**Przedmiotowe zasady oceniania z wychowania fizycznego**

**Przedmiotowy system oceniania został sporządzony w oparciu o obowiązujące akty prawne:**

- Ustawa o systemie oświaty z 7 września Dz. U. 2018. 1457

- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z 3 sierpnia 2017 r. w sprawie oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w

szkołach publicznych

- Wewnątrzszkolny system oceniania i klasyfikowania

**Wymagania przedmiotowe i programowe**

**Podstawy wewnątrzszkolnego systemu oceniania – wychowanie fizyczne**

1. Oceny są jawne dla ucznia i jego rodziców. Na wniosek ucznia lub jego rodziców nauczyciel uzasadnia ustaloną ocenę w sposób określony w statucie szkoły.
2. Na początku roku szkolnego nauczyciel zapoznaje uczniów z wymaganiami edukacyjnymi oraz przedmiotowymi zasadami oceniania (PZO), co potwierdza wpisem do dziennika lekcyjnego.
3. Przedmiotowe zasady oceniania (PZO), i wymagania edukacyjne są dostępne do wglądu uczniów i rodziców na stronie internetowej szkoły, o czym rodzice są powiadomieni na pierwszym zebraniu przez wychowawcę klasy.
4. Uczeń w ciągu całego roku szkolnego podlega systematycznej i obiektywnej ocenie zgodnie z jego indywidualnymi możliwościami.
5. O postępach ucznia rodzice są systematycznie informowani poprzez wpis do dziennika elektronicznego.
6. Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego oprócz wiadomości i umiejętności pod uwagę brany jest w szczególności wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć, a także systematyczność udziału ucznia w zajęciach, aktywność ucznia w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej oraz kompetencji społecznych w procesie szkolnego wychowania fizycznego.
7. Ocena z wychowania fizycznego może być podniesiona za dodatkową aktywność ucznia, np. udział w zajęciach rekreacyjno-sportowych, zawodach sportowych, turniejach i rozgrywkach międzyszkolnych, konkursach plastycznych i literackich o tematyce sportowej.
8. Podniesienie oceny z wychowania fizycznego może być o jeden lub dwa stopnie.
9. Obniżenie oceny z wychowania fizycznego następuje wskutek negatywnej postawy ucznia np.; częste braki stroju, niesystematyczne ćwiczenie na lekcji, sporadyczne uczestnictwo w sprawdzianach kontrolno-oceniających, brak zaangażowania w czasie lekcji, niski poziom kultury osobistej itp.
10. Ocena może być obniżona o jeden lub dwa stopnie.
11. Nauczyciel wystawia ocenę śródroczną lub roczną, biorąc pod uwagę oceny z poszczególnych obszarów.
12. Reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych nie jest równoznaczne z otrzymaniem oceny celującej na półrocze lub na koniec roku szkolnego.
13. Trenowanie w klubie sportowym nie jest równoznaczne z otrzymaniem oceny celującej na półrocze lub na koniec roku szkolnego, ale ocenę końcową może podnieść.
14. Uczeń może nie być klasyfikowany, jeżeli brak jest podstaw do ustalenia oceny śródrocznej lub rocznej z powodu nieobecności na zajęciach (również usprawiedliwionych) przekraczających połowę czasu przeznaczonego na te zajęcia w szkolnym planie nauczania. Ostateczną decyzję o klasyfikowaniu ucznia podejmuje nauczyciel przedmiotu.
15. Zgodnie z art. 44 Ustawy o systemie oświaty:

a) Uczeń może nie być klasyfikowany z jednego, kilku albo wszystkich zajęć edukacyjnych, jeżeli brak jest podstaw do ustalenia

śródrocznej lub rocznej oceny klasyfikacyjnej z powodu nieobecności ucznia na tych zajęciach przekraczającej połowę czasu

przeznaczonego na te zajęcia

b) Uczeń nieklasyfikowany z powodu usprawiedliwionej nieobecności może zdawać egzamin klasyfikacyjny.

c) Uczeń nieklasyfikowany z powodu nieusprawiedliwionej nieobecności może zdawać egzamin klasyfikacyjny za zgodą rady pedagogicznej.

1. Na miesiąc przed klasyfikacją śródroczną lub roczną, uczeń i jego rodzice (prawni opiekunowie) powinni być poinformowani o zagrożeniu oceną niedostateczną lub nieklasyfikowaniem, poprzez wpis w dzienniku elektronicznym.
2. W uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego. Decyzję o zwolnieniu ucznia z zajęć podejmuje dyrektor szkoły na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach wykonywania przez ucznia ćwiczeń wydanej przez lekarza, na czas określony w tej opinii. W przypadku zwolnienia ucznia z zajęć w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się „zwolniony(a)”.
3. Uczeń posiadający zwolnienie z zajęć wychowania fizycznego jest obecny na lekcji.
4. Nauczyciel jest zobowiązany na podstawie pisemnej opinii stosownej poradni specjalistycznej obniżyć wymagania edukacyjne w stosunku do ucznia, u którego stwierdzono specyficzne trudności w uczeniu się lub deficyty rozwojowe, uniemożliwiające sprostanie wymaganiom edukacyjnym wynikającym z programu nauczania.
5. Obszary podlegające ocenianiu to: postawa ucznia i jego kompetencje społeczne, systematyczność i aktywność, umiejętności, wiadomości i aktywność dodatkowa.
6. Uczeń ma prawo poprawić ocenę z wychowania fizycznego z obszarów wiadomości i umiejętności. Pozostałe obszary – systematyczność i aktywność ucznia na lekcjach – są wynikiem pracy ucznia w ciągu półrocza lub roku szkolnego i nie podlegają poprawie. W przypadku egzaminu poprawkowego lub klasyfikacyjnego uczeń może poprawić ocenę tylko z obszaru wiadomości i umiejętności, które były przedmiotem nauczania. Egzaminy te mają przede wszystkim formę zadań praktycznych (nie tylko z umiejętności ruchowych).
7. Oceny cząstkowe za określony poziom wiadomości, umiejętności i kompetencji społecznych będą realizowane według następującej skali ocen:

- 1 – niedostateczny

- 2 – dopuszczający

- 3 – dostateczny

- 4 – dobry

- 5 – bardzo dobry

- 6 - celujący

**Kryteria oceny z wychowania fizycznego z poszczególnych obszarów:**

1. Postawa ucznia i kompetencje społeczne
2. Systematyczny udział w lekcji i aktywność w trakcie zajęć
3. Sprawność fizyczna i rozwój fizyczny
4. Wiedza i umiejętności
5. Aktywność dodatkowa – jedna ocena w półroczu.

**WYMAGANIA SZCZEGÓŁOWE W KLASIE I TECHNIKUM**

***W klasie I 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 (kontrola):

-- siła mięśni brzucha – siady z leżenia tyłem wykonywane w czasie 30 s [według MTSF],

-- gibkość – skłon tułowia w przód z podwyższenia [według MTSF],

-- skok w dal z miejsca [według MTSF],

-- bieg ze startu wysokiego na 50 m [według MTSF],

-- bieg wahadłowy na dystansie 4 x 10 m z przenoszeniem klocków według MTSF],

-- pomiar siły względnej [według MTSF]:

* zwis na ugiętych rękach – dziewczęta,
* podciąganie w zwisie na drążku – chłopcy,

-- biegi przedłużone [według MTSF]:

* na dystansie 800 m – dziewczęta,
* na dystansie 1000 m – chłopcy,

-- pomiar tętna przed wysiłkiem i po jego zakończeniu – Test Coopera.

4) umiejętności ruchowe:

-- gimnastyka:

* stanie na rękach przy drabinkach,
* przewrót w przód do przysiadu podpartego,

-- piłka nożna:

* uderzenie piłki wewnętrzną częścią stopy
* prowadzenie piłki prostym podbiciem ze zmianą kierunku poruszania się i nogi prowadzącej,

-- koszykówka:

* rzut do kosza z dwutaktu,
* podania piłki oburącz sprzed klatki piersiowej w parach,

-- piłka ręczna:

* rzut na bramkę z wyskoku,
* podania piłki jednorącz półgórne,

-- piłka siatkowa:

* łączone odbicia piłki sposobem oburącz górnym i dolnym
* zagrywka sposobem górnym

5) wiadomości:

- uczeń zna podstawowe przepisy gier zespołowych (odpowiedzi ustne lub pisemny test),

-- uczeń oblicza wskaźnik BMI.

5a) wiadomości z edukacji zdrowotnej:

-- uczeń wie, co to jest zbilansowana dieta,

- uczeń wymienia choroby cywilizacyjne.

**WYMAGANIA SZCZEGÓŁOWE W KLASIE I BRANŻOWEJ SZKOŁY I STOPNIA**

***W klasie I 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 (kontrola):

-- siła mięśni brzucha – siady z leżenia tyłem wykonywane w czasie 30 s [według MTSF],

-- gibkość – skłon tułowia w przód z podwyższenia [według MTSF],

-- skok w dal z miejsca [według MTSF],

-- bieg ze startu wysokiego na 50 m [według MTSF],

-- bieg wahadłowy na dystansie 4 x 10 m z przenoszeniem klocków [według MTSF],

-- pomiar siły względnej [według MTSF]:

* zwis na ugiętych rękach – dziewczęta,
* podciąganie w zwisie na drążku – chłopcy,

-- biegi przedłużone [według MTSF]:

* na dystansie 800 m – dziewczęta,
* na dystansie 1000 m – chłopcy,

-- pomiar tętna przed wysiłkiem i po jego zakończeniu – Test Coopera.

4) umiejętności ruchowe:

--gimnastyka:

* stanie na rękach przy drabinkach,
* przewrót w przód do przysiadu podpartego,

-- piłka nożna:

* uderzenie piłki wewnętrzną częścią stopy
* prowadzenie piłki prostym podbiciem ze zmianą kierunku poruszania się i nogi prowadzącej,

-- koszykówka:

* rzut do kosza z dwutaktu,
* podania piłki oburącz sprzed klatki piersiowej w parach,

-- piłka ręczna:

* rzut na bramkę z wyskoku,
* podania piłki jednorącz półgórne,

-- piłka siatkowa:

* łączone odbicia piłki sposobem oburącz górnym i dolnym
* zagrywka sposobem górnym.

5) wiadomości:

-- uczeń zna podstawowe przepisy gier zespołowych (odpowiedzi ustne lub pisemny test),

-- uczeń zna przepisy gier zespołowych.

5a) wiadomości z edukacji zdrowotnej:

-- uczeń wie, co to jest zbilansowana dieta,

-- uczeń wymienia choroby cywilizacyjne.

**SZCZEGÓŁOWE KRYTERIA OCENY SEMESTRALNEJ LUB ROCZNEJ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**

**1) ocena celująca**

Ocenę celującą na pierwsze półrocze 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
* charakteryzuje się wysokim poziomem kultury osobistej,
* używa właściwych sformułowań w kontaktach interpersonalnych 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,
* jest aktywny w trakcie zajęć z edukacji zdrowotnej,

***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 funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,
* pokazuje i demonstruje 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 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
* uzyskuje bardzo znaczny postęp w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
* dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego,
* oblicza wskaźnik BMI,
* podejmuje indywidualny program treningowy w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej;

**d) aktywności fizycznej (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,
* ma podstawową wiedzę z edukacji zdrowotnej.

**2) Ocena bardzo dobra**

Ocenę bardzo dobrą na pierwsze półrocze lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który w zakresie:

**a) postawy i kompetencji społecznych (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
* 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 powiatu
* niesystematycznie bierze udział w zajęciach sportowo-rekreacyjnych,
* niekiedy podejmuje indywidualne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym,
* jest aktywny w trakcie zajęć z edukacji zdrowotnej;

**b) systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 4 kryteria):**

* w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 90–94% zajęć,
* 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 i rozwoju fizycznego (spełnia co najmniej 4 kryteria):**

* zalicza prawie wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania,
* poprawia lub uzupełnia próby sprawnościowe, w których nie uczestniczył za namową nauczyciela,
* uzyskuje znaczny postęp w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
* dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego,
* oblicza wskaźnik BMI,
* czasami podejmuje indywidualny program treningowy w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej;

**d) aktywności fizycznej (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 wykonywać ćwiczenia o dużym stopniu trudności,
* wykonuje zadania ruchowe efektownie, 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,
* ma podstawową wiedzę z edukacji zdrowotnej.

**3) Ocena dobra**

Ocenę dobrą na pierwsze półrocze lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który w zakresie:

**a) postawy i kompetencji społecznych (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,
* 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,
* jest aktywny w trakcie zajęć z edukacji zdrowotnej;

**b) systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 3 kryteria):**

* w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 85–89% zajęć,
* 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 i rozwoju fizycznego (spełnia co najmniej 3 kryteria):**

* zalicza większość testów i prób sprawnościowych ujętych w programie nauczania,
* wykonuje określone próby sprawności fizycznej na ocenę dobrą,
* poprawia lub uzupełnia próby sprawnościowe, w których nie uczestniczył, za wyraźną namową nauczyciela,
* uzyskuje niewielki postęp w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
* dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego,
* oblicza wskaźnik BMI,
* raczej nie podejmuje indywidualnego program treningowego w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej;

**d) aktywności fizycznej (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 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;

**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,
* ma podstawową wiedzę z edukacji zdrowotnej.

**4) Ocena dostateczna**

Ocenę dostateczną na pierwsze półrocze lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który w zakresie:

**a) postawy i kompetencji społecznych (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
* 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) systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 2 kryteria):**

* w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 80–84% zajęć,
* 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 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;

**c) sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego (spełnia co najmniej 2 kryteria):**

* zalicza tylko niektóre testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania,
* wykonuje określone próby sprawności fizycznej na ocenę dostateczną,
* nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych, w których nie uczestniczył,
* nie dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego,
* nie oblicza wskaźnika BMI,
* 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) aktywności fizycznej (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 wykonywać ćwiczenia o 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,
* 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.

**5) Ocena dopuszczająca**

Ocenę dopuszczającą na pierwsze półrocze lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który w zakresie:

**a) postawy i kompetencji społecznych (spełnia co najmniej 1 kryterium):**

* bardzo często jest nieprzygotowany do lekcji, zapomina stroju,
* często nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów,
* 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) systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć (spełnia co najmniej 1 kryterium):**

* w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 70–79% zajęć,
* 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 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;

**c) sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego (spełnia co najmniej 1 kryterium):**

* zalicza tylko pojedyncze testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania,
* nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych, w których nie uczestniczył,
* 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 indywidualnego program treningowego w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej;

**d) aktywności fizycznej (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 wykonywać ćwiczenia o bardzo niskim stopniu trudności,
* wykonuje zadania ruchowe mało efektownie 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.

**6) Ocena niedostateczna**

Ocenę niedostateczną na pierwsze półrocze lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który w zakresie:

**a) postawy i kompetencji społecznych:**

* prawie zawsze jest nieprzygotowany do lekcji, zapomina stroju,
* bardzo często nie ćwiczy na lekcjach
* 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) systematycznego udziału i aktywności w trakcie zajęć:**

* w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy poniżej 70% obowiązkowych 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 współćwiczących,
* nie dba o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły, a nawet często je niszczy i dewastuje;

**c) sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego:**

* nie zalicza większości testów i prób sprawnościowych ujętych w programie nauczania,
* nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych, w których nie uczestniczył,
* 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) aktywności 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,
* stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia nie wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli;

**e) wiadomości:**

* 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 nieodpowiednią postawę ucznia, kompetencje społeczne oraz systematyczny udział

w lekcjach.

2) Wszystkie oceny cząstkowe podlegają poprawie w terminie uzgodnionym z nauczycielem.

3) Ocena poprawiona jest oceną ostateczną.

4) Uczeń ma prawo wykonania danego ćwiczenia stosownie do swoich możliwości, np. obniżona wysokość przyrządu.

Nauczyciele wychowania fizycznego