

WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

Rok szkolny 2026/2027

I. Zasady ogólne

1. Na początku roku szkolnego nauczyciel informuje uczniów oraz ich rodziców lub opiekunów prawnych o wymaganiach edukacyjnych wynikających z realizowanego programu nauczania, a także o sposobach sprawdzania osiągnięć, wiedzy i umiejętności uczniów.
2. Oceny bieżące, śródroczne i roczne ustala się według następującej skali:
 - **celujący – 6,**
 - **bardzo dobry – 5,**
 - **dobry – 4,**
 - **dostateczny – 3,**
 - **dopuszczający – 2,**
 - **niedostateczny – 1.**
3. Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego nauczyciel bierze pod uwagę przede wszystkim:
 - zaangażowanie ucznia i wysiłek wkładany w wykonywanie zadań;
 - aktywność i systematyczność udziału w zajęciach;
 - postępy w rozwoju sprawności fizycznej;
 - poziom opanowania umiejętności ruchowych z uwzględnieniem indywidualnych możliwości ucznia;
 - przygotowanie do zajęć, w tym posiadanie odpowiedniego stroju sportowego;
 - przestrzeganie zasad bezpieczeństwa, higieny i zasad „fair play”;
 - wiadomości z zakresu kultury fizycznej, zdrowia i sportu;
 - właściwy stosunek do nauczyciela, innych uczniów i sprzętu sportowego;
 - udział w zawodach, turniejach i innych wydarzeniach sportowych reprezentujących klasę lub szkołę.
4. Wymagania edukacyjne dostosowuje się do indywidualnych potrzeb psychofizycznych i edukacyjnych ucznia zgodnie z obowiązującymi przepisami oraz zaleceniami wynikającymi z odpowiedniej dokumentacji ucznia.
5. W uzasadnionych przypadkach uczeń może zostać zwolniony z wykonywania określonych ćwiczeń fizycznych lub z realizacji zajęć wychowania fizycznego zgodnie z obowiązującymi przepisami.
6. Decyzję dotyczącą zwolnienia ucznia podejmuje dyrektor szkoły na podstawie wymaganej dokumentacji.
7. W przypadku zwolnienia ucznia z realizacji zajęć wychowania fizycznego, jeżeli nie ma podstaw do ustalenia oceny klasyfikacyjnej, w dokumentacji przebiegu nauczania dokonuje się odpowiedniego wpisu zgodnie z obowiązującymi przepisami.

II. Poprawa i zaliczanie sprawdzianów

8. Uczeń, który otrzymał ocenę niezadowalającą ze sprawdzianu umiejętności lub sprawności, ma możliwość jej poprawy w terminie do dwóch tygodni od daty wykonania zadania, po uzgodnieniu terminu z nauczycielem.
9. Uczeń, który z powodu usprawiedliwionej nieobecności, choroby, kontuzji lub innych uzasadnionych przyczyn nie mógł przystąpić do sprawdzianu, zalicza go w terminie ustalonym z nauczycielem.
10. W przypadku dłuższej nieobecności, choroby, kontuzji lub innych szczególnych okoliczności termin i sposób zaliczenia ustalane są indywidualnie, z uwzględnieniem możliwości ucznia.

III. Obszary podlegające ocenie

1. Sprawność i umiejętności ruchowe

Ocenie podlegają umiejętności i postępy ucznia w zakresie:

- lekkoatletyki;
- gier zespołowych;
- gier i zabaw rekreacyjnych;
- ćwiczeń ogólnorozwojowych;
- sportów indywidualnych;
- tańca i innych form aktywności ruchowej realizowanych zgodnie z programem nauczania.

Przy ocenie sprawności fizycznej bierze się pod uwagę przede wszystkim **indywidualne możliwości ucznia, wysiłek wkładany w wykonanie zadania oraz osiągnięte postępy**, a nie wyłącznie uzyskany wynik sportowy.

Słabszy wynik sprawnościowy sam w sobie nie stanowi podstawy do wystawienia oceny niedostatecznej. Ocenie podlega również sposób podejścia ucznia do zadania, jego zaangażowanie oraz podejmowanie próby wykonania ćwiczenia.

2. Aktywność i zaangażowanie

Ocenie podlegają:

- aktywny udział w lekcji;
- systematyczność wykonywania ćwiczeń;
- wysiłek wkładany w wykonywanie zadań;
- współpraca z nauczycielem i innymi uczniami;
- pomoc przy organizacji zajęć;
- sędziowanie, prowadzenie rozgrzewki oraz wykonywanie innych zadań powierzonych przez nauczyciela.

Uczeń, który z uzasadnionych powodów nie ćwiczy podczas lekcji, może zostać zaangażowany w pomoc organizacyjną lub realizować zadania teoretyczne z zakresu kultury fizycznej, zdrowia i sportu.

3. Wiadomości

Ocenie podlega wiedza dotycząca między innymi:

- przepisów gier i dyscyplin sportowych;
- zasad bezpieczeństwa podczas aktywności fizycznej;
- zasad higieny osobistej i odpowiedniego przygotowania do zajęć;
- aktywnego i bezpiecznego wypoczynku;
- rekreacji;
- podstaw pierwszej pomocy;
- wpływu wysiłku fizycznego na organizm;
- zasad zdrowego stylu życia;
- znaczenia aktywności fizycznej dla zdrowia człowieka;
- zasad „fair play”.

4. Udział w zawodach sportowych

Dodatkowo doceniane jest:

- reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych na szczeblu gminnym, powiatowym, rejonowym, wojewódzkim i wyższym;
- reprezentowanie klasy lub szkoły w turniejach i innych wydarzeniach sportowych;
- udział w rozgrywkach międzyklasowych;
- zaangażowanie w organizację szkolnych wydarzeń sportowych.

Udział i osiągnięcia w zawodach mogą stanowić podstawę do wystawienia dodatkowej oceny celującej, jednak **udział w zawodach sportowych nie jest warunkiem koniecznym uzyskania celującej oceny klasyfikacyjnej z wychowania fizycznego.**

KRYTERIA NA POSZCZEGÓLNE OCENY Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

CELUJĄCY (6)

Uczeń:

- wykazuje **bardzo duże i systematyczne zaangażowanie** w zajęcia;
- osiąga bardzo dobre wyniki w stosunku do swoich indywidualnych możliwości oraz wykazuje wyraźny i systematyczny postęp;
- bardzo dobrze opanował umiejętności ruchowe przewidziane programem nauczania;
- aktywnie uczestniczy w lekcjach i chętnie podejmuje dodatkowe zadania;
- jest systematycznie przygotowany do zajęć i posiada odpowiedni strój sportowy;
- samodzielnie dąży do poprawy własnej sprawności fizycznej;
- zna i konsekwentnie stosuje zasady bezpieczeństwa i higieny;

- zawsze przestrzega zasad „fair play”;
- wykazuje właściwy stosunek do nauczyciela, współwiczących i sprzętu sportowego;
- chętnie pomaga nauczycielowi, np. przy organizacji zajęć, sędziowaniu lub prowadzeniu rozgrzewki;
- posiada bardzo dobre wiadomości z zakresu kultury fizycznej, sportu i zdrowego stylu życia oraz potrafi wykorzystywać je w praktyce;
- może aktywnie reprezentować klasę lub szkołę w zawodach, turniejach i innych wydarzeniach sportowych.

BARDZO DOBRY (5)

Uczeń:

- prezentuje umiejętności ruchowe na bardzo dobrym poziomie, odpowiednim do swoich możliwości;
- systematycznie i aktywnie uczestniczy w zajęciach;
- wkłada dużo wysiłku w wykonywanie ćwiczeń i doskonalenie własnej sprawności;
- wykazuje widoczne postępy w zakresie sprawności i umiejętności ruchowych;
- poprawnie wykonuje elementy techniczne sportów indywidualnych i zespołowych;
- jest systematycznie przygotowany i chętny do pracy;
- przestrzega zasad bezpieczeństwa i higieny;
- kieruje się zasadami „fair play”;
- posiada bardzo dobre wiadomości z zakresu kultury fizycznej i potrafi zastosować je w praktyce;
- właściwie współpracuje z nauczycielem i innymi uczniami;
- chętnie pomaga nauczycielowi oraz rówieśnikom;
- może reprezentować klasę lub szkołę podczas wydarzeń sportowych.

DOBRY (4)

Uczeń:

- opanował podstawowe umiejętności ruchowe na dobrym poziomie;
- poprawnie wykonuje większość podstawowych elementów technicznych indywidualnych i zespołowych form aktywności;
- stara się systematycznie wykonywać polecenia nauczyciela;
- jest zazwyczaj aktywny podczas zajęć;
- wykazuje umiarkowane, ale widoczne postępy w zakresie swojej sprawności;
- zazwyczaj jest przygotowany do lekcji, a przypadki braku stroju lub nieprzygotowania zdarzają się sporadycznie;
- posiada podstawowe wiadomości z zakresu kultury fizycznej;
- rozumie znaczenie aktywności fizycznej i zdrowego stylu życia;
- potrafi wykorzystać większość posiadanych wiadomości w praktyce;
- przestrzega zasad bezpieczeństwa, higieny oraz właściwego zachowania podczas lekcji.

DOSTATECZNY (3)

Uczeń:

- spełnia podstawowe wymagania programowe w ograniczonym zakresie;
- podstawowe ćwiczenia i zadania wykonuje samodzielnie lub z pomocą nauczyciela;
- jego aktywność i zaangażowanie są nieregularne;
- zdarza mu się przyjmować bierną lub niechętną postawę podczas zajęć;
- wkłada niewystarczający wysiłek w poprawę własnej sprawności;
- osiąga niewielkie postępy lub postępy te są nieregularne;
- zdarzają mu się częstsze przypadki nieprzygotowania do zajęć;
- posiada podstawowe wiadomości z zakresu wychowania fizycznego, ale ma trudności z samodzielnym wykorzystaniem ich w praktyce;
- wymaga motywowania i pomocy ze strony nauczyciela;
- przestrzega podstawowych zasad bezpieczeństwa i higieny podczas zajęć.

DOPUSZCZAJĄCY (2)

Uczeń:

- spełnia wymagania edukacyjne jedynie w minimalnym zakresie;
- wykazuje niewielkie zaangażowanie w zajęcia;
- często ćwiczy niechętnie i wymaga stałego motywowania przez nauczyciela;
- wykonuje proste ćwiczenia z licznymi błędami technicznymi, mimo udzielanej pomocy;
- często jest nieprzygotowany do zajęć;
- wykazuje duże braki w zakresie wiadomości z kultury fizycznej, jednak istnieje możliwość ich uzupełnienia w dalszym toku nauki;
- ma trudności z wykorzystaniem podstawowych wiadomości i umiejętności w praktyce;
- osiąga niewielkie postępy w podnoszeniu własnej sprawności, przede wszystkim z powodu niewystarczającego zaangażowania;
- nie zawsze przestrzega ustalonych zasad organizacji i bezpieczeństwa zajęć;
- wymaga częstego przypominania zasad właściwego zachowania i współpracy;
- sporadycznie podejmuje próby poprawy własnych wyników i umiejętności.