

## PRZEDMIOTOWE ZASADY OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

### w I Liceum Ogólnokształcącym z Oddziałami Mistrzostwa Sportowego w Sopocie (I LO)

Podstawa prawna:

- *Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 22 lutego 2019 r. w sprawie oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych (Dz.U. z dnia 27 listopada 2023 r., poz.2572 tj. z późn. zm),*
- *Statut I Liceum Ogólnokształcącego z Oddziałami Mistrzostwa Sportowego w Sopocie,*
- *Wewnętrzne Zasady Oceniania I Liceum Ogólnokształcącego z Oddziałami Mistrzostwa Sportowego w Sopocie.*

### Obszary oceniania

**Wysiłek** ucznia wkładany w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki wychowania fizycznego:

- ✓ systematyczna aktywność w czasie zajęć WF - wysiłek ucznia włożony w systematyczną pracę nad własną sprawnością i umiejętnościami,
- ✓ wysiłek ucznia włożony w wykonanie danego zadania,
- ✓ działalność na rzecz kultury fizycznej – zdrowia, sportu, rekreacji, tańca i turystyki.

**Osiągnięcia edukacyjne** ucznia wynikające z realizowanego programu wychowania fizycznego:

- ✓ poziom i postęp umiejętności ruchowych,
- ✓ poziom i postęp wiadomości oraz umiejętność zastosowania ich w praktyce.

### Ocena wysiłku ucznia

Ocena wysiłku ucznia wkładanego w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć odbywa się na każdym zajęciach zgodnie z §9 Rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej z dnia 22 lutego 2019 r. w sprawie oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych oraz §7 pkt. 4. Statutu I LO oraz pkt.19 WZO.

**Systematyczność udziału ucznia w zajęciach** (wysiłek włożony w systematyczną pracę nad własną sprawnością i umiejętnościami – rozwojem) jest oceniana wg poniższych kryteriów:

- uczeń, ćwiczący na lekcji w sposób zbliżony do swoich maksymalnych możliwości otrzymuje plusa (+),
- uczeń, który w trakcie lekcji nie ćwiczy w sposób zaangażowany lub unika ćwiczeń bez uzasadnionego powodu nie otrzymuje plusa (+),
- uczeń niećwiczący za aktywną pracę na lekcji (tj. sędziowanie, pomoc w organizacji zajęć) może otrzymać „+” za pracę na lekcji.

Ze względów organizacyjnych plusy z danej lekcji nie są nanoszone do dziennika elektronicznego, lecz odnotowywane w dodatkowej dokumentacji nauczyciela wychowania fizycznego.

Na koniec każdego kolejnego miesiąca roku szkolnego, na podstawie liczby uzyskanych w danym miesiącu „+”, uczeń otrzymuje ocenę (kategoria - systematyczność „miesiąc” waga 8) wyrażoną w skali szkolnej i wyliczoną zgodnie z pkt. 47.1 WZO I LO w Sopocie wg następujących kryteriów:

- celujący (6) – liczba plusów równa co najmniej 95% sumy wszystkich obowiązkowych zajęć,

- bardzo dobry (5) – liczba plusów równa co najmniej 83% sumy wszystkich obowiązkowych zajęć,
- dobry (4) – liczba plusów równa co najmniej 70% sumy wszystkich obowiązkowych zajęć,
- dostateczny (3) – liczba plusów równa co najmniej 51% sumy wszystkich obowiązkowych zajęć,
- dopuszczający (2) – liczba plusów równa co najmniej 40% sumy wszystkich obowiązkowych zajęć.

Za ucznia przygotowanego do lekcji rozumie się:

- ucznia przebranego w zmienny, czysty strój sportowy (koszulka, spodenki, legginsy, dresy, strój fitness, skarpety, obuwie zmienne – przeznaczone tylko na zajęcia sportowe),
- ucznia, który nie ma na sobie biżuterii lub innych elementów zagrażających bezpieczeństwu jego i współwiczających,
- ucznia, który długie włosy ma odpowiednio upięte,
- ucznia, który posiada paznokcie o długości bezpiecznej dla niego i innych współwiczających (2-3 mm poza opuszki palców).
- ucznia, który nie ma w buzi ciała obcego np. guma do żucia, kolczyk.

Uczeń, który nie spełnia ww. warunków jest uznawany za nieprzygotowanego do lekcji.

Uczeń, zgodnie z pkt. 53.1 WZO, ma prawo do dwukrotnego nieprzygotowania (np) do lekcji w semestrze.

Jeżeli uczeń jest chory lub z innego powodu nie może ćwiczyć, rodzic/opiekun powinien przestać PRZED lekcją, za pomocą dziennika elektronicznego usprawiedliwienie lub dostarczyć przez ucznia pisemne zwolnienie z ćwiczeń (również PRZED lekcją). Jeżeli rodzic chciałby, aby dziecko zostało zwolnione z lekcji do domu, powinien to zaznaczyć w zwolnieniu.

W przypadku zgłoszenia przez ucznia nagłych dolegliwości zdrowotnych, uczeń jest zwalniany z ćwiczeń na danej lekcji. Nauczyciel informuje o tym fakcie rodzica nanosząc w dzienniku elektronicznym, w module oceny zapis „np”. Uczeń ma obowiązek dostarczyć informację zwrotną (usprawiedliwienie), iż rodzic wie o tym zdarzeniu nie później niż na kolejnej lekcji wychowania fizycznego. Niedostarczenie takiego usprawiedliwienia skutkuje wykorzystaniem nieprzygotowania.

W przypadku ucznia nieobecnego na lekcji wychowania fizycznego, w uzasadnionych sytuacjach, za zgodą nauczyciela uczącego, istnieje możliwość otrzymania dodatkowego plusa do puli danego miesiąca - poprzez udokumentowany udział w zajęciach sportowych prowadzonych przez nauczycieli wychowania fizycznego naszej szkoły. W takim wypadku ocena za systematyczność w danym miesiącu zostanie poprawiona na odpowiednio wyższą.

W przypadku dłuższej usprawiedliwionej nieobecności ucznia, kryteria oceny za systematyczność są ustalane przez nauczyciela indywidualnie.

Uczeń ma 5 dni roboczych na doniesienie usprawiedliwienia nieobecności w szkole (§7 2.2.11). Usprawiedliwienie takie należy również dostarczyć do nauczyciela wychowania fizycznego za pomocą dziennika elektronicznego lub pisemnie na kartce. Po tym czasie, zgodnie z WZO I LO w Sopocie, usprawiedliwienie NIE JEST BRANE pod uwagę przy wystawianiu oceny za systematyczność w danym miesiącu.

### **Wysiętek ucznia włożony w wykonanie zadania (waga 1)**

- celujący – uczeń wykonał z pełnym zaangażowaniem,
- bardzo dobry – uczeń wykonał zadanie z zaangażowaniem,
- dobry – uczeń wykonał zadanie z umiarkowanym zaangażowaniem,
- dostateczny – uczeń wykonał zadanie z niewielkim zaangażowaniem,

- dopuszczający – uczeń przystąpił do zadania bez zaangażowania,
- niedostateczny – uczeń odmówił wykonania zadania.

### **Działalność ucznia na rzecz kultury fizycznej (zdrowia, sportu, rekreacji, tańca i turystyki)**

- systematyczny, udokumentowany udział w nieobowiązkowych zajęciach o charakterze sportowym, rekreacyjnym, tanecznym lub turystycznym, organizowanych przez szkołę lub inne instytucje - ocena celujący (6) o wadze 7, wystawiana raz w semestrze,
- wykonywanie prac na rzecz zdrowia, sportu, rekreacji, tańca i turystyki – ocena o wadze 3;
- reprezentowanie szkoły w rywalizacji sportowej – ocena celujący o wadze 6;

### **Ocena osiągnięć edukacyjnych ucznia (wiadomości i umiejętności)**

Współczesna dydaktyka postuluje, aby wtedy, gdy jest to możliwe, oceniać uczniów w sytuacji naturalnej – zastosowania zdobytych umiejętności i wiadomości w codziennym życiu. Dlatego umiejętności techniczne mogą być oceniane podczas gry, a wiadomości – w czasie dyskusji. Ocenianie uczniów poprzedzone jest jedną lub kilkoma lekcjami utrwalającymi. Ocenie podlegają umiejętności i wiadomości rozwijane i utrwalane w czasie zajęć szkolnych.

### **Postęp i poziom umiejętności**

**Umiejętności ruchowe** są oceniane na bieżąco w cyklu zajęć obejmującym nauczanie i doskonalenie techniki oraz taktyki poszczególnych dyscyplin ujętych w programie.

Elementy techniki i taktyki podlegają ocenie (waga 3) wg następujących kryteriów:

- celujący – uczeń wykonał zadanie całkowicie poprawnie, z pełnym zaangażowaniem,
- bardzo dobry – uczeń wykonał zadanie poprawnie / nie do końca poprawnie, ale z pełnym zaangażowaniem,
- dobry – uczeń wykonał zadanie poprawnie / nie do końca poprawnie, ale z umiarkowanym zaangażowaniem,
- dostateczny – uczeń wykonał zadanie z błędami, z niewielkim zaangażowaniem,
- dopuszczający – uczeń przystąpił do zadania, wykonał je z błędami i bez zaangażowania,
- niedostateczny – uczeń odmówił wykonania zadania.

Uczeń może otrzymać ocenę cząstkową za wykorzystanie umiejętności w praktyce (waga 3).

### **Ocenie mogą podlegać umiejętności z zakresu:**

1. Samoocena własnego rozwoju fizycznego i sprawności fizycznej
2. Lekkoatletyka
3. Zespołowe gry sportowe
4. Gimnastyka
5. Różne formy ćwiczeń muzyczno - ruchowych

**Ad.1.** Uczniowie mogą dokonywać samooceny za pomocą wybranego testu dwa razy w roku szkolnym ( I i II sem.). Uczeń na podstawie osiągniętych i zapisanych w karcie samooceny pomiarów powinien umieć wykazać swoje mocne i słabe strony sprawności fizycznej oraz umieć stworzyć plan utrzymania lub poprawy sprawności fizycznej.

Narzędziami, jakimi uczniowie będą się posługiwać mogą być m.in.: wskaźnik masy ciała BMI, sitki centylowe, Międzynarodowy Test Sprawności Fizycznej, test Eurofit, test YMCA, „Indeks Sprawności Fizycznej” Zuchory, test Coopera (do wyboru) i inne testy.

**Ad.2.** W ramach lekkiej atletyki uczeń wykonuje zadania, np. biegi na różnych dystansach, skok w dal, itp. Następnie dokonuje samooceny swoich predyspozycji lekkoatletycznych na podstawie tabel. Uczeń na podstawie uzyskanych wyników powinien umieć wykazać swoje mocne i słabe strony. Ocenie podlega wykonanie zadania. Ocenie mogą również podlegać umiejętności techniczne takie jak: technika przekazywania pałeczki sztafetowej itp.

**Ad.3.** Ocenie z gier zespołowych może podlegać wykorzystanie umiejętności i wiadomości w praktyce, np. ocena zagrywki w piłce siatkowej oceniana jest podczas gry w siatkówkę. Oceniane mogą być także podstawowe elementy techniczne i taktyczne danej gry zespołowej.

**Ad.4.** W ramach gimnastyki ocenie podlegają pojedyncze elementy techniczne lub proste ćwiczenia gimnastyczne łączone w układ, np. na równoważni.

**Ad.5.** Ocenie podlega zadanie polegające na opracowaniu i wykonaniu dowolnego układu tańca (indywidualnie, w parze lub zespole).

### ***Poziom i postęp wiadomości oraz umiejętność zastosowania ich w praktyce.***

Zakres wiadomości podlegających ocenie wynika bezpośrednio z wymaganych osiągnięć ucznia przedstawionych w podstawie programowej wychowania fizycznego i mogą być to między innymi:

- wiadomości z zakresu edukacji zdrowotnej;
- przepisy i regulaminy sportowe oraz technika i taktyka dyscyplin sportowych;
- wiadomości z zakresu kultury fizycznej i sportu.

W ramach wiadomości ocenie może podlegać wiedza sprawdzana za pomocą wypowiedzi ustnej, prac pisemnych, innych zadań np. opracowanie materiału do gazetki szkolnej itp.

Na każdej jednostce lekcyjnej uczeń może otrzymać dodatkową ocenę cząstkową za zastosowanie wiadomości i umiejętności w praktyce o wadze 1.

### ***Kryteria oceny za pracę pisemną (waga 3):***

- celujący (6) – ocenę celującą otrzymuje uczeń, który uzyskał 95-100%,
- bardzo dobry (5) – ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który, uzyskał 83-94%,
- dobry (4) – ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który uzyskał 70-82% ,
- dostateczny (3) – ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który uzyskał 51-69% ,
- dopuszczająca (2) – ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który uzyskał 41-50%
- niedostateczny (1) – ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który uzyskał poniżej 40%

### **Ocena śródroczna / roczna**

Ocena śródroczna / roczna jest wystawiana na podstawie średniej ważonej z ocen z całego semestru / roku.

Uczeń może nie być klasyfikowany z wychowania fizycznego, zgodnie z pkt. 37 WZO, jeżeli brak jest podstaw do ustalenia oceny klasyfikacyjnej, z powodu nieobecności ucznia na zajęciach edukacyjnych przekraczających połowę czasu przeznaczanego na te zajęcia w semestrze.

### **Wagi ocen:**

- systematyczność udziału ucznia w zajęciach w miesiącu – waga 8,
- pokonanie trasy marszobiegu / gra miejska – waga 8,
- reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych – waga 8,

- projekt – waga 8,
- diagnoza sprawności/aktywności fizycznej – waga 7,
- test Coopera (wysiłek+ samoocena+ wnioski) – waga 7,
- systematyczna działalność na rzecz kultury fizycznej – waga 7,
- zadanie – waga 4,
- osiągnięcia sportowe pozaszkolne – waga 3,
- wykorzystanie umiejętności i wiadomości w praktyce – waga 3,
- poziom i postęp umiejętności ruchowych – waga 3,
- poziom i postęp wiadomości – waga 3,
- organizacja gry – waga 3,
- wykonywanie prac na rzecz zdrowia, sportu, rekreacji, tańca i turystyki – waga 3,
- wysiłek ucznia włożony w wykonanie zadania – waga 1,
- fair play – waga 1,
- przygotowanie do lekcji / strój – waga 1.

### **Zwolnienia z lekcji wychowania fizycznego**

1. W przypadku przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania wybranych ćwiczeń, zgodnie z pkt. 15 WZO dyrektor szkoły zwalnia ucznia z wykonywania określonych ćwiczeń fizycznych na zajęciach wychowania fizycznego, na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach wykonywania przez ucznia tych ćwiczeń wydanej przez lekarza, na czas określony tej opinii. Uczeń ma obowiązek niezwłocznie dostarczyć nauczycielowi wychowania fizycznego stosowną informację od lekarza oraz poinformować o uzyskaniu zgody dyrektora szkoły.
2. W przypadku zwolnienia długoterminowego zgodnie z *Rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 22 lutego 2019 r. w sprawie oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych* oraz z pkt. 14 WZO „Dyrektor zwalnia ucznia z zajęć wychowania fizycznego (...) na czas określony, tylko na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach uczestniczenia ucznia w tych zajęciach, wydanej przez lekarza oraz na czas określony w tej opinii.”
3. W przypadku zwolnienia ucznia z zajęć wychowania fizycznego (...) w dokumentacji zamiast oceny klasyfikacyjnej zapisuje się „zwolniony” (pkt. 16 WZO).

**W przypadku zmiany trybu nauczania na hybrydowy lub zdalny** podczas lekcji wychowania fizycznego, uczeń jest zobowiązany do korzystania z komunikatorów:

- Teams Office 365,
- Librus (wiadomości),
- adres e-mail wskazany przez nauczyciela wf.

Zajęcia on-line odbywać się będą na Teams Office 365 zgodnie z planem lekcji.

Na lekcji wychowania fizycznego, jak w trybie stacjonarnym, **ocenie podlega**:

- systematyczny udział w zajęciach (po zakończeniu każdego miesiąca nauki - na podstawie obecności na lekcji on-line na Teams w stroju sportowym, a w przypadku nieobecności patrz w uwagach poniżej),
- opanowanie wiadomości i umiejętności nauczanych na lekcjach on-line oraz przekazywanych w materiałach (umieszczanych w wiadomościach na Librusie) poprzez:

- a. wykonywanie zadań praktycznych (wysiłek, zaangażowanie, wkład pracy, poprawność),
  - b. wykonywanie zadań pisemnych,
- aktywność pozaobowiązkowa ucznia (udokumentowana przez uczniów, forma do uzgodnienia indywidualnie z nauczycielem).

#### **UWAGI**

1. W przypadku osób nieobecnych na lekcji z przyczyn technicznych lub zdrowotnych (w obu przypadkach usprawiedliwionych) uczeń może:
  - odrobić zajęcia na dodatkowej godzinie konsultacji lub zajęć SKS,
  - w innym terminie wykonać zadania - zaliczenia zawarte w wiadomości na Librusie (w sposób uzgodniony z nauczycielem).
2. Frekwencja na zajęciach niższa niż 50% nie musi skutkować brakiem klasyfikacji. Wszystkie sytuacje tego typu będą rozpatrywane indywidualnie przez nauczyciela przedmiotu.