WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

DLA KLASY III LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCEGO

Rok szkolny 2026/2027

Przedmiot: wychowanie fizyczne

Klasa: III liceum ogólnokształcącego

Nauczyciele:
Aleksandra Dziubałtowska, Michał Krymarys, Michał Stępniewski, Ludwik Sikorski, Jakub Bińkowski

Program nauczania:
Program nauczania wychowania fizycznego według nowej podstawy programowej dla szkół podstawowych i ponadpodstawowych autorstwa Krzysztofa Warchoła, Wydawnictwo Oświatowe FOSZE.

Wymagania edukacyjne opracowano z uwzględnieniem programu nauczania K. Warchoła, podstawy programowej wychowania fizycznego oraz zasad oceniania obowiązujących w szkole.

2. CELE OCENIANIA

Ocenianie osiągnięć edukacyjnych ucznia z wychowania fizycznego ma na celu:

1. rozpoznawanie poziomu i postępów ucznia w zakresie wiadomości, umiejętności ruchowych i kompetencji społecznych;
2. monitorowanie indywidualnego rozwoju fizycznego ucznia;
3. kształtowanie potrzeby systematycznej aktywności fizycznej;
4. motywowanie ucznia do podejmowania wysiłku oraz doskonalenia własnych możliwości;
5. kształtowanie odpowiedzialności za własne zdrowie i bezpieczeństwo;
6. rozwijanie kompetencji społecznych, w szczególności współpracy, odpowiedzialności, szacunku i przestrzegania zasad fairplay;
7. kształtowanie umiejętności samooceny i samokontroli;
8. rozwijanie umiejętności planowania, monitorowania i oceny własnej aktywności fizycznej;
9. dostarczanie uczniowi informacji o jego postępach oraz wskazywanie obszarów wymagających dalszej pracy;
10. motywowanie do podejmowania aktywności fizycznej również poza szkołą i w czasie wolnym.

3. OBSZARY PODLEGAJĄCE OCENIANIU

W procesie oceniania uwzględnia się w szczególności następujące obszary:

1. **wysiłek i zaangażowanie ucznia;**
2. **systematyczność udziału w zajęciach;**
3. **aktywność podczas lekcji;**
4. **postęp w zakresie sprawności fizycznej;**
5. **umiejętności ruchowe;**
6. **wiadomości dotyczące aktywności fizycznej, zdrowia i kultury fizycznej;**
7. **kompetencje społeczne;**
8. **przestrzeganie zasad bezpieczeństwa;**
9. **przestrzeganie zasad fairplay;**
10. **umiejętność samooceny i samokontroli;**
11. **umiejętność planowania i organizowania aktywności fizycznej;**
12. **podejmowanie aktywności fizycznej poza obowiązkowymi zajęciami szkolnymi.**

Przy ustalaniu oceny klasyfikacyjnej szczególne znaczenie mają wysiłek ucznia, systematyczność udziału w zajęciach oraz jego aktywność w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej.

4. FORMY SPRAWDZANIA OSIĄGNIĘĆ EDUKACYJNYCH

Osiągnięcia ucznia mogą być sprawdzane poprzez:

1. obserwację aktywności i zaangażowania podczas zajęć;
2. ocenę umiejętności ruchowych;
3. ocenę indywidualnego postępu w zakresie sprawności fizycznej;
4. testy i próby sprawności fizycznej;
5. sprawdziany praktyczne;
6. odpowiedzi ustne;
7. kartkówki i krótkie formy sprawdzania wiadomości;
8. sprawdziany wiadomości;
9. zadania indywidualne i zespołowe;
10. projekty indywidualne i zespołowe;
11. obserwację kompetencji społecznych;
12. samoocenę ucznia;
13. realizację zadań związanych z planowaniem aktywności fizycznej;
14. prowadzenie lub przygotowanie rozgrzewki;
15. realizację zadań związanych z organizacją zawodów i wydarzeń sportowych;
16. obserwację systematyczności podejmowania aktywności fizycznej.

5. OBOWIĄZKOWE FORMY SPRAWDZANIA OSIĄGNIĘĆ

Do podstawowych form sprawdzania osiągnięć ucznia, niezbędnych do klasyfikacji, należą:

1. **co najmniej jeden sprawdzian/test z zakresu gier zespołowych;**
2. **co najmniej jeden sprawdzian/test z zakresu lekkoatletyki;**
3. **co najmniej jeden test lub próba zadań ogólnorozwojowych i sprawności fizycznej;**
4. **co najmniej jedna ocena z aktywności i zaangażowania podczas zajęć.**

Uczeń powinien uzyskać w każdym półroczu **minimum cztery oceny z obowiązkowych form sprawdzania osiągnięć**, z zastrzeżeniem sytuacji wynikających z usprawiedliwionej nieobecności, ograniczeń zdrowotnych lub innych uzasadnionych okoliczności.

W przypadku nieobecności ucznia podczas obowiązkowego sprawdzianu nauczyciel ustala termin oraz formę uzupełnienia wymaganej aktywności, z uwzględnieniem możliwości psychofizycznych ucznia.

6. ZASADY OCENIANIA

1. Ocenianie z wychowania fizycznego odbywa się zgodnie ze Statutem Szkoły oraz obowiązującymi przepisami prawa oświatowego.
2. Oceny bieżące z poszczególnych form sprawdzania osiągnięć mają **wagę 1**, z wyjątkiem oceny za aktywne uczestnictwo w zajęciach wychowania fizycznego w półroczu, która ma **wagę 2**.
3. Ocena klasyfikacyjna śródroczna i roczna **nie jest prostą średnią arytmetyczną ani średnią ważoną ocen bieżących**.
4. Przy ustalaniu oceny klasyfikacyjnej bierze się pod uwagę całokształt pracy ucznia, ze szczególnym uwzględnieniem jego wysiłku, systematyczności, aktywności i indywidualnego postępu.
5. Wynik uzyskany w pojedynczej próbie sprawnościowej nie stanowi samodzielnej i wyłącznej podstawy ustalenia oceny klasyfikacyjnej.
6. Przy ocenie sprawności fizycznej uwzględnia się możliwości psychofizyczne ucznia, jego wysiłek, systematyczność oraz indywidualny postęp.
7. Uczeń ma prawo do poprawy lub uzupełnienia zaliczenia, jeżeli nie uczestniczył w nim z uzasadnionych przyczyn, na zasadach określonych przez nauczyciela.

7. NIEPRZYGOTOWANIE DO ZAJĘĆ

1. Uczeń może zgłosić **trzy nieprzygotowania w każdym półroczu**.
2. Nieprzygotowanie może dotyczyć w szczególności:
    - braku wymaganego stroju sportowego;
    - braku wymaganych materiałów lub przygotowania do zaplanowanego zadania;
    - braku dokumentu potwierdzającego zwolnienie lub ograniczenie udziału w zajęciach, jeżeli dokument taki jest wymagany.
3. Nieprzygotowanie należy zgłosić nauczycielowi **przed rozpoczęciem lekcji**.

4. Każde nieprzygotowanie odnotowuje się w dzienniku elektronicznym.

8. ZASADY USTALANIA OCENY KLASYFIKACYJNEJ

Ocena śródroczna i roczna jest ustalana na podstawie całokształtu pracy ucznia w okresie klasyfikacyjnym.

Przy ustalaniu oceny uwzględnia się w szczególności:

- wysiłek wkładany w wykonywanie zadań;
- systematyczność udziału w zajęciach;
- aktywność i zaangażowanie;
- indywidualny postęp w zakresie sprawności fizycznej;
- poziom opanowania umiejętności ruchowych;
- poziom wiadomości;
- kompetencje społeczne;
- przestrzeganie zasad bezpieczeństwa;
- przestrzeganie zasad fair play;
- współpracę z zespołem;
- odpowiedzialność i samodzielność;
- umiejętność samooceny i samokontroli.

Ocena klasyfikacyjna nie jest ustalana wyłącznie na podstawie wyników prób sprawnościowych ani poziomu sprawności fizycznej ucznia.

9. DODATKOWA AKTYWNOŚĆ UCZNIA

Ocena śródroczna lub roczna może zostać podwyższona o jeden stopień za dodatkową aktywność ucznia na rzecz kultury fizycznej.

Pod uwagę mogą być brane w szczególności:

1. udział w zajęciach rekreacyjno-sportowych;
2. udział w zawodach sportowych, turniejach i rozgrywkach pozaszkolnych;
3. reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych;
4. udział w konkursach o tematyce sportowej i prozdrowotnej;
5. udokumentowana aktywność fizyczna poza szkołą;
6. współorganizacja szkolnego lub międzyszkolnego wydarzenia sportowego;
7. współorganizacja Dnia Sportu, turniejów lub rozgrywek;
8. prowadzenie co najmniej raz w półroczu rozgrzewki oraz przygotowanie jej konspektu;
9. dokumentowanie własnej aktywności fizycznej za pomocą dzienniczka treningowego lub odpowiednich aplikacji;
10. podejmowanie działań promujących aktywność fizyczną w środowisku szkolnym lub lokalnym;

11. udział w masowych imprezach sportowo-rekreacyjnych, np. biegach ulicznych, rajdach rowerowych czy aktywnych formach turystyki.

Podwyższenie oceny klasyfikacyjnej z tytułu dodatkowej aktywności może nastąpić **maksymalnie o jeden stopień**.

Ocena za dodatkową aktywność może być uwzględniana na koniec pierwszego półrocza oraz na koniec roku szkolnego.

10. ZWOLNIENIA I OGRANICZENIA W UDZIALE W ZAJĘCIACH WF

1. W przypadku ograniczonych możliwości wykonywania przez ucznia określonych ćwiczeń fizycznych nauczyciel dostosowuje wymagania i dobiera zadania do zaleceń wynikających z dokumentacji medycznej.
2. Jeżeli lekarz stwierdzi brak możliwości uczestniczenia ucznia w zajęciach wychowania fizycznego, dyrektor szkoły może zwolnić ucznia z realizacji tych zajęć na czas określony w opinii lekarza, zgodnie z obowiązującymi przepisami.
3. Zwolnienie z określonych ćwiczeń fizycznych nie jest równoznaczne ze zwolnieniem z całych zajęć wychowania fizycznego.
4. W przypadku ograniczeń zdrowotnych nauczyciel stosuje odpowiednie, bezpieczne i alternatywne zadania umożliwiające realizację celów edukacyjnych.
5. Uczeń zwolniony z realizacji zajęć wychowania fizycznego nie jest zobowiązany do wykonywania zadań ruchowych objętych zwolnieniem.
6. Jeżeli okres zwolnienia uniemożliwia ustalenie śródrocznej lub rocznej oceny klasyfikacyjnej, stosuje się rozwiązania przewidziane w obowiązujących przepisach prawa oświatowego.

11. NIEKLASYFIKOWANIE Z POWODU NIEOBECNOŚCI

W przypadku braku możliwości ustalenia oceny klasyfikacyjnej z powodu nieobecności ucznia stosuje się przepisy dotyczące klasyfikowania uczniów.

Egzaminu klasyfikacyjny obejmuje:

1. zadania dotyczące wiadomości z zakresu wychowania fizycznego;
2. zadania praktyczne dotyczące umiejętności ruchowych realizowanych w danym okresie;
3. inne zadania wynikające z wymagań edukacyjnych i programu nauczania.

Zakres i formę egzaminu ustala się zgodnie z obowiązującymi przepisami oraz Statutem Szkoły.

12. DOSTOSOWANIE WYMAGAŃ EDUKACYJNYCH

Wymagania edukacyjne dostosowuje się do indywidualnych potrzeb psychofizycznych i edukacyjnych ucznia, zgodnie z obowiązującymi przepisami oraz posiadaną przez szkołę dokumentacją, w szczególności opinią lub orzeczeniem poradni psychologiczno-pedagogicznej, a także zaleceniami dotyczącymi stanu zdrowia ucznia.

W przypadku ograniczeń w aktywności fizycznej:

1. dobór ćwiczeń dostosowuje się do możliwości ucznia;
2. uwzględnia się przeciwwskazania oraz zalecenia dotyczące aktywności fizycznej;
3. ocenia się przede wszystkim wysiłek, zaangażowanie i postęp możliwy do osiągnięcia przez ucznia;
4. nie wymaga się wykonania ćwiczeń, których uczeń nie może bezpiecznie wykonać;
5. stosuje się alternatywne zadania umożliwiające realizację celów edukacyjnych;
6. kryteria wykonania zadania mogą zostać odpowiednio zmodyfikowane;
7. przy ocenie uwzględnia się indywidualne możliwości psychofizyczne ucznia.

13. WYMAGANIA EDUKACYJNE DLA KLASY III LO

Uczeń klasy III liceum, w zakresie wiadomości i umiejętności, powinien:

A. Sprawność fizyczna

1. rozpoznawać podstawowe zdolności motoryczne;
2. znać sposoby rozwijania siły, szybkości, wytrzymałości, gibkości i koordynacji;
3. wykonywać próby sprawnościowe przewidziane programem nauczania;
4. znać zasady przeprowadzania i interpretowania wybranych prób sprawnościowych;
5. samodzielnie przeprowadzać wybrane próby sprawnościowe według Indeksu Sprawności Fizycznej K. Zuchory;
6. wykonywać dodatkowe próby sprawności fizycznej określone w programie nauczania;
7. znać i wykonywać wybrane testy sprawności fizycznej wykorzystywane w rekrutacji do służb mundurowych, w szczególności Policji, Wojska Polskiego i Państwowej Straży Pożarnej;
8. podejmować działania na rzecz poprawy własnej sprawności fizycznej;
9. dostosowywać intensywność wysiłku do własnych możliwości;
10. znać podstawowe sposoby monitorowania intensywności wysiłku;
11. korzystać z nowoczesnych urządzeń i aplikacji służących do monitorowania aktywności fizycznej;
12. obserwować i oceniać własne postępy.

Próby i testy sprawnościowe mają przede wszystkim charakter diagnostyczny i edukacyjny. Ich wyniki nie stanowią samodzielnej podstawy oceny klasyfikacyjnej.

B. Umiejętności ruchowe

Uczeń:

1. wykonuje podstawowe elementy techniki w piłce nożnej;
2. wykonuje podstawowe elementy techniki w koszykówce;
3. wykonuje podstawowe elementy techniki w piłce ręcznej;
4. wykonuje podstawowe elementy techniki w piłce siatkowej;
5. stosuje podstawowe zasady taktyczne w ataku i obronie;
6. wykorzystuje poznane umiejętności podczas gier i ćwiczeń;
7. przestrzega podstawowych przepisów poznawanych gier zespołowych;
8. wykonuje podstawowe ćwiczenia gimnastyczne;
9. demonstruje ćwiczenia kształtujące prawidłową postawę ciała;
10. prowadzi rozgrzewkę ogólnorozwojową lub rozgrzewkę dostosowaną do określonej formy aktywności;
11. potrafi przygotować miejsce do ćwiczeń;
12. potrafi wykonać start niski i bieg na dystansie 100 m;
13. wykonuje skok w dal sposobem naturalnym;
14. wykonuje serię przeskoków nad przeszkodami;
15. potrafi zatańczyć podstawowe figury i układ poloneza;
16. dobiera ćwiczenia relaksacyjne do własnych potrzeb;
17. stosuje zasady asekuracji podczas wykonywania ćwiczeń.

C. Wiadomości dotyczące zdrowia i aktywności fizycznej

Uczeń:

1. zna znaczenie aktywności fizycznej dla zdrowia fizycznego i psychicznego;
2. zna zasady zdrowego stylu życia;
3. zna podstawowe zasady prawidłowego odżywiania;
4. zna znaczenie prawidłowego nawodnienia;
5. zna znaczenie snu i regeneracji;
6. zna znaczenie rozgrzewki;
7. zna podstawowe zasady treningu zdrowotnego;
8. zna sposoby monitorowania intensywności wysiłku;
9. zna zasady bezpiecznego korzystania ze sprzętu i obiektów sportowych;
10. zna podstawowe przepisy poznawanych gier zespołowych;
11. zna zasady fairplay;
12. zna znaczenie aktywności fizycznej w profilaktyce chorób cywilizacyjnych;
13. zna zasady ergonomicznego podnoszenia i przenoszenia przedmiotów;
14. zna podstawowe zasady postępowania w przypadku urazu.

D. Organizacja i planowanie aktywności fizycznej

Uczeń:

1. potrafi zaplanować prostą formę aktywności fizycznej;
2. potrafi dobrać ćwiczenia do określonego celu;
3. potrafi przygotować prostą rozgrzewkę;
4. potrafi przeprowadzić rozgrzewkę pod nadzorem nauczyciela;
5. potrafi przygotować podstawowy konspekt rozgrzewki;
6. potrafi współorganizować klasowe lub szkolne wydarzenie sportowe;
7. potrafi wykorzystać aplikacje lub urządzenia do monitorowania aktywności fizycznej;
8. potrafi dokonać podstawowej samooceny własnej aktywności i postępów.

E. Bezpieczeństwo

Uczeń:

1. przestrzega regulaminów obowiązujących podczas zajęć;
2. stosuje się do poleceń nauczyciela;
3. prawidłowo korzysta ze sprzętu sportowego;
4. zna zasady bezpiecznego wykonywania ćwiczeń;
5. rozpoznaje sytuacje potencjalnie niebezpieczne;
6. dba o bezpieczeństwo własne i innych;
7. stosuje podstawowe zasady asekuracji;
8. zna podstawowe zasady postępowania w przypadku urazu;
9. potrafi ergonomicznie podnosić i przenosić przedmioty o różnym ciężarze i wielkości.

F. Kompetencje społeczne

Uczeń:

1. przestrzega zasad fairplay;
2. szanuje przeciwnika, partnera i nauczyciela;
3. współpracuje w zespole;
4. respektuje ustalone zasady;
5. odpowiedzialnie wykonuje powierzone zadania;
6. potrafi przyjąć zwycięstwo i porażkę;
7. pomaga osobom potrzebującym wsparcia;
8. nie wyklucza osób o niższym poziomie sprawności;
9. potrafi pełnić różne role podczas zajęć;
10. wykazuje odpowiedzialność za bezpieczeństwo własne i innych;
11. potrafi komunikować się z innymi w sposób kulturalny;
12. podejmuje działania na rzecz zespołu i szkolnej kultury fizycznej.

14. KRYTERIA OCENY KLASYFIKACYJNEJ

OCENA CELUJĄCA – 6

Uczeń:

1. systematycznie, aktywnie i z bardzo dużym zaangażowaniem uczestniczy w zajęciach;
2. podejmuje wysiłek adekwatny do swoich możliwości i dąży do ich rozwijania;
3. wykazuje inicjatywę i samodzielność w podejmowaniu aktywności fizycznej;
4. systematycznie pracuje nad poprawą własnej sprawności;
5. osiąga znaczący indywidualny postęp;
6. bardzo dobrze opanował wymagane programem umiejętności ruchowe;
7. potrafi wykorzystać poznane umiejętności w sytuacjach praktycznych;
8. prawidłowo stosuje zasady techniczne i taktyczne;
9. potrafi samodzielnie zaplanować i przeprowadzić prostą formę aktywności fizycznej;
10. potrafi dobrać ćwiczenia do określonego celu;
11. potrafi kontrolować intensywność wysiłku;
12. posiada bardzo dobrą wiedzę dotyczącą zdrowia i aktywności fizycznej;
13. zna znaczenie aktywności fizycznej, prawidłowego odżywiania, nawodnienia, snu i regeneracji;
14. bezwzględnie przestrzega zasad bezpieczeństwa;
15. prezentuje wzorową postawę fair play;
16. odpowiedzialnie współpracuje z zespołem;
17. szanuje wszystkich uczestników zajęć;
18. potrafi pełnić różne role podczas aktywności sportowej;
19. dokonuje trafnej samooceny własnej sprawności i postępów;
20. podejmuje regularną aktywność fizyczną poza obowiązkowymi zajęciami;
21. angażuje się w działania na rzecz szkolnej lub lokalnej kultury fizycznej;
22. prezentuje wysoką kulturę osobistą i odpowiedzialną postawę wobec własnego zdrowia.

OCENA BARDZO DOBRA – 5

Uczeń:

1. systematycznie uczestniczy w zajęciach;
2. aktywnie i z zaangażowaniem wykonuje powierzone zadania;
3. podejmuje wysiłek adekwatny do swoich możliwości;
4. wykazuje systematyczny postęp w zakresie sprawności fizycznej;
5. bardzo dobrze opanował większość wymaganych umiejętności ruchowych;
6. poprawnie stosuje poznane elementy techniczne i taktyczne;
7. potrafi zastosować poznane umiejętności podczas gier i ćwiczeń;
8. zna podstawowe zasady planowania aktywności fizycznej;
9. zna sposoby rozwijania podstawowych zdolności motorycznych;
10. zna znaczenie aktywności fizycznej dla zdrowia;
11. posiada dobrą wiedzę dotyczącą zdrowego stylu życia;
12. zna znaczenie rozgrzewki, regeneracji i prawidłowego nawodnienia;
13. przestrzega zasad bezpieczeństwa;

14. przestrzega zasad fair play;
15. właściwie współpracuje z innymi;
16. odpowiedzialnie korzysta ze sprzętu sportowego;
17. potrafi dokonać podstawowej samooceny własnych możliwości i postępów;
18. reaguje na uwagi nauczyciela i wykorzystuje je w procesie doskonalenia;
19. podejmuje dodatkową aktywność fizyczną lub działania na rzecz kultury fizycznej.

OCENA DOBRA – 4

Uczeń:

1. zazwyczaj systematycznie uczestniczy w zajęciach;
2. jest aktywny podczas większości lekcji;
3. podejmuje wysiłek fizyczny;
4. wykazuje postęp w zakresie własnej sprawności;
5. opanował podstawowe umiejętności ruchowe przewidziane programem;
6. poprawnie wykonuje większość podstawowych ćwiczeń;
7. zna podstawowe zasady techniczne i taktyczne poznawanych dyscyplin;
8. zna podstawowe przepisy gier zespołowych;
9. potrafi wykorzystać wybrane umiejętności w sytuacjach praktycznych;
10. zna podstawowe zasady rozwijania sprawności fizycznej;
11. zna znaczenie aktywności fizycznej dla zdrowia;
12. zna podstawowe zasady zdrowego stylu życia;
13. zna zasady bezpieczeństwa podczas zajęć;
14. zazwyczaj przestrzega zasad fair play;
15. współpracuje z zespołem;
16. reaguje na wskazówki nauczyciela;
17. podejmuje próby oceny własnej aktywności i sprawności;
18. potrafi wykonać podstawowe zadania związane z organizacją aktywności fizycznej.

OCENA DOSTATECZNA – 3

Uczeń:

1. uczestniczy w zajęciach, jednak jego aktywność jest nierównomierna;
2. wykonuje podstawowe zadania ruchowe;
3. opanował podstawowe, niezbędne umiejętności przewidziane programem;
4. podejmuje próby rozwijania własnej sprawności;
5. wykonuje ćwiczenia z pomocą lub według wskazówek nauczyciela;
6. zna podstawowe zasady wybranych gier i dyscyplin sportowych;
7. zna podstawowe zasady bezpieczeństwa;
8. zna podstawowe znaczenie aktywności fizycznej dla zdrowia;
9. zna wybrane zasady zdrowego stylu życia;
10. z pomocą nauczyciela potrafi dokonać oceny własnych możliwości;
11. zazwyczaj przestrzega ustalonych zasad;
12. podejmuje współpracę z zespołem;

13. wymaga motywowania do większej aktywności i systematyczności;
14. korzysta ze wskazówek nauczyciela w celu poprawy wykonywanych zadań;
15. wykonuje podstawowe zadania ruchowe na poziomie umożliwiającym dalsze doskonalenie.

OCENA DOPUSZCZAJĄCA – 2

Uczeń:

1. uczestniczy w zajęciach w ograniczonym zakresie;
2. wykazuje niewielką aktywność i zaangażowanie;
3. podejmuje próby wykonywania podstawowych zadań ruchowych;
4. opanował jedynie elementarne umiejętności przewidziane programem;
5. wymaga częstej pomocy i dodatkowych wskazówek nauczyciela;
6. ma trudności z zastosowaniem poznanych umiejętności w praktyce;
7. zna niektóre podstawowe zasady bezpieczeństwa;
8. posiada ograniczoną wiedzę dotyczącą aktywności fizycznej i zdrowego stylu życia;
9. wymaga motywowania do podejmowania wysiłku;
10. nie zawsze przestrzega zasad współpracy;
11. z pomocą nauczyciela wykonuje proste zadania;
12. reaguje na polecenia nauczyciela, jednak wymaga częstego przypominania o obowiązujących zasadach;
13. podejmuje minimalny wysiłek umożliwiający realizację podstawowych wymagań edukacyjnych.

OCENA NIEDOSTATECZNA – 1

Uczeń:

1. nie podejmuje aktywności fizycznej podczas zajęć pomimo podejmowanych przez nauczyciela działań motywujących;
2. świadomie i uporczywie odmawia wykonywania podstawowych zadań;
3. nie wykazuje zainteresowania własnym rozwojem fizycznym;
4. nie opanował podstawowych wiadomości i umiejętności przewidzianych programem;
5. nie podejmuje prób poprawy własnych umiejętności;
6. nie przestrzega podstawowych zasad bezpieczeństwa;
7. swoim zachowaniem stwarza zagrożenie dla siebie lub innych;
8. nie przestrzega zasad współpracy i fairplay;
9. nie reaguje na polecenia nauczyciela;
10. nie osiąga minimalnego poziomu wiadomości i umiejętności niezbędnego do uzyskania oceny dopuszczającej.

Ocena niedostateczna powinna być ustalana z uwzględnieniem całokształtu pracy ucznia oraz po wcześniejszym podjęciu przez nauczyciela działań motywujących i wspierających.

15. ZASADA INDYWIDUALIZACJI OCENIANIA

Wychowanie fizyczne jest przedmiotem, w którym szczególne znaczenie ma indywidualny rozwój ucznia.

Dlatego:

1. nie porównuje się bezpośrednio wyników sprawnościowych uczniów jako jedynej podstawy oceniania;
2. uwzględnia się indywidualne możliwości psychofizyczne ucznia;
3. uwzględnia się poziom sprawności wyjściowej;
4. uwzględnia się postęp osiągany przez ucznia;
5. docenia się systematyczność i podejmowany wysiłek;
6. wyniki testów sprawnościowych służą przede wszystkim diagnozie i monitorowaniu rozwoju;
7. uczniowi stwarza się możliwość poprawy i doskonalenia wykonywanych umiejętności;
8. ograniczenia zdrowotne nie mogą prowadzić do wymagania wykonania ćwiczeń przeciwwskazanych dla danego ucznia.

16. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego są zgodne ze Statutem Szkoły oraz obowiązującymi przepisami prawa oświatowego.
2. W sprawach nieuregulowanych w niniejszym dokumencie stosuje się zapisy Statutu Szkoły oraz obowiązujące przepisy prawa.
3. Wymagania mogą być aktualizowane w przypadku zmian podstawy programowej, przepisów prawa oświatowego, programu nauczania lub Statutu Szkoły.
4. Dokument obowiązuje w roku szkolnym **2026/2027**.
5. Dokument został opracowany w oparciu o program nauczania wychowania fizycznego autorstwa **Krzysztofa Warchoła**, z uwzględnieniem aktualnej podstawy programowej i szkolnych zasad oceniania.

Podstawa prawna

Dokument opracowano z uwzględnieniem w szczególności:

- ustawy z dnia 7 września 1991 r. o systemie oświaty, z późniejszymi zmianami;
- ustawy z dnia 14 grudnia 2016 r. – Prawo oświatowe, z późniejszymi zmianami;
- rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej z dnia 22 lutego 2019 r. w sprawie oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych, 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 zakresie przepisów obowiązujących od 1 września 2026 r.;
- programu nauczania wychowania fizycznego według nowej podstawy programowej dla szkół podstawowych i ponadpodstawowych autorstwa Krzysztofa Warchoła;
- Statutu Szkoły oraz wewnątrzszkolnych zasad oceniania.