazda na rowerze
- jazda na rolkach
- siłownia
- fitness, taniec, aerobic, zumba, joga, pilates
- i inne

Opracowali nauczyciele Wychowania Fizycznego