

PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO w Zespole Szkół Samochodowych im. Obrońców Westerplatte w Rzeszowie

W zakresie wychowania fizycznego proces ewaluacji ucznia odzwierciedla nie tylko poziom jego sprawności fizycznej ale również jego aktywność na lekcji, wiedzę z zakresu przepisów dotyczących określonych dyscyplin sportowych, przełożenie jego umiejętności i sprawności sportowej na reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych, udział w akcjach promujących zdrowy styl życia oraz wyrabianie nawyku uczestniczenia w kulturze fizycznej.

GRY ZESPOŁOWE – W zakresie gier zespołowych oceniane są umiejętności techniczne przy wykonywaniu podstawowych elementów charakterystycznych dla danej dyscypliny sportowej (piłka nożna, piłka siatkowa, piłka ręczna, koszykówka). Oceniane są również umiejętności wykorzystywania poznanych elementów technicznych w grze, takich jak np. :

piłka nożna – uderzenia i przyjęcia piłki, prowadzenie piłki lewą i prawą stopą, strzały,

piłka siatkowa – przyjęcie i podanie piłki sposobem dolnym i górnym, zagrywka,

piłka ręczna – chwyt, podania, rzuty, poruszanie się po boisku bez piłki i z piłką,

koszykówka – kozłowanie, zatrzymanie się z piłką, podania, chwyt i rzuty, podstawowe zwody.

W grach zespołowych poddaje się ocenie również znajomość przepisów określonej gry oraz ich przestrzeganie w małych grach, grach uproszczonych, grach kontrolnych, czy fragmentach gry.

LEKKOATLETYKA – Uczeń otrzymuje oceny za wykonanie określonych sprawdzianów przewidzianych dla danej konkurencji lekkoatletycznej. W skład tych sprawdzianów wchodzi próby z zakresu skoków, biegów i rzutów. Wszystkie próby wykonywane są przez uczniów według ściśle określonych zasad i oceniane są według tabel pozwalających przełożyć wynik na ocenę. W tabelach przedstawione zostały limity, jakie powinien otrzymać uczeń w określonej klasie.

GIMNASTYKA – W dziedzinie gimnastyki ocenia się w głównej mierze dokładność, estetykę, dynamikę wykonania konkretnych elementów gimnastycznych, umiejętność wykonania prostych układów gimnastycznych oraz umiejętność pokonania zwinnościowych torów przeszkód. Ocenie podlegają nie tylko pojedyncze elementy ale również umiejętność połączenia dwóch lub więcej ćwiczeń gimnastycznych np. przewroty łączone, przejście ze stania na rękach do przewrotu w przód itp.. Ocenia się również poziom siły statycznej, dynamicznej i wytrzymałości siłowej.

INDEKS SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ – Uczeń wykonuje według ściśle określonych zasad sześć prób: szybkości, skoczności, siły ramion, gibkości, wytrzymałości i siły mięśni brzucha. Każda próba oceniana jest w sześciopunktowej skali: minimalna - 1pkt., dostateczna – 2pkt., dobra – 3pkt., bardzo dobra – 4pkt., wysoka – 5pkt., wybitna - 6pkt.

Suma punktów wszystkich wykonanych zadań daje obraz przeciętnej sprawności fizycznej dla odpowiedniej kategorii wieku i płci.

Wynik końcowy określa sprawność uczniów: minimalna – ocena 2, dostateczna – ocena 2, dobra – ocena 3, bardzo dobra – ocena 4, wysoka – ocena 5, oraz wybitna – ocena 6.

TENIS STOŁOWY – Uczeń otrzymuje oceny za wykonanie podstawowych elementów technicznych (np. zagrywka i odbiór piłeczki, podanie piłeczki forhendem i bekhendem) oraz za wykorzystanie zdobytych umiejętności podczas gry pojedynczej i deblowej oraz w zabawach technicznych.

OCENA MIESIĘCZNA BARDZO DOBRA ZA 100% FREKWENCJĘ I AKTYWNY UDZIAŁ W ZAJĘCIACH - Jest to ocena wystawiana uczniom po zakończeniu każdego przepracowanego miesiąca. (ocenie nie podlegają uczniowie zwolnieni z zajęć).

DODATKOWA OCENA ZA AKTYWNOŚĆ – dodatkową ocenę bardzo dobrą uczeń może otrzymać po „uzbieraniu” trzech plusów (aktywność, zaangażowanie, pomoc w prowadzeniu lekcji np. prawidłowe przeprowadzenie rozgrzewki, sędziowanie i współorganizowanie zawodów, turniejów, meczów itp.), ocenę niedostateczną uczeń otrzymuje po „uzbieraniu” trzech minusów (brak zaangażowania, nie wykonywanie zadanych poleceń lub niedbałe wykonywanie ćwiczeń).

Stworzenie przez ucznia zagrożenia dla siebie lub współwiczących, nieprzestrzeganie przepisów BHP jest równoznaczne z oceną niedostateczną!

KRYTERIA DODATKOWE

Te kryteria dają możliwość podwyższenia lub obniżenia oceny końcowej za I lub II półrocze.

1. Ocena za frekwencję (ranga)
2. Ocena za uprawianie sportu wyczynowo (potwierdzenie z klubu sportowego w bieżącym roku szkolnym) oraz za udokumentowaną inną działalność ruchową,

Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego (wg. Rozporządzenia MENiS z dnia 7 września 2004) należy w szczególności brać pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć.

Na ocenę semestralną składają się oceny za:

- systematyczne przygotowywanie się do lekcji (ubiór sportowy)
- aktywny udział i zaangażowanie
- oceny z przeprowadzonych sprawdzianów z poszczególnych dyscyplin sportowych oraz mierzących poziom cech i intercech motorycznych
- uczestnictwo i zaangażowanie na zajęciach dodatkowych

Proponowane oceny z wychowania fizycznego powinny skłaniać ucznia do aktywnego udziału w lekcjach, zajęciach pozalekcyjnych, zawodach sportowo – rekreacyjnych i wpajać nawyki aktywnego spędzania wolnego czasu.