

Przedmiotowy system oceniania uczniów z wychowania fizycznego w Gimnazjum im. Jana Pawła II w Daleszycach.

Program nauczania: „Koncepcja edukacji fizycznej. Zdrowie, sport, rekreacja”.

Urszula Kierczak, Janusz Janota.

Podstawa prawna do opracowania PSO z wychowania fizycznego.

1. Statut Szkoły.
2. Wewnątrzszkolny System Oceniania.
3. Rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej (nowa podstawa programowa oraz ramowe plany nauczania z 23 grudnia 2008r.; Dz.U. z 2009 r. Nr 4,poz. 17).
4. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 10 czerwca 2015r. w sprawie warunków i sposobu oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych (Dz. U. z 2015r., poz. 843).
5. Urszula Kierczak, Janusz Janota: „Koncepcja edukacji fizycznej. Zdrowie, sport, rekreacja”. Program nauczania i propozycje zajęć fakultatywnych. Poradnik metodyczny - gimnazjum.

I. Cele kształcenia i wychowania.

1. Wszechstronny rozwój sprawności fizycznej i motorycznej, podniesienie poziomu wydolności fizycznej, powiększenie potencjału zdrowotnego uczniów.
2. Rozbudzenie zainteresowań różnymi formami aktywności ruchowej, zdrowotnej, sportowej, rekreacyjnej oraz wyposażenie uczniów w wiedzę i umiejętności umożliwiające im aktywne uczestnictwo w tych formach ruchu.
3. 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.
4. Przygotowanie ucznia do całonocnej aktywności ruchowej i czynnego uczestnictwa w kulturze fizycznej.
5. Wyrobienie trwałych nawyków higieniczno – zdrowotnych.
6. Wdrażanie do systematycznej samokontroli i samooceny zachowań prozdrowotnych.

II. Cele przedmiotowego systemu oceniania z wychowania fizycznego.

1. Sprawdzenie stopnia przyswojenia wiadomości i umiejętności ruchowych.
2. Bieżące i systematyczne informowanie ucznia o poziomie jego osiągnięć edukacyjnych i postępach w tym zakresie.
3. Dostarczenie rodzicom i nauczycielom rzetelnej i szczegółowej informacji o postępach, trudnościach i specjalnych uzdolnieniach dziecka.
4. Wdrożenie do efektywnej samooceny, rozwijanie poczucia odpowiedzialności za osobiste postępy w edukacji szkolnej.
5. Pobudzenie rozwoju umysłowego ucznia.
6. Pomoc w samodzielnym planowaniu własnego rozwoju, rozwijanie kreatywnej postawy wobec własnego zdrowia i sprawności fizycznej.
7. Przedstawienie uczniom jasno określonego celu oceniania oraz zrozumiałych i jasnych kryteriów oceniania.
8. Dążenie do rzetelności i trafności oceniania.
9. Ujednolicenie kryteriów oceniania stosowanych przez nauczycieli wychowania fizycznego.
10. Umożliwienie nauczycielowi kontroli rozwoju ucznia, doskonalenie organizacji metod pracy dydaktyczno – wychowawczej.
11. Informacje wyjaśniające i uzasadniające wystawione oceny oraz omówienie postępów w nauce i zachowaniu rodzic uzyskuje podczas spotkań z rodzicami lub indywidual-

nych konsultacji – w terminie ustalonym wcześniej przez nauczyciela w godzinach pozadydaktycznych lub telefonicznie.

III. Przedmiot kontroli i oceny ucznia z wychowania fizycznego.

1. Wystawiając oceny, nauczyciele wychowania fizycznego kierują się następującymi zasadami:
 - aktywności
 - indywidualizacji
 - obiektywizmu
 - jawności
 - motywującego i wychowawczego wpływu na postawę wobec kultury fizycznej.

A. Obszary podstawowe:

- a) umiejętności ruchowe oceniane na podstawie przeprowadzanych sprawdzianów zgodnych z wymaganiami programowymi z zakresu indywidualnych i zespołowych form aktywności ruchowej;
- b) ogólna sprawność fizyczna mierzona testem sprawności fizycznej;
- c) wiadomości z zakresu:
 - doskonalenia własnej sprawności
 - dbałości o własne zdrowie i higienę osobistą
 - dbałości o prawidłową postawę ciała
 - indywidualnych i zespołowych form aktywności ruchowej o charakterze rekreacyjno-sportowym;
- d) postawa ucznia i jego stosunek do przedmiotu (wysiłek wkładany przez ucznia):
 - przejawy zaangażowania, wykonywanie ćwiczeń i zadań ruchowych z maksymalnym wykorzystaniem swoich możliwości;
 - inicjatywa twórcza, aktywny udział w zajęciach, pomoc w ich organizacji;
 - dbałość o zdrowie i prawidłową postawę ciała;
 - systematyczne usprawnianie, właściwa postawa społeczna i kultura osobista;
 - zdyscyplinowanie, dbanie o higienę ciała i czystość, systematyczny udział w lekcjach.

B. Obszary dodatkowe

- a) zaangażowanie społeczne w krzewieniu kultury fizycznej:
 - wykonanie referatu na wybrany temat związany ze sportem, rekreacją, edukacją prozdrowotną;
 - pomoc w przygotowaniu i przeprowadzeniu szkolnej imprezy sportowej;
 - samodzielne prowadzenie i sędziowanie zawodów sportowych o charakterze rekreacyjnym.
- b) udział w zawodach sportowych i zajęciach pozalekcyjnych:
 - aktywna postawa na zajęciach pozalekcyjnych;
 - udział w turniejach i zawodach sportowych;
 - wyniki sportowe: np. pobicie rekordu szkoły, zwycięstwo w zawodach, turnieju;
 - udział w masowych imprezach rekreacyjno-sportowych.

IV. Kryteria kontroli i oceny ucznia.

A. Obszary podstawowe:

1. Umiejętności:

- a) posiadane umiejętności ruchowe oceniane na podstawie sprawdzianów, które mogą dotyczyć pojedynczych ćwiczeń lub całych zestawów.

2. Wiadomości:

- a) wiedza ucznia i umiejętność jej wykorzystania w praktycznym działaniu;
- b) stosunek ucznia do przedmiotu.

B. Obszary dodatkowe:

1. Postawy:

- a) zaangażowanie społeczne w krzewieniu kultury fizycznej;
- b) udział w zawodach sportowych i zajęciach pozalekcyjnych;
- c) aktywność, udział i osiągnięcia ucznia w działaniach podejmowanych przez szkołę w innych formach aktywności związanych z kulturą i wychowaniem fizycznym;
- d) uczniowie, którzy nie są fizycznie zdolni (przez budowę somatyczną, chorobę, brak predyspozycji psychoruchowych lub inne czynniki zewnętrzne, na które uczeń nie ma wpływu) do osiągnięcia wysokich wyników sportowych, spełniając pozostałe kryteria oceniania, mogą mieć podwyższoną śródroczną i roczną ocenę klasyfikacyjną o jeden stopień. Warunkiem tego jest:
 - wypełnianie funkcji organizacyjnych w czasie szkolnych zajęć wychowania fizycznego lub wykonywanie na terenie szkoły prac na rzecz zdrowia, sportu, rekreacji, tańca i turystyki (tj. sędziowanie zawodów klasowych i międzyklasowych, współudział w przygotowaniu szkolnej strony internetowej na temat szkolnych i międzyszkolnych zawodów sportowych, współudział w przygotowaniu innych przedsięwzięć z zakresu szkolnej kultury fizycznej, w tym: szkolnej gazetki o tematyce sportowej, szkolnego konkursu wiedzy o tematyce sportowej, itp.).

V. Oceny bieżące z wychowania fizycznego.

1. Zadania kontrolno – oceniające, ocenie podlega poziom i postęp sprawności fizycznej:
 - a) technika (estetyka, płynność, poprawność) wykonanego ćwiczenia podlegającego sprawdzianowi;
 - b) skuteczność wykonywanego ćwiczenia (celność, ilość, odległość);
 - c) zagadnienia pisemne o tematyce sportowej, (jeśli względy zdrowotne lub inne przyczyny usprawiedliwione uniemożliwiają zaliczenie sprawdzianu praktycznego).

Uczniowie zobowiązani są do wykonania wszystkich zaplanowanych przez nauczyciela sprawdzianów.

- każdy uczeń zobowiązany jest do zaliczenia wszystkich zadań sprawdzających, wyznaczonych przez nauczyciela prowadzącego;
 - uczeń, który nie przystąpi do sprawdzianu i nie wykorzysta możliwości zaliczenia w dodatkowym terminie (dwa tygodnie) otrzymuje ocenę niedostateczną.
 - ocenianie bieżące odbywa się w stopniach wg skali 1-6.
 - nauczyciel, wystawiając uczniowi bieżącą ocenę, przekazuje mu w sposób przejrzysty (ustnie) informację na temat tego, które z umiejętności zostały przez niego opanowane, a które należy w dalszym ciągu ćwiczyć. Nauczyciel wskazuje również na sposoby i możliwości poprawy oceny przez ucznia. Udziela mu wskazówek do samodzielnego planowania własnego rozwoju oraz motywuje do dalszych postępów w nauce.
2. Frekwencja i aktywność na zajęciach:
 - a) każdą nieobecność na zajęciach uczeń ma obowiązek usprawiedliwić w porozumieniu z wychowawcą klasy, u nauczyciela wychowania fizycznego na najbliższej lekcji;
 - b) W przypadku choroby lub urazu wymagane jest zwolnienie lekarskie;
 - c) uczeń i rodzice zobowiązani są do zgłaszania nauczycielowi wszelkich przeciwwskazań do wykonywania ćwiczeń (przebyte choroby, urazy);
 - d) 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;
 - e) w uzasadnionych przypadkach nauczyciel może zwolnić ucznia z czynnego uczestnictwa w lekcji na podstawie zwolnienia od rodziców, w tym czasie pozostaje pod jego opieką;
 - f) Obowiązki ucznia niećwiczącego:

- pomaga w sędziowaniu; - organizuje lub pomaga w organizacji zajęć ruchowych;
- wywiązuje się z roli kibica;
- angażuje się i pomaga w przygotowaniu imprezy sportowej na terenie szkoły lub poza nią;
- uczeń pomaga w redagowaniu ściennej gazetki sportowej;
- g) Uczeń zobowiązany jest zgłosić każdą niedyspozycję lub uraz, który nastąpi przed, w trakcie lub tuż po zakończeniu lekcji;
- h) w przypadku zbyt częstych zwolnień od rodziców lub wątpliwości, co do ich autentyczności nauczyciel kontaktuje się z wychowawcą ucznia w celu wyjaśnienia niedyspozycji ucznia. Uczeń jest nieklasyfikowany, jeżeli ma powyżej 50% nieobecności na zajęciach.

3. Przygotowanie do zajęć z wychowania fizycznego.

- a) strój sportowy wymagany na zajęciach wychowania fizycznego:
 - koszulka sportowa z logo szkoły;
 - spodnie sportowe długie lub krótkie;
 - obuwie do wyboru: typu „adidas”, trampki, tenisówki(z jasną podeszwą);
 - strój powinien być czysty i schludny, każdorazowo zmieniany po zajęciach;
- b) uczeń ma prawo zgłosić 3 nieprzygotowania do zajęć w półroczu bez konieczności przedstawiania usprawiedliwienia(czyni to na początku zajęć, podczas sprawdzania obecności), w razie kolejnego i następnych przypadków otrzymuje ocenę niedostateczną. Nauczyciel fakt zgłoszenia przez ucznia nieprzygotowania odnotowuje w dokumentacji własnej.

4. Zaangażowanie, postawa społeczna, wiadomości.

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- organizuje lub pomaga w organizacji zajęć ruchowych;
- prowadzi ćwiczenia kształtujące; - samodzielnie przeprowadza zabawy;
- wywiązuje się z roli kibica;
- angażuje się i 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 gazetki sportowej.

5. Działalność sportowa pozalekcyjna.

Na podniesienie oceny z wychowania fizycznego wpływ ma 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 poza nią(klub sportowy).

VI. Ocena śródroczna i roczna.

1. Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego będzie szczególnie brana pod uwagę aktywność oraz wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć, a nie kompetencje ruchowe.
2. Na ocenę śródroczną i roczną wpływa praca i zaangażowanie ucznia w ciągu całego roku szkolnego.
3. Rok szkolny dzieli się na dwa półrocza. Koniec pierwszego półrocza przypada na 31 stycznia. Klasyfikację po pierwszym półroczu przeprowadza się w ciągu ostatnich dwóch tygodni tego okresu, a klasyfikację roczną i końcową w ciągu ostatnich dwóch tygodni zajęć przed wakacjami. Na co najmniej dwa dni przed terminem zebrania rady klasyfikacyjnej śródrocznej i rocznej nauczyciele są zobowiązani ustalić oceny klasyfikacyjne z zajęć edukacyjnych oraz bieżące oceny zachowania i poinformować o nich ucznia.
4. Ocena śródroczna - powinna być wystawiona na podstawie bieżących ocen uzyskiwanych przez ucznia w ciągu całego półrocza. Musi być wystawiana na ich podstawie, ale nie jest średnią arytmetyczną ocen bieżących. Ocena roczna – jest obiektywną oceną wiedzy i umiejętności ucznia, zdobytych w ciągu całego roku szkolnego. Istotne znaczenie dla oceny ma aktywność i zaangażowanie ucznia na lekcjach w przekroju całego roku. Ocena roczna nie może się diametralnie różnić od oceny śródrocznej i nie jest średnią arytmetyczną ocen bieżących i śródrocznej.
5. Na dwa tygodnie przed radą klasyfikacyjną uczeń jest informowany ustnie o przewidywanej ocenie rocznej z wychowania fizycznego. Ocena ta wpisywana jest do dziennika elektronicznego (zakładka ocena przewidywana). Uczeń ma prawo zgłosić nauczycielowi chęć podwyższenia oceny. Nauczyciel, po wcześniejszym określeniu zakresu materiału, wyznacza uczniowi termin i sposób poprawy ocen. Uczeń podwyższy przewidywaną ocenę, jeśli wykazuje się stuprocentową wiedzą i umiejętnościami wymaganymi na ocenę, o którą się ubiega.
6. Jeżeli okres zwolnienia ucznia z zajęć wychowania fizycznego uniemożliwia ustalenie śródrocznej lub rocznej oceny klasyfikacyjnej, w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się „zwolniony” albo „zwolniona”.
7. W przypadku, gdy uczeń otrzyma niedostateczną ocenę śródroczną z danych zajęć objętych szkolnym planem nauczania lub nie zostanie sklasyfikowany, zobowiązany jest do zaliczenia materiału z I półrocza, najpóźniej do 31 marca danego roku szkolnego. Po zakończeniu ferii zimowych otrzymuje od nauczyciela pisemny wykaz zadań, które musi zaliczyć, aby ocena uległa podwyższeniu.
8. Oceny klasyfikacyjne śródroczne i roczne ustala się w stopniach pełnych w skali 1-6. Oceny te wystawiane są na podstawie ocen bieżących.

VII. Formy kontroli i oceny ucznia.

1. Forma sprawdzianu – działalność ruchowa właściwa dla danego sprawdzianu z zakresu sprawności motorycznej
2. Forma sprawdzianu - ocena stopnia opanowania wybranej umiejętności ruchowej z działu umiejętności (np. wybranego ćwiczenia lub elementu technicznego, taktycznego).
3. Kontrola i ocena bieżąca (częstotliwość wystawiania ocen bieżących, – co najmniej jedna ocena raz na trzy tygodnie).
4. Ocena śródroczna.
5. Ocena roczna.
6. 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.

1. Na początku każdego roku szkolnego uczniowie są zapoznawani z wymaganiami programowymi i kryteriami oceniania z wychowania fizycznego na pierwszej jednostce lekcyjnej. Fakt zapoznania zespołu klasowego z dokumentami regulującymi wewnętrzne zasady oceniania odnotowuje w dzienniku elektronicznym w formie tematu lekcji. Dowodem zapoznania ucznia z przedmiotowym systemem oceniania (PSO) jest lista obecności w dzienniku lekcyjnym. W przypadku nieobecności ucznia na pierwszych zajęciach lekcyjnych, uczeń zobowiązany jest do zapoznania się z treściami zawartymi w PSO za pomocą strony internetowej szkoły.
2. 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.
3. Sprawność motoryczną ucznia ocenia się według testów sprawności fizycznej.
4. Umiejętności ruchowe ucznia oceniane będą na podstawie zadań kontrolno-ocenających pozwalających na ustalenie poziomu opanowania tych umiejętności.

IX. Sposoby poprawy ocen bieżących ucznia

1. Jeżeli uczeń z przyczyn losowych nie uczestniczył w sprawdzianie, to powinien go zaliczyć w ciągu dwóch tygodni od powrotu do szkoły,
2. Uczeń może poprawić każdą ocenę ze sprawdzianu w terminie dwóch tygodni od ich otrzymania, w uzasadnionych przypadkach, po uzgodnieniu z nauczycielem, może ją poprawić w innym terminie.
3. Uczeń jest informowany o planowanych sprawdzianach, na co najmniej dwa tygodnie przed jego przeprowadzeniem.

X. Indywidualne dostosowanie wymagań edukacyjnych dla uczniów objętych pomocą psychologiczną – pedagogiczną na lekcjach wychowania fizycznego.

Podstawa prawna: Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 30 kwietnia 2007 r. w sprawie warunków i sposobu oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy oraz przeprowadzania sprawdzianów i egzaminów w szkołach publicznych, posiadającego opinię poradni PPP, nieposiadającego orzeczenia lub opinii, który objęty jest pomocą psychologiczno-pedagogiczną w szkole. Uczniom objętym pomocą psychologiczno-pedagogiczną oferuje się pomoc poprzez:

- aktywizację uczniów poprzez zachęcanie do wykonania dodatkowych zadań;
- wydłużenie czasu przeznaczonego na wykonanie ćwiczeń;
- możliwość rozbicia ćwiczeń złożonych na prostsze i ocenianie ich wykonania etapami;
- wydłużenie czasu na nauczenie się danego ćwiczenia;
- wykonanie zadań pod kierunkiem nauczyciela.

Zakres dostosowania wymagań edukacyjnych do indywidualnych potrzeb oraz możliwości psychologicznych ucznia:

1. Uczniowie o inteligencji niższej niż przeciętna.

Symptomy trudności

- niezdolność ruchowa i trudności w wykonywaniu niektórych ćwiczeń (potrzeba dłuższego treningu, aby opanować dane ćwiczenie, rzucanie do celu itp.)
- trudności w zrozumieniu zasad i reguł różnych gier.

Sposoby dostosowania wymagań edukacyjnych:

- zapewnienie większej ilości ćwiczeń, aby uczeń opanował daną sprawność (w razie potrzeby zwolnienie z wykonania ćwiczeń przerastających możliwości ruchowe ucznia);
- wielokrotne tłumaczenie i wyjaśnianie zasad i reguł gier sportowych;
- podpowiadanie, częste podchodzenie do ucznia, ukierunkowywanie w działaniu;

- w ocenianiu zwracanie większej uwagi na wysiłek włożony w wykonanie zadania, niż ostateczny efekt pracy.

2. Uczniowie słabowidzący.

U takich dzieci niepełnosprawność w zakresie widzenia oznacza osłabienie wzroku, które nawet przy użyciu szkieł korekcyjnych wpływa negatywnie na ich osiągnięcia szkolne.

Symptomy trudności:

- obniżona sprawność spostrzegania i zakłócona koordynację wzrokowo ruchową;
- wolniejsze tempo wykonywania ćwiczeń.

Sposoby dostosowania wymagań edukacyjnych:

- właściwe umiejscowienie dziecka w klasie (zapobiegające odbłaskowi pojawiającemu się w pobliżu okna, zapewniające właściwe oświetlenie i widoczność);
- podawanie modeli i przedmiotów do obejrzenia z bliska;
- zwracanie uwagi na szybką męczliwość dziecka związaną ze zużywaniem większej energii na patrzenie i interpretację informacji uzyskanych drogą wzrokową (wydłużanie czasu na wykonanie określonych zadań);
- częste zadawanie pytania - „co widzisz?” w celu sprawdzenia i uzupełnienia słownego trafności doznań wzrokowych;
- zapewnienie odpowiedniego oświetlenia w miejscu pracy.

2. Uczniowie słabosłyszący.

Uczeń słabosłyszący, to dziecko, które ma pozostałości słuchu wystarczające do skutecznego odbierania informacji językowych za pomocą słuchu, najczęściej przy użyciu aparatu słuchowego. Nie ma związku przyczynowego między osłabieniem słuchu a inteligencją dziecka.

Symptomy trudności:

- dziecko sprawia wrażenie nieuważającego lub śniącego na jawie, może nie słyszeć instrukcji nauczyciela;
- jest niechętnie angażowaniu się w działania klasowe, obawia się porażki, ponieważ ma kłopoty z rozumieniem;
- może reagować niewłaściwie w sytuacjach zabawowych (nie rozumie zasad gry lub intencji innych osób);
- reaguje nietypowo na ustne instrukcje;
- może mieć zaburzenia mowy, mały zasób słów i pojęć.

Sposoby dostosowania wymagań edukacyjnych:

- zapewnić dobre oświetlenie klasy oraz miejsce dla dziecka. Uczeń będąc blisko nauczyciela (od 0,5 do 1,5 M), którego twarz jest dobrze oświetlona, może słuchać jego wypowiedzi i jednocześnie odczytywać mowę z ust. Należy też, umożliwić dziecku odwracanie się w kierunku innych kolegów odpowiadających na lekcji, co ułatwi lepsze zrozumienie ich wypowiedzi;
- nauczyciel mówiąc do całej klasy, powinien stać w pobliżu dziecka zwrócony twarzą w jego stronę
- nie powinien chodzić po klasie, należy mówić do dziecka wyraźnie używając normalnego głosu i intonacji, unikać gwałtownych ruchów głową czy nadmiernej gestykulacji;
- trzeba zadbać o spokój i ciszę w klasie, eliminować zbędny hałas m.in. zamykać okna przy ruchliwej ulicy, to utrudnia dziecku rozumienie poleceń nauczyciela i wypowiedzi innych uczniów, Powoduje też większe zmęczenie. Takie zakłócenia stanowią również problem dla uczniów z aparatami słuchowymi, ponieważ są wzmacniane przez aparat;
- nauczyciel winien upewnić się czy polecenia kierowane do całej klasy są właściwie rozumiane przez dziecko niedosłyszające. W przypadku trudności zapewnić mu

dodatkowe wyjaśnienia, sformułować inaczej polecenie, używając prostego, znanego dziecku słownictwa. Można też wskazać jak to polecenie wykonuje jego kolega siedzący w ławce;

- dziecko z wadą słuchu ma trudności z równoczesnym wykonywaniem kilku czynności w tym samym czasie, nie jest w stanie słuchać nauczyciela. Często, więc nie nadąża za tempem pracy pozostałych uczniów w klasie;
- konieczne jest aktywizowanie dziecka do rozmowy poprzez zadawanie prostych pytań, podtrzymywanie jego odpowiedzi przez dopowiadanie pojedynczych słów, umowne gesty, mimiką twarzy;
- nauczyciel podczas lekcji powinien często zwracać się do dziecka niesłyszącego, zadawać pytania, – ale nie, dlatego, aby oceniać jego wypowiedzi, ale by zmobilizować go do lepszej koncentracji uwagi i ułatwić mu lepsze zrozumienie tematu.

3. Specyficzne trudności w uczeniu się.

Symptomy trudności:

- trudności z odtwarzaniem rytmu, śpiewu, tańca;
- mylenie prawej i lewej strony;
- trudności z opanowaniem układów gimnastycznych (sekwencje ruchowe zorganizowane w czasie i przestrzeni);
- trudności w bieganiu, ćwiczeniach równoważnych;
- trudności w opanowaniu gier wymagających użycia piłki (siatkówka, koszykówka, tenis ziemny i stołowy, itp.);
- niechęć do uprawiania sportów wymagających dobrego poczucia równowagi.

Sposoby dostosowania wymagań edukacyjnych:

- zawsze uwzględniać trudności ucznia;
- w miarę możliwości pomagać, wspierać, dodatkowo instruować, naprowadzać, pokazywać na przykładzie;
- dzielić dane zadanie na etapy i zachęcać do wykonywania małymi krokami;
- nie zmuszać na siłę do wykonywania ćwiczeń sprawiających uczniowi trudność;
- dawać więcej czasu na opanowanie danej umiejętności, cierpliwie udzielać instruktażu;
- nie krytykować, nie oceniać negatywnie wobec klasy;
- podczas oceniania brać przede wszystkim pod uwagę stosunek ucznia do przedmiotu, jego chęci, wysiłek, przygotowanie do zajęć w materiały, niezbędne pomoce itp.;
- włączać do rywalizacji tylko tam, gdzie uczeń ma szansę.

5. Uczeń z ADHD.

Symptomy trudności:

- nadmierna ruchliwość;
- gadulstwo lub ciągle powtarzanie słów;
- nieprzewidywalność;
- trudności z utrzymaniem koncentracji;
- częste odpowiedzi na pytania bez zastanowienia.

Sposoby dostosowania wymagań edukacyjnych:

- ukierunkowanie nadmiernej energii ruchowej;
- zwiększenie tolerancji na nietypowe zachowania podczas lekcji;
- aktywizowanie ucznia podczas zajęć - zapewnienie odpowiedniego (szybkiego) tempa pracy i zróżnicowanie zadań;
- wymagać od ucznia większej koncentracji;
- skupienie uwagi na danej czynności ze względów bezpieczeństwa;
- formułowanie jasnych i krótkich poleceń;

- odwracanie uwagi dziecka od własnej impulsywności poprzez wyznaczanie dodatkowych zadań;
- ustalenie realnych i możliwych do przestrzegania wymagań;
- sprawdzanie, czy uczeń rozumie przekazywane mu informacje;
- ustalenia dopuszczalnych form rozładowania napięcia, np. określony okrzyk, bieg, wyznaczoną trasą, skakanie po materacach, kopanie piłką lub rzuty do celu itp.;
- wzmacniania pozytywnego (chwalenia).

5. Uczniowie z zespołem Aspergera i autyzmem.

Symptomy trudności:

- zaburzenia interakcji społecznej, nieumiejętność lub brak chęci współpracy w grupie;
- zawężone, specjalistyczne zainteresowania, połączone czasem z obsesyjnym zainteresowaniem jedną dziedziną;
- zachowania powtarzalne, rutynowe, niezmiennie;
- niezdarność ruchowa;
- słaba koordynacja ruchów ciała i mała motoryka (dziecko nie akceptuje lekcji wychowania fizycznego, rysowania, malowania, lepienia z ciastoliny);
- brak gestów w komunikacji z innymi osobami (dziecko nie wskazuje interesujących go przedmiotów, nie podaje ręki, nie przybija „piątki”, nie macha na pożegnanie);
- zabawa „dziwnymi” przedmiotami np. gazetami, sznurkami, paskami, ulotkami, twardymi i ciężkimi przedmiotami, unikanie pluszowych zabawek;

Sposoby dostosowania wymagań edukacyjnych:

- należy bazować na materiale odpowiadającym zainteresowaniom ucznia;
- powtarzać uczniowi indywidualnie polecenia kierowane do całej klasy;
- unikać zadawania niejasnych pytań, takich, jak „Dlaczego to zrobiłeś?”;
- często oceniać ucznia za pracę na lekcji;
- prowadzić precyzyjny pokaz;
- unikać aktywności ruchowej związanej z rywalizacją.
- zwalniać uczniów(z nadwrażliwością słuchową) z ćwiczeń, którym towarzyszy duży hałas;
- dbać o losowe przydzielanie do grup (dzieci te są mniej sprawne i niezgrabne ruchowo oraz mają problemy z grami zespołowymi, co sprawia, że są pomijane lub niechętnie wybierane do grupy zawodników);
- podczas rozmowy używanie prostego i jednoznacznego języka;
- kierowanie poleceń indywidualnie do ucznia/uczennicy, zwracanie się po imieniu, właściwe używanie zaimków osobowych Ja i Ty;
- unikanie przymusu, który może zwiększać opór, dawanie możliwości wyboru spośród dwóch opcji;
- w sytuacji wzburzenia dać możliwość uspokojenia się i relaksu;
- ignorowanie i nie reagowanie na zachowania prowokacyjne (np. płacz, płucie, krzyk), dziecko powinno wykonać zadanie pomimo takich zachowań;
- częste przypominanie o normach i zasadach funkcjonowania społecznego oraz chwalenie i nagradzanie za ich przestrzeganie.

7. Uczniowie niepełnosprawni ruchowo.

Symptomy trudności:

- częściowe zwolnienie z zajęć wychowania fizycznego zgodnie z zaleceniami podanymi w orzeczeniu lekarza specjalisty;

- całkowite zwolnienie z zajęć wychowania fizycznego na podstawie orzeczenia lekarza specjalisty lub orzeczenia o potrzebie kształcenia specjalnego wydanego przez poradnię psychologiczno-pedagogiczną;
- uczniowie, którzy posiadają wady postawy tzw. plecy okrągłe, zwalniani będą z następujących ćwiczeń na lekcji:
 - a) z leżenia tyłem łukiem(mostek);
 - b) z leżenia przodem łukiem(foka);
 - c) z wszelkiego rodzaju opadów (ćwiczeń na drążkach, poręczach);
- uczniowie, którzy posiadają boczne skrzywienie kręgosłupa zwalniani będą z następujących ćwiczeń:
 - a) skoków;
 - b) przewrotów;
 - c) stania na rękach;
 - d) dźwigania;
 - e) biegów wytrzymałościowych.
- uczniowie, którzy posiadają zniekształcenie kończyn dolnych zwalniani będą z następujących ćwiczeń:
 - a) chodu na zewnętrznych krawędziach stóp - dotyczy kolan szpotawych;
 - b) długotrwałego stania;
 - c) dźwigania dużych ciężarów;
 - d) zeskoków i skoków biernych na twarde podłoże;
 - e) dużych rozkroków w pozycji stojącej.

8. Uczniowie z deficytami rozwoju fizycznego, alergicznych, asteników i z nadwagą.

Uczniowie asteniczni zwalniani będą z następujących ćwiczeń:

- a) wysiłków o charakterze statycznym;
 - b) długotrwałych ćwiczeń o charakterze wysiłkowym;
 - c) stosowane będą ograniczenia w wykonywaniu: zwisów, oporów, wspinania, skoków;
- wobec uczniów alergicznych stosowane będą ograniczenia w wykonywaniu ćwiczeń powodujących duszności;
 - wobec uczniów z nadwagą stosowane będą ograniczenia w wykonywaniu ćwiczeń wysiłkowych statycznych, dynamicznych, skokach;
 - uczniowie, którzy w uzasadnionych przypadkach potwierdzonych przez lekarza (np. długotrwała choroba) nie będą mogli przystąpić do sprawdzianów praktycznych (motoryka, umiejętności ruchowe) otrzymują zadania alternatywne;
 - uczniowie, którzy nie mogą przystąpić do sprawdzianów z przyczyn usprawiedliwionych, mają obowiązek ich zaliczenia w terminie ustalonym z nauczycielem.

9. Uczniowie z dysleksją charakteryzują się:

- zaburzeniami procesu lateralizacji, przez co mają trudności w odróżnianiu stron, kierunków prawy/lewy oraz rąk i nóg;
- zaburzeniami koordynacyjno-przestrzennymi, dlatego mają zachwiania równowagi, lęk wysokości, lęk przed przyborem, słabo rozwiniętą wyobraźnię przestrzenną;
- zaburzeniami percepcji wzrokowej, które utrudniają odróżnienie pojęć: góra-dół, wyżej-niżej, w prawo-w lewo; zaburzeniami percepcji słuchowej, które zaburzają rozumienie poleceń, gdyż docierają one do nich zniekształcone.

Sposoby dostosowania wymagań edukacyjnych:

- stosować ćwiczenia naprzemianstronne;
- okazywać im dużo cierpliwości;

- stosować ćwiczenia równoważne;
- wydawać proste polecenia;
- dokładnie objaśniać polecenia i dokonywać pokazu.

10. Uczniowie z opinią o obniżeniu wymagań edukacyjnych, wykazują się:

- wolniejszym rozumieniem poleceń;
- nieprawidłowym wykonywaniem zadań.

Sposoby dostosowania wymagań edukacyjnych:

- wydłużać czas wykonywania ćwiczenia;
- stosować pomoc koleżeńską lub nauczycielską;
- chwalić postępy;
- wydawać proste polecenia;
- dokładnie objaśniać i dokonywać pokazu;
- egzekwować proste formy ruchowe.

XI. Indywidualizacja pracy z uczniem.

Nauczyciel jest obowiązany indywidualizować pracę z uczniem na obowiązkowych i dodatkowych zajęciach edukacyjnych, odpowiednio do potrzeb rozwojowych i edukacyjnych oraz możliwości psychofizycznych ucznia.

1. Indywidualizacja pracy z uczniem z trudnościami dydaktycznymi odbywa się poprzez:
 - a) zmniejszanie poziomu trudności wykonywanych przez ucznia ćwiczeń;
 - b) zmniejszanie stopnia trudności ćwiczeń podczas sprawdzianów;
 - c) zadawanie krótkich, jasnych poleceń;
 - d) przeznaczanie dłuższego czasu na opanowanie umiejętności (doraźne indywidualizowanie tempa pracy ucznia);
 - e) zapewnienie pomocy koleżeńskiej;
 - f) stwarzanie możliwości poprawy uzyskanych ocen negatywnych;
 - g) udzielanie wskazówek, jak się usprawniać;
 - h) dostosowanie zadania ruchowego, ćwiczenia do możliwości ucznia z uwzględnieniem ograniczeń wynikających z częściowego zwolnienia lekarskiego;
 - i) podnoszenie poziomu pozytywnej motywacji.
2. Indywidualizacja pracy z uczniem zdolnym odbywa się poprzez:
 - a) zadawanie dodatkowych ćwiczeń o podwyższonym stopniu trudności;
 - b) zadawanie dodatkowych zadań podczas sprawdzianów;
 - c) przeznaczanie krótszego czasu na opanowanie (doraźne indywidualizowanie tempa pracy ucznia)
 - d) zachęcanie do samodzielnego usprawniania;
 - e) czytanie czasopism o tematyce sportowej, uczestniczenie, jako kibic w różnego rodzaju imprezach sportowych;
 - f) pracę w grupie uczniów o podobnym poziomie uzdolnień;
 - g) organizowanie zajęć pozalekcyjnych;
 - h) przygotowywanie uczniów do zawodów i turniejów sportowych;
 - i) podnoszenie poziomu pozytywnej motywacji.

XII. Wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego.

Ocena celująca - 6

Uczeń:

- spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą;
- posiada wiedzę i umiejętności znacznie wykraczające poza stawiane wymagania;
- 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(klub sportowy), jest to działalność systematyczna;
- frekwencja ucznia na zajęciach mieści się w przedziale 100% obecności;
- jest zawsze przygotowany do zajęć z wychowania fizycznego.

Ocena bardzo dobra - 5

Uczeń:

- całkowicie opanował umiejętności opisane w podstawie programowej;
- jest bardzo sprawny fizycznie;
- ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, pewnie, w odpowiednim tempie i dokładnie, zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie;
- jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do zajęć nie budzą najmniejszych zastrzeżeń
- systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu;
- przystąpił do wszystkich zadań kontrolno – oceniających(uzyskując oceny bieżące bardzo dobre);
- posiada duże wiadomości z zakresu wychowania fizycznego i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu;
- frekwencja 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);
- potrafi zorganizować dowolną zabawę lub grę ruchową.

Ocena dobra - 4

Uczeń:

- w zasadzie opanował umiejętności opisane w podstawie programowej;
- wykazuje dobrą sprawność motoryczną;
- ćwiczenia wykonuje prawidłowo, lecz nie dość dokładnie, z małymi błędami technicznymi;
- swoją postawą społeczną, stosunkiem do kultury fizycznej nie budzi większych zastrzeżeń;
- posiadane wiadomości potrafi wykorzystać w praktyce przy pomocy nauczyciela;
- przystąpił do wszystkich zadań kontrolno – sprawdzających(oceny dobre);
- nie opuszcza lekcji wychowania fizycznego, wykazuje stałe i dość dobre postępy w zakresie usprawniania się, frekwencja ucznia na zajęciach mieści się w przedziale 76% - 88% obecności;
- nie bierze udziału w zajęciach pozalekcyjnych - podczas sprawdzianów wykazał się średnim opanowaniem elementów technicznych, które tylko w większej części potrafi wykorzystać w praktycznym działaniu;
- potrzebuje motywacji podczas wykonywania zadań ruchowych;
- jego postawa i stosunek do przedmiotu nie budzą większych zastrzeżeń.

Ocena dostateczna - 3

Uczeń:

- opanował umiejętności opisane w podstawie programowej na przeciętnym poziomie ze znacznymi brakami;
- dysponuje przeciętną sprawnością motoryczną, ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie i z wyraźnymi błędami technicznymi;
- wykazuje małe postępy w usprawnieniu motorycznym;

- w jego wiadomościach z zakresu wychowania fizycznego są znaczne luki, a tych, które posiada nie potrafi wykorzystać w praktyce;
- frekwencja ucznia na zajęciach mieści się w przedziale 63% - 75% obecności;
- przystąpił do wszystkich zadań kontrolno – oceniających(oceny dostateczne);
- przejawia braki w postawie i stosunku do wychowania fizycznego;
- nie wykazuje chęci do opanowania nowych umiejętności ruchowych;
- na zajęciach nie wykazuje żadnej aktywności;
- nie potrafi zorganizować dowolnej zabawy lub gry;
- nie potrafi współpracować w zespole.

Ocena dopuszczająca - 2

Uczeń:

- nie opanował umiejętności z podstawy programowej w stopniu dostatecznym i ma poważne braki;
- jest mało sprawny fizycznie;
- ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi;
- posiada małe wiadomości z zakresu wychowania fizycznego;
- nie jest pilny, brak widocznych postępów w jego usprawnianiu;
- wykazuje niechętny stosunek do zajęć wychowania fizycznego, opuszcza lekcje;
- przystąpił do wszystkich zadań kontrolno – sprawdzających(oceny dopuszczające);
- frekwencja ucznia na zajęciach mieści się w przedziale 50% - 62% obecności;
- nie zależy mu na opanowaniu żadnych nowych umiejętności;
- powierzone mu zadania wykonuje bardzo niestarannie, okazując lekceważący stosunek do tego, co robi;
- nie jest regularnie przygotowany do zajęć.

Ocena niedostateczna - 1

Uczeń:

- nie spełnia wymagań zawartych w podstawie programowej;
- posiada bardzo niską sprawność motoryczną;
- nie przystąpił do zadań kontrolno – sprawdzających(oceny niedostateczne);
- ma lekceważący stosunek do zajęć i nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu;
- charakteryzuje się niewiedzą w zakresie wychowania fizycznego i sportu;
- bardzo często nie ćwiczy na lekcjach wychowania fizycznego;
- samowolnie i nagminnie opuszcza zajęcia;
- z premedytacją dezorganizuje prace na zajęciach.

XIII. Egzamin klasyfikacyjny, poprawkowy, sprawdzian wiadomości i umiejętności z wychowania fizycznego.

1. Egzamin klasyfikacyjny.

Uczeń nieklasyfikowany z powodu usprawiedliwionej nieobecności może zdawać egzamin klasyfikacyjny, po wcześniejszym złożeniu pisemnego wniosku o egzamin klasyfikacyjny. Na prośbę ucznia nieklasyfikowanego z powodu nieusprawiedliwionej nieobecności lub na prośbę jego rodziców (prawnych opiekunów) wyrażoną w podaniu złożonym najpóźniej w ostatnim dniu przed półrocznym lub rocznym klasyfikacyjnym posiedzeniu rada pedagogiczna może wyrazić zgodę na egzamin klasyfikacyjny. Uczeń, który z przyczyn usprawiedliwionych nie przystąpił do egzaminu klasyfikacyjnego w wyznaczonym terminie może do niego przystąpić w dodatkowym terminie wyznaczonym przez dyrektora szkoły. Egzamin klasyfikacyjny z wychowania fizycznego ma przede wszystkim formę zadań praktycznych.

2. Egzamin poprawkowy.

Uczeń, który w wyniku klasyfikacji rocznej otrzymał negatywną ocenę klasyfikacyjną z jednych albo dwóch obowiązkowych zajęć edukacyjnych, albo jednych obowiązkowych zajęć edukacyjnych lub zajęć z języka mniejszości narodowej, mniejszości etnicznej lub języka regionalnego może przystąpić do egzaminu poprawkowego z tych zajęć.

Uczeń lub jego rodzic składa pisemny wniosek, w formie podania, o egzamin poprawkowy do dyrektora gimnazjum, nie później niż 1 dzień przed konferencją klasyfikacyjną rady pedagogicznej. Przekazuje go wychowawcy, który kieruje go do dyrektora szkoły.

Egzamin poprawkowy z wychowania fizycznego powinien mieć przede wszystkim formę zadań praktycznych. Termin egzaminu poprawkowego wyznacza dyrektor szkoły do dnia zakończenia rocznych zajęć dydaktyczno – wychowawczych. Egzamin poprawkowy przeprowadza się w ostatnim tygodniu ferii letnich.

3. Sprawdzian wiadomości i umiejętności.

W przypadku, gdy uczeń lub jego rodzice (prawni opiekunowie) zgłaszają do dyrektora szkoły zastrzeżenia, jeżeli uznają, że ocena klasyfikacyjna z wychowania fizycznego została ustalona niezgodnie z przepisami prawa dotyczącymi ustalania tej oceny, przeprowadzony jest sprawdzian wiadomości i umiejętności ucznia w formie pisemnej i ustnej. Zastrzeżenia mogą być zgłaszane od dnia ustalenia tej oceny, nie później jednak niż w ciągu 2 dni roboczych od dnia zakończenia zajęć dydaktyczno - wychowawczych. Z uwagi na formę oraz przede wszystkim praktyczny charakter egzaminu klasyfikacyjnego, poprawkowego lub sprawdzianu umiejętności i wiadomości z wychowania fizycznego, nie jest oceniana taka sfera aktywności ucznia jak: postawa, zaangażowanie, stosunek do przedmiotu, przestrzeganie zasad regulaminów i obowiązków ucznia, sumiennego przygotowania do zajęć, wysiłku wkładanego w rozwój sprawności oraz działalność sportowa pozalekcyjna. Są to, bowiem zadania realizowane przez ucznia, a oceniane przez nauczyciela podczas systematycznej pracy w ciągu całego półrocza. Podczas egzaminu lub sprawdzianu ocenie podlegają umiejętności ruchowe: technika i skuteczność ćwiczenia. Oceniane są również wiadomości z zakresu wychowania fizycznego. W przypadku ustalania oceny ze sprawdzianu umiejętności i wiadomości z wychowania fizycznego, komisja egzaminacyjna może posilkować się informacjami zawartymi w dzienniku elektronicznym, bądź dokumentacją nauczyciela prowadzącego zajęcia z wychowania fizycznego na temat dotychczasowej działalności ucznia w sferze postawy wobec przedmiotu, a także działalności sportowej pozalekcyjnej dziecka. Ustalona przez komisję roczna ocena klasyfikacyjna z wychowania fizycznego nie może być niższa od ustalonej wcześniej oceny.

XIV. Ustalenia dodatkowe.

Reprezentowanie szkoły poprzez systematyczny udział w zawodach i turniejach sportowych, treningi w klubie sportowym, udokumentowane osiągnięcia w dyscyplinach nieobjętych programem, organizacja imprez sportowo-rekreacyjnych – może spowodować podwyższenie oceny śródrocznej i rocznej z bardzo dobrej na celującą.