

WYMOGI EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

rok szkolny 2025/2026

Zespół Szkół Nr 9 w Kaliszu

Wychowanie fizyczne pełni ważne funkcje edukacyjne, rozwojowe i zdrowotne. Wspiera rozwój fizyczny, psychiczny i społeczny. Kształtuje nawyk aktywności fizycznej i troski o zdrowie w okresie całego życia. Pełni wiodącą rolę w edukacji zdrowotnej uczniów, kształtuje nawyki systematycznego uczestnictwa przez całe życie w różnorodnych formach zajęć ruchowych.

I. ZAŁOŻENIA OGÓLNE

1. Przedmiotowe Zasady Oceniania przedstawia szczegółowe informacje dotyczące form i kryteriów oceniania z wychowania fizycznego.
2. Przedmiotowe Zasady Oceniania ucznia ma na celu rozpoznawanie przez nauczyciela poziomu i postępów w opanowaniu przez ucznia umiejętności i wiadomości z wychowania fizycznego.
3. Nauczyciel na początku roku szkolnego informuje uczniów, rodziców lub opiekunów prawnych o wymaganiach edukacyjnych wynikających z realizowanego przez siebie programu nauczania, o sposobach sprawdzania wiedzy i umiejętności oraz kryteriach oceny z wychowania fizycznego.
4. Ocena z wychowania fizycznego wystawiana jest dwa razy w ciągu roku szkolnego (na pierwsze półrocze oraz na koniec roku szkolnego) zgodnie z podanymi w PZO zasadami w skali od 1 do 6.
Ocena semestralna lub roczna nie jest średnią arytmetyczną ocen cząstkowych.
5. Każdy uczeń podlega ocenie z wychowania fizycznego.
6. W uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego.
7. Decyzję o zwolnieniu ucznia z zajęć podejmuje Dyrektor szkoły na podstawie opinii wydanej przez lekarza specjalistę lub poradnię psychologiczno - pedagogiczną.

8. W przypadku zwolnienia ucznia z zajęć, w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się „zwolniony”.
9. Uczeń może być zwolniony z ćwiczeń (częściowo lub na stałe) przez Dyrektora Szkoły po przedłożeniu zwolnienia lekarskiego.
10. Uczeń może być zwolniony przez nauczyciela w przypadku chwilowej niedyspozycji.
11. Uczeń może być zwolniony z pewnych zadań ruchowych, (z których nie jest oceniany) po przedłożeniu zaświadczenia lekarskiego lub w uzasadnionych przypadkach przez rodzica.
12. Jeżeli uczeń nie może uczestniczyć w sprawdzianach z powodu nieobecności lub nie przygotowania do zajęć jest zobowiązany uzupełnić braki.
13. W przypadku opuszczenia ponad 50% lekcji bez usprawiedliwienia uczeń lub jego rodzice mogą złożyć wniosek o egzamin klasyfikacyjny. Zgodę na egzamin wyraża Rada Pedagogiczna.
14. Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego należy brać pod uwagę:
 - wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć oraz czynione przez niego postępy (miarą wysiłku wkładanego w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki wychowania fizycznego może być systematyczność udziału w zajęciach wychowania fizycznego, a także aktywność uczniów w trakcie zajęć);
 - sprawność fizyczna, umiejętności techniczne i taktyczne ucznia;
 - aktywność i frekwencję (wskaźnikiem aktywności może być wykonywanie zadań w trakcie zajęć na miarę możliwości ucznia);
 - wiadomości na temat: edukacji zdrowotnej i bezpieczeństwa, przepisów gier zespołowych i techniki wykonania elementów technicznych różnych zadań ruchowych, zasad fair play;
 - reprezentowanie szkoły na zawodach sportowych.
15. Nauczyciel jest zobowiązany na podstawie pisemnej opinii poradni psychologiczno - pedagogicznej lub innej 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.

16. Ocenianie osiągnięć edukacyjnych ucznia polega na rozpoznawaniu przez nauczyciela poziomu i postępów w opanowaniu przez ucznia wiadomości i umiejętności w stosunku do wymagań edukacyjnych, wynikających z podstawy programowej.
17. Wymagania szczegółowe zajęć prowadzonych w systemie klasowo -lekcyjnym prowadzone są w ramach następujących bloków tematycznych:
 - 1) postawa ucznia i jego kompetencje społeczne
 - 2) systematyczny udział i aktywność w trakcie zajęć
 - 3) sprawność fizyczna (kontrola)
 - 4) umiejętności ruchowe
 - 5) wiadomości
18. Ocena osiągnięć edukacyjnych odbywa się według następującej skali ocen:
 - niedostateczny
 - dopuszczający
 - dostateczny
 - dobry
 - bardzo dobry
 - celujący
19. Ocena jest jawna i uzasadniona, zarówno dla ucznia jak i dla rodzica.
20. Uczniowie są na bieżąco informowani o uzyskiwanych ocenach.
21. Nauczyciel wymaga tylko tego czego nauczył.
22. Zaproponowana przez nauczyciela ocena może zostać poprawiona na wyższą jeśli uczeń spełni wymagania na tę ocenę z dyscyplin wskazanych przez nauczyciela, systematycznie uczęszcza na zajęcia lekcyjne oraz jest przygotowany do ćwiczeń.
23. Wszystkie oceny cząstkowe podlegają poprawie w terminie uzgodnionym z nauczycielem.
24. Ocena poprawiona jest oceną ostateczną.
25. Oceny przedmiotowe muszą znajdować się w dzienniku zajęć lekcyjnych klas.
26. O uzyskaniu poszczególnych ocen uczniowie i rodzice będą informowani przez wpis do dziennika elektronicznego ucznia (lub zeszytu), bezpośrednio po otrzymaniu oceny.
27. O proponowanej ocenie semestralnej i rocznej rodzice i uczniowie zastaną

poinformowani poprzez otrzymanie kartki wraz z innymi ocenami, najpóźniej na tydzień przed radą klasyfikacyjną.

28. O uzyskanej przez ucznia niedostatecznej ocenie z przedmiotu na koniec semestru lub roku szkolnego rodzice zostaną powiadomieni za pośrednictwem dziennika elektronicznego.

II. SPOSOBY OCENIANIA OSIĄGNIĘĆ UCZNIÓW.

1. Na zajęciach lekcyjnych ocenie podlegają:

- aktywność,
- wiadomości,
- umiejętności,
- przestrzeganie zasad bezpieczeństwa,
- aktywność pozalekcyjna i pozaszkolna (udział w zajęciach pozalekcyjnych, zawodach sportowych, treningach klubów sportowych),
- zaangażowanie w działalność rekreacyjną lub sportową szkoły i środowiska.

2. Ocena śródroczna i roczna z wychowania fizycznego wystawiana jest przez nauczyciela prowadzącego zajęcia lekcyjne, na podstawie ocen ze wszystkich obszarów oceniania.

3. Sprawdzenie i ocenianie wiadomości i umiejętności odbywa się na bieżąco w czasie trwania pierwszego i drugiego półrocza.

4. Istnieje możliwość poprawy oceny zaproponowanej przez nauczyciela wychowania fizycznego na wyższą o jeden stopień, gdy uczeń spełni określone wymagania edukacyjne z danego poziomu nauczania.

5. Strój sportowy ustala nauczyciel uczący w porozumieniu z klasą.

6. Podczas całego roku szkolnego uczeń otrzymuje nie mniej niż 3 ocen częściowych w półroczu z następujących dziedzin.

a) aktywność:

- przygotowanie do zajęć (ubiór sportowy, higiena osobista);
- systematyczność, frekwencja;
- wykonywanie poleceń nauczyciela związanych z przedmiotem, zaangażowanie;
- pomoc ucznia w organizacji i przeprowadzeniu zajęć.

b) umiejętności:

- lekka atletyka
 - technika biegu i startu na 60m (szybkość);
 - technika biegu na 600m/1000m (wytrzymałość);

- technika skoku: w dal lub wzwyż (skoczność);
- technika rzutu: piłeczką palantową lub piłką lekarską (siła).
- gimnastyka:
 - poprawne wykonanie,
 - estetyka ruchu.
- gry zespołowe:
 - umiejętności techniczne (zawarte w wymaganiach edukacyjnych na danym poziomie)
- wiadomości:
 - diagnoza sprawności fizycznej;
 - podstawowe przepisy konkurencji lekkoatletycznych;
 - prawidłowe nazewnictwo ćwiczeń gimnastycznych;
 - podstawowe przepisy gier zespołowych;
 - znajomość zasad zdrowego stylu życia, fair play, kulturalnego kibicowania,
 - znajomość i przestrzeganie zasad bezpiecznego uczestnictwa w ruchu drogowym.
- zasady bezpieczeństwa (ocena z zachowania)
 - zachowanie, zdyscyplinowanie ucznia na lekcji w – f,
 - koleżeński stosunek do współwiczących, pomoc w czasie zajęć,
 - przestrzeganie regulaminów obiektów sportowych.

6. Uczeń może otrzymać dodatkowe oceny za:

- udział w zajęciach poza lekcyjnych,
- udział i reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych (aktywność sportowa),
- za osiągnięcie wybitnych wyników sportowych,
- za wykonanie dodatkowych zadań powierzonych przez nauczyciela.

III. SKALA OCEN

Ocena celująca - 6

1. Uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bdb (5).
2. Aktywnie uczestniczy w życiu sportowym na terenie szkoły, bądź też w innych formach działalności związanych z kulturą fizyczną. Prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia.
3. Zajmuje punktowane miejsca w zawodach sportowych, reprezentuje szkołę w zawodach.
4. Wykazuje się szczególnym zaangażowaniem w pracy, twórczą postawą, umiejętnościami i wiadomościami wykraczającymi poza program nauczania w danej klasie.

Ocena bardzo dobra - 5

1. Uczeń całkowicie opanował materiał podstawy programowej z danego poziomu nauczania.
2. Prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia, potrafi zdiagnozować swój rozwój i sprawność fizyczną.
3. Nauczane elementy wykonuje poprawnie pod względem techniki, pewnie i w odpowiednim tempie;
4. Zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w podstawie programowej.
5. Posiada duże wiadomości w zakresie kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu.
6. Systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu.
7. Jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego nie budzą najmniejszych zastrzeżeń.
8. Bierze aktywny udział w zajęciach dodatkowych i zawodach sportowych.

Ocena dobra - 4

1. Uczeń częściowo opanował materiał podstawy programowej.
2. Dysponuje dobrą sprawnością motoryczną.
3. Ćwiczenia wykonuje prawidłowo, lecz nie dość dokładnie, z małymi błędami technicznymi.
4. Posiadane wiadomości potrafi wykorzystać w praktyce przy pomocy nauczyciela.
5. Podejmuje próby diagnozy swojego rozwoju i sprawności fizycznej.
5. Nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnianiem, wskazuje stałe i dość dobre postępy w tym zakresie.
6. Jego postawa społeczna i stosunek do kultury fizycznej nie budzi większych zastrzeżeń.
7. Prowadzi higieniczny tryb życia, uczestniczy w zajęciach poza szkolnych o charakterze sportowo- rekreacyjnym.

Ocena dostateczna - 3

1. Uczeń opanował materiał podstawy programowej na przeciętnym poziomie ze znacznymi lukami.
2. Dysponuje przeciętną sprawnością motoryczną. Ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie z większymi błędami technicznymi.
3. Wykazuje małe postępy w usprawnianiu motorycznym.
4. Z pomocą nauczyciela podejmuje próby diagnozy swojego rozwoju i sprawności fizycznej.
5. W jego wiadomościach z zakresu kultury fizycznej są znaczne luki, nie potrafi ich wykorzystać w praktyce.
6. Wykazuje małe postępy w usprawnianiu.

7. Przejawia pewne braki w zakresie wychowania społecznego, w postawie i stosunku do kultury fizycznej.

Ocena dopuszczająca - 2

1. Uczeń nie opanował materiału podstawy programowej w stopniu dostatecznym i ma poważne luki.
2. Jest mało sprawny fizycznie.
3. Ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi.
4. Posiada małe wiadomości z zakresu kultury fizycznej, nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną.
5. Nie jest pilny i wykazuje bardzo małe postępy w usprawnianiu.
6. Na zajęciach z wychowania fizycznego przejawia poważne braki w zakresie wychowania społecznego, ma niechętny stosunek do ćwiczeń.

Ocena niedostateczna - 1

1. Uczeń jest daleki od spełnienia wymagań stawianych przez program.
2. Posiada bardzo niską sprawność motoryczną.
3. Wykonuje jedynie najprostsze ćwiczenia i w dodatku z rażącymi błędami.
4. Charakteryzuje się niewiedzą w zakresie kultury fizycznej.
5. Ma lekceważący stosunek do zajęć i nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu.
6. Na lekcjach wychowania fizycznego wykazuje duże i rażące braki w zakresie wychowania społecznego.