

**WARUNKI I SPOSOBY OCENIANIA PRZEDMIOTOWEGO  
Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO  
Zespół Szkół Technicznych w Rzeszowie**

**Podstawa prawna:**

1. Ustawa z dnia 14 grudnia 2016 r. - Prawo oświatowe (Dz. U. 2017 poz. 59).
2. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 30 stycznia 2018 r. w sprawie podstawy programowej kształcenia ogólnego dla liceum ogólnokształcącego, technikum oraz branżowej szkoły II stopnia (Dz. U. 2018 poz. 467).
3. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 22 lutego 2019 r. w sprawie oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych (Dz. U. 2019 poz. 373).
4. Programy wychowania fizycznego ZST Rzeszów dla liceum ogólnokształcącego i technikum po szkole podstawowej od roku szkolnego 2019/2020.
5. „Program wychowania fizycznego – od zabawy do sportu i rekreacji” U. Kierczak, T. Głos DKW 4014-88/01.
6. Warunki i Sposób Oceniania Wewnątrzszkolnego ZST w Rzeszowie.

Przedmiotowy system oceniania ucznia polega na rozpoznaniu przez nauczyciela poziomu i postępów w opanowaniu przez ucznia umiejętności i wiadomości w stosunku do wymagań edukacyjnych wynikających z podstawy programowej.

**Wymagania ogólne:**

Uczeń zobowiązany jest:

- a) posiadać estetyczny strój sportowy i właściwe obuwie sportowe
- b) być przygotowanym do lekcji w momencie jej rozpoczęcia ( uczeń przebiera się w trakcie przerwy i czeka na nauczyciela w szatni po dzwonku na lekcję)
- c) przestrzegać przepisów bhp, regulaminów szatni i obiektów sportowych przed, w trakcie oraz po lekcji wychowania fizycznego
- d) wykonywać polecenia nauczyciela, dbać o bezpieczeństwo własne i współwiczących
- e) w przypadku choroby lub niezdolności do ćwiczeń z innego powodu, posiadać zwolnienie lekarskie od odpowiedniego specjalisty lub rodziców (zwolniony z ćwiczeń uczeń zobowiązany jest do obecności na zajęciach)
- f) nieobecność na lekcji nie zwalnia ucznia z obowiązku opanowania realizowanych tego dnia zadań
- g) w przypadku usprawiedliwionej nieobecności na sprawdzianie, uczeń ma obowiązek po wcześniejszym uzgodnieniu z nauczycielem zaliczyć dany sprawdzian
- h) uczeń, który otrzymał ocenę niedostateczną ze sprawdzianu ma prawo do jednej poprawy tej oceny po uprzednim uzgodnieniu z nauczycielem formy i terminu poprawy
- i) w przypadku długoterminowego zwolnienia z wychowania fizycznego w danym roku szkolnym, złożyć odpowiednie zaświadczenie lekarskie
- j) w przypadku gdy lekcja wychowania fizycznego jest pierwszą lub ostatnią lekcją ucznia całkowicie zwolnionego z ćwiczeń, na wniosek rodziców uczeń taki może być zwolniony z obowiązku obecności na tych zajęciach
- k) przestrzegać ogólnie przyjętych zasad dobrego wychowania – z szacunkiem zwracać się do współwiczących i nauczycieli, unikać zwrotów i słów wulgarnych

### Zasady oceniania:

1. Nauczyciel na początku roku szkolnego informuje uczniów o wymaganiach edukacyjnych i sposobach sprawdzania wiedzy i umiejętności.
2. Nauczyciel jest zobowiązany na podstawie pisemnej opinii 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.
3. Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego bierze się w szczególności pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć.
4. 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 w tej opinii.
5. Dyrektor szkoły zwalnia ucznia z realizacji zajęć wychowania fizycznego na podstawie opinii o braku możliwości uczestniczenia ucznia w tych zajęciach wydanej przez lekarza, na czas określony w tej opinii. W przypadku całkowitego zwolnienia ucznia z zajęć w dokumentacji wpisuje się „zwolniony”.
6. Uczeń ma prawo w ciągu semestru dwukrotnie nie uczestniczyć aktywnie w zajęciach bez podawania przyczyny, pozostałe braki aktywności winien usprawiedliwić zwolnieniem lekarskim lub zwolnieniem od rodziców.
7. Uczeń, który opuścił połowę lub nie uczestniczył aktywnie w więcej niż połowie przewidzianych programowo zajęć przedmiotowych jest „nieklasyfikowany”
8. Ocena śródroczna wystawiana jest na podstawie średniej ważonej ocen cząstkowych.
9. Roczna ocena klasyfikacyjna wystawiana jest na podstawie średniej ważonej ocen cząstkowych uzyskanych przez ucznia w danym roku szkolnym.
10. Ustala się następujące rangi ocen dla poszczególnych obszarów podlegających ocenie: Aktywność – 3, Umiejętności – 2, Wiadomości – 2, Postęp w usprawnianiu się – 2, Edukacja prozdrowotna – 2, Sprawność ogólna – 1
11. Poniższe wartości średniej ważonej odpowiadają następującym ocenom końcowym:

| wartość średniej ważonej | ocena          |
|--------------------------|----------------|
| 5,51 i wyżej             | celujący       |
| 4,51 – 5,50              | bardzo dobry   |
| 3,51 – 4,50              | dobry          |
| 2,51 – 3,50              | dostateczny    |
| 1,51 – 2,50              | dopuszczający  |
| poniżej 1,5              | niedostateczny |

### Szczegółowe kryteria oceniania

#### 1. Aktywność i postawa:

- przestrzeganie zasad bezpieczeństwa
- pomoc słabszym w trudnych sytuacjach
- przestrzeganie zasad czystej gry oraz fair play
- postawa zawodnika – kontrola własnych negatywnych i pozytywnych emocji
- kulturalne kibicowanie
- wysiłek wkładany przez ucznia w usprawnianie się
- udział w organizacji lekcji (przygotowanie miejsca zajęć ruchowych, przeprowadzenie rozgrzewki, inwencja w organizowaniu gier i zabaw oraz w doborze ćwiczeń)

- uczestnictwo w zajęciach obowiązkowych i ponadprogramowych
- reprezentowanie szkoły na zewnątrz
- czynne uprawianie sportu poza szkołą potwierdzone zaświadczeniem z klubu sportowego

## 2. Umiejętności:

- technika wykonywania ćwiczeń fizycznych
- taktyka wybranych gier zespołowych
- umiejętności organizowania i sędziowania zawodów sportowych
- umiejętności kształtujące i korygujące postawę ciała
- umiejętność działania na rzecz zdrowia, podnoszenia sprawności fizycznej

Umiejętności oceniamy poprzez zadania kontrolno – oceniające (sprawdzamy wybrane umiejętności ruchowe) oraz obserwujemy ucznia w trakcie wykonywania ćwiczeń. Ocenie podlega aktywność ruchowa w minimum dwóch wybranych indywidualnych lub dwóch zespołowych dyscyplinach sportowych.

## 3. Wiadomości:

- wiadomości związane funkcjonowaniem ludzkiego organizmu, regeneracją sił, czynnym odpoczynkiem,
- wiadomości związane z budową i postawą ciała
- wiadomości związane z kształtowaniem i oceną sprawności fizycznej oraz zdrowia
- wiadomości dotyczące organizowania i sędziowania zawodów sportowych

Wiadomości oceniamy poprzez zadawanie pytań, sprawdziany i prace pisemne. Przy ocenianiu prac pisemnych stosujemy następującą skalę:

|            |             |           |               |           |                |
|------------|-------------|-----------|---------------|-----------|----------------|
| 100% - 96% | celujący    | 95% - 86% | bardzo dobry  | 85% - 71% | dobry          |
| 70% - 51%  | dostateczny | 50% - 31% | dopuszczający | 31% - 0%  | niedostateczny |

## 4. Postęp w usprawnianiu się:

- przyrost poziomu umiejętności
- przyrost lub spadek poziomu sprawności fizycznej

## 5. Edukacja prozdrowotna:

- bezpieczeństwo
- pierwsza pomoc
- prozdrowotny styl życia
- aktywność fizyczna i jej wpływ na zdrowie
- higiena osobista i otoczenia
- zdrowie psychiczne
- profilaktyka uzależnień

## 6. Sprawność ogólna:

- test sprawności fizycznej ZST
- inne testy i próby sprawnościowe wybrane przez nauczyciela prowadzącego

Nie wystawia się oceny niedostatecznej za próby sprawności fizycznej z wyjątkiem sytuacji, w której uczeń nie podejmuje się wykonania próby lub rezygnuje z niej w trakcie i nie ma to związku z jego złym samopoczuciem psychofizycznym lub urazem.

## **KRYTERIA OCENIANIA**

| <b>OCENA</b>    | <b>WARUNKI UZYSKANIA OCENY</b>   |
|-----------------|--|
| <b>CELUJĄCY</b> | 1. Uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobry.<br>2. Aktywnie uczestniczy w życiu sportowym, bądź w innych formach działalności związanych z kulturą fizyczną na terenie szkoły i poza nią.<br>3. Reprezentuje szkołę na zewnątrz.<br>4. Cechuje go wzorowa postawa i aktywność na zajęciach. |

|                      |   |
|----------------------|---|
| <b>BARDZO DOBRY</b>  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń całkowicie opanował materiał programowy.</li> <li>2. Jest bardzo sprawny fizycznie.</li> <li>3. Ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie w odpowiednim tempie i dokładnie, zna taktykę i przepisy dyscyplin zawartych w programie.</li> <li>4. Systematycznie doskonalili swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu.</li> <li>5. Posiada duże wiadomości i umiejętności w zakresie kultury fizycznej oraz wykorzystuje je w praktyce.</li> <li>6. Jego postawa, zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego nie budzą najmniejszych zastrzeżeń.</li> <li>7. Bierze aktywny udział w zajęciach SKS i zawodach sportowych, nie jest to jednak działalność systematyczna.</li> <li>8. Na lekcjach WF posiada odpowiedni strój sportowy.</li> </ol> |
| <b>DOBRY</b>         | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń w zasadzie opanował program.</li> <li>2. Dysponuje dobrą sprawnością fizyczną.</li> <li>3. Ćwiczenia wykonuje prawidłowo, lecz nie dość lekko i dokładnie oraz z małymi błędami technicznymi.</li> <li>4. Posiada wiadomości i potrafi je wykorzystać z pomocą nauczyciela.</li> <li>5. Nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnianiem, wykazuje stałe i dobre postępy w tym zakresie.</li> <li>6. Jego postawa, zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego nie budzą większych zastrzeżeń.</li> <li>7. Nie bierze udziału w zajęciach pozalekcyjnych.</li> <li>8. Kilka razy nie posiadał odpowiedniego stroju.</li> </ol>   |
| <b>DOSTATECZNY</b>   | <p>Uczeń opanował materiał programowy na przeciętnym poziomie ze znacznymi lukami.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Dysponuje przeciętną sprawnością fizyczną.</li> <li>3. Ćwiczenia wykonuje niepewnie z większymi błędami technicznymi.</li> <li>4. W jego wiadomościach z kultury fizycznej są znaczne luki i nie potrafi ich wykorzystać w praktyce.</li> <li>5. Wykazuje małe postępy w usprawnianiu.</li> <li>6. Przejawia pewne luki w zakresie wychowania społecznego, ma niechętny stosunek do ćwiczeń fizycznych, często nie posiada stroju sportowego.</li> </ol>   |
| <b>DOPUSZCZAJĄCY</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uczeń nie opanował materiału programowego w stopniu dostatecznym, ma duże luki.</li> <li>2. Jest mało sprawny fizycznie.</li> <li>3. Ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi.</li> <li>4. Posiada małe wiadomości z zakresu kultury fizycznej, nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną, wykazuje brak nawyków higienicznych.</li> <li>5. Nie jest pilny i wykazuje małe postępy w usprawnianiu się.</li> <li>6. Na zajęciach przejawia poważne braki w zakresie wychowania społecznego, ma niechętny stosunek do ćwiczeń.</li> <li>7. Unika zajęć wychowania fizycznego.</li> <li>8. Przeważnie nie posiada odpowiedniego stroju gimnastycznego.</li> </ol>   |

|                       |  |
|-----------------------|--|
| <b>NIEDOSTATECZNY</b> | <ol style="list-style-type: none"><li>1. Uczeń jest daleki od spełnienia wymagań programowych.</li><li>2. Ma bardzo niską sprawność motoryczną.</li><li>3. Wykonuje jedynie najprostsze ćwiczenia i to z rażącymi błędami.</li><li>4. Charakteryzuje się praktyczną niewiedzą z zakresu kultury fizycznej.</li><li>5. Ma lekceważący stosunek do zajęć i nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu.</li><li>6. Na zajęciach wychowania fizycznego wykazuje duże i rażące braki w zakresie wychowania społecznego, jego stosunek do przedmiotu jest niechętny.</li></ol> |
|-----------------------|--|

Rzeszów 22.08.2019 r.

opracował: **mgr Grzegorz Musiał**