

## PSO WYCHOWANIE FIZYCZNE

Na ocenę ucznia z wychowania fizycznego składają się następujące elementy (obszary oceny):

1. Systematyczny udział i zaangażowanie podczas lekcji WF
2. Umiejętności organizacyjne,
3. Umiejętności ruchowe,
4. Edukacja zdrowotna,
5. Aktywny udział w życiu sportowym szkoły oraz aktywność własna (udział w rozgrywkach szkolnych i międzyszkolnych, udział w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych).

### Ad.1. Systematyczny udział i zaangażowanie podczas lekcji WF.

W każdym miesiącu nauczyciel dokonuje oceny frekwencji, przygotowania do zajęć i aktywnego udziału ucznia w lekcji. Ocena aktywności ma wagę 3.

Uczniowi posiadającemu w danym miesiącu zwolnienie lekarskie lub od rodziców, ocenę aktywności wylicza się z lekcji, których zwolnienie nie obejmowało.

W przypadku nieobecności, uczeń jest oceniany na podstawie lekcji w których uczestniczył, jeśli są to godziny usprawiedliwione przez wychowawcę. Godziny nieusprawiedliwione traktowane są jako ucieczki i wpływają na obniżenie oceny miesięcznej.

Zwolnienia z aktywnego udziału w lekcji dokonuje rodzic, przed przystąpieniem ucznia do zajęć mailem do nauczyciela wychowania fizycznego (nie wychowawcy) w dzienniku elektronicznym.

Miesięczne lub dłuższe zwolnienie z ćwiczeń, należy dostarczyć w formie papierowej wicedyrektorowi szkoły panu Mariuszowi Bieszke.

Przez przygotowanie do zajęć rozumiemy posiadanie stroju sportowego tj. koszulki lub bluzy sportowej, spodenek lub spodni dresowych i obuwia sportowego.

Każde nieprzygotowanie do zajęć lub nieobecność nieusprawiedliwiona obniża ocenę miesięczną o jeden stopień.

Brak stroju sportowego nie zwalnia ucznia z obowiązku aktywnego uczestniczenia w lekcji.

Nauczyciel może wyróżnić ucznia oceną bardzo dobrą z aktywności, na każdej lekcji wf- waga 1.

### Ad.2. Umiejętności organizacyjne:

Ocena umiejętności organizacyjnych ma wagę 2 i zawiera:

- samodzielne przeprowadzenie części wstępnej lekcji np. rozgrzewki,
- samodzielne poprowadzenie części głównej zajęć np. aerobic, zumba,
- samodzielne przeprowadzenie części końcowej lekcji np. ćwiczenia relaksacyjne,
- pomoc w organizacji sportowych imprez szkolnych i międzyszkolnych,

- sędziowanie sportowych imprez szkolnych.

### **Ad.3. Umiejętności ruchowe i sprawności motoryczne**

Uczeń przystępujący do sprawdzianu umiejętności ruchowych lub motorycznych otrzymuje ocenę w zależności od stopnia poprawności wykonania zadania ruchowego lub uzyskania odpowiednich wyników testów sprawnościowych.

W całym etapie nauczania dokonuje się sprawdzianów umiejętności technicznych i motorycznych z: lekkoatletyki, piłki siatkowej, koszykówki, piłki ręcznej, piłki nożnej, gimnastyki podstawowej, ćwiczeń siłowych i sprawności ogólnej. Semestralnie jest to 3-6 ocen cząstkowych. Waga tych ocen to 3.

W przypadku nieobecności uczeń ma obowiązek zaliczyć sprawdzian w terminie dwóch tygodni od dnia pojawienia się w szkole. W sytuacjach wyjątkowych (np. zwolnienie lekarskie z wykonywania określonych ćwiczeń) do końca danego semestru, jednakże przed dniem wystawieniem ocen proponowanych. Ta sama zasada dotyczy poprawiania ocen niedostatecznych z przeprowadzonych sprawdzianów lub testów.

### **Ad.4. Edukacja zdrowotna.**

- Warsztaty z edukacji zdrowotnej przeprowadza pielęgniarka szkolna raz w roku szkolnym. Za udział w nich uczeń otrzymuje ocenę, w zależności od stopnia aktywności na zajęciach- waga 1.

- Udział w lekcji o układzie ruchu i wadach postawy, ocena zależna od aktywności- waga 1.

- Samodzielne diagnozowanie wad postawy i znajomość sposobów zapobiegania im – waga 2.

- Aktywny udział w zajęciach z fizjologii wysiłku (min. tętno spoczynkowe, wysiłkowe, restytucja) – waga 1.

- Samodzielny pomiar tętna i restytucji, ustalenie oddechu itp.- waga 2.

- Udział w zajęciach o bezpieczeństwie nad wodą i pierwszej pomocy przedmedycznej- waga 1.

- W toku każdej lekcji uczeń może otrzymać ocenę bardzo dobrą lub celującą za wiedzę z zakresu edukacji zdrowotnej- waga 1

### **Ad.5. Aktywny udział w życiu sportowym klasy, szkoły oraz aktywność własna (udział w rozgrywkach klasowych, szkolnych i międzyszkolnych, udział w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych).**

- uczeń biorący udział w rozgrywkach klasowych lub projektach grupowych otrzymuje cząstkową ocenę bardzo dobrą (5) za osiągnięcie najlepszego wyniku- waga 2,

- uczeń biorący udział w zawodach szkolnych, za miejsce na podium otrzymuje ocenę bardzo dobrą (5), za zwycięstwo celującą (6) - waga 2,

- uczeń uczestniczący w zajęciach sportowych bądź rekreacyjnych poza szkołą (klub sportowy, pływalnia, siłownia, fitness klub, itp.), który może to udokumentować, otrzymuje raz w semestrze cząstkową ocenę bardzo dobrą (5)- waga 3,

- uczeń systematycznie uczęszczający na szkolne zajęcia pozalekcyjne, np. w ramach SKS otrzymuje raz w semestrze cząstkową ocenę celującą (6)- waga 3,

- uczeń reprezentujący szkołę w zawodach międzyszkolnych otrzymuje cząstkową ocenę celującą (6) za zajęcie miejsca na podium w każdej dyscyplinie w której bierze udział, na każdym etapie rozgrywek.

**Ocena klasyfikacyjna** (semestralna i końcowa) jest średnią ocen cząstkowych. Przedziały liczbowe definiujące ocenę, są określone na podstawie Wewnętrzzszkolnego Systemu Oceniania /Statut szkoły/.

Uczeń, który opuścił więcej niż 50% lekcji WF i nie posiada żadnej oceny, zostaje na koniec roku nieklasyfikowany.

Uczeń, który opuścił więcej niż 50% lekcji WF ma prawo przystąpić do egzaminu klasyfikacyjnego, zgodnie z procedurą opisaną w Wewnętrzzszkolnym Systemie Oceniania.

Egzamin klasyfikacyjny z WF ma przede wszystkim formę zadań praktycznych, równocześnie nauczyciel ma prawo dokonywać oceny jego wiadomości.

Uczeń, który w I semestrze bierze udział w zajęciach a w II semestrze posiada zwolnienie lekarskie, otrzymuje zamiast oceny klasyfikacyjnej wpis- zwolniona/y.

Uczeń, który w I semestrze ma zwolnienie lekarskie, a w II semestrze uczestniczy w lekcjach, otrzymuje ocenę końcową na podstawie ocen cząstkowych z II semestru.