

Procedury bezpieczeństwa na lekcjach wychowania fizycznego oraz innych zajęciach sportowych organizowanych w Zespole Szkół Katolickich im. Jana Pawła II w Łodzi obowiązujące w czasie trwania pandemii koronawirusa.

1. Młodzież korzysta z szatni przy hali sportowej w sposób rotacyjny. Połowa grupy przebiera się w szatni zachowując bezpieczne odstępy (skracając czas przebierania się i przebywania w szatni do minimum), natomiast druga część grupy oczekuje w bezpiecznych odstępach we wskazanym miejscu.
2. Uniemożliwione zostaje przechodzenie i przebywanie osób postronnych w okolicach szatni oraz miejsc wyznaczonych do ćwiczeń.
3. Przy wejściu na halę obowiązuje zasada dystansu społecznego oraz obowiązkowe odkażanie rąk płynem do dezynfekcji.
4. Lekcje w miarę możliwości, zostają zgrupowane po dwie godziny, aby zapobiec częstej wymianie ćwiczących w przebieralniach oraz w celu sprawniejszej dezynfekcji i wietrzenia szatni.
5. Obowiązkowo przed i po każdej lekcji uczeń myje ręce wodą z mydłem.
6. Każdy uczeń powinien posiadać podpisaną butelkę z wodą, butelek bez podpisu nie można używać.
7. Podczas zajęć wychowania fizycznego i sportowych ograniczone zostają ćwiczenia i gry kontaktowe (np. sztuki walki, gimnastyka, koszykówka, piłka ręczna)
8. Gry i ćwiczenia kontaktowe zostają zastąpione innymi (np. siatkówka, lekkoatletyka, trening przekrojowy, tenis stołowy i ziemny, badminton, fitness, biegi przełajowe).
9. W miarę możliwości zajęcia wychowania fizycznego zostaną prowadzone na otwartej przestrzeni (poza podstawowym strojem sportowym uczeń powinien posiadać dres do ćwiczeń).
10. Przedmioty i sprzęty znajdujące się w sali, których nie można skutecznie umyć, uprać lub dezynfekować, będzie usunięty lub uniemożliwiony do niego dostęp.
11. Przybory do ćwiczeń (piłki, skakanki, obręcze itp.) wykorzystywane podczas zajęć będą czyszczone lub dezynfekowane.
12. W sali gimnastycznej sprzęt sportowy oraz podłoga będą umyte detergentem lub zdezynfekowane po każdym dniu zajęć, a w miarę możliwości po każdych zajęciach.
13. Szatnie w trakcie lekcji są otwarte, uczniowie mają prawo skorzystać z toalety.

Zasady oceniania ucznia z wychowania fizycznego Katolickiego Liceum im. Jana Pawła II w Łodzi

Zasady oceniania skorelowane są z:

1. Rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 3 sierpnia 2017 r. w sprawie oceniania,
2. Klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych
3. Statutem Szkoły,
4. Wewnątrzszkolnym Systemem Oceniania WSO.

Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego bierzemy pod uwagę:

Aktywność, postawę i zaangażowanie oraz systematyczność – frekwencję /uczestnictwo w zajęciach
Poziom umiejętności i sprawności fizycznej w poszczególnych obszarach
Edukację zdrowotną

Poszczególne wymagania w wychowaniu fizycznym Katolickiego Liceum im. Jana Pawła II w Łodzi

POZIOM UMIEJĘTNOŚCI I SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ

Sprawdziany dotyczyć będą:

Umiejętności z poszczególnych dyscyplin sportowych w określonych obszarach:

1. Lekkoatletyki i atletyki terenowej,
2. Gimnastyki podstawowej,
3. Gier zespołowych - siatkówka, koszykówka, piłka ręczna, piłka nożna, unihokej
4. Ćwiczeń przy muzyce,
5. Rekreacji ruchowej.

POZIOM SPRAWNOŚCI KONDYCYJNO - KOORDYNACYJNEJ

Sprawdziany dotyczyć będą:

1. Sprawności kondycyjnej - siła, szybkość, wytrzymałość.
2. Sprawności koordynacyjnej- szybkość reakcji, zwinność, równowaga.

AKTYWNOŚĆ, POSTAWA I ZAANGAŻOWANIE ORAZ SYSTEMATYCZNOŚĆ – FREKWENCJA

1. Uczniowie otrzymują w każdym półroczu dodatkową ocenę z wagą 2 za aktywne uczestniczenie.
2. Ocena wystawiona jest w na miesiąc przed wystawieniem ocen śródrocznych oraz rocznych.
3. W każdym półroczu uczniowie mogą zgłosić 3 nieprzygotowania (NP.)
4. Czwarte i kolejne nieprzygotowanie (NP). skutkuje obniżeniem oceny za aktywne uczestniczenie odpowiednio:
 - 4 NP. – 10%

- 5 NP. – 20%
 - 6 NP. – 30%
 - 7 NP. – 40%
 - 8 NP. – 50%
5. Jeżeli uczeń nie ma stroju w dniu, w którym są dwie lekcje dostaje jedno „NP”,
 6. Przez aktywne uczestniczenie podczas lekcji rozumiemy aktywny udział w zajęciach, w stroju sportowym,
 7. Ze względów bezpieczeństwa, podczas lekcji wychowania fizycznego uczniowie mają zakaz noszenia biżuterii (kolczyki, łańcuszki, rzemyki itp.)
 8. Jednostkowe zwolnienia lekarskie nie mają wpływu na ocenę,
 9. Zwolnienie lekarskie nie zwalnia ucznia z całkowitego uczestniczenia w lekcjach wychowania fizycznego.
 10. Oprócz uczestniczenia w aktywności fizycznej, uczeń powinien w czasie zajęć również pełnić rolę inicjatora i organizatora ćwiczeń, zabaw i gier.
 - 11. WAŻNE: zwolnienia z wychowania fizycznego przyjmowane są przed zajęciami danego dnia. Uczeń nie posiadający zwolnienia otrzyma „nieprzygotowanie”.**

Uczeń oceniany jest za:

1. wykonywanie ćwiczeń z maksymalnym zaangażowaniem,
2. aktywne uczestnictwo w zajęciach wychowania fizycznego prowadzonych w różnych warunkach,
3. inwencję twórczą,
4. umiejętność wykorzystania posiadanej wiedzy w praktyce,
5. pomoc w organizacji i czynnościach porządkowych lekcji,
6. zwycięstwo w rozgrywkach wewnątrzklasowych,
7. pozytywny stosunek do przedmiotu i wzorową postawę wobec ćwiczeń ruchowych,
8. życzliwość w stosunku do innych, zachęcanie swoją postawą innych uczniów do ćwiczeń ruchowych,
9. zdyscyplinowanie,
10. podporządkowanie się ustalonym zasadom i regułom,
11. przestrzeganie zasad bezpieczeństwa, regulaminów i obowiązków uczniowskich,
12. niespóźnianie się na zajęcia,
13. samodzielne doskonalenie swojej sprawności,
14. prowadzenie ćwiczeń kształtujących – rozgrzewki,
15. pomoc współwiczającym,
16. postawę „fair-play”,
17. odpowiedni strój na lekcji wychowania fizycznego, który jest określany według przyjętych wcześniej zasad: biała koszulka, ciemne spodenki lub spodnie dresowe, białe skarpetki i koniecznie obuwie zmienne.
18. wykazywanie dużego wysiłku do podnoszenia sprawności, zdobywania umiejętności i wiadomości w sposób zbliżony do swoich maksymalnych możliwości fizycznych, kondycyjnych i koordynacyjnych,
19. reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych,
20. aktywny i systematyczny udział w sportowych zajęciach pozalekcyjnych na terenie szkoły lub poza nią,

21. Uczniowie za zadania o niedużym stopniu trudności otrzymują plusy (+). Za zdobycie 6 plusów uczniowie otrzymują dodatkową ocenę 100% (ocena z zadań dodatkowych)

Dodatkowo podwyższoną ocenę można otrzymać za:

1. pomoc w organizacji i sędziowaniu rozgrywek sportowych,
2. przygotowanie aktualności w gablotach,
3. wywiązywanie się z roli kibica.

EDUKACJA ZDROWOTNA

Uczeń oceniany jest za:

1. Obecność i aktywność na zajęciach;
2. Gotowość do podejmowania zadań indywidualnych lub zespołowych,
3. Staranne wykonywanie projektów i prac zespołowych,
4. Wywiązywanie się z specyficznych zadań, np. pracy domowej, projektów i innych wytworów pracy ucznia,
5. Udział w konkursie o tematyce sportowej i prozdrowotnej z poszczególnych obszarów.

KRYTERIA OCENIANIA WYCHOWANIE FIZYCZNE 2023/2024

Oceny bieżące wystawiane będą w sposób opisowy oraz nadana będzie odpowiednia ilość procent w skali od 0 do 100%

- Uczeń otrzymuje 96% - 100% za: uczeń, wykazał szczególne zaangażowanie w poprawę swoich umiejętności oraz wykroczył zdecydowanie ponad poziom umiejętności prezentowany przez grupę, wykonuje celująco zadania ruchowe z właściwą techniką w odpowiednim tempie w sposób pewny i dokładny.
- Uczeń otrzymuje 88% - 95% - uczeń, wykazał duże zaangażowanie w poprawę swoich umiejętności oraz osiągnął bardzo wysoki poziom umiejętności, wykonuje bardzo dobrze zadania ruchowe z prawidłową techniką w odpowiednim tempie, w sposób pewny i dokładny,
- Uczeń otrzymuje 73% - 87% - uczeń, wykazał się zaangażowaniem w poprawę swoich umiejętności oraz osiągnął dobry poziom umiejętności, na miarę swoich możliwości fizycznych, potrafi wykonać podstawowe elementy techniki w tempie, nie zawsze w sposób pewny i dokładny
- Uczeń otrzymuje 58% - 72% - uczeń, wykazał się przeciętnym zaangażowaniem w poprawę swoich umiejętności, osiągnął dostateczny poziom umiejętności, wykonuje zadania ruchowe w sposób niepewny, z błędami technicznymi, w nieodpowiednim tempie, poniżej swoich możliwości fizycznych

- Uczeń otrzymuje 40% - 57% - uczeń, wykazał się brakiem zaangażowania w poprawę swoich umiejętności, czynności ruchowe wykonuje w sposób minimalny, poniżej swoich możliwości fizycznych, wymaga częstej motywacji i pomocy nauczyciela,
- Uczeń otrzymuje 0% - 39% – uczeń, wykazał się szczególnie lekceważącym stosunkiem do obowiązków wynikających ze specyfiki dyscypliny sportowej, nie brał czynnego udziału podczas lekcji, wykazuje brak podstawowych umiejętności, zdecydowanie poniżej swoich możliwości fizycznych

Ocena śródroczna, roczna i końcowa z obowiązkowych i dodatkowych zajęć edukacyjnych jest średnią ważoną przeliczaną wg skali i zapisywana słownie. Uczeń może dostać ocenę roczną lub śródroczną wyższą, aniżeli wskazuje na to jego średnia procentowa. Decyzję podejmuje nauczyciel wychowania fizycznego.

Wymagania na poszczególne oceny (śródroczne/roczne)

OCENĘ CELUJĄCY - uczeń wywiązuje się ze wszystkich zadań zawartych w czterech wymaganiach i osiągnął 96% - 100% punktacji procentowej.

BARDZO DOBRY – uczeń całkowicie wywiązuje się ze wszystkich zadań zawartych w co najmniej trzech wymaganiach i osiągnął 88% - 95% punktacji procentowej.

DOBRY - uczeń częściowo wywiązuje się ze wszystkich zadań zawartych w co najmniej trzech wymaganiach i osiągnął 73% - 87% punktacji procentowej.

DOSTATECZNY - uczeń częściowo wywiązuje się ze wszystkich zadań zawartych w co najmniej dwóch z wymagań i osiągnął 58% - 72% punktacji procentowej.

DOPUSZCZAJĄCY – uczeń częściowo wywiązuje się z pojedynczych zadań zawartych w wymaganiach i osiągnął – 40% - 57% punktacji procentowej.

NIEDOSTATECZNY – uczeń nie wywiązuje się z żadnych zadań zawartych w wymaganiach osiągnął 0% - 39% punktacji procentowej.

Aneks do PSO w czasie nauczania zdalnego:

1. Zdalne nauczania prowadzone będzie za pomocą platformy CLASSROOM GOOGLE lub/i Librusa

2. Kontakt z rodzicami odbywać się będzie za pomocą Librusa
3. Osiągnięcia edukacyjne ucznia mogą być sprawdzane za pomocą zadawanych prac, również poprzez czat lub komunikator
4. Ocena za aktywność dotyczyć będzie aktywności ucznia, systematyki pracy, oddane sprawdziany i inne dotyczące zdalnego nauczania
5. Wszystkie prace, które nauczyciel zlecił uczniom jako obowiązkowe, podlegają ocenie.

96% - 100%

Uczeń: odpowiada na zadane przez nauczyciela pytania/pytanie na platformie Classroom (nauczyciel nie musi wysyłać zapytań w wiadomości, a wystarczy w „klasie” na platformie CLASSROOM lub Librus , wykonuje zadanie związane z aktywnością fizyczną; przedstawi swoje pytanie, zadania dotyczące tematu zawartego w artykule, prezentacji czy też filmie; przesyła link o podobnej tematyce (artykuł, film, prezentacja); dokumentuje zdjęciami, filmem.

88% - 95%

Uczeń: odpowiada na zadane przez nauczyciela pytania/pytanie, wykonuje zadanie związane z aktywnością fizyczną; przedstawi swoje pytanie dotyczące tematu zawartego w artykule, prezentacji czy też filmie.

73% - 87%

Uczeń: odpowiada na zadane przez nauczyciela pytania/pytanie.

58% - 72%

Uczeń: odpowiada na zadane przez nauczyciela pytania/pytanie z wyraźnymi brakami.

40% - 57%

Uczeń: potwierdzi e- mailem, że przeczytał artykuł lub obejrzał film.

0% - 39%

Uczeń: nie podejmie się wykonania zadania.

7. Uczeń ma możliwość poprawienia ocen otrzymanych za zadania wykonywane w czasie zdalnego nauczania w sposób i w terminie ustalonym przez nauczyciela zgodnie z WSO.