

## **AUTORSKI PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**

### **Założenia ogólne**

1. Ocenianie z wychowania fizycznego jest integralną częścią wewnątrzszkolnego systemu oceniania szkoły.
2. Ocena semestralna lub roczna ustalana jest na podstawie ocen częściowych za określony poziom postaw, aktywności, umiejętności, sprawności fizycznej i wiadomości.
3. Ocena semestralna lub roczna nie jest średnią arytmetyczną ocen częściowych.
4. Przy ustalaniu oceny semestralnej i rocznej uwzględnia się przede wszystkim wysiłek ucznia, wynikający z realizacji programu nauczania oraz dodatkowych zajęć rekreacyjno-sportowych lub sportowych prowadzonych na terenie szkoły lub poza szkołą.
5. Ocena z wychowania fizycznego może być podniesiona za dodatkową aktywność ucznia np. udział w zajęciach rekreacyjno-sportowych, zawodach sportowych, turniejach i rozgrywkach pozaszkolnych, konkursach plastycznych i literackich o tematyce sportowej, wyjazdach na basen itp.
6. Podniesienie oceny z wychowania fizycznego na koniec I semestru lub roku szkolnego może być tylko o jeden stopień.
7. Ocenę za dodatkową aktywność ucznia nauczyciel wystawia dwa razy w roku szkolnym – na koniec pierwszego i drugiego semestru.
8. Szkolne ocenianie z wychowania fizycznego ma być czynnikiem motywującym młodzież do aktywności fizycznej w wymiarze teraźniejszym i przyszłościowym.
9. Obniżenie oceny z wychowania fizycznego na koniec semestru lub roku szkolnego następuje wskutek negatywnej postawy ucznia np. częste braki stroju, niesystematyczne ćwiczenie, sporadyczne uczestniczenie w sprawdzianach kontrolno-oceniających, brak właściwego zaangażowania w czasie poszczególnych lekcji, niski poziom kultury osobistej itp.
- 1.10. Ocena może być obniżona o jeden stopień.
- 1.11. Uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego decyzją administracyjną dyrektora szkoły na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach uczestniczenia w tych zajęciach, wydanej przez lekarza, na czas określony w tej opinii [Rozporządzenie MEN z dnia 20.08.2010 r.].
- 1.12. W przypadku zwolnienia ucznia z zajęć wychowania na okres uniemożliwiający wystawienie oceny semestralnej lub klasyfikacyjnej na koniec roku szkolnego, zamiast oceny nauczyciel wychowania fizycznego wpisuje „zwolniony” albo „zwolniona” [Rozporządzenie MEN z dnia 20.08.2010 r.].

1.13. Rada pedagogiczna szkoły, w której uczeń opuścił z własnej winy lub nie ćwiczył w 51 % i więcej obowiązkowych zajęć wychowania fizycznego może ustalić dla ucznia egzamin klasyfikacyjny.

1.14. Egzamin klasyfikacyjny obejmuje zadania praktyczne (umiejętności ruchowe), które były przedmiotem nauczania w trakcie semestru lub roku szkolnego.

1.15. Ogólna ocena za sprawność fizyczną ucznia będzie wyrażona jednym stopniem, na podstawie średniej arytmetycznej, wyliczonej ze wszystkich ocen cząstkowych – uzyskanych w kolejnych próbach sprawnościowych.

10. Uczeń, który brał udział w kontroli i ocenie sprawności fizycznej otrzymuje dodatkową bonifikatę w postaci oceny cząstkowej wg poniżej zamieszczonych kryteriów:

- a) za ukończenie wszystkich prób sprawnościowych – 5,
- b) brak jednej próby sprawnościowej – 4.
- c) brak dwóch prób sprawnościowych - +3

11. Na wniosek ucznia, nauczyciel może zrezygnować z wystawienia oceny za udział w kolejnych próbach sprawnościowych.

12. Każdy uczeń dwa razy w roku szkolnym bierze udział w testach sprawności fizycznej.

## Wymagania szczegółowe w klasie VI szkoły podstawowej

W klasie VI szkoły podstawowej kontrolujemy i oceniamy następujące obszary aktywności ucznia:

- 1) postawę ucznia i jego kompetencje społeczne,
- 2) systematyczny udział i aktywność w trakcie zajęć,
- 3) sprawność fizyczną:
  - siła mięśni brzucha – siady z leżenia tyłem wykonywane w czasie 30 s (według MTSF)
  - gibkość – skłon tułowia w przód z podwyższenia (według MTSF)
  - pomiar tętna przed wysiłkiem i po jego zakończeniu – Test Coopera.
- 4) umiejętności ruchowe
  - **gimnastyka:**
    - przewrót w przód z marszu do przysiadu podpartego,
    - stanie na rękach przy drabinkach,
  - **minipilka nożna:**
    - prowadzenie piłki prostym podbiciem prawą lub lewą nogą ze zmianą tempa i kierunku poruszania się,
    - uderzenie piłki na bramkę prostym podbiciem po kilku krokach rozbiegu (piłka jest dogrywana przez partnera),
  - **minikoszykówka:**
    - podania piłki oburącz sprzed klatki piersiowej kozłem w biegu,
    - rzut do kosza z dwutaktu z biegu,
  - **minipilka ręczna:**
    - rzut na bramkę z biegu po podaniu od partnera,
    - podanie jednorącz półgórnie w biegu ze zmianą miejsca i kierunku poruszania się,
  - **minipilka siatkowa:**
    - odbicie piłki sposobem oburącz dolnym w parach,
    - zagrywka sposobem dolnym 4-5 m od siatki,
- 5) wiadomości:
  - uczeń zna podstawowe przepisy mini gier zespołowych,
  - uczeń potrafi wyjaśnić i scharakteryzować pojęcie zdrowia według WHO
  - uczeń zna Test Coopera, potrafi go samodzielnie przeprowadzić oraz indywidualnie interpretuje własny wynik..

## Systematyczny udział w zajęciach WF

Ocena wyrażona stopniem (raz w miesiącu)

- Uczestniczył w 15-16 lekcjach – ocena: bdb
- Uczestniczył w 13-14 lekcjach – ocena: +db
- Uczestniczył w 11-12 lekcjach – ocena: db
- Uczestniczył w 9-10 lekcjach – ocena: +dst
- Uczestniczył w 7-8 (i mniej) lekcjach – ocena: dst

Uwaga!

1. Zwolnienia i usprawiedliwienia od rodziców (prawnych opiekunów także obniżają ocenę
2. Brak udziału w lekcji wf można odrobić w trakcie zajęć dodatkowych – także u innego nauczyciela wf
3. Zwolnienie lekarskie powyżej 2 tygodni powoduje brak wystawienia oceny za systematyczność w danym miesiącu

## **Kryteria oceniania z wychowania fizycznego na ocenę semestralną lub roczną**

### **Ocena celująca**

Ocenę celującą na pierwszy semestr lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który w zakresie:

- a) postawy (spełnia co najmniej 5 kryteriów):

- 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
- charakteryzuje się wysokim poziomem kultury osobistej
- używa właściwych sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły
- bardzo chętnie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej
- reprezentuje szkołę w zawodach sportowych na poziomie powiatu, rejonu, województwa lub w zawodach ogólnopolskich
- systematycznie bierze udział w zajęciach sportowo-rekreacyjnych
- uprawia dyscypliny lub konkurencje sportowe w innych klubach lub sekcjach sportowych
- podejmuje dowolne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym

b) aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 5 kryteriów):

- w sposób ponad bardzo dobry wykonuje wszystkie ćwiczenia w czasie lekcji
- wzorowo pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny
- pokazuje i demonstrowuje 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

c) sprawności fizycznej (spełnia co najmniej 5 kryteriów):

- zalicza wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte w przedmiotowym systemie oceniania
- wykonuje określone próby sprawności fizycznej na oceny celujące lub uzyskuje najlepsze wyniki w klasie lub szkole
- poprawia rekordy szkoły w sprawdzianach lekkoatletycznych
- 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
- podejmuje indywidualny program treningowy w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej

d) umiejętności ruchowych (spełnia co najmniej 5 kryteriów):

- 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
- 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

e) wiadomości (spełnia co najmniej 3 kryteria):

- 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
- wykazuje się dużym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą

### **Ocena bardzo dobra**

Ocenę bardzo dobrą na pierwszy semestr lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który w zakresie:

a) postawy (spełnia co najmniej 4 kryteria):

- 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
- charakteryzuje się właściwym poziomem kultury osobistej
- używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły
- chętnie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej
- reprezentuje szkołę w zawodach sportowych na poziomie miejskim lub gminnym
- niesystematycznie bierze udział w zajęciach sportowo-rekreacyjnych
- niekiedy podejmuje indywidualne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym

b) aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 4 kryteria):

- w sposób bardzo dobry wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji
- bardzo dobrze pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny
- pokazuje i demonstruje 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 współćwiczących przygotować miejsce ćwiczeń

- stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego
- stara się dbać o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły

c) sprawności fizycznej (spełnia co najmniej 4 kryteria):

- zalicza prawie wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte w przedmiotowym systemie oceniania
- wykonuje określone próby sprawności fizycznej na oceny bardzo dobre
- poprawia własne rekordy w sprawdzianach lekkoatletycznych
- 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
- czasami podejmuje indywidualny program treningowy w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej

d) umiejętności ruchowych (spełnia co najmniej 4 kryteria):

- 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 wykonać ćwiczenie 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
- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli

e) wiadomości (spełnia co najmniej 2 kryteria):

- 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
- posiada bardzo dobrą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego
- wykazuje się bardzo dobrym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą

### **Ocena dobra**

Ocenę dobrą na pierwszy semestr lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który w zakresie:

a) postawy (spełnia co najmniej 3 kryteria):

- 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

- charakteryzuje się właściwym poziomem kultury osobistej
- 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
- bierze udział w klasowych i szkolnych zawodach sportowych
- nie uczęszcza na zajęcia sportowo-rekreacyjne
- raczej nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym

b) aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 3 kryteria):

- w sposób dobry wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji
- dobrze pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny
- 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

c) sprawności fizycznej (spełnia co najmniej 3 kryteria):

- zalicza większość testów i prób sprawnościowych ujętych w przedmiotowym systemie oceniania
- wykonuje określone próby sprawności fizycznej na oceny dobre
- nie poprawia własnych rekordów w sprawdzianach lekkoatletycznych
- 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

d) umiejętności ruchowych (spełnia co najmniej 3 kryteria):

- 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 wykonać ćwiczenie o przeciętnym stopniu trudności
- wykonuje zadania ruchowe efektywnie, 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



e) wiadomości (spełnia co najmniej 1 kryterium):

- 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
- wykazuje się dobrym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą

### **Ocena dostateczna**

Ocenę dostateczną na pierwszy semestr lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który w zakresie:

a) postawy (spełnia co najmniej 2 kryteria):

- 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
- charakteryzuje się przeciętnym poziomem kultury osobistej
- 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 bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach sportowych
- nie uczęszcza na zajęcia sportowo-rekreacyjne
- nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym

b) aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 2 kryteria):

- w sposób dostateczny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji
- nie pełni funkcji lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny
- 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 współwiczających 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

c) sprawności fizycznej (spełnia co najmniej 2 kryteria):

- zalicza tylko niektóre testy i próby sprawnościowe ujęte w przedmiotowym systemie oceniania
- wykonuje określone próby sprawności fizycznej na oceny dostateczne
- nie poprawia własnych rekordów w sprawdzianach lekkoatletycznych
- nie poprawia lub 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
- d) umiejętności ruchowych (spełnia co najmniej 2 kryteria):
- 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 wykonać ćwiczenie o 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
  - stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli
- e) wiadomości (spełnia co najmniej 1 kryterium):
- 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

### Ocena dopuszczająca

Ocenę dopuszczającą na pierwszy semestr lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który w zakresie:

- a) postawy (spełnia co najmniej 1 kryterium):
- bardzo często jest nieprzygotowany do lekcji, zapomina stroju
  - często nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych
  - charakteryzuje się niskim poziomem kultury osobistej 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 bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach sportowych
  - nie uczęszcza na zajęcia sportowo-rekreacyjne
  - nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym
- b) aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 1 kryterium):
- w sposób nieudolny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji
  - nie pełni funkcji lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny
  - 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 współwiczających przygotować miejsce ćwiczeń

- bardzo często nie stosuje zasad bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego, a zachowanie ucznia na lekcji może zagrażać zdrowiu i życiu współwiczających
  - nie dba o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły
- c) sprawności fizycznej (spełnia co najmniej 1 kryterium):
- zalicza tylko pojedyncze testy i próby sprawnościowe ujęte w przedmiotowym systemie oceniania
  - wykonuje określone próby sprawności fizycznej na oceny dopuszczające
  - nie poprawia własnych rekordów w sprawdzianach lekkoatletycznych
  - nie poprawia lub 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 program treningowego w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej
- d) umiejętności ruchowych (spełnia co najmniej 1 kryterium):
- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z rażącymi błędami technicznymi lub taktycznymi
  - wykonuje ćwiczenia zawsze niezgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych
  - potrafi wykonać ćwiczenie 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
  - stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli
- e) wiadomości (spełnia co najmniej 1 kryterium):
- 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
  - wykazuje się niskim zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w środowisku lokalnym i kraju

### **Ocena niedostateczna**

Ocenę niedostateczną na pierwszy semestr lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który w zakresie:

a) postawy:

- prawie zawsze jest nieprzygotowany do lekcji, zapomina stroju
- bardzo często nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych
- charakteryzuje się bardzo niskim poziomem kultury osobistej
- 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 bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach sportowych
- nie uczęszcza na zajęcia sportowo-rekreacyjne
- nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym

b) aktywności w trakcie zajęć:

- w sposób bardzo nieudolny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji
- nie pełni funkcji lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny
- 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

c) sprawności fizycznej:

- nie zalicza większości testów i prób sprawnościowych ujętych w przedmiotowym systemie oceniania
- wykonuje określone próby sprawności fizycznej na oceny dopuszczające
- nie poprawia własnych rekordów w sprawdzianach lekkoatletycznych
- nie poprawia lub 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

d) umiejętności ruchowych:

- 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 wykonać ćwiczenia nawet 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
  - stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli
- e) wiadomości (spełnia co najmniej 1 kryterium):
- 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
  - wykazuje się niedostatecznym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w środowisku lokalnym i kraju

## POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Zwolnienia lekarskie nie powodują obniżenia oceny za tzw. nieodpowiednią postawę ucznia
2. Wszystkie oceny cząstkowe podlegają poprawie w terminie uzgodnionym z nauczycielem
3. Ocena poprawiona zostaje jako ostateczna
4. Uczeń ma prawo wykonania danego ćwiczenia stosownie do swoich możliwości np. obniżona wysokość skrzyni, drążka, wykonanie ćwiczenia z pomocą
5. Po dłuższej absencji chorobowej lub innej związanej np. z sytuacją rodzinną, uczeń nie ma obowiązku zaliczenia materiału, który był realizowany w tym okresie
6. Sytuacja wymieniona w punkcie 5 nie powoduje obniżenia oceny