

## **Przedmiotowe zasady oceniania-WF**

### **WYMAGANIA EDUKACYJNE NIEZBĘDNE DO OTRZYMANIA PRZEZ UCZNIĄ ŚRÓDROCZNYCH I ROCZNYCH OCEN Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO W X LO IM. PROF. STEFANA BANACHA W TORUNIU**

#### **Podział zajęć z wychowania fizycznego:**

**I System klasowo-lekcyjny** 3 godziny lekcyjne/tydzień w kl.1,2,3

**II System fakultatywny** 3 godziny lekcyjne/tydzień w kl.4

#### **AD I : SYSTEM KLASOWO-LEKCYJNY**

W systemie klasowo-lekcyjnym ocenie podlegają:

##### **\*Postęp – ocena wagi 1**

Dwa razy w roku uczeń wykonuje cztery testy sprawności motorycznej. Pierwszy test w pierwszej klasie to test bazowy. W kolejnych sprawdzianach oceniany jest **postęp** w stosunku do wyników testu bazowego.

1. Szybkość - zwinność – bieg 10x10m na czas (s).
2. Wytrzymałość – test Coopera ( 12min. ciągłego biegu – (m).
3. Skoczność – skok w dal z miejsca (cm).
4. Siła mięśni brzucha - dziewczęta (ilość powtórzeń wykonanych w ciągu 1 min.).
5. Siła mięśni ramion i grzbietu - podciągnięcia na drążku –chłopcy ( ilość prawidłowych podciągnięć).

**Testy motoryczne do wykonania nowym roku szkolnym zalecane przez Ministerstwo Oświaty.**

**Testy sprawnościowe obejmują:**

- bieg wahadłowy 10 razy po 5 metrów – służący pomiarowi zdolności szybkościowo-siłowo-koordynacyjnych,

- 20-metrowy wytrzymałościowy bieg wahadłowy wykonywany według Europejskiego Testu Sprawności Fizycznej – Eurofit, opracowanego przez Radę Europy – służący pomiarowi zdolności wytrzymałościowych w biegu,
  - podpór leżąc przodem na przedramionach (deska) – służący pomiarowi zdolności siłowo-wytrzymałościowych całego ciała,
  - skok w dal z miejsca –służący pomiarowi skoczności i siły
- Testy te powinny być przeprowadzane raz w ciągu roku szkolnego – w okresie od marca do kwietnia.**

#### **\*Umiejętności i Wiadomości – ocena wagi 1**

- Oceny za umiejętności uczeń otrzymuje po wykonaniu sprawdzianów z umiejętności ustalonych z nauczycielem na początku okresu .

- Uczeń ma możliwość poprawiania sprawdzianów do końca trwania okresu.

-W przypadku nieobecności na testach, sprawdzianach uczeń zobowiązany jest do ich zaliczenia.

Oceny z wiadomości nauczyciel dokonuje na podstawie wyników testów wiedzy z określonego zakresu np. przepisy gier zespołowych.

#### **\*Aktywność na lekcji - ocena wagi 1**

W trakcie całego roku ocenie podlega aktywność i zaangażowanie ucznia na lekcji, zdyscyplinowanie, punktualność, inwencja twórcza.

#### **\*Frekwencja i aktywny udział w zajęciach – ocena wagi 3**

Na koniec każdego okresu ocenie podlega frekwencja i aktywny udział ucznia w zajęciach wf. Systematyczność udziału ucznia w zajęciach oraz aktywność ucznia w dziedzinach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej, a przede wszystkim wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków.

#### **\*Nieprzygotowanie do lekcji – ocena 1 wagi 1**

Raz w semestrze uczeń może być nieprzygotowany do lekcji (bez konsekwencji). Każde kolejne nieprzygotowanie podlega ocenie.

Nieobecność na lekcji nie jest liczona, jeśli:

- uczeń uczestniczy w innych zajęciach organizowanych przez szkołę,

- w przypadkach losowych tj.: zwolnienie lekarskie lub od rodziców dotyczące nieobecności w szkole powyżej 7 dni. Musi ono być dostarczone do nauczyciela wf w ciągu 14 dni od powrotu do szkoły.

- jeśli uczeń opuści ponad 50% lekcji w okresie, to będzie nieklasyfikowany z wf- u.

### **\*Aktywność ponadprogramowa - ocena wagi 1- 3**

Ocenie podlegają: Udział w zawodach międzyszkolnych:

- za udział **waga 1**
- za sukces na etapie miejskim **waga 2**
- za sukces na poziomie wojewódzkim **waga 3**
- Udział w zawodach wewnątrzszkolnych **waga1**
- Udział w zajęciach SKS **waga 1**
- Udział w zajęciach innych sekcji sportowych poza szkołą **waga 1**
- Pomoc w organizacji imprez sportowych **waga 1**
- Działalność na rzecz sportu szkolnego **waga 1**
- Aktualny rekord szkoły **waga 1**

### **AD II : SYSTEM FAKULTATYWNY**

Ocenę z zajęć fakultatywnych uczeń otrzymuje na podstawie:

#### **\*Postęp – ocena wagi 1**

Dwa razy w roku uczeń wykonuje dwa testy sprawności motorycznej. pierwsze testy to testy bazowe. W kolejnych sprawdzianach oceniany jest postęp w stosunku do wyników testu bazowego.

Testy motoryczne ustala nauczyciel prowadzący dany fakultet.

#### **\*Umiejętności i Wiadomości – ocena wagi 1**

Oceny za umiejętności uczeń otrzymuje za zaliczenia sprawdzianów, testów z umiejętności uzgodnionych z nauczycielem na początku okresu .

W przypadku nieobecności na testach, uczeń zobowiązany jest zaliczyć sprawdziany do końca danego okresu.

Oceny z wiadomości nauczyciel dokonuje na podstawie wyników testów wiedzy określonego zakresu wybranego fakultetu.

### **\*Frekwencja i aktywny udział w zajęciach – ocena wagi 3**

Na koniec każdego okresu ocenie podlega frekwencja i aktywny udział ucznia w zajęciach wf. Systematyczność udziału ucznia w zajęciach oraz aktywność ucznia w dziedzinach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej, a przede wszystkim wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków.

### **\*Nieprzygotowanie do lekcji – ocena 1 wagi 1**

Raz w semestrze uczeń może być nieprzygotowany do lekcji (bez konsekwencji). Każde kolejne nieprzygotowanie podlega ocenie.

Nieobecność na lekcji nie jest liczona, jeśli:

- uczeń uczestniczy w innych zajęciach organizowanych przez szkołę,
- w przypadkach losowych tj.: zwolnienie lekarskie lub od rodziców dotyczące nieobecności w szkole powyżej 7 dni. Musi ono być dostarczone do nauczyciela wf w ciągu 14 dni od powrotu do szkoły.

Uczeń ma możliwość odrobienia nieobecność na swoich zajęciach w innym terminie i na innych zajęciach fakultatywnych.

- jeśli uczeń opuści ponad 50% fakultetów w okresie, to będzie nieklasyfikowany z wf- u.

### **\*Aktywność na lekcji - ocena wagi 1**

W trakcie całego roku ocenie podlega aktywność i zaangażowanie ucznia na lekcji, zdyscyplinowanie, inwencję twórczą.

### **\*Aktywność ponadprogramowa - ocena wagi 1- 3**

Ocenie podlegają:

- Udział w zawodach międzyszkolnych:

`za udział **waga 1**

`za sukces na etapie miejskim **waga 2**

`za sukces na poziomie wojewódzkim **waga 3**

- Udział w zawodach wewnętrzzkolnych **waga 1**
- Udział w zajęciach SKS **waga 1**
- Udział w zajęciach innych sekcji sportowych poza szkołą **waga 1**
- Pomoc w organizacji imprez sportowych **waga 1**
- Działalność na rzecz sportu szkolnego **waga 1**
- Aktualny rekord szkoły **waga 1**

- Średnia ważona ocen otrzymanych przez ucznia w systemie lekcyjnym i systemie fakultatywnym jest jednym z kryteriów **holistycznej oceny** okresowej ucznia.
- Przy ustaleniu oceny rocznej nauczyciel uwzględnia postęp ucznia między pierwszym, a drugim okresem.
- Dodatkowo uczeń może ubiegać się o ocenę wyższą od proponowanej, jeśli średnia ważona z przedmiotu odbiega o mniej niż 0,2 od przedziału określonego w powyższej tabeli. Nauczyciel może ustalić zadania, których pozytywne wykonanie przez ucznia może skutkować podniesieniem oceny, ale tylko o jedną wartość wyżej.

#### ZESPÓŁ PRZEDMIOTOWY SPORTOWY:

1. Justyna Balewska
2. Monika Doksa
3. Grzegorz Filipowicz
4. Emilia Rowińska
5. Agnieszka Sierek
6. Mariusz Soja
7. Mariusz Tesznar