WYMAGANIA EDUKACYJNE

z przedmiotu wychowanie fizyczne

w klasie siódmej

Szkoły Podstawowej nr 20

w Legnicy

ROK SZKOLNY 2026/2027

SZCZEGÓŁOWE WARUNKI I SPOSÓB OCENIANIA

Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego należy brać przede wszystkim wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć także systematyczność udziału ucznia w zajęciach oraz aktywność ucznia w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej. Wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się obowiązków wynikających ze specyfiki wychowania fizycznego rozumiany jest nie jako wysiłek fizyczny lecz całokształt starań ucznia na rzecz przedmiotu tj. z umiejętności, wiedzy, systematyczności i aktywności. Ocenianie ma na celu motywowanie ucznia do dalszych postępów w nauce i zachowaniu.

WYMAGANIA PRZEDMIOTOWE I PROGRAMOWE

Podstawy wewnątrzszkolnych warunków oceniania – wychowanie fizyczne

1. Oceny są jawne dla ucznia i jego rodziców. Na wniosek ucznia lub jego rodziców nauczyciel uzasadnia ustaloną ocenę w sposób określony w statucie szkoły.
2. Na początku roku szkolnego nauczyciel zapoznaje uczniów z wymaganiami edukacyjnymi oraz warunkami oceniania, co potwierdza wpisem do dziennika lekcyjnego.
3. **Szczegółowe warunki i sposób oceniania** oraz wymagania edukacyjne są dostępne dla uczniów i rodziców u nauczyciela wychowania fizycznego, o czym rodzice są powiadomieni na zebraniu przez wychowawcę klasy, umieszczone są też na stronie internetowej szkoły.
4. Uczeń w ciągu całego roku szkolnego podlega systematycznej i obiektywnej ocenie zgodnie z jego indywidualnymi możliwościami.
5. O postępach ucznia rodzice są systematycznie informowani poprzez wpis do dziennika elektronicznego.
6. Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego oprócz **wiadomości i umiejętności** pod uwagę brany jest w szczególności wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć, czyli **systematyczność** udziału ucznia w zajęciach oraz **zaangażowanie** ucznia w działania podejmowane przez szkołę na rzecz kultury fizycznej.
7. Nauczyciel wystawia ocenę śródroczną lub roczną, biorąc pod uwagę oceny z poszczególnych obszarów.
8. **Reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych** nie jest równoznaczne z otrzymaniem oceny celującej na półrocze lub na koniec roku szkolnego.
9. **Trenowanie w klubie sportowym** nie ma wpływu na ocenę na półrocze lub na koniec roku szkolnego.
10. **Uczeń może nie być klasyfikowany**, jeżeli brak jest podstaw do ustalenia oceny śródrocznej lub rocznej z powodu nieobecności na zajęciach (również usprawiedliwionych) przekraczających połowę czasu przeznaczonego na te zajęcia w szkolnym planie nauczania. Ostateczną decyzję o klasyfikowaniu ucznia podejmuje nauczyciel przedmiotu. Zgodnie z art. 44 Ustawy o systemie oświaty: a) Uczeń może nie być klasyfikowany z jednego,

kilku albo wszystkich zajęć edukacyjnych, jeżeli brak jest podstaw do ustalenia śródrocznej lub rocznej oceny klasyfikacyjnej z powodu nieobecności ucznia na tych zajęciach przekraczającej połowę czasu przeznaczonego na te zajęcia. b) Uczeń nieklasyfikowany z powodu usprawiedliwionej nieobecności może zdawać egzamin klasyfikacyjny. c) Uczeń nieklasyfikowany z powodu nieusprawiedliwionej nieobecności może zdawać egzamin klasyfikacyjny za zgodą rady pedagogicznej.

11. Na 30 dni przed klasyfikacją roczną, uczeń i jego rodzice (prawni opiekunowie) są informowani o zagrożeniu oceną niedostateczną lub nieklasyfikowaniem.
12. W przypadku uzyskania oceny śródrocznej/rocznej niedostatecznej uczniowi przysługuje prawo do egzaminu poprawkowego na zasadach określonych w Ustawie o systemie oświaty z 7 września 1991 roku z późniejszymi zmianami i Rozporządzeniu Ministra Edukacji Narodowej w sprawie oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych z 22 lutego 2019 r. z późniejszymi zmianami.
13. W uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego.
    Decyzję o zwolnieniu ucznia z zajęć podejmuje dyrektor szkoły na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach wykonywania przez ucznia ćwiczeń wydanej przez lekarza, na czas określony w tej opinii. W przypadku zwolnienia ucznia z zajęć w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się „zwolniony(a)".
14. Po przekazaniu dyrektorowi pisemnej prośby rodzic/prawny opiekun ucznia zwolnionego z zajęć wychowania fizycznego na podstawie opinii lekarza może zwolnić swoje dziecko z uczestnictwa w lekcji wychowania fizycznego, jeśli lekcje te są pierwszymi lub ostatnimi zajęciami w danym dniu.
15. Rodzic może zwolnić dziecko z lekcji wychowania fizycznego **sporadycznie**, dokonując stosownego wpisu w dzienniku lekcyjnym w zakładce WIADOMOŚCI (najpóźniej w dniu zwolnienia przed godz. 8.00) lub pisząc usprawiedliwienie na kartce, którą uczeń przedstawia nauczycielowi na początku lekcji. Nagminne zwalnianie ucznia z zajęć obowiązkowych przez rodzica będzie niezwłocznie zgłaszane do wychowawcy, pedagoga i dyrektora szkoły.
16. Nauczyciel na podstawie pisemnej opinii stosownej poradni specjalistycznej obniża 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.
17. Obszary podlegające ocenianiu to systematyczność i aktywność, umiejętności, wiadomości oraz aktywność dodatkowa.
18. Uczeń ma prawo poprawić ocenę z wychowania fizycznego z obszarów wiadomości i umiejętności. Pozostałe obszary – systematyczność i aktywność ucznia na lekcjach – są wynikiem pracy ucznia w ciągu każdego miesiąca, półrocza lub roku szkolnego i nie podlegają poprawie.
19. W przypadku egzaminu poprawkowego lub klasyfikacyjnego uczeń może poprawić ocenę tylko z obszaru wiadomości i umiejętności, które były przedmiotem nauczania. Egzaminy te mają przede wszystkim formę zadań praktycznych (nie tylko z umiejętności ruchowych).

OBSZARY PODLEGAJĄCE OCENIE

Systematyczność i aktywność

Uczestniczenie w zajęciach jest ważnym elementem realizacji procesu wychowania fizycznego. Udział w zajęciach ma wdrażać ucznia do systematycznego podejmowania aktywności fizycznej
w życiu codziennym.

Systematyczność oceniana jest raz w miesiącu. Składowe oceny to właściwy ubiór, dostosowany do wymogów lekcji wychowania fizycznego, postawa, aktywność i zaangażowanie na lekcji wychowania fizycznego (w tym również m.in. przestrzeganie zasady fair play, przestrzeganie regulaminu sali gimnastycznej i korzystania ze sprzętu sportowego, stosowanie się do zasad bezpieczeństwa podczas wykonywania ćwiczeń). O ocenie z tego obszaru decyduje liczba: nieobecności, niećwiczenia, braków stroju i spóźnień. Nieobecność 2-tygodniowa (również na podstawie zwolnienia lekarskiego) skutkuje otrzymaniem oceny co najwyżej bardzo dobrej w danym miesiącu. Nieobecność powyżej 3 tygodni powoduje brak oceny z tego obszaru. Zgodnie z realizacją obowiązku szkolnego, rodzic może zwolnić dziecko z lekcji wychowania fizycznego **sporadycznie**.

Aktywność (składowa oceny comiesięcznej może być również odrębną cząstkową oceną) oceniana jest na podstawie zaangażowania w pracę na lekcji na poziomie posiadanych przez ucznia możliwości oraz na podstawie zaangażowania w wykonanie poleceń nauczyciela.

Umiejętności i wiadomości w ujęciu praktycznym

W tym obszarze stosujemy indywidualizację dostosowaną do potrzeb i możliwości ucznia.

Aktywność dodatkowa uwzględnia reprezentowanie szkoły w zawodach szkolnych i międzyszkolnych, uczestnictwo w zajęciach pozalekcyjnych oraz udział ucznia w organizacji imprez szkolnych o charakterze rekreacyjnym, przygotowaniu gazetki, prowadzenie dzienniczka tygodniowej aktywności, udział w Tygodniu Zdrowia, pokazach klasowych tańca. W tym obszarze uczeń otrzymuje ocenę bardzo dobrą lub celującą.

Kryteria oceny z wychowania fizycznego z poszczególnych obszarów:

1. Systematyczność i aktywność na lekcji – jedna ocena w miesiącu.
2. Aktywność na danej jednostce lekcyjnej – jedna ocena na jednej lekcji.
3. Wiedza i umiejętności – poziom w opanowaniu umiejętności i wiadomości w ujęciu praktycznym (ocena ze sprawności fizycznej oraz opanowanych umiejętności będzie przede wszystkim wynikać z postępów ucznia w odniesieniu do jego indywidualnych możliwości i predyspozycji, a nie z poziomu, jaki aktualnie reprezentuje) – kilka razy w półroczu
4. Aktywność dodatkowa – jedna ocena za daną aktywność.

Cele oceniania bieżącego:

1. Informowanie ucznia o jego aktywności na lekcji wychowania fizycznego, poziomie jego sprawności, umiejętności i wiedzy z zakresy kultury fizycznej oraz o postępach w tym zakresie.
2. Udzielanie uczniowi informacji o tym, co zrobił dobrze i jak powinien dalej postępować, aby osiągnąć sukces.
3. Udzielanie wskazówek do samodzielnego planowania własnego rozwoju.
4. Motywowanie ucznia do dalszych postępów w zakresie (kształtowania) własnej sprawności fizycznej, podnoszenia poziomu umiejętności ruchowych, poszerzania wiedzy dotyczącej przepisów sportowych.

ZASADY OCENIANIA

1. Szczegółowe kryteria oceniania są zgodne z nową podstawą programową z wychowania fizycznego.
2. Na początku roku szkolnego nauczyciel wychowania fizycznego informuje uczniów o ogólnych wymaganiach edukacyjnych i kryteriach oceniania z wychowania fizycznego, co potwierdza wpisem w dzienniku lekcyjnym.
3. Ocena śródroczna i roczna ustalana jest na podstawie ocen cząstkowych.
4. Minimalną ilość ocen cząstkowych w półroczu jaką powinien uzyskać uczeń: 7.
5. W sytuacjach wyjątkowych (przewlekła choroba, leczenie szpitalne, wypadek, przejście z innej szkoły itp.) uczeń otrzymuje ocenę śródroczną i roczną z mniejszej liczby ocen cząstkowych.
6. Ocena ze sprawności fizycznej oraz opanowanych umiejętności będzie przede wszystkim wynikać z postępów ucznia w odniesieniu do jego indywidualnych możliwości i predyspozycji,
   a nie z poziomu, jaki aktualnie reprezentuje.
7. Sprawdziany są obowiązkowe. Do momentu, kiedy uczeń nie przystąpi do sprawdzianu, nauczyciel wstawia w dzienniku elektronicznym „nb", „np., zw. Po przystąpieniu do sprawdzianu, nauczyciel wstawia ocenę.
8. Nie wystawia się oceny niedostatecznej ze sprawdzianów z wyjątkiem sytuacji, w której uczeń nie podejmuje wykonania próby lub rezygnuje z niej w trakcie i nie ma to związku z jego złym samopoczuciem psychofizycznym albo urazem.

9. Jeżeli z przyczyn losowych (np. zwolnienie lekarskie) uczeń nie może podejść do sprawdzianu, jest zobowiązany do podejścia do sprawdzianu w terminie 2 tygodni od pierwszego dnia po powrocie do szkoły.

10. W przypadku braku możliwości ustalenia terminu wykonania sprawdzianu lub oceny aktywności i systematyczności na lekcji z powodu długotrwałej nieobecności ucznia w szkole pozostaje w dzienniku wpis „nb".

11. Uczeń i rodzice zobowiązani są do zgłaszania nauczycielowi wszelkich przeciwwskazań do wykonywania ćwiczeń (przebyte i obecne choroby, urazy)przez e-dziennik w module wiadomości..

12. Każdy uczeń zobowiązany jest do przygotowywania się do zajęć poprzez zmianę odzieży na strój sportowy (biała koszulka, spodenki, leginsy sportowe lub spodnie dresowe oraz zmienne obuwie sportowe). W przypadku niskich temperatur lub wyjścia na podwórko, uczeń może ćwiczyć w bluzie lub dresie.
13. Uczeń ma prawo do nieprzygotowania 2 razy w półroczu (nieprzygotowanie zgłasza na początku lekcji). Zgłoszone nieprzygotowanie (w powyższym wymiarze) nie ma wpływu na ocenę w danym miesiącu.
14. Brak stroju sportowego, w tym brak obuwia zmiennego traktowane jest jako nieprzygotowanie do lekcji i zostaje odnotowane w dzienniku elektronicznym symbolem „bs".
15. Podczas uczestnictwa w lekcji wychowania fizycznego uczeń ma obowiązek dbać o swoje i innych bezpieczeństwo. Uczeń zdejmuje biżuterię, zegarki wszelkiego typu. Włosy muszą być związane tak, by nie zasłaniały twarzy. Paznokcie powinny być krótkie, tak aby nie stwarzały zagrożenia dla uczestników zajęć, nie utrudniały wykonywania ćwiczeń, ani nie powodowały ryzyka zadrapania lub skaleczenia.
16. Uczeń może ćwiczyć w specjalnych okularach lub, gdy zostanie przedstawione nauczycielowi wychowania fizycznego zaświadczenie od rodzica/opiekuna prawnego o treści: biorę odpowiedzialność za udział mojego dziecka (imię i nazwisko dziecka, klasa) w lekcji wychowania fizycznego w okularach korekcyjnych niedostosowanych do uprawiania sportu i mam świadomość, że może dojść w czasie lekcji do uszkodzenia twarzy lub okularów. Oświadczenie musi być opatrzone datą i podpisane przez obydwoje rodziców/opiekunów prawnych.
17. Uczniowie mają obowiązek dbania o sprzęt sportowy, ład i porządek w sali i w szatniach oraz przestrzegania regulaminu sali gimnastycznej i siłowni.
18. Uczeń ma obowiązek zgłosić nauczycielowi każdą niedyspozycję, kontuzję, uraz, który nastąpił przed, w czasie lub po zajęciach sportowych.
19. Uczeń nie biorący aktywnego udziału w lekcji:
    - przebywa w sali gimnastycznej lub innym miejscu ćwiczeń klasy, w strefie wyznaczonej przez nauczyciela,
    - posiada obuwie zmienne,
    - swoim zachowaniem nie utrudnia prowadzenia lekcji,
    - poproszony pomaga w organizacji lekcji,
    - aktywnie słucha przekazywanej wiedzy i informacji,

- może czytać książkę lub przygotowywać się do innej lekcji,
-zobowiązany jest przystąpić do sprawdzianu w terminie 2 tygodni od ustąpienia przeciwwskazań lub też po umówieniu się na dokładny termin z nauczycielem.

20. W przypadku kiedy uczeń nie ćwiczy na lekcji wychowania fizycznego bez usprawiedliwienia (z powodu braku stroju lub obuwia zmiennego), nauczyciel powiadamia rodzica (poprzez dziennik lub telefonicznie) oraz wychowawcę, a gdy sytuacja się powtarza, również pedagoga szkolnego i dyrekcję.
21. Uczeń, który w danym miesiącu nie brał aktywnego udziału w lekcji wychowania fizycznego z powodu usprawiedliwionych przeciwwskazań nie otrzymuje oceny za dany miesiąc.
22. Przy ocenianiu ucznia na lekcji wychowania fizycznego stosuje się skalę od 1 do 6 ze znakami „+" i „-„.

Warunki poprawy oceny z wychowania fizycznego:

1. Uczeń ma prawo do poprawy oceny ze sprawdzianu w ciągu 14 dni od wpisania oceny w dzienniku, po ustaleniu terminu z nauczycielem.

2. Uczeń ma obowiązek przystąpić do sprawdzianu w ciągu 14 dni od sprawdzianu (jeśli w dniu sprawdzianu nie ćwiczył z powodu braku stroju) lub od powrotu do szkoły lub po ustąpieniu przeciwwskazania.

3. Jeśli uczeń odmawia przystąpienia do sprawdzianu w danym dniu lub nie kończy go z przyczyn innych niż zdrowotne otrzymuje ocenę niedostateczną.

4. W sytuacjach szczególnych (długotrwała niedyspozycja zdrowotna, zdarzenia losowe itp.) formę i termin sprawdzianu uczeń ustala indywidualnie z nauczycielem.

5. Sprawdzian uczeń poprawia tylko jeden raz, a otrzymana ocena jest jedyną oceną cząstkową z danego sprawdzianu. Ocena wcześniejsza nie jest brana pod uwagę.

6. Uczeń nie ma możliwości poprawy oceny uzyskanej na koniec każdego miesiąca za systematyczność i ocen za aktywność na danej lekcji.

Uzyskanie określonej śródrocznej i rocznej oceny z wychowania fizycznego:

1. Ocenę **celującą** otrzymuje uczeń, który :
- na lekcji pracuje sumiennie, wytrwale, z zaangażowaniem, przejawia własną inicjatywę, świadomie dąży do poprawy własnej sprawności i poszerzania wiadomości,

- jest zawsze przygotowany do lekcji i ma wymagany strój (nie zgłasza braku stroju ponad przewidziany limit w danym półroczu),
- zawsze aktywnie uczestniczy w lekcjach wychowania fizycznego, pomaga nauczycielowi, stanowi wzór dla kolegów w grupie,
- jego postawa społeczna i stosunek do przedmiotu nie budzi najmniejszych zastrzeżeń,
- do zadań kontrolno-oceniających przystępuje w terminie i z pełnym zaangażowaniem, ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, płynnie, w tempie,
- aktywnie uczestniczy w życiu sportowym szkoły,
- chętnie reprezentuje szkołę w zawodach,
- pomaga organizować imprezy szkolne o charakterze sportowo-rekreacyjnym lub turystycznym,
- wyróżnia się w grupie stałą dbałością o podnoszenie swojej sprawności, aktywności oraz stosowaniem zasad higieny osobistej,
- jest współorganizatorem rozgrywek szkolnych, zna przepisy gier i zabaw, dyscyplin sportowych, umie sędziować podczas lekcji,
- opanował w stopniu co najmniej bardzo dobrym podstawowe wiadomości z wychowania fizycznego, wyróżnia się w działaniach związanych z edukacją zdrowotną.

2. Ocenę **bardzo dobrą** otrzymuje uczeń, który:
- na lekcji pracuje sumiennie, wytrwale, z zaangażowaniem, nie potrzebuje większych bodźców do pracy nad osobistym usprawnieniem,
- systematycznie i aktywnie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego, ma wymagany strój (nie zgłasza braku stroju ponad przewidziany limit w danym półroczu),
- w półroczu zgłasza nie więcej niż 4 razy nieprzygotowanie bez usprawiedliwienia,
- wykazuje wysoką aktywność w czasie zajęć, jest ambitny, docenia wartości aktywności fizycznej,
- wykonuje zadania ruchowe z właściwą techniką, w odpowiednim tempie,
- wykonał wszystkie sprawdziany i zadania kontrolno-oceniające na miarę swoich możliwości,
- wykazuje postęp w umiejętnościach ruchowych, sprawności fizycznej,
- posiada i stosuje prawidłowe nawyki higieniczne,
- uczeń zna przepisy gier i zabaw, dyscyplin sportowych, umie sędziować gry i zabawy,
- opanował w stopniu co najmniej dobrym podstawowe wiadomości z wychowania fizycznego, działania związanych z edukacją zdrowotną stosuje w życiu codziennym.

3. Ocenę **dobrą** otrzymuje uczeń, który:
- aktywnie uczestniczy w lekcjach wychowania fizycznego, podejmuje wysiłek, stara się, pracuje na miarę swoich możliwości, czasami brakuje mu wytrwałości i zaangażowania w osobiste usprawnianie się,
- dość systematycznie (w półroczu zgłasza od 5 do 7 razy brak stroju) uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego, czasami wymaga motywacji do pracy ze strony nauczyciela lub innych uczniów,
- wykazuje poprawną aktywność w czasie lekcji, jest koleżeński, zdyscyplinowany

- posiada wystarczające nawyki higieniczne (schludny strój, czysty i zmienny strój sportowy, zmienne obuwie sportowe)
- na miarę swoich możliwości fizycznych z małymi błędami potrafi wykonać podstawowe elementy techniki wybranych dyscyplin,
- wykonał większość sprawdzianów na ocenę pozytywną, a jego postęp jest zauważalny,
- orientuje się w podstawowych przepisach i zasadach zabaw i gier zespołowych zna przepisy 2 wybranych gier i zabaw, które pod kierunkiem nauczyciela potrafi zorganizować,
- opanował w stopniu co najmniej dostatecznym podstawowe wiadomości z wychowania fizycznego, działania związanych z edukacją zdrowotną stara się stosować w życiu codziennym.

4. Ocenę **dostateczną** otrzymuje uczeń, który :
- podejmuje pracę niesystematycznie i nie są to działania na miarę jego możliwości, brakuje mu wytrwałości i zaangażowania, mało się stara, nie jest samodzielny i pilny podczas nauki, nie zależy mu na osobistym usprawnianiu, często się rozprasza i zdarza się, że zakłóca tok lekcji
- niesystematycznie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego (w półroczu ma nie więcej niż 11 razy brak stroju),
- potrzebuje systematycznych bodźców ze strony nauczyciela do podejmowania działań na lekcji,
- wykazuje słabe postępy w usprawnianiu się oraz przeciętną aktywność fizyczną,
- swoją aktywność fizyczną ogranicza do zajęć wychowania fizycznego,
- nie czyni postępów w usprawnianiu, podnoszeniu poziomu cech motorycznych,
- wykonuje zadania ruchowe w sposób niepewny, z błędami technicznymi, w nieodpowiednim tempie, poniżej swoich możliwości,
- zna tylko ogólnie przepisy niektórych gier i zabaw oraz dyscyplin sportowych,
- przejawia pewne braki w zakresie postawy społecznej i kultury osobistej, a jego stosunek do przedmiotu jest czasem lekceważący,
- do zadań kontrolno-oceniających i sprawdzianów przystępuje niesystematycznie, często po terminie,
- opanował w stopniu dopuszczającym podstawowe wiadomości z wychowania fizycznego, działania związanych z edukacją zdrowotną nie stara się stosować w życiu codziennym.

5. Ocenę **dopuszczającą** otrzymuje uczeń, który:

- ma niechętny stosunek do ćwiczeń i wysiłku fizycznego, nie stara się opanować podstawowych wiadomości i umiejętności, niechętnie zmienia swoją postawę i podejście do stawianych wymagań,
- sporadycznie aktywnie uczestniczy w lekcji wychowania fizycznego (w półroczu ma nie więcej niż 20 razy brak stroju),
- wykazuje niechętny stosunek do ćwiczeń i nie podejmuje działań mających na celu podniesienie swojej sprawności,
- bardzo niesystematycznie przystępuje do zadań kontrolno-oceniających, najczęściej po terminie, bądź przystępuje po wielokrotnym upomnieniu przez nauczyciela, braki wynikają z lekceważenia obowiązków na lekcji, ćwiczenia wykonuje niechętnie i niepewnie i z rażącymi błędami technicznymi,

- wykonał nie mniej niż połowę sprawdzianów na pozytywną ocenę i zadań kontrolno-oceniających,
- czynności ruchowe wykonuje w sposób minimalny, poniżej swoich możliwości, wymaga ciągłej kontroli nauczyciela,
- uczeń zna tylko wyrywkowe przepisy gier i zabaw, dyscyplin sportowych,
- wykazuje brak stosowania podstawowych zabiegów i nawyków higienicznych,
- wykazuje braki w zakresie kultury osobistej,
- często dezorganizuje pracę na lekcji, stwarza zagrożenie dla bezpieczeństwa swojego i innych,
- nie stara się samodzielnie zastosować wiedzę w praktyce, w minimalnym stopni zna zagadnienia związane z edukacją zdrowotną.

6. Ocenę **niedostateczną (1)** otrzymuje uczeń, który:

- ma lekceważący stosunek do ćwiczeń, wysiłku fizycznego i przedmiotu, nie stara się opanować podstawowych wiadomości i umiejętności, nie zmienia swojej postawy i podejścia mimo prób dialogu, rozmów z rodzicami, wychowawcą i pedagogiem szkolnym,
- wykazuje szczególnie lekceważący stosunek do obowiązków wynikających ze specyfiki przedmiotu, sporadycznie bądź wcale nie bierze czynnego udziału w lekcjach, nie wykonuje bieżących zadań programowych mimo swoich możliwości, nie czyni postępów, aktywnie uczestniczy w lekcji mniej niż 4 razy w miesiącu,
- nie przystępuje do zadań kontrolno-oceniających, bądź przystępuje po wielokrotnym upomnieniu przez nauczyciela, nie wykonuje ćwiczenia lub wykonuje niechętnie, niepewnie i z rażącymi błędami technicznymi mimo możliwości,
- potrzebuje ciągłych bodźców ze strony nauczyciela do podejmowania jakiegokolwiek wysiłku fizycznego na lekcji,
- nie radzi sobie z większością dyscyplin, nie zna przepisów gier i zabaw, nie wykazuje postępów w zakresie swoich umiejętności ruchowych, lekceważy uwagi nauczyciela, ze względu na bezpieczeństwo jest wykluczany z ćwiczeń do momentu wyciszenia,
- swoim zachowaniem dezorganizuje pracę na lekcji, stwarza zagrożenie dla bezpieczeństwa swojego i innych,
- nie potrafi samodzielnie zastosować wiedzy w praktyce, nie zna zagadnień związanych z edukacją zdrowotną.

W przypadku znacznej poprawy lub znacznego obniżenia aktywnego udziału w lekcji wychowania fizycznego uczeń może na koniec roku otrzymać ocenę podwyższoną lub obniżoną o więcej niż jeden stopień.

Tryb i warunki uzyskania wyższej niż przewidywana rocznej oceny z wychowania fizycznego

1. W przypadku, gdy rodzice/ prawni opiekunowie ucznia nie zgadzają się z przewidywaną roczną oceną klasyfikacyjną z wychowania fizycznego, mogą wystąpić z pisemnym, umotywowanym wnioskiem o ustalenie oceny wyższej niż przewidywana, z zachowaniem obowiązujących w szkole kryteriów oceniania.

2. Uzasadniony wniosek z określeniem oceny oczekiwanej, może być złożony pisemnie do nauczyciela przedmiotu lub Dyrektora Szkoły w terminie 2 dni roboczych od dnia uzyskania informacji o przewidywanej ocenie rocznej.

3. Wnioski bez uzasadnienia będą rozpatrzone negatywnie.

4. Nauczyciel lub wskazany przez dyrektora nauczyciel wychowania fizycznego bada zasadność wniosku i sporządza notatkę.

5. Uczeń może ubiegać się o wyższą niż przewidywana roczną ocenę edukacyjną z wychowania fizycznego, jeżeli spełnia poniższe warunki:

a. brał aktywny udział w lekcjach wf (uzyskał oceny bieżące minimum dobre z obszaru systematyczność)

b. skorzystał ze wszystkich oferowanych przez nauczyciela form pomocy;

c. przystąpił do wszystkich sprawdzianów lub zadań praktycznych przewidzianych programem nauczania, a w razie usprawiedliwionej nieobecności wykonał je w terminie dodatkowym;

6. Jeżeli uczeń nie spełnia wszystkich warunków, wniosek będzie rozpatrzony negatywnie.

7. Nauczyciel ustala zakres oraz formę sprawdzenia opanowanych przez ucznia umiejętności na podstawie wymagań edukacyjnych realizowanego programu nauczania i podstawy programowej z wychowania fizycznego.

8. Sprawdzenie odbywa się nie później niż 2 dni przed rocznym klasyfikacyjnym posiedzeniem rady pedagogicznej.

9. Ze sprawdzenia umiejętności i wiedzy ucznia nauczyciel sporządza protokół zawierający w szczególności: nazwę zajęć edukacyjnych, z których był przeprowadzony sprawdzian, termin sprawdzianu wiadomości i umiejętności, imię i nazwisko ucznia, zadania sprawdzające, ustaloną ocenę klasyfikacyjną. Do protokołu dołącza się odpowiednio opis wykonania przez ucznia zadań praktycznych.

10. Uczeń otrzymuje podwyższoną ocenę z wychowania fizycznego jeżeli wykona zadania praktyczne opracowane przez uczącego nauczyciela wg kryteriów na daną ocenę oraz wykaże się znajomością przepisów gier i zabaw oraz dyscyplin sportowych. Wynik sprawdzenia stanowi podstawę do ustalenia rocznej oceny klasyfikacyjnej.

11. Jeżeli uczeń nie przystąpi do sprawdzianu w wyznaczonym terminie z przyczyn nieusprawiedliwionych, traci prawo do ubiegania się o podwyższenie oceny.

WYMAGANIA EDUKACYJNE WYNIKAJĄCE Z REALIZOWANEGO PROGRAMU WYCHOWANIA FIZYCZNEGO **DLA KLASY SIÓDMEJ**
/Nauczyciel w każdym semestrze wybiera kilka wymagań niezbędnych i dostosowanych do indywidualnych potrzeb grupy i poziomu ich sprawności, które uwzględni w ocenie śródrocznej i rocznej/

Klasa VII - Uczeń:					
Ocena →	**Celująca**	**Bardzo dobra**	**Dobra**	**Dostateczna**	**Dopuszczająca**
Umiejętności	1. SM - pokonuje zwinnościowy tor przeszkód. 2. PN - wykorzystuje poznane elementy techniki indywidulanej w grze (przyjmuje piłkę, prowadzi, podaje i strzela do bramki). 3. SM - prezentuje ćwiczenia wzmacniające wybrane partie mięśniowe. 4. T - opracowuje i wykonuje dowolny układ tańca.	1. G - wykonuje kombinację dwóch, wybranych przez siebie elementów akrobatycznych. 2. PR - wykonuje rytm 3 kroków po podaniu zakończony podaniem do partnera. 3. LA - podaje i odbiera pałeczkę sztafetową w pełnym biegu w strefie zmian. 4. PR - wykonuje rzut do braki z wyskoku.	1. PR - wykonuje rzut do bramki w biegu po podaniu. 2. G - wykonuje skok przez kozła z rozbiegu i z odbicia z odskoczni. 3. G - prezentuje własny trening obwodowy i wykonuje go w grupie. 4. PS - odbija piłkę oburącz górą i dołem z partnerem.	1. K - wykonuje różne podania np.: oburącz, jednorącz, kozłem w truchcie i biegu. 2. PS - wykonuje odbicie piłki jednorącz (plas) z linii 3 m. z własnego podrzutu. 3. LA - wybiera i pokonuje trasę marszobiegu. 4. G - wykonuje ćwiczenia z elementami jogi dynamicznej.	1. LA - wykonuje rzut piłką lekarską tyłem przez głowę. 2. K - kozłuje piłkę po prostej i slalomem. 3. SM-pokonuje uproszczony tor przeszkód inspirowany testami do służb mundurowych. 4. K-wykonuje sekwencję ruchową: przyjęcie podania w biegu, zatrzymanie na jedno tempo i pivot.

Wiadomości	1. Nazywa i charakteryzuje wybrane próby sprawności fizycznej. 2. Obsługuje aplikacje i urządzenia do monitorowania aktywności fizycznej i tętna. 3. Porównuje własne wyniki z normami sprawności fizycznej, określa obszary poprawy. 4. Analizuje i omawia skuteczność rozwiązań na boisku w wybranych grach zespołowych.	1. Wyjaśnia, dlaczego sprawność fizyczna jest kluczowa dla bezpieczeństwa w różnych zawodach. 2. Przedstawia różne techniki relaksacyjne i ćwiczenia wyciszające. 3. Wyjaśnia pojęcia: gra w przewadze, krycie strefowe, gra 1x1, przejście do kontrataku. 4. Ocenia dzienny bilans kroków i czasu aktywności.	1. Wyjaśnia, dlaczego należy wykonywać rozgrzewkę przed każdą formą aktywności fizycznej. 2. Omawia zasady asekuracji w ćwiczeniach gimnastycznych wymagających współpracy. 3. Analizuje podstawowe dane z krokomierza, pulsometru czy innej aplikacji mobilnej. 4. Przedstawia dwa dynamiczne ćwiczenia do tabaty.	1. Opisuje zasadę odbicia z odskoczni. 2. Omawia błędy w koszykówce np.: błąd podwójnego kozłowania, kroków i błąd połowy. 3. Omawia różne rodzaje treningu wzmacniającego np.: tabata, trening obwodowy. Wskazuje różnice. 4. Sędziuje fragment gry w piłce ręcznej: faul i przekroczenie linii pola bramkowego.	1. Wskazuje, kiedy należy przerwać aktywność fizyczną ze względu na złe samopoczucie. 2. Wyjaśnia zasady kulturalnego kibicowania i stosuje je podczas lekcji. 3. Wymienia korzyści z regularnego ruchu na świeżym powietrzu. 4. Opisuje ćwiczenia używając prawidłowej terminologii np.: wymachy, krążenia, skipy, przysiady, półprzysiady.