

**WYMAGANIA EDUKACYJNE – METODY
SPRAWDZANIA OSIĄGNIĘĆ UCZNIĄ I KRYTERIA
OCENIANIA
W I LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCYM
W STALOWEJ WOLI.**



STALOWA WOLA, WRZESIEŃ 2022

Podstawa Prawna

1. Rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 22 lutego 2019 r. w sprawie oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych.
2. Rozporządzenie Ministra Edukacji z dnia 30 stycznia 2018r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół.
3. Statut szkoły.

I. Cele wychowania fizycznego

- wszechstronny rozwój sprawności fizycznej i motorycznej, podniesienie poziomu wydolności fizycznej, powiększenie potencjału zdrowotnego młodzieży,
- rozbudzenie zainteresowań różnymi formami aktywności ruchowej, zdrowotnej, utylitarnej, sportowej, rekreacyjnej oraz wyposażenie uczniów w wiedzę i umiejętności umożliwiające im aktywne uczestnictwo w tych formach ruchu,
- kształtowanie pozytywnej postawy wobec zdrowego stylu życia przez podniesienie poziomu
- świadomości wobec odpowiedzialności za własny rozwój fizyczny oraz potrzeby ustawicznego
- działania na rzecz zachowania i pomnażania zdrowia.

II. Cele przedmiotowego systemu oceniania z wychowania fizycznego

- sprawdzenie stopnia przyswojenia wiadomości i umiejętności ruchowych ucznia,
- poinformowanie ucznia poziomie jego osiągnięć edukacyjnych i postępach w tym zakresie
- dostarczenie rodzicom i nauczycielom rzetelnej i szczegółowej informacji o postępach, trudnościach i specjalnych uzdolnieniach ucznia,
- wdrożenie uczniów do efektywnej samooceny, rozwijanie poczucia odpowiedzialności za osobiste postępy w edukacji szkolnej,
- pobudzenie rozwoju umysłowego ucznia,
- pomoc uczniom w samodzielnym planowaniu własnego rozwoju,
- przedstawienie uczniom jasno określonego celu oceniania,
- dążenie do rzetelności i trafności oceniania,
- potraktowanie oceniania jako integralnej części planu nauczania,
- przedstawienie uczniom zrozumiałych i jasnych kryteriów oceniania,
- ujednoczenie kryteriów oceniania stosowanych przez nauczycieli wychowania fizycznego,
- dostarczenie rodzicom, opiekunom informacji o postępach, trudnościach i specjalnych uzdolnieniach ucznia.

Wymagania ogólne:

Uczeń zobowiązany jest:

- a) posiadać strój sportowy, na który składa się:
 - koszulka sportowa,
 - spodnie sportowe – długie lub krótkie, getry,
 - miękkie obuwie sportowe do wyboru: typu halówki, trampki, tenisówki,
 - w czasie zajęć w terenie uczeń może być ubrany w dres sportowy oraz dowolne obuwie sportowe,
- b) być przygotowanym do lekcji w momencie jej rozpoczęcia (uczeń przebiera się w trakcie przerwy i czeka na nauczyciela). Każdorazowo zmienia strój po zajęciach,

- c) ze względu na bezpieczeństwo ćwiczącego uczeń, który spóźni się na lekcję i nie będzie brał udziału w rozgrzewce, może być niedopuszczony do ćwiczeń,
- d) przestrzegać przepisów bhp, regulaminu sali gimnastycznej, ścianki wspinaczkowej, siłowni, przed, w trakcie oraz po lekcji wychowania fizycznego,
- e) w przypadku niezdolności do ćwiczeń posiadać właściwe zwolnienie lekarskie. Zwolniony z ćwiczeń uczeń zobowiązany jest do obecności na zajęciach. W przypadku zwolnień długoterminowych, uczeń może być zwolniony z pierwszych i ostatnich lekcji na podstawie oświadczenia rodziców, dostarczonego do wicedyrektora szkoły,
- f) nieobecność na lekcji nie zwalnia ucznia z obowiązku opanowania realizowanych tego dnia zadań,
- g) w przypadku nieobecności na sprawdzianie, uczeń ma obowiązek na najbliższej lekcji zgłosić się do nauczyciela, który ustala termin i formę zaliczenia zaległego materiału. Niezgłoszenie się ucznia lub nie zaliczenie materiału skutkuje oceną niedostateczną,
- h) uczeń, który otrzymał ocenę niedostateczną ze sprawdzianu ma prawo do poprawy tej oceny po uprzednim uzgodnieniu z nauczycielem formy i terminu poprawy w terminie do dwóch tygodni.
- i) dopuszczalna jest nie większa liczba nieprzygotowań do lekcji jak 3 razy w semestrze. Za każdy kolejny brak stroju wystawiana jest ocena niedostateczna,
- j) w przypadku niedyspozycji spowodowanej menstruacją u dziewcząt, ewentualnego złego samopoczucia z tym związanego, uczennica przebiera się w strój sportowy i zgłasza dany fakt nauczycielowi. Forma udziału w zajęciach zależy od samopoczucia uczennicy,
- k) uczeń może być zwolniony z ćwiczeń fizycznych na podstawie zwolnienia lekarskiego- długoterminowego, 3 miesiące i dłużej, wystawione muszą być przez lekarza specjalistę i dostarczone do 30 września,
- l) w sytuacji wyjątkowej (np. przyjmowanie leków, uraz, niedawno odbyta choroba, osłabienie), uczeń z lekcji wychowania fizycznego może być zwolniony przez rodzica. Takich zwolnień może być 3 w semestrze. Nadużywanie zwolnień od rodziców będzie skutkowało obniżeniem oceny semestralnej lub końcoworocznej,
- m) zwolnienie od rodzica musi być przesłane przez dziennik elektroniczny do nauczyciela przed rozpoczęciem danej lekcji wychowania fizycznego,
- n) w czasie zajęć wychowania fizycznego zabrania się korzystania z telefonów komórkowych osobom niećwiczącym.

III. Przedmiot kontroli i oceny ucznia z wychowania fizycznego.

Wystawiając oceny, nauczyciele wychowania fizycznego kierują się następującymi zasadami:

- indywidualizacji
- obiektywizmu
- jawności
- motywującego i wychowawczego wpływu na postawę wobec kultury fizycznej.

A. Obszary podstawowe:

1. Postawa ucznia i jego stosunek do przedmiotu:
 - przejawy zaangażowania, wykonywanie ćwiczeń i zadań ruchowych z maksymalnym wykorzystaniem swoich możliwości,
 - inwencja twórcza, aktywny udział w zajęciach, pomoc w ich organizacji,
 - dbałość o zdrowie i prawidłowa postawę ciała,
 - systematyczne usprawnianie, właściwa postawa społeczna i kultura osobista,
 - frekwencja
 - zdyscyplinowanie, dbanie o higienę ciała i czystość, systematyczny udział w lekcjach
2. Umiejętności ruchowe oceniane na podstawie przeprowadzanych sprawdzianów zgodnych z wymaganiami programowymi z zakresu indywidualnych i zespołowych form aktywności ruchowej.
3. Ogólna sprawność fizyczna mierzona testem sprawności fizycznej.
4. Wiadomości z zakresu
 - doskonalenia własnej sprawności,
 - dbałości o własne zdrowie i higienę osobista,
 - dbałości o prawidłową postawę ciała,
 - indywidualnych i zespołowych form aktywności ruchowej o charakterze rekreacyjno-sportowym.

B. Obszary dodatkowe

1. Zaangażowanie społeczne w krzewieniu kultury fizycznej:
 - wykonanie gazetki, projektu na wybrany temat związany ze sportem, rekreacja, edukacja prozdrowotna,
 - pomoc w przygotowaniu i przeprowadzeniu szkolnej imprezy sportowej,
 - samodzielne prowadzenie i sędziowanie zawodów sportowych o charakterze rekreacyjnym,
2. Udział w zawodach sportowych i zajęciach nadobowiązkowych:
 - aktywna postawa na zajęciach pozalekcyjnych
 - udział w zawodach:., miejskich, powiatowych, strefowych, wojewódzkich, ogólnopolskich,
 - wyniki sportowe- np. pobicie rekordu szkoły, zwycięstwo w biegu, turnieju,
 - udział w masowych imprezach rekreacyjno-sportowych,
 - uczestniczenie w zajęciach sekcji klubu sportowego.

IV. Kryteria kontroli i oceny ucznia.

A. Obszary podstawowe:

Postawy

- stosunek ucznia do przedmiotu,
- zaangażowanie społeczne w krzewieniu kultury fizycznej,
- udział w zawodach sportowych i zajęciach nadobowiązkowych.

Umiejętności

- postęp w rozwoju sprawności ogólnej fizycznej mierzony po przeprowadzeniu testu sprawności fizycznej,

- posiadane umiejętności ruchowe oceniane na podstawie sprawdzianów, które mogą dotyczyć pojedynczych ćwiczeń lub całych zestawów, w semestrze odbędzie się 6 sprawdzianów, (gimnastyka, lekkoatletyka, gry zespołowe, RTM, ścianka wspinaczkowa, siłownia).
- zagadnienie pisemne o tematyce sportowej (jeśli względy zdrowotne lub inne przyczyny usprawiedliwione uniemożliwiają zaliczenie sprawdzianu praktycznego)

Wiadomości

- wiedza ucznia i umiejętność jej wykorzystania w praktycznym działaniu.
- stosunek ucznia do przedmiotu,

B. Obszary dodatkowe:

Postawy

- zaangażowanie społeczne w krzewieniu kultury fizycznej,
- udział w zawodach sportowych i zajęciach nadobowiązkowych.

V. Oceny cząstkowe z wychowania fizycznego

1. Systematyczność

Stopień- czynnego udział w zajęciach Wychowania fizycznego w %

6 – celujący 100%

5- 89% - 99%

4- 76% - 88%

3- 63% - 75%

2- 50% - 62%

- uczeń, którego frekwencja na lekcjach jest niższa niż 50 % może być nieklasyfikowany z wychowania fizycznego, zgodnie ze Statutem szkoły.

2. Zaangażowanie i aktywny udział w zajęciach.

Uczeń:

- aktywnie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego prowadzonych w różnych warunkach
- wykazuje duży wysiłek do podnoszenia sprawności, zdobywania umiejętności i wiadomości w sposób zbliżony do swoich maksymalnych możliwości fizycznych, kondycyjnych i koordynacyjnych
- pomaga w sędziowaniu

- prowadzi ćwiczenia kształtujące
- wywiązuje się z roli kibica
- angażuje się pomaga w przygotowaniu imprezy sportowej na terenie szkoły lub poza nią
- ma pozytywny stosunek do przedmiotu i właściwą postawę wobec ćwiczeń ruchowych,
- jest życzliwy w stosunku do innych a swoją postawą zachęca innych do ćwiczeń ruchowych,
- stosuje zasady „fair play”,
- jest zdyscyplinowany,
- podporządkowuje się ustalonym zasadom i regułom,
- przestrzega zasad bezpieczeństwa, regulaminów i obowiązków uczniowskich,
- nie spóźnia się na zajęcia,
- pomaga w redagowaniu ściennej gazetki sportowej, plakatów o tematyce zdrowotnej,

Uczeń za aktywność i zaangażowanie na zajęciach wychowania-fizycznego otrzymuje na koniec semestru ocenę cząstkową w skali 1-6.

3. Poziom opanowania wiadomości i umiejętności wynikających z wymagań edukacyjnych zawartych w podstawie programowej- sprawdziany.

W semestrze odbędzie się 6 sprawdzianów spośród dyscyplin:

- gimnastyka,
- lekkoatletyka,
- siłownia,
- gry zespołowe,
- RTM,
- ścianka.

Ocenie podlega poziom i postęp sprawności fizycznej

- a. technika (estetyka, płynność, poprawność) wykonanego ćwiczenia podlegającego sprawdzianowi.
- b. skuteczność wykonywanego ćwiczenia (celność, ilość, odległość)

Uczniowie zobowiązani są do wykonania wszystkich zaplanowanych przez nauczyciela sprawdzianów z wyżej wymienionych dyscyplin.

Uczeń, który przystąpił do sprawdzianu nie może otrzymać oceny niedostatecznej z wyjątkiem kiedy postawa ucznia jest lekceważąca.

Uczniowie z ograniczeniami wynikającymi z ich stanu zdrowia są oceniani w sposób indywidualny, przede wszystkim brany jest pod uwagę wysiłek ucznia wkładany w wykonanie ćwiczenia.

4. Działalność sportowa pozalekcyjna.

Na podniesienie oceny z wychowania fizycznego ma wpływ aktywność pozalekcyjna i pozaszkolna w zakresie wychowania fizycznego i sportu gdy:

- uczeń reprezentuje szkołę w różnego rodzaju zawodach i imprezach sportowych,
- uczeń bierze aktywny i systematyczny udział w sportowych zajęciach pozalekcyjnych na terenie szkoły lub w klubach sportowych (miejskich, wiejskich).

VI. Ocena śródroczna i roczna

Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego będzie szczególnie brany pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć a nie kompetencje ruchowe.

Narzędzia oceniania	Waga oceny
1. Systematyczność semestralna	3
2. Aktywność semestralna	2
3. Sprawdziany (sprawdziany umiejętności, testy sprawnościowe)	1-2
4. Zawody pozaszkolne	3
5. Rozgrywki szkolne (międzyklasowe)	2

VII. Formy kontroli i oceny ucznia

- forma sprawdzianu – działalność ruchowa właściwa dla danego sprawdzianu z zakresu sprawności motorycznej,
- forma sprawdzianu - ocena stopnia opanowania wybranej umiejętności ruchowej z działu umiejętności (np. wybranego ćwiczenia lub elementu technicznego, taktycznego),
- kontrola i ocena bieżąca,
- ocena okresowa – semestralna,
- ocena końcowo-roczna,

Podstawą oceny ucznia będzie systematyczna i konsekwentna kontrola jego pracy.

Szczególnie ważny będzie postęp w rozwoju sprawności motorycznej oraz umiejętności ruchowych, co czyni ocenę bardziej obiektywną i mobilizuje ucznia do rzetelnej pracy. Duży wpływ na ocenę ucznia będzie miała jego postawa i stosunek do przedmiotu.

VIII. Zasady oceniania

- obowiązuje sześciostopniowa skala oceniania zgodnie z wewnątrzszkolnym systemem oceniania,
- nauczyciel zapoznaje we wrześnie uczniów z wymaganiami programowymi i kryteriami oceniania,
- oceniając ucznia z wychowania fizycznego bierzemy pod uwagę jego postęp w zdobywaniu sprawności, umiejętności i wiadomości oraz wysiłek wkładany przez niego w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć,
- sprawność motoryczną ucznia ocenia się według testów sprawności fizycznej
- umiejętności ruchowe ucznia oceniane będą na podstawie zadań kontrolno-oceniających
- pozwalających na ustalenie poziomu opanowania tych umiejętności,

IX. Sposoby poprawy oceny ucznia

- jeżeli uczeń z przyczyn losowych nie będzie na sprawdzianie, powinien zaliczyć go w ciągu trzech tygodni od powrotu do szkoły,
- uczeń, który otrzymał ocenę niedostateczną ze sprawdzianu ma prawo do poprawy tej oceny po uprzednim uzgodnieniu z nauczycielem formy i terminu poprawy w terminie do dwóch tygodni.
- uczeń może poprawić każdą ocenę ze sprawdzianu, w czasie dwóch tygodni od sprawdzianu, po tym terminie traci takie prawo.
- uczeń, który otrzymał końcoworoczną ocenę niedostateczną ma prawo, do egzaminu poprawkowego, przeprowadzonego w formie ćwiczeń praktycznych z uwzględnieniem działu wiadomości.

X. Osiągnięcia ucznia kończącego szkołę średnią. Uczeń:

- dba o zdrowie, prawidłową postawę i estetyczną sylwetkę, zna zasady higieny osobistej i hartowania organizmu, racjonalnego żywienia i aktywnego wypoczynku,
- opanował wiedzę i umiejętności umożliwiające uczestnictwo w wybranych sportowo–rekreacyjnych formach aktywności ruchowej dostosowanych do własnych możliwości, potrzeb i zainteresowań,
- wykazuje się samodzielnością w organizowaniu wybranych indywidualnych i zespołowych form rekreacyjno – sportowych i turystycznych,
- zna sposoby samoochrony i asekuracji przy wykonywaniu trudniejszych ćwiczeń ,
- opanował umiejętności samokontroli i samooceny rozwoju fizycznego, wydolności fizycznej za pomocą dowolnie wybranego testu,
- potrafi przyjąć odpowiedzialność za siebie i innych
- zna historię, symbole i idee igrzysk olimpijskich,
- dostrzega nieprawidłowości i negatywne zjawiska w sporcie współczesnym, potrafi im się przeciwstawić, wie jak przygotować organizm do wysiłku fizycznego,
- zna największe sławy poszczególnych dyscyplin sportowych, w tym osiągnięcia polskich sportowców,

- przestrzega zasad uczciwej, sportowej rywalizacji także w życiu codziennym,
- zna zasady współdziałania zespołowego,
- wie jak zachować się kibicując na zawodach sportowych,
- wie jaką wartość dla zdrowia ma czynny wypoczynek.

XI. Wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego

Ocena celująca – wybitna. Uczeń:

- spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą,
- aktywnie uczestniczy w życiu sportowym na terenie szkoły bądź też w innych formach działalności związanej z wychowaniem fizycznym,
- reprezentuje szkołę na różnego rodzaju zawodach i imprezach sportowych,
- bierze aktywny udział w sportowych zajęciach pozalekcyjnych na terenie szkoły lub poza nią, jest to działalność systematyczna,
- wykazał wysoki poziom z zadań dotyczących uczestnictwa i zaangażowania w lekcji wychowania fizycznego otrzymując stopnie celujące z aktywności,
- jest zawsze przygotowany do zajęć z wychowania fizycznego.

Ocena bardzo dobra. Uczeń:

- jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do zajęć nie budzą najmniejszych zastrzeżeń (uzyskując oceny częściowe bardzo dobre),
- systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu,
- przystąpił do wszystkich zadań kontrolno – oceniających,
- posiada duże wiadomości z zakresu wychowania fizycznego i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu,
- systematyczność ucznia na zajęciach mieści się w przedziale 89% - 99% obecności,
- bierze aktywny udział w sportowych zajęciach pozalekcyjnych i zawodach sportowych (nie jest to jednak działalność systematyczna),
- całkowicie opanował materiał programowy.
- jest sprawny fizycznie, ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, pewnie, w odpowiednim tempie i dokładnie, zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie.

Ocena dobra. Uczeń:

- wykazał się średnim poziomem z poszczególnych zadań dotyczących uczestnictwa i zaangażowania w lekcji wychowania fizycznego (oceny dobre),
- swoją postawą społeczną, stosunkiem do kultury fizycznej nie budzi większych zastrzeżeń, - wykazał się średnim poziomem opanowania wiadomości,
- przystąpił do wszystkich zadań kontrolno – sprawdzających,
- systematyczność ucznia na zajęciach mieści się w przedziale 76% - 85% obecności.

- podczas sprawdzianów wykazał się średnim opanowaniem elementów technicznych, które tylko w większej części potrafi wykorzystać w praktycznym działaniu,
- z drobnymi niedociągnięciami potrafi zdiagnozować własny rozwój fizyczny, wydolność fizyczną i sprawność fizyczną za pomocą testu obowiązującego na lekcji wychowania fizycznego i z pomocą nauczyciela interpretuje wyniki.

Ocena dostateczna. Uczeń:

- wykazał się przeciętnym poziomem z zadań dotyczących uczestnictwa i zaangażowania w lekcji wychowania fizycznego (oceny dostateczne),
- wykazał się przeciętnym poziomem opanowania wiadomości z zakresu wychowania fizycznego,
- systematyczność ucznia na zajęciach mieści się w przedziale 63% - 75% obecności,
- przystąpił do wszystkich zadań kontrolno – oceniających,
- opanował materiał programowy na przeciętnym poziomie.

Ocena dopuszczająca. Uczeń:

- jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do zajęć budzą duże zastrzeżenia,
- przystąpił do wszystkich zadań kontrolno – sprawdzających,
- systematyczność ucznia na zajęciach mieści się w przedziale 50% - 62% obecności,
- podczas sprawdzianów wykazał się niskim poziomem opanowania umiejętności technicznych, których nie potrafi wykorzystać w praktycznym działaniu.
- wykazał się niskim poziomem opanowania wiadomości z zakresu wychowania fizycznego.

Ocena niedostateczna. Uczeń:

- jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do zajęć budzą duże zastrzeżenia (uzyskując oceny częściowe niedostateczne),
- jest nieprzygotowany do zajęć, a systematyczność jest na granicy 50%
- nie przywiązuje wagi do własnej sprawności fizycznej, - wykazał się bardzo słabym poziomem opanowania wiadomości z zakresu wychowania fizycznego.