

**WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO
DLA KLAS IV–VIII SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 3 „DĘBINKA”
WRAZ Z KRYTERIAMI OCENIANIA**

Rok szkolny 2026/2027

Nauczyciel/nauczyciele wychowania fizycznego:

Anna Paradowska, Bogna Stabno, Dominka Łazarewicz-Bamer,

Jacek Paradowski, Łukasz Dziewulski

SPIS TREŚCI

- Podstawa prawna
- Założenia ogólne
- Cele oceniania z wychowania fizycznego
- Cele kształcenia
- Obszary podlegające ocenianiu
- Ogólne kryteria oceniania
- Kryteria procentowe
- Wymagania edukacyjne – klasa IV
- Wymagania edukacyjne – klasa V-VI
- Wymagania edukacyjne – klasa VII-VIII
- Wymagania szczegółowe klasy IV-VIII
- Zasady oceniania umiejętności ruchowych
- Ocenianie sprawności fizycznej
- Dostosowanie wymagań do indywidualnych potrzeb ucznia
- Przygotowanie do zajęć
- Zwolnienia z zajęć
- Zasady poprawy ocen
- Informacja zwrotna
- Zasady fair play i kompetencje społeczne
- Podsumowanie

I. PODSTAWA PRAWNA

Niniejsze wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego opracowano na podstawie:

- Ustawy z dnia 14 grudnia 2016 r. – Prawo oświatowe, z późniejszymi zmianami.
- Rozporządzenia Ministra Edukacji z dnia 11 marca 2026 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz podstawy programowej kształcenia ogólnego dla szkoły podstawowej, w tym dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym lub znacznym.
- Rozporządzenia Ministra Edukacji z dnia 8 lipca 2026 r. zmieniającego rozporządzenie w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz podstawy programowej kształcenia ogólnego dla szkoły podstawowej.
- Statutu szkoły.
- Wewnątrzszkolnych zasad oceniania.
- Programu nauczania wychowania fizycznego realizowanego w szkole.
- Założeń współczesnej edukacji fizycznej, ze szczególnym uwzględnieniem rozwoju kompetencji ruchowych, zdrowia, aktywności fizycznej podejmowanej przez całe życie, bezpieczeństwa oraz kompetencji osobistych i społecznych.
- Założeń programu wychowania fizycznego autorstwa Krzysztofa Warchoła – w zakresie organizacji treści, progresji wymagań i kompleksowego podejścia do oceniania ucznia.

II. ZAŁOŻENIA OGÓLNE

Wychowanie fizyczne jest integralnym elementem procesu edukacyjnego, którego celem jest wspieranie wszechstronnego rozwoju ucznia poprzez ruch, aktywność fizyczną, rozwijanie kompetencji zdrowotnych oraz kształtowanie odpowiedzialnych postaw społecznych.

Proces oceniania obejmuje:

- postawę i aktywność ucznia;
- poziom umiejętności ruchowych;
- wiadomości z zakresu edukacji fizycznej i zdrowotnej;
- uwzględnianie indywidualnych możliwości psychofizycznych;
- docenianie systematyczności i zaangażowania;
- uwzględnianie postępów indywidualnych;
- rozwijanie umiejętności kształcenia samooceny;
- kształtowanie odpowiedzialności za własne zdrowie i innych;
- dbanie o własne bezpieczeństwo i innych;
- dbanie o higienę osobistą;
- promowanie aktywności fizycznej w szkole jak i poza nią.

Podstawowym celem jest wspieranie ucznia w rozwijaniu kompetencji ruchowych i zdrowotnych oraz przygotowanie go do aktywnego stylu życia.

III. CELE OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Ocenianie z wychowania fizycznego ma na celu:

- rozpoznawanie poziomu i postępów ucznia w zakresie wiedzy i umiejętności;
 - motywowanie ucznia do podejmowania systematycznej aktywności fizycznej;
 - kształtowanie nawyku aktywności fizycznej podejmowanej przez całe życie;
 - rozwijanie kompetencji ruchowych;
 - kształtowanie odpowiedzialności za własne zdrowie i bezpieczeństwo;
 - rozwijanie umiejętności współpracy i funkcjonowania w grupie;
 - kształtowanie postawy fair play;
 - rozwijanie umiejętności samooceny własnej sprawności i możliwości psychofizycznych;
 - wdrażanie do samodzielnego planowania aktywności fizycznej;
10. wspieranie ucznia w osiągnięciu postępów na miarę jego indywidualnych możliwości.

IV. CELE KSZTAŁCENIA

W ramach wychowania fizycznego w obecnej formie podstawy programowej wymagania szczegółowe odnoszą się do zajęć prowadzonych w następujących blokach tematycznych:

1. Aktywność i sprawność fizyczna:

Uczeń:

- zna podstawowe zdolności motoryczne;
- potrafi wykonać próby sprawnościowe;
- potrafi obserwować własny rozwój;
- zna podstawowe sposoby monitorowania aktywności fizycznej, mierzy tętno spoczynkowe i po wysiłku;
- rozumie znaczenie ruchu dla zdrowia;
- wymienia cechy prawidłowej postawy ciała;
- potrafi ocenić własne możliwości psychofizyczne.
- uczestniczy w ćwiczeniach i grach;
- poznaje różne dyscypliny sportowe;
- podejmuje aktywność rekreacyjną;
- rozwija podstawowe umiejętności ruchowe;
- zna zasadę stopniowania trudności i rozwoju psychofizycznego;
- poznaje aktywności, które może kontynuować poza szkołą z kraju i ze świata;

2. Bezpieczeństwo w aktywności fizycznej.

Uczeń:

- przestrzega regulaminów sali gimnastycznej i boiska szkolnego;
- opisuje zasady bezpiecznego poruszania się po boisku;
- bezpiecznie wykonuje ćwiczenia;
- właściwie korzysta ze sprzętu sportowego, posługuje się przyborami sportowymi według ich przeznaczenia;
- wykonuje elementy samo asekuracji jako umiejętności prawidłowego i bezpiecznego upadania;
- respektuje zasady bezpiecznego zachowania;
- reaguje właściwie w sytuacjach zagrożenia;
- wybiera bezpieczne miejsca do zabaw i gier ruchowych;
- stosuje zasady higieny osobistej i higieny aktywności fizycznej;
- wymienia osoby do których należy się zwrócić w sytuacjach zagrożenia życia lub zdrowiu;
- zna zasady bezpiecznego zachowania się nad wodą i w górach o różnych porach roku;

3. Edukacja zdrowotna i kompetencje osobiste oraz społeczne.

Uczeń:

- zna korzyści wynikające z aktywności fizycznej;
- zna choroby cywilizacyjne i potrafi wskazać ich przeciwdziałania;
- zna znaczenie snu, odpoczynku i regeneracji;
- rozumie znaczenie prawidłowego odżywiania i nawodnienia;
- zna podstawowe zasady zdrowego stylu życia, własnej wartości i wiary w swoje możliwości;
- wdraża w życie kompetencje społeczne i rozwija poczucie odpowiedzialności za zdrowie własne i innych
- współpracuje z innymi;

- przestrzega zasad fair play;
- rozumie znaczenie idei olimpizmu;
- szanuje przeciwnika;
- potrafi przyjąć zwycięstwo i porażkę;
- pełni różne role podczas zajęć;
- potrafi dokonać samooceny;
- wspiera innych uczniów w podejmowaniu aktywności.

V. OBSZARY PODLEGAJĄCE OCENIANIU

1. Na początku roku szkolnego (semestru) nauczyciele wychowania fizycznego informują uczniów i rodziców o ogólnych wymaganiach edukacyjnych z wychowania fizycznego i sposobach sprawdzania wiedzy i umiejętności, (załącznik do wymagań jest udostępniony na stronie internetowej szkoły).
2. Wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego zgodne są z nową podstawą programową i przyjętym WSO.
3. Nauczyciel jest zobowiązany na podstawie pisemnej opinii poradni specjalistycznej obniżyć wymagania edukacyjne w stosunku do ucznia, u którego stwierdzono specyficzne trudności w uczeniu się lub deficyty rozwojowe, uniemożliwiające sprostanie wymaganiom edukacyjnym wynikających z programu nauczania.
4. Ogólne wymagania podaje nauczyciel uczniom na początku roku szkolnego, a szczegółowe na początku nowego działu nauczania. Uczniowie są zobowiązani do podpisania zapoznania się z regulaminem przedmiotowego WSO.
5. Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego w szczególności brany pod uwagę jest wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć, za aktywność - do 20 pkt przygotowanie do zajęć- do 20 pkt w każdym semestrze; systematyczny udział w zajęciach- do 20 pkt, oraz testy sprawności do 10 pkt.
6. Uczeń może być gratyfikowany oceną wyższą za udział w sportowych zajęciach poza lekcyjnych na terenie szkoły i poza nią (maksymalnie do 5%)
7. Uczeń może dobrać również do 5% za dodatkowe zadanie z wychowania fizycznego podane przez nauczyciela w danym semestrze
8. Oceny są jawne zarówno dla ucznia jak i jego rodziców (opiekunów prawnych).
9. Oceny bieżące (częstkowe) oraz semestralne i końcowe podawane są w punktach przeliczanych na % i podawanych wg następującej skali ocen: celujący 6, bardzo dobry 5, dobry 4, dostateczny 3, dopuszczający 2, niedostateczny 1
10. W sytuacjach wyjątkowych (przewlekła choroba, leczenie szpitalne, wypadek przejście z innej szkoły itp.) uczeń otrzymuje ocenę śródroczną i roczną z mniejszej liczby ocen.
11. W uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego na podstawie opinii wydanej przez lekarza lub poradnię psychologiczno - pedagogiczną albo inną poradnię specjalistyczną.
12. Jeżeli okres zwolnienia ucznia z realizacji zajęć, uniemożliwia ustalenie śródrocznej lub rocznej oceny klasyfikacyjnej, w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się „zwolniony”.

VI. OGÓLNE KRYTERIA OCENIANIA

OCENA CELUJĄCA – 6

Uczeń:

- systematycznie i aktywnie uczestniczy w zajęciach szkolnych i pozaszkolnych;
- wykazuje bardzo duże zaangażowanie;
- wykazuje się bardzo dobrym zakresem wiedzy;
- jest zawsze przygotowany do lekcji
- wykonuje zadania na miarę swoich możliwości;
- samodzielnie rozwija swoje umiejętności;
- wykazuje znaczący postęp;
- bardzo dobrze zna zasady bezpieczeństwa;
- stosuje zasady fair play;
- potrafi współpracować z grupą;
- szanuje innych uczestników zajęć;
- potrafi pełnić rolę zawodnika, sędziego, organizatora i kibica;
- wykazuje się wiedzą wykraczającą poza podstawowe wymagania;
- podejmuje inicjatywy związane z aktywnością fizyczną;
- wzorowo pełni rolę lidera;
- potrafi motywować innych do aktywności;
- dokonuje trafnej samooceny;
- prezentuje postawę odpowiedzialną i prozdrowotną.

OCENA BARDZO DOBRA – 5

Uczeń:

- systematycznie uczestniczy w zajęciach;
- jest przygotowany do zajęć
- aktywnie wykonuje większość zadań;
- opanował wymagane umiejętności;
- zna i stosuje zasady bezpieczeństwa;
- przestrzega zasad fair play;
- współpracuje z innymi;
- wykazuje prawidłową postawę społeczną;
- zna podstawowe zagadnienia związane ze zdrowiem i aktywnością fizyczną;
- potrafi dokonać podstawowej samooceny;
- pełni rolę lidera grupy;
- wykazuje postęp w stosunku do wcześniejszego poziomu.
- wykazuje się bardzo dobrym zakresem wiedzy;
- uczestniczy w zajęciach szkolnych i pozaszkolnych;

OCENA DOBRA – 4

Uczeń:

- zazwyczaj aktywnie uczestniczy w zajęciach;
- jest przygotowany do zajęć;
- poprawnie wykonuje większość poznanych umiejętności;
- zna podstawowe zasady bezpieczeństwa;
- stosuje zasady fair play;
- współpracuje z grupą;
- podejmuje wysiłek odpowiedni do swoich możliwości;
- zna podstawowe zasady zdrowego stylu życia;
- wykazuje postęp w nauce.

OCENA DOSTATECZNA – 3

Uczeń:

- uczestniczy w zajęciach w sposób nierównomierny;
- wykonuje podstawowe zadania przy pomocy nauczyciela;
- opanował część wymaganych umiejętności;
- zna podstawowe zasady bezpieczeństwa;
- nie zawsze wykazuje wystarczające zaangażowanie;
- wymaga motywowania do aktywności;
- zna wybrane zasady zdrowego stylu życia.

OCENA DOPUSZCZAJĄCA – 2

Uczeń:

- uczestniczy w zajęciach w ograniczonym zakresie;
- podejmuje próby wykonania zadań;
- wymaga częstej pomocy nauczyciela;
- ma trudności z opanowaniem podstawowych umiejętności;
- zna wybrane zasady bezpieczeństwa;
- wymaga stałego motywowania;
- podejmuje aktywność w niewielkim stopniu.

OCENA NIEDOSTATECZNA – 1

Uczeń:

- nie podejmuje aktywności podczas zajęć bez uzasadnionej przyczyny;
- odmawia wykonywania podstawowych zadań;
- nie przestrzega zasad bezpieczeństwa;
- rażąco narusza zasady współpracy i fair play;
- nie wykazuje chęci poprawy mimo podejmowanych przez nauczyciela działań;
- nie realizuje podstawowych wymagań edukacyjnych.

VII. KRYTERIA PROCENTOWE

Proponuje się następujące przeliczenie wyniku procentowego na ocenę:

Procent	Ocena
0%-29%	1 niedostateczny
30%-49%	2 dopuszczający
50%-74%	3 dostateczny
75-89%	4 dobry
90-100%	5 bardzo dobry
100 i więcej	6 celujący

VIII. WYMAGANIA EDUKACYJNE – KLASA IV

Uczeń:

- rozpoznaje podstawowe zdolności motoryczne;
- rozróżnia tętno spoczynkowe i powysiłkowe;
- zna cechy prawidłowej postawy ciała;
- dokonuje podstawowych pomiarów wysokości i masy ciała;
- mierzy tętno przed i po wysiłku;
- wykonuje proste próby sprawnościowe; testy sprawnościowe - Międzynarodowy test sprawności fizycznej
- wykonuje ćwiczenia kształtujące siłę, szybkość, wytrzymałość, gibkość i koordynację;
- wykonuje ćwiczenia wspierające prawidłową postawę ciała.
- wykonuje podstawowe elementy gimnastyczne;
- uczestniczy w grach i zabawach ruchowych;
- zna elementy i techniki gier zespołowych (koszykówka, siatkówka, piłka nożna, piłka ręczna) i gier ruchowych (mini-koszykówka, mini-piłka siatkówka, mini-piłka ręczna, mini-piłka nożna)
- zna elementy i technikę dodatkowych gier zespołowych
- zna podstawowe elementy gier zespołowych;
- wykonuje podstawowe elementy techniczne z piłką;
- uczestniczy w ćwiczeniach lekkoatletycznych;
- wykonuje podstawowe ćwiczenia rytmiczno-taneczne;
- zna wybrane regionalne zabawy i gry ruchowe.
- zdobywa podstawowe umiejętności gry w tenisa
- przestrzega zasad bezpieczeństwa;

- właściwie korzysta ze sprzętu;
- reaguje na sygnały nauczyciela;
- zna podstawowe zasady bezpiecznej organizacji zabawy;
- stosuje zasady bezpiecznego podnoszenia i przenoszenia przedmiotów.
- opisuje sposób wykonania poznanych ćwiczeń;
- zna podstawowe zasady aktywności fizycznej;
- rozróżnia technikę i taktykę;
- zna miejsca aktywności fizycznej w swojej okolicy;
- zna symbole olimpijskie.
- przestrzega zasad fair play;
- potrafi współpracować;
- szanuje innych;
- potrafi przyjąć zwycięstwo i porażkę;
- kulturalnie kibicuje;
- podejmuje próby pełnienia różnych ról podczas zajęć
- zna regulamin Sali gimnastycznej, boiska szkolnego i ogólne zasady bezpieczeństwa
- Wykonuje próby testów Ministra Edukacji i Sportu

IX. WYMAGANIA EDUKACYJNE – KLASA V-VI

Uczeń:

- rozwija podstawowe zdolności motoryczne;
- potrafi określić własne możliwości fizyczne;
- zna sposoby monitorowania aktywności;
- wykonuje podstawowe ćwiczenia kształtujące sprawność;
- wykonuje próby sprawnościowe Międzynarodowego Testu Sprawności Fizycznej
- rozwija umiejętności z zakresu gier zespołowych;
- zna elementy i techniki gier zespołowych (koszykówka, siatkówka, piłka nożna, piłka ręczna) i gier ruchowych (mini-koszykówka, mini-piłka siatkówka, mini-piłka ręczna, mini-piłka nożna)
- zna elementy i technikę dodatkowych gier zespołowych
- doskonali elementy techniczne poznanych dyscyplin;
- zna i stosuje przepisy gier
- zdobywa podstawowe umiejętności gry w tenisa
- potrafi zorganizować grę lub zabawę wśród rówieśników
- wykonuje podstawowe ćwiczenia gimnastyczne;
- uczestniczy w aktywnościach lekkoatletycznych;
- zna podstawowe kroki taneczne
- zna i wykonuje ćwiczenia oddechowe, rozciągające, relaksacyjne,
- zna zasady bezpiecznego zachowania;
- stosuje zasady higieny;
- zna znaczenie aktywności fizycznej dla zdrowia;
- przygotowuje się właściwie do wybranej aktywności fizycznej;
- współpracuje w grupie;
- przestrzega zasad fair play;
- zna ideę olimpizmu
- potrafi dokonać podstawowej samooceny,
- Wykonuje próby testów Ministra Edukacji i Sportu

X. WYMAGANIA EDUKACYJNE – KLASA VII-VIII

Uczeń:

- potrafi ocenić poziom własnej sprawności;
- zna zasady planowania aktywności fizycznej;
- potrafi dobrać ćwiczenia do określonego celu;
- rozwija umiejętności techniczne i taktyczne w grach zespołowych;
- rozwija poznane elementy lekkoatletyczne;
- wykonuje próby sprawnościowe Międzynarodowego Testu Sprawności Fizycznej
- wymienia testy sprawności fizycznej i wykorzystuje nowoczesne technologie,
- wskazuje możliwości wykorzystania nowoczesnych technologii;
- stosuje poznane zasady w grach;
- zna zasady treningu zdrowotnego;
- zna podstawowe kroki taneczne;
- rozumie znaczenie regeneracji;
- zna zagrożenia wynikające z braku aktywności;
- zna zasady bezpiecznego korzystania z obiektów sportowych;
- potrafi reagować na sytuacje zagrożenia;
- zna zasady udzielania podstawowej pomocy w sytuacjach związanych z aktywnością fizyczną;
- potrafi organizować prostą aktywność ruchową;
- pełni rolę sędziego i organizatora;
- współpracuje z grupą;
- wykazuje odpowiedzialność za własne zdrowie.
- samodzielnie analizuje własny poziom aktywności fizycznej;
- potrafi zaplanować aktywność dostosowaną do swoich możliwości;
- zna zasady treningu i regeneracji;
- zna i wykonuje ćwiczenia oddechowe, rozciągające, relaksacyjne,
- rozumie znaczenie aktywności fizycznej w dorosłym życiu;
- doskonali umiejętności z wybranych dyscyplin;
- stosuje zasady techniki i taktyki;
- zna zasady bezpiecznego uczestnictwa w sporcie;
- zna zasady zdrowego stylu życia;
- rozumie znaczenie snu, odpoczynku i odżywiania;
- zna zagrożenia związane z brakiem ruchu;
- potrafi organizować aktywność fizyczną;
- pełni rolę zawodnika, sędziego, organizatora i kibica;
- przestrzega zasad fair play;
- zna ideę olimpizmu;
- potrafi dokonać samooceny;
- potrafi określić własne mocne i słabe strony;
- planuje działania służące dalszemu rozwojowi;
- rozumie znaczenie aktywności fizycznej jako elementu stylu życia.
- Wykonuje próby testów Ministra Edukacji i Sportu

XI. Wymagania szczegółowe IV-VIII

1. Postawa ucznia i jego kompetencje społeczne
2. Systematyczny udział i aktywność w trakcie zajęć wg kryteriów
3. Sprawność fizyczna
4. Obowiązkowe próby sprawności fizycznej
5. Umiejętności ruchowe
6. Wiadomości

XII. ZASADY OCENIANIA

1. Ocenę semestralną i roczną z wychowania fizycznego wystawiają wspólnie nauczyciele prowadzący zajęcia lekcyjne (wychowanie fizyczne i tenis).
2. Przy ocenianiu ucznia na pierwszym miejscu brany jest pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w zajęcia, aktywność i zaangażowanie, a także umiejętności i wiadomości.
3. Na ocenę z wychowania fizycznego składają się:
 - A. Próby sprawności tj. Międzynarodowy Test sprawności fizycznej- do 10 pkt,
 - B. sprawdziany/testy do 10 pkt,
 - C. aktywność do 20pkt,
Za brak odpowiedniego zaangażowania i lekceważenie zajęć oraz poleceń nauczyciela uczeń może również dostać -2pkt z puli aktywności
 - D. przygotowanie do zajęć do 20 pkt
dopuszczalne są dwa braki stroju w semestrze,, (N) każdy kolejny skutkuje obniżeniem punktacji o 2pkt
 - E. systematyczność – czyli czynny udział w lekcji , określone wg. Nowej podstawy programowej.
Miesięcznie można uzyskać od 0-5 pkt.
Kryteria oceny miesięcznej za systematyczny i aktywny udział w lekcjach wychowania fizycznego:

Lp.	Ilość lekcji, w których uczeń ćwiczył	Ocena
1.	16	Celujący
2.	15	Bardzo dobry
3.	14	Plus dobry
4.	13	Dobry
5.	12	Plus dostateczny
6.	11	Dostateczny
7.	10 i mniej	Dopuszczający

4. Udział w zawodach międzyszkolnych, również daje uczniowi szansę na zdobycie dodatkowych punktów do 5% - za sport

5. Nauczyciel może przyznać DODATKOWE do 5 % na koniec semestru za SZCZEGÓLNĄ SUMIENNOŚĆ I PRACOWITOŚĆ W STOSUNKU DO SWOICH MOŻLIWOŚCI lub za zadanie dodatkowe.

Ocena roczna przeliczana będzie z sumy w pierwszym i drugim semestrze z zachowaniem zasady procentowej.

6. Jeśli z przyczyn losowych uczeń nie brał udziału w sprawdzianie z całą klasą, to może to uczynić w terminie ustalonym z nauczycielem

- Poprawa sprawdzianu jest dobrowolna

- Poprawa powinna odbyć się w terminie 2 tygodni od daty sprawdzianu lub powrotu ucznia do czynnego udziału w zajęciach

- Uczeń ma prawo do poprawy jednego wybranego sprawdzianu w semestrze na maksymalną ilość punktów 100% (na poprawie nie ma zadań dodatkowych) niezależnie od ich liczby, otrzymanej ze sprawdzianu w pierwszym terminie

- Prawo do poprawy pozostałych sprawdzianów mają tylko uczniowie, którzy z pierwszego terminu sprawdzianu otrzymali poniżej 51% i mogą otrzymać najwyżej 75%. Jeżeli z poprawy uczeń uzyska większą liczbę punktów niż na sprawdzianie, to dolicza się tylko różnicę punktową. Jeżeli z poprawy uczeń uzyska mniejszą liczbę punktów niż na sprawdzianie, to zostaje punktacja pierwotna

7. Zwolnienia z lekcji wychowania fizycznego

- Uczeń i rodzice zobowiązani są do zgłaszania nauczycielowi w-f wszelkich przeciwwskazań do wykonywania ćwiczeń (przebyte choroby, urazy).

- Każda niedyspozycja ucznia musi być potwierdzona zwolnieniem lekarskim na piśmie (za wyjątkiem nagłych wypadków dopuszcza się zwolnienia napisanego przez rodzica). W innym przypadku będzie uznawana za brak stroju.

- W uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego na czas określony. Decyzję o zwolnieniu ucznia z zajęć podejmuje dyrektor szkoły na podstawie opinii, o ograniczonych możliwościach uczestniczenia w tych zajęciach, wydanej przez lekarza. W przypadku zwolnienia z zajęć wychowania fizycznego w dokumentacji przebiegu nauczania wpisuje się zwolniony.

XIII. UCZEŃ Z OGRANICZENIAMİ ZDROWOTNYMI

W przypadku ucznia posiadającego:

- opinię poradni psychologiczno-pedagogicznej,
- orzeczenie o potrzebie kształcenia specjalnego,
- zaświadczenie lekarskie,
- zwolnienie z określonych ćwiczeń,
- ograniczenia zdrowotne,

nauczyciel dostosowuje wymagania edukacyjne do indywidualnych możliwości psychofizycznych ucznia.

Uczeń z ograniczeniami zdrowotnymi powinien, w miarę możliwości, uczestniczyć w zajęciach w zakresie dostosowanym do jego stanu zdrowia.

Dostosowanie może obejmować:

- zmianę rodzaju ćwiczenia;
- zmianę intensywności;
- skrócenie czasu wysiłku;
- zmianę sposobu wykonania zadania;
- powierzenie alternatywnej roli, np. sędziego lub organizatora;
- ocenianie postępu indywidualnego.

XIV. PRZYGOTOWANIE DO ZAJĘĆ

Za przygotowanie do zajęć uczeń może otrzymać na semestr do 20 pkt.

Można zgłosić 2 nieprzygotowania w semestrze, za każde kolejne nieprzygotowanie z puli 20 pkt odejmowane są 2pkt.

Uczeń powinien:

- posiadać odpowiedni strój sportowy;
- posiadać obuwie sportowe;
- przestrzegać zasad higieny;
- stosować się do regulaminów obiektów;
- posiadać wymagane wyposażenie.

XV. ZWOLNIENIA Z ZAJĘĆ

Zgodnie z przepisami § 4 rozporządzenia Ministra Edukacji i Nauki z dnia 22 lutego 2019 r. w sprawie oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych (Dz.U. z 2019 r. poz. 373 z późn. zm.):

1. dyrektor szkoły zwalnia ucznia z wykonywania określonych ćwiczeń fizycznych na zajęciach wychowania fizycznego na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach wykonywania przez ucznia tych ćwiczeń wydanej przez lekarza, na czas określony w tej opinii;
2. dyrektor szkoły zwalnia ucznia z realizacji zajęć wychowania fizycznego lub informatyki na podstawie opinii o braku możliwości uczestniczenia ucznia w tych zajęciach wydanej przez lekarza, na czas określony w tej opinii.

Uczeń może być zwolniony z wykonywania określonych ćwiczeń lub z udziału w zajęciach na zasadach określonych w obowiązujących przepisach prawa oświatowego oraz zgodnie z dokumentacją medyczną.

Uczeń zwolniony z lekcji wychowania fizycznego przez cały semestr lub rok szkolny ma obowiązek zgłoszenia tego faktu niezwłocznie do dyrektora szkoły oraz nauczyciela prowadzącego.

W przypadku czasowego ograniczenia aktywności nauczyciel, w miarę możliwości, umożliwia uczniowi udział w zajęciach poprzez:

- obserwację;
- analizę techniki;
- sędziowanie;
- organizację;
- prowadzenie rozgrzewki w zakresie dopuszczonym przez lekarza;
- zadania z zakresu wiedzy.

XVI. ZASADY POPRAWY OCEN

Jeżeli uczeń był nieobecny podczas sprawdzianu/testu ma 2 tygodnie na zgłoszenie się do nauczyciela celem wyznaczenia nowego terminu sprawdzianu (reszta popraw według WSO)

W przypadku oceny z umiejętności ruchowych poprawa może polegać na:

- ponownym wykonaniu zadania;
- wykonaniu zadania w dostosowanej formie;
- przedstawieniu postępu;
- wykonaniu zadania praktycznego;
- przygotowaniu zadania z zakresu wiedzy.

XVII. INFORMACJA ZWROTNA

Nauczyciel udziela uczniowi informacji zwrotnej, która powinna zawierać:

- wskazanie tego, co uczeń wykonuje prawidłowo;
- wskazanie elementów wymagających poprawy;
- wskazanie sposobu poprawy;
- wskazanie dalszego kierunku rozwoju..

XVIII. PODSUMOWANIE

Wychowanie fizyczne jest procesem, którego nadrzędnym celem jest przygotowanie ucznia do aktywnego, zdrowego i odpowiedzialnego życia.

System oceniania powinien wspierać rozwój ucznia, jego motywację oraz poczucie sprawczości.

Ocena z wychowania fizycznego jest wynikiem całościowej analizy funkcjonowania ucznia, z uwzględnieniem:

- jego aktywności;
- zaangażowania;
- postępów;
- umiejętności;
- wiedzy;
- kompetencji społecznych;
- przestrzegania zasad bezpieczeństwa;
- indywidualnych możliwości psychofizycznych.