

ZASADY OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

1. Ocenianie z wychowania fizycznego jest integralną częścią wewnątrzszkolnego systemu oceniania szkoły.
2. Ocena semestralna lub roczna ustalana jest na podstawie ocen cząstkowych za określony poziom wiadomości, umiejętności i kompetencji społecznych w procesie szkolnego wychowania fizycznego.
3. Ocena semestralna i roczna nie jest średnią arytmetyczną ocen cząstkowych.
4. Przy ustalaniu oceny semestralnej i rocznej uwzględnia się przede wszystkim wysiłek ucznia, wynikający z realizacji programu nauczania oraz systematyczny i aktywny udział w lekcjach wychowania fizycznego.
5. Ocena z wychowania fizycznego może być podniesiona za dodatkową aktywność ucznia, np. udział w zajęciach rekreacyjno-sportowych, zawodach sportowych, turniejach i rozgrywkach pozaszkolnych, dodatkowych zajęciach sportowych na które uczeń uczęszcza systematycznie.
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. 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 poszczególnych lekcjach, niski poziom kultury osobistej itd.
9. Ocena może być obniżona o jeden stopień.
10. Uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego decyzją administracyjną dyrektora szkoły na podstawie opinii lekarza wydanej na czas określony w tej opinii [rozp. MEN z dnia 10.06.2015r.]
11. 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” [rozp. MEN z dnia 10.06.15r.]
12. Uczeń, który opuścił z własnej winy lub nie ćwiczył w 51% i więcej obowiązkowych zajęć wychowania fizycznego, otrzymuje ocenę niedostateczną na koniec semestru lub roku szkolnego.
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.
14. Egzamin klasyfikacyjny obejmuje zadania praktyczne, które były przedmiotem nauczania w trakcie semestru lub roku szkolnego.
15. Oceny cząstkowe za określony poziom wiadomości, umiejętności i kompetencji społecznych będą realizowane według następującej skali :
2- dopuszczający, 3 – dostateczny, +3 – dostateczny plus, 4- dobry, +4 – dobry plus
5- bardzo dobry, 6- celujący

Wymagania szczegółowe w klasie IV

W klasie IV kontrolujemy i oceniamy następujące obszary aktywności ucznia:

1) postawę ucznia i kompetencje społeczne

2) systematyczny udział i aktywność w trakcie zajęć

3) sprawność fizyczną

- siła mięśni brzucha, mięśni nóg, mięśni ramion
- gibkość, zwinność, szybkość
- pomiar tętna przed wysiłkiem i po jego zakończeniu

4) umiejętności ruchowe:

- gimnastyka
 - przewrót w przód z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego
 - układ gimnastyczny według własnej inwencji (postawa zasadnicza, przysiad podparty, przewrót w przód, leżenie przewrotne)
- mini piłka nożna
 - prowadzenie piłki wewnętrzną częścią stopy prawą i lewą nogą
 - uderzenie piłki na bramkę wewnętrzną częścią stopy
- mini koszykówka
 - kozłowanie piłki w marszu lub w biegu po prostej ze zmianą ręki kozłującej
 - podania oburącz sprzed klatki piersiowej w marszu
- mini piłka ręczna
 - rzut na bramkę jednorącz z kilku kroków marszu
 - podanie jednorącz półgórne z marszu
- mini piłka siatkowa
 - odbicia piłki sposobem górnym oburącz po własnym podrzucie

5) wiadomości

- uczeń zna podstawowe przepisy mini gier zespołowych (odpowiedź ustna lub test)
- wyjaśnia pojęcie sprawność fizyczna, rozwój fizyczny
- zna próby diagnozujące sprawność fizyczną , potrafi zinterpretować wynik.

Wymagania szczegółowe w klasie V

W klasie V kontrolujemy i oceniamy następujące obszary aktywności ucznia:

1) postawę ucznia i kompetencje społeczne

2) systematyczny udział i aktywność w trakcie zajęć

3) sprawność fizyczną

- siła mięśni brzucha, mięśni nóg, mięśni ramion
- gibkość, zwinność, szybkość
- pomiar tętna przed wysiłkiem i po jego zakończeniu

4) umiejętności ruchowe:

- gimnastyka

- przewrót w tył z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego
- podpór łukiem leżąc tyłem „ mostek”
- mini piłka nożna
 - prowadzenie piłki prostym podbiciem prawą i lewą nogą
 - uderzenie piłki prostym podbiciem na bramkę po kilku krokach rozbiegu (piłka nieruchoma)
- mini koszykówka
 - kozłowanie piłki w biegu ze zmianą ręki kozłującej i kierunku poruszają się
 - rzut do kosza po kozłowaniu i zatrzymaniu.
- Mini piłka ręczna
 - rzut na bramkę z biegu
 - podanie jednorącz półgórne w biegu
- Mini piłka siatkowa
 - odbicia piłki sposobem górnym oburącz w parach
 - zagrywka sposobem dolnym z 3-4 m. od siatki

5) wiadomości

- uczeń zna podstawowe przepisy mini gier zespołowych (odpowiedź ustna lub test)
- wyjaśnia pojęcie zdrowia
- zna Test Coopera, potrafi zinterpretować wynik.

Wymagania szczegółowe w klasie VI

W klasie VI kontrolujemy i oceniamy następujące obszary aktywności ucznia:

1) postawę ucznia i kompetencje społeczne

2) systematyczny udział i aktywność w trakcie zajęć

3) sprawność fizyczną

- siła mięśni brzucha, mięśni nóg, mięśni ramion
- zwinność, szybkość
- pomiar tętna przed i po zakończeniu biegu

4) umiejętności ruchowe:

- gimnastyka
 - stanie na rękach (głowie) przy drabinkach
 - przewrót w przód z marszu do przysiadu
 - skok zawrotny przez skrzynię
- mini piłka nożna
 - prowadzenie piłki prostym podbiciem prawą i lewą nogą ze zmianą tempa i kierunku poruszania się.
 - uderzanie piłki prostym podbiciem na bramkę po kilku krokach rozbiegu(piłka dogrywana od współwiczającego)
- mini koszykówka
 - podania piłki oburącz sprzed klatki piersiowej kozłem w biegu
 - rzuty do kosza z dwutaktu , po podaniu.
- Mini piłka ręczna
 - rzut na bramkę z biegu po podaniu od współwiczającego
 - podanie jednorącz półgórne w biegu ze zmianą miejsca i kierunku poruszania się

- Mini piłka siatkowa
 - odbicia piłki sposobem oburącz górnym i dolnym w parach
 - zagrywka sposobem dolnym z 4-5 m od siatki

5) Wiadomości

- uczeń zna podstawowe przepisy mini gier zespołowych (odpowiedź ustna lub test)
- wymienia podstawowe zasady korzystania ze sprzętu sportowego
- zna zasady i metody hartowania organizmu

Wymagania szczegółowe w klasie VII szkoły podstawowej

W klasie VII 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 (test Zuchory)

- siła mięśni brzucha, nóg, ramion
- szybkość, zwinność
- gibkość
- wytrzymałość

4) umiejętności ruchowe

- gimnastyka
 - stanie na rękach przy drabinkach
 - łączone formy przewrotów w przód i w tył
- piłka nożna
 - zwód pojedynczy przodem bez piłki i uderzenie na bramkę
 - prowadzenie piłki ze zmianą kierunku poruszania się i nogi prowadzącej
- koszykówka
 - zwód pojedynczy przodem bez piłki i rzut do kosza z dwutaktu po podaniu od współwiczającego
 - podania oburącz sprzed klatki piersiowej ze zmianą miejsca i kierunku poruszania się.
- piłka ręczna
 - rzut na bramkę z wyskoku po zwodzie pojedynczym przodem bez piłki i podaniu od współwiczającego
 - poruszanie się w obronie (w strefie)
- piłka siatkowa
 - łączone odbicia piłki sposobem oburącz górnym i dolnym
 - zagrywka sposobem dolnym z 5-6m

5) wiadomości

- uczeń zna podstawowe przepisy gier zespołowych (odpowiedzi ustne lub test)
- uczeń oblicza wskaźnik BMI i interpretuje własny wynik za pomocą siatki centylowej
- uczeń wymienia pozytywne mierniki zdrowia (odpowiedzi ustne lub test)

Wymagania szczegółowe w klasie VIII szkoły podstawowej

W klasie VIII 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 (test Zuchory)

- siła mięśni brzucha, nóg, ramion
- szybkość, zwinność
- gibkość
- wytrzymałość
- pomiar tętna przed wysiłkiem i po jego zakończeniu

4) umiejętności ruchowe

- gimnastyka
 - przerzut bokiem
 - „piramida” dwójkowa
- piłka nożna
 - zwód pojedynczy przodem piłką i uderzenie na bramkę prostym podbiciem lub wewnętrzną częścią stopy
 - prowadzenie piłki ze zmianą kierunku poruszania się, miejsca i nogi prowadzącej
- koszykówka
 - zwód pojedynczy przodem z piłką i rzut do kosza z dwutaktu po podaniu od współwiczającego
 - podania oburącz sprzed klatki piersiowej kozłem ze zmianą miejsca i kierunku poruszania się
- piłka ręczna
 - rzut na bramkę z wyskoku po zwodzie pojedynczym przodem z piłki i podaniu od współwiczającego
 - poruszanie się w obronie „każdy swego”
- piłka siatkowa
 - wystawianie piłki sposobem oburącz górnym
 - zagrywka sposobem dolnym z 6m

5) wiadomości

- wymienia przyczyny i skutki otyłości, zagrożenia wynikające z nadmiernego odchudzania się, stosowanie i innych substancji wspomagających negatywny proces treningowy (odpowiedzi ustne lub test)
- zna współczesne aplikacje internetowe i urządzenia elektroniczne do oceny własnej aktywności (odpowiedzi ustne lub test)(odpowiedzi ustne lub test)
- wymienia korzyści dla zdrowia wynikające z systematycznej aktywności fizycznej(odpowiedzi ustne lub test)

Szczegółowe kryteria oceny semestralnej lub rocznej z wychowania fizycznego

1) Ocena celująca

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

a) postawy i kompetencji społecznych (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 i innych pracowników szkoły
- bardzo chętnie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz kultury fizycznej
- reprezentuje szkołę w zawodach sportowych na poziomie gminy, powiatu, rejonu, województwa lub w zawodach sportowych
- 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) systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 5 kryteriów)

- w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 95-100% zajęć
- w sposób ponad bardzo dobry wykonuje wszystkie ćwiczenia w czasie lekcji
- wzorowo pełni funkcje lidera lub kapitana drużyny
- pokazuje i demonstrowuje większość umiejętności ruchowych
- prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące bardzo poprawnie pod metodycznym i merytorycznym
- umie samodzielnie przygotować miejsce ćwiczeń
- w sposób bezwzględny stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego
- poczuwa się do współodpowiedzialności za stan przyborów, urządzeń i obiektów sportowych

c) sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego (spełnia co najmniej 5 kryteriów)

- 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 znaczny postęp w kolejnych próbach sprawnościowych np. w ciągu roku szkolnego
- dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego
- oblicza wskaźnik BMI
- podejmuje próby w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej

d) aktywność fizyczna (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 nie tylko efektownie ,ale i efektywnie np. trafia celnie do bramki, rzuca celnie do kosza
- potrafi wykonać ćwiczenia o znacznym stopniu trudności

- wykonanie zadania ruchowego przez ucznia może być zawsze przykładem i wzorem do naśladowania dla innych ćwiczących
- 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

e) wiadomości (spełnia 3 kryteria)

- zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę bardzo dobrą
- stosuje wszystkie zasady i przepisy sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego
- posiada wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego
- wykazuje wiedzę z zakresu bieżących wydarzeń sportowych.

2) Bardzo dobra

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

a) postawy i kompetencji społecznych (spełnia co najmniej 4 kryteriów)

- 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 właściwych sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela i innych pracowników szkoły
- chętnie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz kultury fizycznej
- reprezentuje szkołę w zawodach sportowych na poziomie gminy.
- niesystematycznie bierze udział w zajęciach sportowo- rekreacyjnych
- niekiedy podejmuje indywidualne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym

b) systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 4 kryteriów)

- w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 90- 94% zajęć
- w sposób bardzo dobry wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji
- bardzo dobrze pełni funkcje lidera lub kapitana drużyny
- pokazuje i demonstruje niektóre umiejętności ruchowych
- prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące poprawnie pod względem metodycznym i merytorycznym
- umie z pomocą nauczyciela przygotować miejsce ćwiczeń
- stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego
- stara się dbać o stan przyborów, urządzeń i obiektów sportowych

c) sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego (spełnia co najmniej 4 kryteriów)

- zalicza wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania
- zabiega o poprawę lub uzupełnienie próby sprawnościowej, w której nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych
- uzyskuje znaczny postęp w kolejnych próbach sprawnościowych np. w ciągu roku szkolnego
- dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego
- oblicza wskaźnik BMI
- czasami podejmuje próby w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej

d) aktywność fizyczna (spełnia co najmniej 4 kryteriów)

- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z niewielkimi błędami technicznymi lub taktycznymi
- ćwiczenia wykonuje zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych
- wykonuje zadania ruchowego efektywnie ,ale nie zawsze efektywnie np. nie zawsze trafia celnie do bramki, lub rzuca celnie do kosza
- potrafi wykonać ćwiczenia o znacznym stopniu trudności
- wykonanie zadania ruchowego przez ucznia może być zawsze przykładem i wzorem do naśladowania dla innych ćwiczących
- stosuje opanowane umiejętności ruchowe w czasie rozgrywek sportowych lub gry właściwej na lekcji
- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach

e) wiadomości (spełnia 2 kryteria)

- zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę bardzo dobrą
- stosuje prawie wszystkie zasady i przepisy sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego
- posiada wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego
- wykazuje wiedzę z zakresu bieżących wydarzeń sportowych.

3) Ocena dobra

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

a) postawy i kompetencji społecznych (spełnia co najmniej 3 kryteriów)

- jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego m.in. posiada odpowiedni strój sportowy
- ale zdąża 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 właściwych sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela i innych pracowników szkoły
- sporadycznie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz kultury fizycznej
- bierze udział w klasowych i szkolnych zawodach sportowych
- nie bierze udziału w zajęciach sportowo- rekreacyjnych
- raczej nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym

b) systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 3 kryteriów)

- w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 85-89% zajęć
- w sposób dobry wykonuje większość ćwiczenia w czasie lekcji
- dobrze pełni funkcje lidera lub kapitana drużyny
- nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych
- prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące w miarę poprawnie pod względem metodycznym i merytorycznym
- potrafi z pomocą nauczyciela samodzielnie przygotować miejsce ćwiczeń
- nie zawsze stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego
- poczuwa się do współodpowiedzialności za stan przyborów, urządzeń i obiektów sportowych

- potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć, ale często to przygotowanie wymaga dodatkowych uwag i zaleceń nauczyciela

c) sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego (spełnia co najmniej 3 kryteriów)

- zalicza większość testów i próby sprawnościowych ujętych w programie nauczania
- wykonuje określone próby sprawności fizycznej na ocenę dobrą
- poprawia lub uzupełnia próby sprawnościowe, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych
- uzyskuje niewielki postęp w kolejnych próbach sprawnościowych np. w ciągu roku szkolnego
- dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego
- oblicza wskaźnik BMI
- raczej nie podejmuje próby w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej

d) aktywność fizyczna (spełnia co najmniej 3 kryteriów)

- 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
- wykonuje zadania ruchowe efektywnie, ale zawsze mało efektywnie np. nie trafia celnie do bramki, nie rzuca celnie do kosza
- potrafi wykonać ćwiczenia o przeciętnym stopniu trudności
- wykonanie zadania ruchowego przez ucznia może być zawsze przykładem i wzorem do naśladowania dla innych ćwiczących
- nie potrafi zastosować opanowane umiejętności ruchowe w czasie gry właściwej na zajęciach
- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach

e) wiadomości (spełnia 1 kryteria)

- zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę dobrą
- stosuje zasady i przepisy sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego
- posiada wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego
- wykazuje wiedzę z zakresu bieżących wydarzeń sportowych.

4) Ocena dostateczna

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

a) postawy i kompetencji społecznych (spełnia co najmniej 2 kryteriów)

- jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego m.in. posiada odpowiedni strój sportowy ale często zdarza mu się nie ćwiczyć na 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 i innych pracowników szkoły
- nie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz kultury fizycznej
- nie bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach
- nie bierze udziału w zajęciach sportowo- rekreacyjnych

- nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym

b) systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 2 kryteriów)

- w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 80-84% zajęć
- w sposób dostateczny wykonuje wszystkie ćwiczenia w czasie lekcji
- nie pełni funkcje lidera lub kapitana drużyny
- nie potrafi pokazać i zademonstrować umiejętności ruchowych
- nie potrafi poprowadzić rozgrzewki lub ćwiczenia kształujących poprawnie pod metodycznym i merytorycznym
- umie z pomocą nauczyciela lub współwiczącego przygotować miejsca ćwiczeń
- nie potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do zajęć.
- często nie stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego
- dba o stan techniczny przyborów, urządzeń i obiektów sportowych, ale aktywność ta wymaga dodatkowej interwencji wychowawczej prowadzącego zajęcia

c) sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego (spełnia co najmniej 2 kryteriów)

- zalicza tylko niektóre testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania
- wykonuje określone próby sprawności fizycznej na ocenę dostateczną
- nie poprawia lub nie uzupełnia próby sprawnościowej, w której nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych
- nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych np. w ciągu roku szkolnego
- nie dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego
- nie oblicza wskaźnika BMI
- nie podejmuje próby w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej

d) aktywność fizyczna (spełnia co najmniej 2 kryteriów)

- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z dużymi błędami technicznymi lub taktycznymi
- ćwiczenia wykonuje prawie zawsze nie zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych
- wykonuje zadania ruchowego mało efektywnie i zawsze mało efektywnie np. nie trafia celnie do bramki, nie rzuca celnie do kosza
- potrafi wykonać ćwiczenia o niskim stopniu trudności
- nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowe w czasie gry właściwej lub szkolnej
- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach

e) wiadomości (spełnia 1 kryteria)

- zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę dostateczną
- stosuje niektóre zasady i przepisy sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego
- posiada dostateczną wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego
- wykazuje się przeciętną wiedzą z zakresu bieżących wydarzeń sportowych.

5) Ocena dopuszczająca

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

a) postawy i kompetencji społecznych (spełnia co najmniej 1 kryteriów)

- bardzo często jest nieprzygotowany do zajęć wychowania fizycznego m. In .zapomina stroju
- charakteryzuje się niskim poziomem kultury osobistej
- bardzo często używa nieodpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela i innych pracowników szkoły
- nie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz kultury fizycznej
- nie bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach
- nie bierze udział w zajęciach sportowo- rekreacyjnych
- nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym

b) systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 1 kryteriów)

- w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 70-79% zajęć
- w sposób nieudolny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji
- nie pełni funkcje lidera lub kapitana drużyny
- nie potrafi pokazać i zademonstrować umiejętności ruchowych
- nie potrafi poprowadzić rozgrzewki lub ćwiczenia kształtujących poprawnie pod metodycznym i merytorycznym
- nie umie z pomocą nauczyciela lub współwiczającego przygotować miejsca ćwiczeń
- nie potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do zajęć.
- bardzo często nie stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego
- nie dba o stan techniczny przyborów, urządzeń i obiektów sportowych,

c) sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego (spełnia co najmniej 1 kryteriów)

- zalicza tylko pojedyncze testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania
- nie poprawia lub nie uzupełnienia próby sprawnościowej, w której nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych
- nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych np. w ciągu roku szkolnego
- nie dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego
- nie oblicza wskaźnika BMI
- nie podejmuje próby w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej

d) aktywność fizyczna (spełnia co najmniej 1 kryteriów)

- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z dużymi błędami technicznymi lub taktycznymi
- ćwiczenia wykonuje prawie zawsze niezgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych
- wykonuje zadania ruchowego mało efektywnie i zawsze mało efektywnie np. nie trafia celnie do bramki, nie rzuca celnie do kosza
- potrafi wykonać ćwiczenia o bardzo niskim stopniu trudności
- nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowe w czasie gry właściwej lub szkolnej
- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach

e) wiadomości (spełnia 1 kryteria)

- zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę dopuszczającą
- stosuje niektóre zasady i przepisy 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 z zakresu bieżących wydarzeń sportowych.

6) Ocena niedostateczna

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

a) postawy i kompetencji społecznych (spełnia co najmniej 1 kryteriów)

- prawie zawsze jest nieprzygotowany do zajęć wychowania fizycznego m. in. zapomina stroju,
- bardzo często nie ćwiczy na lekcjach z mało znaczących powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych
- charakteryzuje się bardzo niskim poziomem kultury osobistej
- zachowuje się wulgarnie w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela i innych pracowników szkoły
- nie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz kultury fizycznej
- nie bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach
- nie bierze udział w zajęciach sportowo- rekreacyjnych
- nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym

b) systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć

- w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy poniżej 70-79% zajęć
- w sposób bardzo nieudolny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji
- nie pełni funkcje lidera lub kapitana drużyny
- nie potrafi pokazać i zademonstrować umiejętności ruchowych
- nie potrafi poprowadzić rozgrzewki lub ćwiczenia kształtujących poprawnie pod metodycznym i merytorycznym
- nie umie z pomocą nauczyciela lub współwiczającego przygotować miejsca ćwiczeń
- nie potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do zajęć.
- nigdy nie stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego
- nie dba o stan techniczny przyborów, urządzeń i obiektów sportowych,

c) sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego

- nie zalicza większości testów i prób sprawnościowych ujętych w programie nauczania
- nie poprawia lub nie uzupełnienia próby sprawnościowej, w której nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych
- nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych np. w ciągu roku szkolnego
- nie dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego
- nie oblicza wskaźnika BMI
- nigdy nie podejmuje próby w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej

d) aktywność fizyczna

- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z rażącymi błędami technicznymi lub taktycznymi
- ćwiczenia wykonuje zawsze niezgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych

- wykonuje zadania ruchowego mało efektywnie i zawsze mało efektywnie np. nie trafia celnie do bramki, nie rzuca celnie do kosza
- potrafi wykonać ćwiczenia o bardzo niskim stopniu trudności
- nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowe w czasie gry właściwej lub szkolnej
- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach

e) wiadomości

- zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę niedostateczną
- stosuje niektóre zasady i przepisy 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 wiedzą z zakresu bieżących wydarzeń sportowych.

Postanowienia końcowe

1. Zwolnienie lekarskie nie powoduje obniżenia oceny za nieodpowiednią postawę ucznia, kompetencje społeczne oraz systematyczny udział w lekcjach
2. Wszystkie oceny częściowe podlegają poprawie w terminie uzgodnionym z nauczycielem
3. Ocena poprawiona jest oceną ostateczną
4. Uczeń ma prawo wykonywania danego ćwiczenia stosownie do swoich możliwości np. obniżona wysokość przyrządu
5. Po dłuższej absencji związanej z chorobą, uczeń nie ma obowiązku zaliczenia programu który był realizowany w tym okresie
6. Sytuacja wymieniona w punkcie 5 nie powoduje obniżenia oceny