

SZKOŁA PODSTAWOWA NR 4 IM. M. KOPERNIKA

W TARNOBRZEGU

PROGRAM ZAJĘĆ WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

DLA KLASY SPORTOWEJ O PROFILU

**ZESPOŁOWE GRY SPORTOWE
Z ELEMENTAMI ŻEGLARSTWA**

***II ETAP EDUKACYJNY
KLASY IV- VI***

OPRACOWANIE: *Monika Zasuwa*

Rafał Zasuwa

Szkoła Podstawowa nr 4 im. Mikołaja Kopernika w Tarnobrzegu
„Program wychowania fizycznego dla klasy sportowej o profilu
zespolowe gry sportowe z elementami żeglarstwa”.

Autorzy:

mgr Rafał Zasuwa - nauczyciel dyplomowany wychowania fizycznego, absolwent Uniwersytetu Rzeszowskiego w Rzeszowie, 11 lat pracy w zawodzie.

mgr Monika Zasuwa – nauczyciel mianowany wychowania fizycznego, ubiegająca się o stopień nauczyciela dyplomowanego, absolwentka Uniwersytetu Rzeszowskiego w Rzeszowie, 9 lat pracy w zawodzie.

Cele dydaktyczne

1. Kształtowanie i doskonalenie harmonijnego rozwoju fizycznego uczniów.
2. Rozwijanie poczucia odpowiedzialności za zdrowie własne i innych.
3. Wyrobienie u uczniów potrzeby stałego, samodzielnego działania na rzecz własnego zdrowia i sprawności fizycznej, a w przyszłości dla swojej rodziny.
4. Przygotowanie uczniów do czynnego wypoczynku celem zachowania ich zdrowia psychicznego i fizycznego.
5. Osiągnięcie odpowiedniego (na miarę możliwości ucznia) poziomu sprawności motorycznej i nabycie przez ucznia umiejętności jej podtrzymywania.
6. Osiągnięcie poziomu sprawności technicznej i taktycznej w wybranych dyscyplinach sportowych.
7. Kontrola indywidualnej sprawności fizycznej uczniów w cyklu trzyletnim (testy sprawności fizycznej).
8. Zapobieganie powstawaniu wad postawy oraz ich korygowanie ze szczególnym uwzględnieniem własnych potrzeb.
9. Nabycie umiejętności udzielania pierwszej pomocy.
10. Przepisy bezpieczeństwa na lekcjach wychowania fizycznego, podczas wycieczek szkolnych, rajdów rowerowych i przy uprawianiu turystyki kwalifikowanej.
11. Kształtowanie postaw proekologicznych.
12. Nabycie umiejętności konstruktywnych sposobów radzenia sobie ze stresem i zmniejszania podatności na pojawianie się zaburzeń typu depresyjnego i agresji.
13. Rozwijanie umiejętności społecznych ucznia.
14. Wzmacnianie wiary we własne możliwości i kształtowanie pozytywnej samooceny.
15. Kształtowanie zdrowej i wolnej od nałogów osobowości oraz rozwijanie jej cech takich jak: silna wola, cierpliwość, dokładność, systematyczność, wytrzymałość oraz zwiększanie zdolności do podejmowania odważnych decyzji.

Informacja o uczestnikach programu

Prezentowany program skierowany jest do dziewcząt i chłopców szkoły podstawowej uczęszczających do klasy sportowej ze zwiększoną ilością godzin z wychowania fizycznego. Obejmuje on trzyletni proces kształcenia.

Klasa, w której realizowany jest program znajduje się obecnie na drugim etapie kształcenia. Są to uczniowie o różnym poziomie sprawności fizycznej. Ich zainteresowania są zgodne z wybranym kierunkiem kształcenia, stąd wynika duże zaangażowanie uczniów na lekcjach wychowania fizycznego.

Informacje o sposobie realizacji programu, o procedurach osiągnięcia celów

Tygodniowy wymiar godzin wychowania fizycznego w każdym roku nauczania wynosi dziesięć jednostek lekcyjnych. Zajęcia realizowane są w systemie: 2+6+1+1 (2h – podstawa programowa, 6h – zajęcia z zespołowych gier sportowych, 1h – zajęcia z nauki i doskonalenia pływania, 1h – zajęcia z żeglarstwa). Program obejmuje trzyletni proces kształcenia.

W ramach zespołowych gier sportowych realizowane są treści nauczania z zakresu:

- minikoszykówki,
- minipiłki nożnej,
- minipiłki siatkowej,
- miniunihokeja.

Głównym założeniem tego programu jest stworzenie uczniom warunków do realizowania się w szeroko pojętej kulturze fizycznej. Celem zajęć oprócz zdobycia umiejętności ruchowych w poszczególnych dyscyplinach sportu jest znajomość prozdrowotnych i kulturowych aspektów kultury fizycznej oraz właściwe ich wykorzystanie. Uczniowie mają uczestniczyć nie tylko w wychowaniu fizycznym, ale w całej kulturze fizycznej, co przyniesie efekty w formie integracji klasy, rozbudzeniu potrzeb ruchowych i w nabyciu nawyku aktywnego wypoczynku na całe życie.

Zajęcia z gier zespołowych odbywają się w blokach dwugodzinnych, co umożliwia prowadzenie ich w formie treningu sportowego. Dwie godziny tygodniowo przeznaczone są na realizację podstawy programowej z wychowania fizycznego dla klas IV – VI. Zajęcia z zespołowych gier sportowych oraz z podstawy programowej odbywają się w sali gimnastycznej szkoły oraz w hali sportowej MOSiR w Tarnobrzegu. Jedna godzina tygodniowo przeznaczona jest na naukę i doskonalenie pływania, która prowadzona jest na pływalni MOSiR w Tarnobrzegu. Godzina tygodniowo z żeglarstwa jest podzielona w następujący sposób:

w okresie wrzesień-październik i maj-czerwiec odbywają się zajęcia praktyczne na Jeziorze Tarnobrzeskim, w pozostałych miesiącach roku szkolnego zajęcia odbywają się w systemie klasowo – lekcyjnym (teoretyczne).

Liczba godzin przeznaczonych na realizację zadań z poszczególnych działów, na każdym etapie kształcenia jest stała. Nie ma podziału w klasie na grupy ze względu na płeć.

Treści nauczania i wychowania

Szczegółowe treści kształcenia	Osiągnięcia ucznia
<p>Minikoszykówka</p> <ul style="list-style-type: none"> • Poruszanie się po boisku ze zmianą tempa i kierunku (zatrzymanie na jedno i na dwa tempa, obroty w przód i w tył, zwody), • Podania i chwytaki piłki (oburącz sprzed piersi, oburącz kozłem, jednorącz, oburącz znad głowy, jednorącz kozłem), • Kozłowanie piłki prawą i lewą ręką (wysokie i niskie, ze zmianą tempa i kierunku), • Obroty z piłką (półobrót w przód i w tył, obrót w przód i w tył), • Rzuty do kosza (z miejsca, z wyskoku, z biegu po podaniu, z biegu po kozłowaniu), • Poruszanie się w obronie (bieg przodem, krok odstawno-dostawny, bieg tyłem), • Elementy taktyki gry w ataku (atakowanie z piłką, poruszanie się bez piłki, rozegranie przewagi 2:1, 3:1, 3:2), • Małe gry 2x2, 3x3, gra właściwa. 	<p>Zna i potrafi wykonać poszczególne elementy techniki gry w koszykówkę.</p> <p>Zna zasady i przepisy gry w mini koszykówkę.</p> <p>Systematycznie poprawia swoją technikę koszykarską.</p> <p>Potrafi ocenić stopień wytrenowania organizmu.</p> <p>Potrafi współdziałać i współpracować w zespole.</p> <p>Jest w stanie pokonać opory w walce z przeciwnikiem.</p>

<p style="text-align: center;">Minipiłka nożna</p> <ul style="list-style-type: none"> • Żonglerka różnymi piłkami (stopą, udem, głową), • Przyjęcie i podanie piłki (wewnętrzną częścią stopy, prostym podbiciem, zewnętrzną częścią stopy) • Prowadzenie piłki po prostej i ze zmianą kierunku (wewnętrznym i zewnętrznym podbiciem, prawą i lewą nogą), • Strzały na bramkę (po prowadzeniu piłki, z pierwszej piłki, po podaniu i przyjęciu piłki), • Technika gry bramkarza, • Wykonywanie stałych fragmentów gry (rzut wolny, rzut różny, rzut z autu), • Gra uproszczona z elementami przyjęcia piłki, podania, prowadzenia i strzału, • Gra właściwa w minipiłkę nożną. 	<p>Potrafi wykonać prawidłowo elementy techniki gry w piłkę nożną.</p> <p>Zna zasady i przepisy gry w minipiłkę nożną.</p> <p>Potrafi przeprowadzić rozgrzewkę pod nadzorem nauczyciela.</p> <p>Systematycznie poprawia swoją technikę piłkarską.</p> <p>Zna zasady sportowego współzawodnictwa <i>fair play</i>.</p> <p>Traktuje współpracę w grupie jako element w dążeniu i osiągnięciu sukcesu.</p> <p>Potrafi kontrolować swój organizm i jego reakcje na intensywny wysiłek.</p>
<p style="text-align: center;">Minipiłka siatkowa</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nauka postawy siatkarskiej i podstawowych kroków poruszania się po boisku (bieg w przód i w tył, krok odstawno - dostawny, doskok), • Odbicie piłki sposobem oburącz górnym (indywidualnie, w parach, po trójkącie), • Odbicie piłki sposobem oburącz dolnym (indywidualnie, w dwójkach, po trójkącie), • Zagrywka piłki sposobem dolnym, 	<p>Opanował nauczane elementy techniczne i taktyczne.</p> <p>Zna przepisy gry w minipiłkę siatkową i stosuje się do nich.</p> <p>Potrafi sędziować mecze.</p> <p>Stosuje się do zasad <i>fair play</i> jako zawodnik, kibic i w życiu codziennym.</p>

<ul style="list-style-type: none"> • Zagrywka piłki sposobem górnym „tenisowa”, • Zbicie piłki w ataku (po własnym podrzucie, po wystawie partnera, po rozegraniu piłki na trzy odbicia), • Rzucanka siatkarska, • Małe gry 1x1, 2x2, 3x3, • Gra właściwa 4x4 	<p>Zna zasady organizacji rozgrywek systemem „pucharowym”.</p> <p>Umie współdziałać w zespole: jest tolerancyjny, odpowiedzialny i uczciwy.</p> <p>Rozumie pojęcie „zdrowej rywalizacji”.</p> <p>Zna i korzysta ze zdrowotnych walorów rekreacyjnego uprawiania gier zespołowych.</p>
<p style="text-align: center;">Miniunihokej</p> <ul style="list-style-type: none"> • Poruszanie się po boisku (bieg do przodu, bieg tyłem, trzymanie i noszenie kija), • Podania piłeczki kijem z bekhendu i forhendu (w miejscu, w ruchu), • Prowadzenie piłeczki kijem (po prostej, slalomem, zasłony piłeczki ciałem, zagrania piłeczki o bandę, zagrania górne piłeczki – loby), • Przyjęcia piłeczki kijem i nogą, • Strzały na bramkę (z miejsca, po prowadzeniu piłeczki, po podaniu bez przyjęcia piłeczki, po podaniu z przyjęciem piłeczki), • Stałe fragmenty gry (rzut wolny, rzut karny), • Gra w obronie (krycie „każdy swego”, obrona strefowa), • Gra w ataku (atak indywidualny na bramkę, atak pozycyjny, wyprowadzanie szybkiego ataku 2:1, 3:2), 	<p>Zna zasady i przepisy gry w mini unihokeja.</p> <p>Opanował nauczane elementy techniczne i taktyczne.</p> <p>Rozwija poczucie odpowiedzialności za przeciwnika.</p> <p>Umiejętnie szuka sposobów rozwiązywania sytuacji trudnych podczas gry.</p> <p>Nabył umiejętność szybkiego podejmowania decyzji.</p> <p>Zna zasady kulturalnego dopingu.</p> <p>Propaguje unihokej jako nową formę rekreacji ruchowej.</p>

<ul style="list-style-type: none"> • Gra właściwa 5x5. 	
<p style="text-align: center;">Pływanie</p> <ul style="list-style-type: none"> • Podstawowe zasady zachowania się na krytych pływalniach, • Podstawowe czynności ruchowe w środowisku wodnym, • Zanurzanie głowy do wody i opanowanie oddychania w wodzie, • Nauczanie leżenia na piersiach i grzbiecie, • Opanowanie poślizgów na piersiach i grzbiecie, • Proste skoki na nogi do wody, • Nauczanie ruchów nóg do kraula na grzbiecie, • Nauczanie ruchów nóg do kraula na piersiach, • Nauczanie ruchów ramion do kraula na grzbiecie, • Nauczanie ruchów ramion do kraula na piersiach, • Skoki do wody głębokiej na nogi, • Koordynacja ruchów ramion i nóg w kraulu na grzbiecie, 	<p>Zna wpływ środowiska wodnego na organizm człowieka.</p> <p>Zna i stosuje się do zasad bezpieczeństwa.</p> <p>Potrafi pływać technicznie przynajmniej dwoma stylami.</p> <p>Poprawia swoje wyniki czasowe na różnych dystansach.</p> <p>Zna i umie zastosować ćwiczenia korekcyjne w wodzie.</p> <p>Zna zasady organizacji zawodów pływackich.</p>

<ul style="list-style-type: none"> • Koordynacja ruchów ramion i nóg w kraulu na piersiach, • Opanowanie wślizgów do wody, prostych skoków na głowę oraz elementów nurkowania, • Nauczanie ruchów nóg do stylu klasycznego („żabki na piersiach”), • Nauczanie ruchów ramion do stylu klasycznego, • Koordynacja ruchów ramion i nóg w stylu klasycznym. 	
<p style="text-align: center;">Żeglarstwo</p> <p>1. Wiedza teoretyczna</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wiadomości o śródlądowych jachtach żaglowych, ich wyposażeniu i obsłudze (rodzaje jachtów, podział ze względu na budowę i eksploatację, nazewnictwo podstawowych części składowych jachtu, zasady bezpiecznego posługiwania się instalacjami jachtowymi, wyposażenie jachtu niezbędne do bezpiecznej żeglugi: ratownicze, przeciwpożarowe, medyczne), • Teoria żeglowania (wiatr rzeczywisty i pozorny, kursy jachtu względem wiatru, siły działające na jacht, zawietrzność i nawietrzność jachtu, współpraca żagli, działanie miecza i steru, stateczność i pływalność jachtu), • Locja (oznakowanie śródlądowego szlaku żeglugowego: informacje o korycie rzeki, żegluga na rzece, oznakowanie szlaku elementarne informacje o budowlach 	<p>Zna i stosuje się do zasad bezpieczeństwa.</p> <p>Zna zasady ratownictwa wodnego i udzielania pierwszej pomocy (sztuczne oddychanie, masaż serca).</p> <p>Potrafi współdziałać i współpracować w grupie.</p> <p>Rozwija poczucie odpowiedzialności za załogę.</p>

hydrotechnicznych – śluza, jaz),

- Meteorologia (elementy i przyrządy meteorologiczne, procesy tworzące pogodę, komunikaty meteorologiczne, przewidywanie zmian pogody),
- Ratownictwo (ogólne zasady bezpiecznego żeglowania, środki asekuracyjne i ratunkowe, zasady zachowania się po wywrotce jachtu, służby ratownicze na wodach śródlądowych, podstawy udzielania pomocy przedmedycznej),
- Teoria manewrowania (przygotowanie do manewrów, manewry podstawowe i dodatkowe, planowanie i wybór drogi jachtu),
- Wybrane przepisy żeglugowe obowiązujące na wodach śródlądowych odnoszące się do żeglugi jachtowej.

2. Umiejętności praktyczne

- Praca załogi na jachcie i bezpieczna eksploatacja jachtu śródlądowego (taklowanie jachtu, klar jachtu, obsługa żagli, obsługa osprzętu i podstawowych urządzeń na jachcie oraz związane z tym zasady bezpieczeństwa, zasady cumowania jachtu, umiejętność wiosłowania, przygotowanie jachtu do żeglugi w trudnych warunkach pogodowych w tym refowanie żagli),
- Prace bosmańskie (umiejętność wiązania podstawowych węzłów żeglarskich, konserwacja jachtu, osprzętu i wyposażenia),
- Wykonanie następujących manewrów jachtem typu słup:

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">○ manewry podstawowe: zwrot przez sztag, zwrot przez rufę, odejście od nabrzeża, dojście do nabrzeża, alarm „człowiek za burtą”,○ manewry dodatkowe: stawanie w dryf, dojście do boi, odejście od boi. | |
|---|--|

Przedmiotowy System Oceniania z wychowania fizycznego obowiązujący w klasie sportowej (nowa podstawa programowa)

Cele wychowania fizycznego:

- a) wszechstronny rozwój sprawności fizycznej i motorycznej, podniesienie poziomu wydolności fizycznej, powiększenie potencjału zdrowotnego młodzieży,
- b) rozbudzenie zainteresowań różnymi formami aktywności ruchowej, zdrowotnej, użytecznej, sportowej, rekreacyjnej oraz wyposażenie uczniów w wiedzę i umiejętności umożliwiające im aktywne uczestnictwo w tych formach ruchu,
- c) 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.

Cele przedmiotowego systemu oceniania z wychowania fizycznego:

- a) oparcie pracy edukacyjnej na Podstawie programowej,
- b) podniesienie stanu opanowania umiejętności kluczowych,
- c) dostarczenie nauczycielom możliwie precyzyjnej informacji o poziomie osiągnięcia założonych celów kształcenia, szczególnie w zakresie umiejętności,

- d) wdrożenie uczniów do efektywnej samooceny, rozwijanie poczucia odpowiedzialności ucznia za osobiste postępy w edukacji szkolnej,
- e) pobudzenie rozwoju umysłowego ucznia,
- f) pomoc uczniom w samodzielnym planowaniu własnego rozwoju,
- g) przedstawienie uczniom jasno określonego celu oceniania,
- h) dążenie do rzetelności i trafności oceniania,
- i) potraktowanie oceniania jako integralnej części planu nauczania,
- j) przedstawienie uczniom zrozumiałych i jasnych kryteriów oceniania,
- k) ujednoczenie kryteriów oceniania stosowanych przez nauczycieli wychowania fizycznego,
- l) dostarczenie rodzicom, opiekunom informacji o postępach, trudnościach i specjalnych uzdolnieniach ucznia.

Przedmiot kontroli i oceny ucznia z wychowania fizycznego.

A. Obszary podstawowe:

1/ Umiejętności ruchowe oceniane na podstawie przeprowadzanych sprawdzianów zgodnych z wymaganiami programowymi z zakresu indywidualnych i zespołowych form aktywności ruchowej.

2/ Ogólna sprawność fizyczna mierzona testem sprawności motorycznej, (na podstawie publikacji L. Denisiuka: Tabele punktacji sprawności fizycznej, WSiP, Warszawa 1975.

3/ Wiadomości z zakresu:

- a) doskonalenia własnej sprawności,
- b) dbałości o własne zdrowie i higienę osobistą,
- c) dbałości o prawidłową postawę ciała,

- d) indywidualnych i zespołowych form aktywności ruchowej o charakterze rekreacyjno-sportowym.

B. Obszary dodatkowe:

1/ Postawa ucznia i jego stosunek do przedmiotu:

- a) przejawy zaangażowania, wykonywanie ćwiczeń i zadań ruchowych z maksymalnym wykorzystaniem swoich możliwości,
- b) inwencja twórcza, aktywny udział w zajęciach, pomoc w ich organizacji,
- c) dbałość o zdrowie i prawidłową postawę ciała,
- d) systematyczne usprawnianie, właściwa postawa społeczna i kultura osobista,
- e) zdyscyplinowanie, dbanie o higienę ciała i czystość, systematyczny udział w lekcjach.

2/ Zaangażowanie społeczne w krzewieniu kultury fizycznej:

- a) naprawa, konserwacja sprzętu i urządzeń sportowych, wykonywanie przyborów,
- b) wykonanie gazetki, projektu na wybrany temat związany ze sportem, rekreacją, edukacją prozdrowotną,
- c) pomoc w przygotowaniu i przeprowadzeniu szkolnej imprezy sportowej,
- d) samodzielne prowadzenie i sędziowanie zawodów sportowych o charakterze rekreacyjnym.

3/ Udział w zawodach sportowych i zajęciach nadobowiązkowych:

- a) aktywna postawa na zajęciach pozalekcyjnych
- b) udział w zawodach: w ramach SIS, gminnych, powiatowych, rejonowych, wojewódzkich, ogólnopolskich,
- c) wyniki sportowe - np. pobicie rekordu szkoły, zwycięstwo w biegu, turnieju,
- d) udział w masowych imprezach rekreacyjno-sportowych,

- e) uczestniczenie w zajęciach sekcji klubu sportowego.

Kryteria kontroli i oceny ucznia.

A. Obszary podstawowe:

Umiejętności

- a) aktualny poziom ogólnej sprawności fizycznej badany przy pomocy testu sprawności motorycznej,
- b) postęp w rozwoju sprawności ogólnej fizycznej mierzony po przeprowadzeniu prób 2 razy w roku (w klasach IV-V cztery próby: siła, moc, szybkość, zwinność, w klasie VI – pięć prób: siła, moc, szybkość, zwinność, wytrzymałość; próby przeliczane są na punkty zgodnie z Planem wynikowym, uczeń powinien wykazać się postępem w rozwoju sprawności motorycznej, otrzymuje jedną ocenę zgodnie ze zdobytą ilością punktów,
- c) posiadane umiejętności ruchowe oceniane na podstawie sprawdzianów, które mogą dotyczyć pojedynczych ćwiczeń lub całych zestawów, w klasach IV – VI odbędzie się w semestrze 7 sprawdzianów (gimnastyka, lekkoatletyka, pływanie, cztery gry zespołowe - 7 ocen).

Wiadomości

- a) wiedza ucznia i umiejętność jej wykorzystania w praktycznym działaniu,
- b) podstawowe przepisy gier zespołowych,
- c) podstawowe wiadomości z teorii żeglowania.

B. Obszary dodatkowe:

Postawy

- d) stosunek ucznia do przedmiotu,
- e) zaangażowanie społeczne w krzewieniu kultury fizycznej,
- f) udział w zawodach sportowych i zajęciach nadobowiązkowych.

Formy kontroli i oceny ucznia:

- a) forma sprawdzianu – działalność ruchowa właściwa dla danego sprawdzianu z zakresu sprawności motorycznej,
 - b) forma sprawdzianu - ocena stopnia opanowania wybranej umiejętności ruchowej z działu Umiejętności (np. wybranego ćwiczenia lub elementu technicznego, taktycznego),
 - c) forma sprawdzianu – ustna lub pisemna oceniająca wiadomości z zakresu żeglarstwa,
- a) kontrola i ocena bieżąca,
 - b) ocena okresowa – semestralna,
 - c) ocena końcoworoczna,

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.

Zasady oceniania:

- a) obowiązuje sześciostopniowa skala oceniania zgodnie z wewnątrzszkolnym systemem oceniania,
- b) nauczyciel zapoznaje we wrześniu uczniów z wymaganiami programowymi i kryteriami oceniania,
- c) uczeń ze stosunku do przedmiotu otrzymuje za semestr ocenę wyjściową dobry, każde otrzymane punkty dodatnie lub ujemne podwyższają lub obniżają ocenę,
- d) 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,

- e) sprawność motoryczną ucznia ocenia się wg tabel zawartych w publikacji L. Denisiuka: Tabele punktacji sprawności fizycznej, Wyd. WSiP, Warszawa 1975,
- f) umiejętności ruchowe ucznia oceniane będą na podstawie zadań kontrolno-oceniających pozwalających na ustalenie poziomu opanowania tych umiejętności,
- g) uczeń ma prawo w semestrze do dwukrotnego nie przygotowania się do lekcji, uczniowie zgłaszają nie przygotowanie na początku lekcji.

Sposoby poprawy oceny ucznia:

- a) jeżeli uczeń z przyczyn losowych nie będzie na sprawdzianie, to powinien go zaliczyć w ciągu trzech tygodni od powrotu do szkoły,
- b) uczeń może poprawić każdą ocenę ze sprawdzianu, w ciągu 2 tygodni od upływu sprawdzianu, po tym terminie traci takie prawo,
- c) uczeń powinien być poinformowany o planowanych sprawdzianach na co najmniej jeden tydzień przed,
- d) częste zwolnienia pisane przez rodziców mogą wpłynąć na obniżenie oceny.

Ewaluacja Przedmiotowego Systemu Oceniania

Na koniec roku szkolnego komisja nauczycieli WF dokonuje ewaluacji PSO. Ewaluacja obejmuje:

- stopień realizacji założeń planów wynikowych przez poszczególnych nauczycieli,
- podsumowanie wyników nauczania,
- analizę ilości zwolnień lekarskich.

Wyniki ewaluacji są podstawą do formułowania założeń do planu pracy komisji na kolejny rok szkolny.