

## **PRZEDMIOTOWE ZASADY OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**

### **DLA KLAS IV–VIII SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 1 W LUBINIE**

#### **I. POSTANOWIENIA OGÓLNE**

1. Przedmiotowe Zasady Oceniania z wychowania fizycznego opracowano na podstawie obowiązujących przepisów prawa oświatowego, statutu szkoły oraz zasad oceniania wewnątrzszkolnego.
2. Ocenianie z wychowania fizycznego ma na celu:
  - wspieranie rozwoju fizycznego, psychicznego i społecznego ucznia,
  - motywowanie ucznia do aktywności fizycznej i dbania o zdrowie,
  - kształtowanie nawyku systematycznego uczestnictwa w zajęciach,
  - wdrażanie do odpowiedzialności, współpracy i przestrzegania zasad fair play,
  - rozpoznawanie indywidualnych możliwości i postępów ucznia.
3. **Przy ustalaniu oceny nauczyciel bierze pod uwagę przede wszystkim wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć, systematyczny udział w lekcjach, aktywność, zaangażowanie oraz postępy w opanowaniu wiadomości i umiejętności.**

#### **II. OBSZARY PODLEGAJĄCE OCENIANIU**

Ocenianiu podlegają w szczególności:

1. **Systematyczność uczestnictwa w lekcjach wychowania fizycznego.**
2. **Aktywność i zaangażowanie podczas zajęć.**
3. **Postęp w rozwoju sprawności fizycznej i umiejętności ruchowych.**
4. **Wiedza z zakresu kultury fizycznej, zdrowia i bezpieczeństwa.**
5. **Przestrzeganie zasad bezpieczeństwa, regulaminów oraz zasad fair play.**
6. **Umiejętność współpracy w grupie i właściwego zachowania podczas zajęć.**
7. **Dbłość o higienę osobistą, strój sportowy i przygotowanie do lekcji.**
8. **Udział w działaniach związanych z aktywnością fizyczną, w zakresie dostosowanym do możliwości ucznia.**

#### **III. SYSTEMATYCZNOŚĆ UCZĘSZCZANIA NA LEKCJE WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**

##### **1. Zasady ogólne**

1. Przez systematyczne uczestnictwo rozumie się regularne i aktywne branie udziału w zajęciach zgodnie z tygodniowym planem lekcji.
2. Sama obecność ucznia na lekcji nie jest równoznaczna z aktywnym uczestnictwem w zajęciach.
3. Nieobecności usprawiedliwione z przyczyn zdrowotnych lub innych uznanych przez szkołę nie są traktowane jako brak zaangażowania ucznia. W przypadku dłuższej nieobecności nauczyciel uwzględnia czas rekonwalescencji i powrotu do aktywnego uczestnictwa.
4. Uczeń, który jest obecny na lekcji, ale bez uzasadnionej przyczyny odmawia udziału w ćwiczeniach lub systematycznie uchyla się od wykonywania zadań, może otrzymać niższą ocenę w obszarze aktywności i systematyczności.

**2. Za systematyczne uczestnictwo uznaje się regularną obecność ucznia na zajęciach, z uwzględnieniem usprawiedliwionych nieobecności oraz ograniczeń zdrowotnych.**

**3. Przy ocenie systematyczności nauczyciel uwzględnia:**

- frekwencję ucznia na lekcjach wychowania fizycznego,
- regularne uczestnictwo w zajęciach,
- przygotowanie do lekcji,
- aktywny udział w zajęciach w zakresie wynikającym z możliwości ucznia.

**4. Nieobecności usprawiedliwione, w szczególności wynikające z choroby lub innych ważnych przyczyn, nie są traktowane jako celowe unikanie zajęć.**

**5. Uczeń, który jest obecny na lekcji, ale z przyczyn zdrowotnych lub innych uzasadnionych powodów nie może wykonywać wszystkich ćwiczeń uczestniczy w zajęciach w sposób ustalony z nauczycielem, np. poprzez wykonywanie ćwiczeń zastępczych, obserwację, pomoc organizacyjną lub realizację zadań teoretycznych.**

**6. Powtarzające się, nieuzasadnione nieobecności tylko na lekcjach wychowania fizycznego, a także częste unikanie aktywnego udziału w zajęciach, wpływają na ocenę w obszarze systematyczności i zaangażowania.**

**7. Ocena z wychowania fizycznego nie jest ustalana wyłącznie na podstawie sprawności fizycznej ucznia ani jego wyników sportowych. Duże znaczenie ma również jego systematyczny udział, wysiłek i indywidualny postęp.**

**8. Monitorowanie systematyczności**

Nauczyciel może monitorować systematyczność ucznia poprzez:

- ewidencjonowanie obecności na zajęciach;
- obserwację aktywnego uczestnictwa ucznia;
- odnotowywanie powtarzających się nieuzasadnionych odmów udziału w ćwiczeniach;
- analizę przygotowania ucznia do zajęć.

**9. Wpływ systematyczności na ocenę**

- Systematyczność jest uwzględniana przy ustalaniu oceny klasyfikacyjnej z wychowania fizycznego. Nauczyciel bierze pod uwagę zarówno frekwencję, jak i faktyczne uczestnictwo ucznia w zajęciach.
- Przy ocenie systematyczności można przyjąć następujące kryteria pomocnicze:

| <b>Systematyczność uczestnictwa/ocena</b> | <b>Charakterystyka</b>                                                                                                              |
|-------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Celująca</b>                           | Uczeń regularnie uczestniczy w lekcjach, jest aktywny, przygotowany i nie unika udziału w ćwiczeniach.                              |
| <b>Bardzo dobra</b>                       | Uczeń systematycznie uczestniczy w zajęciach, a sporadyczne braki przygotowania lub aktywności nie wpływają znacząco na jego pracę. |
| <b>Dobra</b>                              | Uczeń na ogół regularnie uczestniczy w zajęciach, jednak zdarzają mu się powtarzające się braki aktywności lub przygotowania.       |
| <b>Dostateczna</b>                        | Uczeń uczestniczy w większości zajęć, ale jego aktywność i systematyczność są nierówne.                                             |
| <b>Dopuszczająca</b>                      | Uczeń często opuszcza zajęcia lub bez uzasadnienia nie bierze w nich aktywnego udziału.                                             |
| <b>Niedostateczna</b>                     | Uczeń często nie uczestniczy w zajęciach, uchyla się od wykonywania ćwiczeń i nie wykazuje poprawy mimo działań motywujących.       |

**Uwaga:** Powyższe kryteria mają charakter pomocniczy. Przy ustalaniu oceny nauczyciel analizuje całokształt pracy ucznia, jego możliwości psychofizyczne, przyczyny nieobecności oraz postępy.

#### IV. PRZYGOTOWANIE DO LEKCJI

1. Uczeń ma obowiązek posiadać na lekcji odpowiedni strój sportowy i obuwie określone przez szkołę.
2. Strój powinien umożliwiać bezpieczne i swobodne wykonywanie ćwiczeń.
3. Uczeń powinien być przygotowany do zajęć i przestrzegać zasad higieny osobistej.
4. Brak stroju lub nieprzygotowanie do zajęć odnotowuje nauczyciel zgodnie z zasadami przyjętymi w szkole.
5. Powtarzające się nieprzygotowanie do lekcji może mieć wpływ na ocenę systematyczności i wywiązywania się z obowiązków ucznia.

#### V. AKTYWNOŚĆ I ZAANGAŻOWANIE

1. Uczeń powinien aktywnie uczestniczyć w zajęciach na miarę swoich możliwości.
2. Ocenie podlega przede wszystkim zaangażowanie i wysiłek, a nie poziom sprawności fizycznej osiągnięty przez ucznia.
3. Nauczyciel docenia:
  - podejmowanie prób wykonania ćwiczeń;
  - aktywne uczestnictwo w grach i zabawach;
  - zaangażowanie w ćwiczenia indywidualne i zespołowe;
  - pokonywanie własnych trudności;
  - przestrzeganie zasad bezpieczeństwa i poleceń nauczyciela;
  - pomoc kolegom i koleżankom;
  - współpracę z innymi uczniami
  - kulturę osobistą i postawę fair play.

Uczeń nie jest oceniany za poziom swoich naturalnych predyspozycji fizycznych. Ocenie podlega przede wszystkim **jego wysiłek, zaangażowanie i postęp.**

#### VI. WYSIŁEK I POSTĘPY UCZNIA

1. Ocena z wychowania fizycznego nie jest uzależniona wyłącznie od wyników uzyskiwanych w testach sprawnościowych.
2. Szczególnie istotne jest zaangażowanie ucznia oraz jego postęp w stosunku do własnych możliwości.

Ocena uwzględnia w szczególności:

- opanowanie podstawowych umiejętności ruchowych,
- poprawność wykonywania ćwiczeń,
- postępy w stosunku do wcześniejszych osiągnięć,
- wykorzystanie poznanych umiejętności w grach i zabawach ruchowych,

- podejmowanie prób doskonalenia własnych umiejętności.
3. Nauczyciel może stosować różne formy sprawdzania postępów, dostosowane do wieku i możliwości uczniów.
  4. Uczeń nie może być oceniany niżej wyłącznie z powodu mniejszych predyspozycji fizycznych lub ograniczeń zdrowotnych.
  5. Wyniki prób sprawnościowych mogą stanowić element diagnozy i monitorowania postępów ucznia, jednak nie są jedyną podstawą wystawienia oceny.

## VII. WIEDZA I WIADOMOŚCI

Uczeń powinien w zakresie dostosowanym do etapu edukacyjnego znać i stosować podstawowe zasady dotyczące:

- bezpieczeństwa podczas aktywności fizycznej,
- prawidłowego przygotowania organizmu do wysiłku,
- zasad zdrowego stylu życia,
- higieny osobistej,
- prawidłowego odżywiania i nawodnienia,
- zasad gier i zabaw ruchowych,
- zasad fair play,
- podstawowych przepisów wybranych dyscyplin sportowych,
- udzielania podstawowej pomocy i reagowania w sytuacjach zagrożenia.

## VIII. KRYTERIA OCENIANIA

### 1) OCENA CELUJĄCA

Ocenę klasyfikacyjną, śródroczną i roczną celującą otrzymuje uczeń, który w zakresie:

#### a) POSTAWY DO PRZEDMIOTU WYCHOWANIE FIZYCZNE I POSTAWY DO AKTYWNOŚCI I

##### SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ:

- jest zawsze przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy
- nie ćwiczy na lekcjach tylko z bardzo ważnych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych
- używa właściwych sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły
- podejmuje indywidualny program treningowy w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej
- bardzo chętnie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej

##### b) WIADOMOŚCI I UMIEJĘTNOŚCI:

- w sposób bardzo dobry wykonuje wszystkie ćwiczenia w czasie lekcji
- pokazuje i demonstrowa większość umiejętności ruchowych
- prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące bardzo poprawnie pod względem merytorycznym i

metodycznym

- potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć
- umie samodzielnie przygotować miejsce ćwiczeń
- w sposób bezwzględny stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego
- poczuwa się do współodpowiedzialności za stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły
- zalicza wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania
- samodzielnie zabiega o poprawę lub uzupełnienie próby sprawnościowej, w której nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych
- uzyskuje bardzo znaczny postęp w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych bez jakichkolwiek błędów technicznych lub taktycznych
- ćwiczenia wykonuje zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych
- wykonanie zadania ruchowego przez ucznia może być zawsze przykładem i wzorem do naśladowania dla innych ćwiczących
- potrafi wykonać ćwiczenie o znacznym stopniu trudności
- wykonuje zadania ruchowe nie tylko efektownie, ale i efektywnie, np. trafia do bramki, rzuca celnie do kosza
- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia w sposób znaczący wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli
- zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę bardzo dobrą lub celującą
- stosuje wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego,
- posiada rozległą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego.

#### **c) KOMPETENCJE SPOŁECZNE:**

- reprezentuje szkołę w zawodach sportowych na poziomie powiatu, rejonu, województwa lub w zawodach ogólnopolskich,
- systematycznie bierze udział w zajęciach sportowo-rekreacyjnych,
- stosuje opanowane umiejętności ruchowe w czasie zawodów i rozgrywek sportowych,
- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia w sposób znaczący wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli,
- wykazuje się dużym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą,
- wzorowo pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,
- uprawia dyscypliny lub konkurencje sportowe w innych klubach lub sekcjach sportowych, podejmuje dowolne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym.

#### **d) SYSTEMATYCZNEGO UDZIAŁU W LEKCJACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO:**

- uzyskał ocenę celującą w miesiącach IX-XII (I półrocze) i II-VI (II półrocze) za systematyczny i aktywny udział w obowiązkowych lekcjach wychowania fizycznego.

## **2. OCENA BARDZO DOBRA**

Ocenę klasyfikacyjną, śródroczną i roczną bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który w zakresie:

### **a) POSTAWY DO PRZEDMIOTU WYCHOWANIE FIZYCZNE I POSTAWY DO AKTYWNOŚCI I**

#### **SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ:**

- jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy, ale sporadycznie nie bierze udziału w lekcjach z różnych powodów,
- nie ćwiczy na lekcjach tylko z bardzo ważnych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych,
- używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły,
- niekiedy podejmuje indywidualne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym,
- czasami podejmuje indywidualny program treningowy w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej,
- chętnie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej.

#### **b) WIADOMOŚCI I UMIEJĘTNOŚCI:**

- w sposób bardzo dobry wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,
- pokazuje i demonstrowa niektóre umiejętności ruchowe,
- prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
- potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć,
- umie z pomocą nauczyciela lub współuczniów przygotować miejsce ćwiczeń,
- stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego,
- stara się dbać o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły,
- zalicza prawie wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania,
- poprawia lub uzupełnia próby sprawnościowe, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych za namową nauczyciela,
- uzyskuje znaczny postęp w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z niewielkimi błędami technicznymi lub taktycznymi,
- ćwiczenia wykonuje zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
- potrafi wykonywać ćwiczenia o dużym stopniu trudności,
- wykonuje zadania ruchowe efektywnie, ale nie zawsze efektywnie, np. sporadycznie trafia do bramki czy rzuca celnie do kosza,
- stosuje opanowane umiejętności ruchowe w czasie gry właściwej, w trakcie zajęć,
- zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę bardzo dobrą lub dobrą,
- stosuje prawie wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego,

#### **c) KOMPETENCJE SPOŁECZNYCH:**

- reprezentuje szkołę w zawodach sportowych na poziomie miejskim lub gminnym,
- wykazuje się bardzo dobrym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą,
- bardzo dobrze pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,
- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli.

#### **d) SYSTEMATYCZNEGO UDZIAŁU W LEKCJACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO:**

- uzyskał ocenę bardzo dobrą w miesiącach IX-XII (I półrocze) i II-VI (II półrocze) za systematyczny i aktywny udział w obowiązkowych lekcjach wychowania fizycznego

### **3) OCENA DOBRA**

Ocenę klasyfikacyjną, śródroczną i roczną dobrą otrzymuje uczeń, który w zakresie:

**a) POSTAWY DO PRZEDMIOTU WYCHOWANIE FIZYCZNE I POSTAWY DO AKTYWNOŚCI I**

**SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ:**

- jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy, ale zdarza mu się nie brać udziału w lekcjach z różnych powodów,
- nie ćwiczy na lekcjach tylko z ważnych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych,
- nie zawsze używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły,
- sporadycznie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej,
- nie uczęszcza na zajęcia sportowo-rekreacyjne,
- raczej nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym.

**b) WIADOMOŚCI I UMIEJĘTNOŚCI:**

- w sposób dobry wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,
- nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych,
- prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące w miarę poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
- potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć, ale często to przygotowanie wymaga dodatkowych uwag i zaleceń nauczyciela,
- umie z pomocą nauczyciela lub współćwiczących przygotować miejsce ćwiczeń,
- nie zawsze stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego,
- dba o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły, ale aktywność ta wymaga dodatkowej interwencji wychowawczej prowadzącego zajęcia,
- zalicza większość testów i prób sprawnościowych ujętych w programie nauczania,
- poprawia lub uzupełnia próby sprawnościowe, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych za wyraźną namową nauczyciela,
- uzyskuje niewielki postęp w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
- raczej nie podejmuje indywidualnego programu treningowego w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej,
- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z niewielkimi błędami technicznymi lub taktycznymi,
- wykonuje ćwiczenia nie zawsze zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
- potrafi wykonywać ćwiczenia o przeciętnym stopniu trudności,
- wykonuje zadania ruchowe efektownie, ale zawsze mało efektywnie, np. nie trafia do bramki czy nie rzuca celnie do kosza,
- nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowych w czasie gry właściwej lub szkolnej,
- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli,
- zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę dobrą,
- stosuje przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego,
- posiada dobrą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego.

### **c) KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:**

- bierze udział w klasowych i szkolnych zawodach sportowych,
- dobrze pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,
- wykazuje się dobrym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą.
- posiada bardzo dobrą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego

### **d) SYSTEMATYCZNEGO UDZIAŁU W LEKCJACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO:**

- uzyskał ocenę dobrą w miesiącach IX-XII (I półrocze) i II-VI (II półrocze) za systematyczny i aktywny udział w obowiązkowych lekcjach wychowania fizycznego.

## **4) OCENA DOSTATECZNA**

Ocenę klasyfikacyjną, śródroczną i roczną dostateczną otrzymuje uczeń, który w zakresie:

### **a) POSTAWY DO PRZEDMIOTU WYCHOWANIE FIZYCZNE I POSTAWY DO AKTYWNOŚCI I**

#### **SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ:**

- jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy, ale często mu się zdarza nie brać udziału w lekcjach z różnych powodów,
- nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych,
- często używa nieodpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły,
- nie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej nie uczęszcza na zajęcia sportowo-rekreacyjne,
- nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym.

### **b) WIADOMOŚCI I UMIEJĘTNOŚCI:**

- w sposób dostateczny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,
- nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych,
- nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki lub ćwiczeń kształtujących poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
- nie potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć,
- umie z pomocą nauczyciela lub współćwiczących przygotować miejsce ćwiczeń,
- często nie stosuje zasad bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego,
- dba o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły, ale aktywność ta wymaga zawsze dodatkowej interwencji wychowawczej prowadzącego zajęcia,
- zalicza tylko niektóre testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania,
- nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych,
- nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
- nigdy nie podejmuje indywidualnego programu treningowego w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej,
- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z dużymi błędami technicznymi lub taktycznymi,
- wykonuje ćwiczenia prawie zawsze niezgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
- potrafi wykonywać ćwiczenia o niskim stopniu trudności,

- wykonuje zadania ruchowe mało efektywnie i zawsze mało efektywnie, np.: nie trafia do bramki, nie rzuca celnie do kosza,
- nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowych w czasie gry właściwej lub szkolnej,
- zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę dostateczną,
- stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego,
- posiada dostateczną wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego,
- wykazuje się przeciętnym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w środowisku lokalnym i kraju.

#### **c) KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:**

- nie bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach sportowych,
- nie pełni funkcji lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,
- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli.

#### **d) SYSTEMATYCZNEGO UDZIAŁU W LEKCJACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO:**

- uzyskał ocenę dostateczną w miesiącach IX-XII (I półrocze) i II-VI (II półrocze) za systematyczny i aktywny udział w obowiązkowych lekcjach wychowania fizycznego.

### **5) OCENA DOPUSZCZAJĄCA**

Ocenę klasyfikacyjną, śródroczną i roczną dopuszczającą otrzymuje uczeń, który w zakresie:

#### **a) POSTAWY DO PRZEDMIOTU WYCHOWANIE FIZYCZNE I POSTAWY DO AKTYWNOŚCI I**

##### **SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ:**

- bardzo często jest nieprzygotowany do lekcji, zapomina stroju,
- często nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych,
- bardzo często używa nieodpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły,
- nie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej,
- nie uczęszcza na zajęcia sportowo-rekreacyjne,
- nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym.

#### **b) WIADOMOŚCI I UMIEJĘTNOŚCI:**

- nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych,
- nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki lub ćwiczeń kształtujących poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
- nie potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć,
- umie z pomocą nauczyciela lub współćwiczących przygotować miejsce ćwiczeń,
- bardzo często nie stosuje zasad bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego, a zachowanie ucznia na lekcji może zagrażać zdrowiu i życiu współćwiczących,
- nie dba o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły,
- zalicza tylko pojedyncze testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania,
- nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych,
- nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
- nigdy nie podejmuje indywidualnego programu treningowego w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej,

- zalicza niektóre sprawdziany umiejętności ruchowych z rażącymi błędami technicznymi lub taktycznymi,
- wykonuje ćwiczenia zawsze niezgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
- potrafi wykonywać ćwiczenia o bardzo niskim stopniu trudności,
- wykonuje zadania ruchowe mało efektywnie i zawsze mało efektywnie, np. nie trafia do bramki czy nie rzuca celnie do kosza,
- nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowych w czasie gry właściwej lub szkolnej,
- zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę dopuszczającą,
- stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego,
- posiada niewielką wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego.

#### **c) KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:**

- nie bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach sportowych,
- nie pełni funkcji lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,
- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli,
- wykazuje się niskim zakresem wiedzy na temat bieżących wydarzeń sportowych w środowisku lokalnym i kraju.

#### **d) SYSTEMATYCZNEGO UDZIAŁU W LEKCJACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO:**

- uzyskał ocenę dopuszczającą w miesiącach IX-XII (I półrocze) i II-VI (II półrocze) za systematyczny i aktywny udział w obowiązkowych lekcjach wychowania fizycznego.

## **6) OCENA NIEDOSTATECZNA**

Ocenę klasyfikacyjną, śródroczną i roczną niedostateczną otrzymuje uczeń, który w zakresie:

#### **a) POSTAWY DO PRZEDMIOTU WYCHOWANIE FIZYCZNE I POSTAWY DO AKTYWNOŚCI I**

##### **SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ:**

- prawie zawsze jest nieprzygotowany do lekcji, zapomina stroju,
- bardzo często nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych,
- zachowuje się wulgarnie w stosunku do nauczyciela oraz innych pracowników szkoły,
- nie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej,
- nie uczęszcza na zajęcia sportowo-rekreacyjne,
- nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym.

## **b) WIADOMOŚCI I UMIEJĘTNOŚCI:**

- nie wykonuje większości ćwiczeń w czasie lekcji,
- nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych,
- nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki lub ćwiczeń kształtujących poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
- nie potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć,
- nigdy nie przygotowuje miejsca ćwiczeń,
- nigdy nie stosuje zasad bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego, a zachowanie ucznia na lekcji zawsze zagraża zdrowiu, a nawet życiu współwiczających,
- nie dba o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły, a nawet często je niszczy i dewastuje,
- nie zalicza większości testów i prób sprawnościowych ujętych w programie nauczania,
- nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych,
- nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
- nigdy nie podejmuje indywidualnego programu treningowego w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej,
- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z bardzo rażącymi błędami technicznymi lub taktycznymi,
- wykonuje ćwiczenia zawsze niezgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
- nie potrafi wykonywać ćwiczeń nawet o bardzo niskim stopniu trudności,
- wykonuje zadania ruchowe mało efektownie i zawsze mało efektywnie, np. nie trafia do bramki, nie rzuca celnie do kosza,
- nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowych w czasie gry właściwej lub szkolnej,
- zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę niedostateczną,
- stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego,
- posiada niedostateczną wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego.

## **c) KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:**

- nie bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach sportowych,
- nie pełni funkcji lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,
- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli,
- wykazuje się niedostatecznym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w środowisku lokalnym i kraju.

## **d) SYSTEMATYCZNEGO UDZIAŁU W LEKCJACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO:**

- uzyskał ocenę niedostateczną w miesiącach IX-XII (I półrocze) i II-VI (II półrocze) za systematyczny i aktywny udział w obowiązkowych lekcjach wychowania fizycznego.

**Uwaga:** Ocena niedostateczna nie może być wystawiana wyłącznie z powodu niskiego poziomu sprawności fizycznej lub braku predyspozycji sportowych ucznia.

## **POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

- 1) Zwolnienia lekarskie nie powodują obniżenia oceny z wychowania fizycznego.

- 2) Wszystkie oceny bieżące podlegają poprawie w terminie uzgodnionym z nauczycielem.
- 3) Uczeń ma prawo wykonania danego ćwiczenia stosownie do swoich możliwości, np. obniżona wysokość przrzędu itp.
- 4) Po dłuższej absencji chorobowej lub innej związanej, np. z sytuacją rodzinną, uczeń nie ma obowiązku zaliczenia programu, który był realizowany w tym okresie.

## **IX. ZASADY OCENIANIA UMIEJĘTNOŚCI**

1. Umiejętności ruchowe mogą być sprawdzane poprzez:
  - wykonanie określonych ćwiczeń;
  - udział w grach i zabawach ruchowych;
  - wykonanie elementów technicznych z różnych dyscyplin sportowych;
  - zadania sprawnościowe;
  - zadania praktyczne dostosowane do wieku ucznia.
2. Nauczyciel uwzględnia poziom wyjściowy ucznia i jego możliwości.
3. Uczeń powinien mieć możliwość poprawy wyniku lub ponownego wykonania zadania w przypadku uzasadnionych względami dydaktycznymi lub organizacyjnymi.

## **X. ZASADY OCENIANIA UCZNIA ZE SZCZEGÓLNYMI POTRZEBAMI**

1. Wymagania edukacyjne są dostosowywane do indywidualnych możliwości psychofizycznych ucznia, zgodnie z posiadaną przez szkołę dokumentacją.
2. Przy ocenianiu nauczyciel uwzględnia ograniczenia zdrowotne oraz zalecenia wynikające z opinii lub orzeczenia poradni psychologiczno-pedagogicznej, jeżeli dotyczą one ucznia.

Uczeń z ograniczeniami zdrowotnymi jest oceniany przede wszystkim za wysiłek, zaangażowanie, systematyczność oraz postępy możliwe do osiągnięcia w jego sytuacji.

## **XI. ZWOLNIENIA I OGRANICZENIA ZDROWOTNE**

1. Uczeń posiadający zwolnienie lekarskie lub inne wymagane dokumenty dotyczące ograniczenia udziału w zajęciach jest oceniany z uwzględnieniem tych ograniczeń.
2. Jeżeli stan zdrowia ucznia uniemożliwia wykonywanie określonych ćwiczeń, nauczyciel dostosowuje formę aktywności do jego możliwości.

## **XII. WIADOMOŚCI Z ZAKRESU WYCHOWANIA FIZYCZNEGO I EDUKACJI ZDROWOTNEJ**

Uczeń powinien znać podstawowe informacje dotyczące:

- zasad bezpiecznego uczestnictwa w aktywności fizycznej;
- higieny osobistej;
- zdrowego stylu życia;
- prawidłowego odżywiania;
- zasad udzielania pierwszej pomocy w podstawowym zakresie;
- przepisów i zasad wybranych gier sportowych;
- wpływu aktywności fizycznej na organizm;
- zasad właściwego wypoczynku i regeneracji;
- przeciwdziałania zachowaniom zagrażającym zdrowiu.

## **XIII. ZASADY FAIR PLAY I ZACHOWANIE UCZNIA**

Uczeń powinien:

1. przestrzegać zasad bezpieczeństwa;
2. stosować się do poleceń nauczyciela;
3. szanować innych uczestników zajęć;
4. przestrzegać zasad fair play;
5. właściwie reagować na zwycięstwo i porażkę;
6. dbać o sprzęt i wyposażenie sportowe;
7. współpracować z grupą;
8. unikać zachowań zagrażających zdrowiu i bezpieczeństwu własnemu oraz innych osób.

## **XIV. SPOSOBY I CZĘSTOTLIWOŚĆ OCENIANIA**

Nauczyciel oceniając, stosuje:

- ocenę bieżącą;
- obserwację pracy i zaangażowania ucznia;
- ocenę postępów;
- ocenę wykonania zadań ruchowych;
- ocenę wiadomości;
- ocenę aktywności;
- ocenę systematyczności;
- ocenę przygotowania do zajęć.

## **XV. ZASADY POPRAWIANIA OCEN**

1. Uczeń ma możliwość poprawienia oceny zgodnie z zasadami określonymi w statucie szkoły i wewnątrzszkolnych zasadach oceniania.
2. Termin i forma poprawy są ustalane z nauczycielem.
3. W przypadku sprawdzania umiejętności ruchowych forma poprawy powinna być dostosowana do możliwości ucznia.
4. Nauczyciel może umożliwić uczniowi uzupełnienie zaległości wynikających z usprawiedliwionej nieobecności.

## **XVI. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

1. Uczeń i jego rodzice/opiekunowie prawni są zapoznawani z Zasadami Oceniania na początku roku szkolnego.
2. Zasady Oceniania podlegają okresowej analizie i mogą być aktualizowane w przypadku zmian przepisów prawa lub zasad obowiązujących w szkole.