

# Przedmiotowe Zasady Oceniania

## Wychowanie Fizyczne 2025/2026

### 1. Założenia ogólne:

Na zajęciach z wychowania fizycznego obowiązuje strój sportowy (koszulka, spodenki i obuwie sportowe zmienne).

- a) formy dokonywania oceny:
  - za czynny udział w zajęciach,
  - za aktywność i wiadomości,
  - za sprawność i umiejętności.
- b) liczba ocen ze sprawdzianów sprawności i umiejętności:
  - minimum trzy oceny w semestrze,
- c) konsekwencje nieprzygotowania
  - uczeń może być nieprzygotowany do zajęć bez konsekwencji dwa razy w semestrze,
  - kolejne nieprzygotowanie do zajęć wiąże się z uzyskaniem oceny niedostatecznej, (częstkowej),
  - w przypadku opuszczenia 50% zajęć (brak czynnego uczestnictwa w zajęciach), uczeń może być nieklasyfikowany w semestrze lub na koniec roku szkolnego

### 2. Jakie elementy wiedzy przedmiotowej będą oceniane?

- a) rozumienie i właściwe posługiwanie się terminologią sportową,
- b) podstawowe wiadomości z zakresu kultury fizycznej,
  - zdrowe aspekty aktywności ruchowej,
  - przepisy gier i zabaw ruchowych
- c) umiejętność doboru ćwiczeń do rozwoju cech motorycznych, (prowadzenie rozgrzewki).

### 3. Jak będzie ustalona ocena semestralna i roczna:

- a) ocena będzie konsekwencją ocen częściowych za czynny udział w zajęciach, aktywność i wiadomości oraz sprawność i umiejętności
- b) uczeń, który nie brał czynnego udziału w więcej niż 50% zajęć może być nieklasyfikowany,
- c) w klasie programowo ostatej przy wystawianiu oceny końcowej bierze się pod uwagę oceny i pracę ucznia w latach poprzednich,
- d) przy wystawianiu oceny z wychowania fizycznego należy w sposób szczególny, brać pod uwagę aktywny udział w zajęciach, postęp i pracę ucznia nad poprawianiem własnej sprawności fizycznej.
- e) w klasach programowo wyższych, można wykorzystywać sprawdziany z klas niższych, stosując wyższe kryteria oceniania.
- f) w klasach kończących edukację szkolną przy wystawianiu oceny na świadectwo ukończenia szkoły, uwzględniamy oceny otrzymane przez ucznia na koniec roku szkolnego w klasach programowo niższych. Bierzymy w ten sposób pod uwagę pracę ucznia w całym cyklu kształcenia.

**4. Ocenianie aktywności i pracy dodatkowej ucznia:**

a) podwyższoną oceną cząstkową za aktywność uzyskują uczniowie za:

- aktywny udział w zajęciach, wykonywanie ćwiczeń i zadań w sposób zbliżony do maksimum swoich możliwości,
- inwencję twórczą, współuczestnictwo w organizacji zajęć,
- udział w zawodach szkolnych i pozaszkolnych,
- własne osiągnięcia sportowe.

**5. Uczeń spełniający wymagania edukacyjne podstawowe, otrzymuje ocenę co najmniej dostateczną.**

**6. Uczeń spełniający wymagania edukacyjne ponadpodstawowe otrzymuje ocenę dobrą i wyższe.**

**7. Wobec uczniów z grup dyspanseryjnych ustala się obniżenie wymagań edukacyjnych ze sprawności i umiejętności.**

**8. Uczeń, który był nieobecny na sprawdzianach oceniających sprawność motoryczną lub umiejętności ruchowe ma obowiązek zaliczenia danego elementu w terminie wyznaczonym przez nauczyciela. Uczeń, który nie zaliczy danego sprawdzianu w terminie otrzymuje ocenę niedostateczną.**

**9. Przy ocenie będą brane pod uwagę umiejętności kluczowe zawarte w rozkładach materiału nauczania opartym na podstawie programowej i treściach z programu z wychowania fizycznego.**

**10. Uczeń Zespołu Szkół nr 9 w Koszalinie, który zostanie wytypowany przez nauczyciela wychowania fizycznego do udziału w zawodach sportowych ma obowiązek godnego reprezentowania swojej szkoły na zawodach sportowych. Nie dostosowanie się przez ucznia do w/w punktu ma negatywny wpływ na ocenę z wychowania fizycznego (semestralna lub końcowo roczną) bądź na ocenę z zachowania.**

**11. Za rzeczy wartościowe pozostawione w szatni lub na zajęciach, nauczyciele wychowania fizycznego nie ponoszą odpowiedzialności.**

**12. Przed zajęciami obowiązkiem ucznia jest zdjąć wszelkie przedmioty wiszące (łańcuszki, koraliki, wisiorki itp.), pierścionki, zegarki, kolczyki w miejscach niebezpiecznych dla ciała, przez które uczeń mógłby doznać uszczerbku na zdrowiu i ciele. Długie włosy należy związać gumką. Uczeń, który nie dostosuje się do w/w pkt może zostać nie dopuszczony do zajęć.**

**13. Interpretacja wszystkich zapisów przysługuje nauczycielom wychowania fizycznego ZS NR 9.**

**14. Uczeń ma prawo nie ćwiczyć, bez usprawiedliwienia 2 razy w przeciągu jednego semestru. Każde kolejne nie przygotowanie, bez usprawiedliwienia powoduje otrzymanie oceny niedostatecznej za udział ucznia w zajęciach.**

**15. Kryteria wymagań edukacyjnych na poszczególne oceny:**

**Ocena niedostateczna:**

- Uczeń nie spełnia wymagań stawianych przez podstawę programową
- Posiada niską sprawność motoryczną.
- Uczeń nie wykonuje najprostszych ćwiczeń
- Uczeń nie wykazuje chęci poprawy ocen cząstkowych.
- Posiada minimalną wiedzę w zakresie kultury fizycznej.
- Ma lekceważący stosunek do zajęć i nie wykazuje żadnych postępów
- Nie zna podstawowych zwrotów i określeń sportowych.
- Na zajęciach wychowania fizycznego wykazuje duże i rażące braki w zakresie wychowania społecznego, jego stosunek do przedmiotu jest naganny
- Odmawia udziału w zajęciach pozalekcyjnych w zakresie kultury fizycznej.
- Frekwencja na zajęciach przekracza 50 % /czynny udział w zajęciach/

**Ocena dopuszczająca:**

- Uczeń nie opanował materiału programowego w stopniu dostatecznym
- Uczeń wykazuje się słabą sprawnością motoryczną
- Ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi.
- Posiada niewystarczające wiadomości z zakresu kultury fizycznej, nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną, brak nawyków higienicznych.
- Nie jest pilny i wykazuje małe postępy w usprawnianiu.
- Na zajęciach wychowania fizycznego, przejawia poważne braki w zakresie wychowania społecznego, ma niechętny stosunek do ćwiczeń.
- Unika zajęć pozalekcyjnych z kultury fizycznej.
- Od 59% - 50% czynnego udziału w zajęciach wychowania fizycznego.

**Ocena dostateczna:**

- Uczeń opanował materiał programowy w stopniu przeciętnym
- Dysponuje przeciętną sprawnością motoryczną.
- Ćwiczenia wykonuje niechętnie, w nieodpowiednim tempie lecz z błędami technicznymi.
- Wykazuje małe postępy w usprawnianiu motorycznym.
- W jego wiadomościach z zakresu kultury fizycznej są znaczne braki, a te które posiada nie potrafi wykorzystać w praktyce.
- Wykazuje małe postępy w usprawnianiu.
- Przejawia pewne braki w zakresie wychowania społecznego, w postawie i stosunku do kultury fizycznej.
- Nie bierze udziału w zajęciach pozalekcyjnych
- Od 69% - 60% czynnego udziału w zajęciach wychowania fizycznego.

• **Ocena dobra:**

- Uczeń opanował materiał programowy.
- Dysponuje dobrą sprawnością motoryczną.
- Ćwiczenia wykonuje prawidłowo, lecz nie dość dokładnie z małymi błędami technicznymi.
- Posiadane wiadomości potrafi wykorzystać w praktyce przy pomocy nauczyciela.
- Nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnianiem, wykazuje stałe i dość dobre postępy w tym zakresie.
- Rozumie i właściwie posługuje się terminologią sportową.
- Nie bierze udziału w zajęciach pozalekcyjnych.
- Od 79% - 70% czynnego udziału w zajęciach wychowania fizycznego.

**Ocena bardzo dobra:**

- Uczeń całkowicie opanował podstawę programową w stopniu dobrym
- Jest sprawny fizycznie.
- Ćwiczenia wykonuje z właściwą techniką, pewnie, w odpowiednim tempie i dokładnie zna przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie.
- Posiada obszerne wiadomości w zakresie kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu.
- Systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu.
- Jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do przedmiotu nie budzą najmniejszych zastrzeżeń.
- Posługuje się terminologią sportową.
- Bierze aktywny udział w zajęciach SKS-ego i zawodach sportowych, nie jest to jednak działalność systematyczna.
- Od 89% - 80% czynnego udziału w zajęciach wychowania fizycznego.

**Ocena celująca:**

- Uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bdb.
- Aktywnie uczestniczy w życiu sportowym szkoły, bądź też w innych formach działalności związanych z kulturą fizyczną.
- Systematycznie bierze udział w zajęciach pozalekcyjnych.
- Bierze udział w zawodach na szczeblu miejskim, powiatowym, wojewódzkim.
- Od 100% – 90% czynnego udziału w zajęciach wychowania fizycznego.

**16. W związku ze zmianą podstawy programowej w zakresie wychowania fizycznego w roku 2025/2026, podczas zajęć dydaktycznych będzie kładziony nacisk na rozwój podstawowych umiejętności ruchowych, które umożliwiają dzieciom i młodzieży podejmowanie różnorodnych form aktywności fizycznej przez całe życie. Opierać się on będzie na kształtowaniu kompetencji ruchowych, budowaniu motywacji do podejmowania aktywności fizycznej oraz promowaniu zdrowego stylu życia poprzez ruch i zabawę – nie ogranicza się jedynie do realizacji celów operacyjnych czy oceny wybranych elementów sprawności fizycznej. Nowa podstawa programowa obejmować będzie fakultatywny dział umożliwiający zapoznanie z ćwiczeniami, które są stosowane w trakcie rekrutacji do służb mundurowych i innych zawodów, w których wymagana jest wysoka sprawność fizyczna.**