

SZKOŁA PODSTAWOWA IM. WŁADYSŁAWA ORKANA W MANIOWACH

WYCHOWANIE FIZYCZNE

KLASY IV–VIII

DZIEWCZĘTA I CHŁOPCY

WYMAGANIA EDUKACYJNE NIEZBĘDNE DO OTRZYMANIA PRZEZ UCZNIA POSZCZEGÓLNYCH ŚRÓDROCZNYCH I ROCZNYCH OCEN KLASYFIKACYJNYCH Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

SPOSOBY SPRAWDZANIA OSIĄGNIĘĆ EDUKACYJNYCH UCZNIÓW

WARUNKI I TRYB OTRZYMANIA WYŻSZEJ NIŻ PRZEWIDYWANA ROCZNEJ OCENY KLASYFIKACYJNEJ

I. PODSTAWA PRAWNA I ZAŁOŻENIA OGÓLNE

Wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego opracowano w oparciu o obowiązującą podstawę programową kształcenia ogólnego dla szkoły podstawowej oraz przepisy dotyczące oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów.

Podstawa programowa wychowania fizycznego dla klas IV–VIII określa pięć głównych celów kształcenia:

1. kształtowanie umiejętności rozpoznawania i oceny własnego rozwoju fizycznego oraz sprawności fizycznej;
2. zachęcanie do uczestnictwa w rekreacyjnych i sportowych formach aktywności fizycznej;
3. poznawanie i stosowanie zasad bezpieczeństwa podczas aktywności fizycznej;
4. kształtowanie umiejętności rozumienia związku aktywności fizycznej ze zdrowiem oraz praktykowania zachowań prozdrowotnych;
5. kształtowanie umiejętności osobistych i społecznych sprzyjających całonocnej aktywności fizycznej.

Wychowanie fizyczne jest realizowane w szczególności w następujących obszarach:

- rozwój fizyczny i sprawność fizyczna,
 - aktywność fizyczna,
 - bezpieczeństwo w aktywności fizycznej,
 - edukacja zdrowotna,
 - kompetencje społeczne.
-

II. OGÓLNE ZASADY OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

1. Ocenianie z wychowania fizycznego jest integralną częścią szkolnego systemu oceniania.
2. Nauczyciel na początku roku szkolnego informuje uczniów oraz ich rodziców o:
 - wymaganiach edukacyjnych,
 - sposobach sprawdzania osiągnięć edukacyjnych,
 - kryteriach oceniania,
 - warunkach i trybie uzyskania wyższej niż przewidywana rocznej oceny klasyfikacyjnej.
3. Ocena z wychowania fizycznego jest ustalana na podstawie rozpoznania poziomu i postępów ucznia w zakresie wiadomości, umiejętności oraz kompetencji społecznych.
4. Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego bierze się przede wszystkim pod uwagę **wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć, systematyczność udziału w zajęciach oraz aktywność ucznia w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej.**
5. Ocenianie powinno uwzględniać indywidualne możliwości psychofizyczne ucznia oraz jego postępy.
6. Ocenianie nie może być oparte wyłącznie na poziomie sprawności fizycznej ucznia ani na osiąganiu wyników sportowych.
7. Uczeń może otrzymać wysoką ocenę, nawet jeżeli jego poziom sprawności fizycznej jest niższy od poziomu innych uczniów, jeżeli systematycznie pracuje, angażuje się w zajęcia, podejmuje wysiłek i osiąga postępy na miarę swoich możliwości.
8. Oceny są jawne dla ucznia i jego rodziców/opiekunów prawnych.
9. Oceny bieżące, śródroczne i roczne ustala się według skali:

6 – celujący

5 – bardzo dobry

4 – dobry

3 – dostateczny

2 – dopuszczający

1 – niedostateczny

III. OBSZARY PODLEGAJĄCE OCENIANIU

Ocenianiu podlegają w szczególności:

1. Aktywność i zaangażowanie

- aktywny udział w zajęciach;
- podejmowanie wysiłku na miarę własnych możliwości;
- systematyczne uczestnictwo w zajęciach;

- wykonywanie poleceń nauczyciela;
- podejmowanie prób opanowania nowych umiejętności;
- aktywność podczas ćwiczeń indywidualnych i zespołowych.

2. Umiejętności ruchowe

- poprawność wykonywania poznawanych elementów technicznych;
- stosowanie poznanych umiejętności w grach i zabawach;
- rozwój umiejętności ruchowych;
- umiejętność zastosowania poznanych zasad i technik w praktyce;
- dostosowanie wykonania do własnych możliwości.

3. Wiadomości

- znajomość zasad bezpieczeństwa;
- znajomość zasad i przepisów wybranych gier i dyscyplin;
- znajomość podstawowych zasad aktywności fizycznej;
- wiedza dotycząca zdrowia, aktywności fizycznej, higieny i zdrowego stylu życia;
- umiejętność wykorzystania wiedzy w praktyce.

4. Kompetencje społeczne

- współpraca z innymi;
- przestrzeganie zasad fair play;
- szacunek wobec partnera, przeciwnika i nauczyciela;
- właściwe zachowanie podczas zwycięstwa i porażki;
- respektowanie zasad i decyzji sędziego;
- odpowiedzialność za bezpieczeństwo własne i innych;
- umiejętność pełnienia różnych ról podczas zajęć.

5. Postęp w rozwoju sprawności fizycznej

- indywidualny rozwój sprawności;
- umiejętność obserwowania własnych postępów;
- podejmowanie działań służących poprawie własnej sprawności;
- znajomość własnych możliwości i ograniczeń.

Wyniki testów sprawnościowych nie są samodzielnym kryterium wystawiania oceny z wychowania fizycznego. Służą przede wszystkim diagnozowaniu sprawności ucznia oraz planowaniu jego dalszego rozwoju.

IV. SPOSOBY SPRAWDZANIA OSIĄGNIĘĆ EDUKACYJNYCH

Osiągnięcia ucznia mogą być sprawdzane poprzez:

1. obserwację aktywności i zaangażowania ucznia podczas zajęć;
2. obserwację postępów w zakresie umiejętności ruchowych;
3. zadania praktyczne;

4. zadania kontrolno-oceniające;
5. odpowiedzi ustne;
6. krótkie zadania lub quizy dotyczące wiedzy związanej z wychowaniem fizycznym;
7. obserwację umiejętności stosowania zasad bezpieczeństwa;
8. zadania dotyczące organizacji i prowadzenia zabaw oraz gier;
9. samoocenę ucznia;
10. ocenę umiejętności współpracy w grupie;
11. obserwację postępów ucznia w zakresie sprawności fizycznej;
12. realizację zadań związanych z edukacją zdrowotną;
13. udział w aktywnościach rekreacyjnych i sportowych organizowanych przez szkołę – jako jeden z elementów uwzględnianych przy ustalaniu oceny.

Testy sprawnościowe przeprowadzane zgodnie z przepisami służą diagnozie sprawności fizycznej ucznia i planowaniu jego dalszego rozwoju. Nie są podstawą do wystawienia oceny za uzyskany wynik.

V. TESTY SPRAWNOŚCIOWE

W każdej klasie IV–VIII przeprowadza się wymagane przepisami testy sprawnościowe.

Obejmują one:

1. bieg wahadłowy 10×5 m;
2. 20-metrowy wytrzymałościowy bieg wahadłowy;
3. podpór leżąc przodem na przedramionach – „deska”;
4. skok w dal z miejsca.

Testy są przeprowadzane w terminie określonym w podstawie programowej.

Wynik testu nie jest oceną szkolną.

Testy służą:

- diagnozowaniu sprawności fizycznej;
- poznaniu mocnych i słabszych stron ucznia;
- obserwowaniu zmian zachodzących w rozwoju sprawności;
- planowaniu dalszej pracy z uczniem;
- kształtowaniu umiejętności samooceny własnej sprawności.

Uczeń, który z przyczyn zdrowotnych nie może wykonać określonej próby, wykonuje inne zadanie zgodnie ze swoimi możliwościami lub uczestniczy w diagnozie w zakresie możliwym do realizacji.

VI. KRYTERIA OCENY

OCENA CELUJĄCA – 6

Uczeń:

- systematycznie i aktywnie uczestniczy w zajęciach;
- podejmuje wysiłek na miarę swoich możliwości;
- bardzo dobrze opanował wiadomości i umiejętności określone dla danej klasy;
- samodzielnie wykorzystuje poznane umiejętności w praktyce;
- wykazuje inicjatywę i samodzielność;
- przestrzega zasad bezpieczeństwa;
- prezentuje postawę fair play;
- współpracuje z innymi i respektuje ich prawa;
- potrafi dokonać samooceny swoich możliwości;
- wykazuje widoczne postępy w rozwoju sprawności;
- angażuje się w życie sportowe szkoły na miarę swoich możliwości;
- potrafi wykorzystać wiedzę dotyczącą zdrowia i aktywności fizycznej w codziennym życiu.

OCENA BARDZO DOBRA – 5

Uczeń:

- systematycznie uczestniczy w zajęciach;
- jest aktywny i zaangażowany;
- prawidłowo wykonuje większość poznanych umiejętności;
- stosuje zasady bezpieczeństwa;
- zna i stosuje zasady fair play;
- współpracuje z zespołem;
- posiada bardzo dobry zakres wiadomości;
- podejmuje działania służące poprawie własnej sprawności;
- wykazuje postęp odpowiedni do swoich możliwości;
- potrafi zastosować poznane zasady zdrowego stylu życia.

OCENA DOBRA – 4

Uczeń:

- zazwyczaj systematycznie uczestniczy w zajęciach;
- jest aktywny podczas większości lekcji;
- poprawnie wykonuje podstawowe umiejętności przewidziane programem;
- zna podstawowe zasady bezpieczeństwa;
- właściwie współpracuje z grupą;
- przestrzega zasad fair play;
- posiada podstawową wiedzę z zakresu wychowania fizycznego i edukacji zdrowotnej;

- podejmuje działania służące poprawie własnej sprawności;
- osiąga postępy na miarę swoich możliwości.

OCENA DOSTATECZNA – 3

Uczeń:

- uczestniczy w zajęciach, ale jego aktywność i systematyczność są nierówne;
- wykonuje podstawowe zadania przy pomocy nauczyciela;
- zna najważniejsze zasady bezpieczeństwa;
- zazwyczaj przestrzega podstawowych zasad współpracy;
- posiada podstawowy zakres wiadomości;
- podejmuje wysiłek, jednak jego zaangażowanie jest nieregularne;
- osiąga niewielkie, ale zauważalne postępy;
- wymaga dodatkowych wskazówek i motywowania.

OCENA DOPUSZCZAJĄCA – 2

Uczeń:

- uczestniczy w zajęciach w ograniczonym stopniu;
- często wymaga zachęty do podejmowania aktywności;
- z pomocą nauczyciela wykonuje podstawowe zadania;
- posiada niepełny zakres podstawowych wiadomości;
- ma trudności z zastosowaniem zasad bezpieczeństwa;
- nie zawsze przestrzega zasad współpracy;
- podejmuje wysiłek w ograniczonym zakresie;
- wymaga stałego wsparcia i motywowania.

OCENA NIEDOSTATECZNA – 1

Uczeń:

- nie podejmuje pracy na zajęciach mimo podejmowanych przez nauczyciela działań motywujących i wspierających;
- odmawia wykonywania podstawowych zadań bez uzasadnionej przyczyny;
- nie wykazuje zainteresowania opanowaniem podstawowych wiadomości i umiejętności;
- rażąco i uporczywie nie przestrzega zasad bezpieczeństwa;
- swoim zachowaniem stwarza zagrożenie dla siebie lub innych;
- nie podejmuje współpracy z nauczycielem mimo zastosowania dostosowanych metod pracy.

Ocena niedostateczna nie może wynikać wyłącznie z niskiego poziomu sprawności fizycznej ucznia.

VII. WYMAGANIA EDUKACYJNE – KLASA IV

1. Rozwój fizyczny i sprawność fizyczna

Uczeń:

- rozpoznaje podstawowe zdolności motoryczne;
- rozróżnia tętno spoczynkowe i powysiłkowe;
- wymienia cechy prawidłowej postawy ciała;
- dokonuje pomiaru wysokości i masy ciała oraz z pomocą nauczyciela interpretuje wyniki;
- mierzy tętno przed i po wysiłku;
- wykonuje próby dotyczące siły mięśni brzucha i gibkości;
- wykonuje ćwiczenia kształtujące podstawowe zdolności motoryczne;
- wykonuje ćwiczenia wspomagające prawidłową postawę.

2. Aktywność fizyczna

Uczeń:

- opisuje sposób wykonywania poznanych ćwiczeń;
- rozróżnia technikę i taktykę;
- zna wybrane regionalne zabawy i gry;
- zna miejsca w najbliższej okolicy umożliwiające aktywność fizyczną;
- zna podstawowe symbole olimpijskie;
- wykonuje podstawowe elementy gier zespołowych;
- uczestniczy w mini-grach;
- organizuje prostą zabawę lub grę;
- wykonuje podstawowe ćwiczenia gimnastyczne i taneczne;
- wykonuje bieg krótki, marszobiegi, rzut oraz skok zgodnie z możliwościami.

3. Bezpieczeństwo

Uczeń:

- zna regulamin sali i boiska;
- przestrzega zasad bezpiecznego zachowania;
- prawidłowo korzysta ze sprzętu;
- potrafi wskazać osoby, do których należy zwrócić się o pomoc;
- wykonuje podstawowe elementy samoasekuracji.

4. Edukacja zdrowotna

Uczeń:

- wyjaśnia znaczenie aktywności fizycznej dla zdrowia;
- zna zasady zdrowego odżywiania;
- zna piramidę żywienia i aktywności fizycznej;
- zna zasady higieny osobistej;

- dobiera strój do warunków atmosferycznych;
- dba o prawidłową postawę ciała.

Wymagania te odpowiadają wymaganiom szczegółowym dla klasy IV określonym w podstawie programowej.

VIII. WYMAGANIA EDUKACYJNE – KLASY V–VI

1. Rozwój fizyczny i sprawność fizyczna

Uczeń:

- zna podstawowe kryteria oceny wytrzymałości, siły i gibkości;
- wykonuje próby sprawnościowe;
- z pomocą nauczyciela interpretuje uzyskane wyniki;
- zna grupy mięśniowe odpowiedzialne za prawidłową postawę;
- wykonuje ćwiczenia wzmacniające mięśnie posturalne;
- wykonuje ćwiczenia gibkościowe;
- wykonuje ćwiczenia rozwijające koordynację.

2. Aktywność fizyczna

Uczeń:

- zna podstawowe przepisy wybranych gier zespołowych;
- zna podstawowe zasady taktyki;
- zna rekomendacje aktywności fizycznej dla swojego wieku;
- zna znaczenie rozgrzewki;
- zna ideę olimpijską;
- stosuje podstawowe elementy techniczne w grach zespołowych;
- uczestniczy w grach szkolnych i uproszczonych;
- organizuje prostą grę sportową lub rekreacyjną;
- wykonuje podstawowe ćwiczenia gimnastyczne i akrobatyczne;
- wykonuje elementy tańców regionalnych i nowoczesnych;
- pokonuje trasę biegu terenowego;
- wykonuje podstawowe konkurencje lekkoatletyczne;
- potrafi przeprowadzić fragment rozgrzewki.

3. Bezpieczeństwo

Uczeń:

- rozumie konieczność przestrzegania reguł;
- zna sposoby postępowania w sytuacji zagrożenia;
- zna zasady bezpiecznego korzystania ze sprzętu;
- zna zasady bezpieczeństwa nad wodą i w górach;
- stosuje zasady asekuracji;

- korzysta bezpiecznie ze sprzętu;
- zna podstawowe elementy samoobrony.

4. Edukacja zdrowotna

Uczeń:

- wyjaśnia pojęcie zdrowia;
- zna pozytywne mierniki zdrowia;
- zna zasady hartowania organizmu;
- zna sposoby ochrony przed nadmiernym nasłonecznieniem i niską temperaturą;
- zna zasady aktywnego wypoczynku;
- wykonuje ćwiczenia kształtujące prawidłową postawę;
- wykonuje ćwiczenia oddechowe i relaksacyjne;
- podejmuje aktywność fizyczną w różnych warunkach atmosferycznych.

Powyższy zakres odpowiada wymaganiom podstawy programowej dla klas V–VI.

IX. WYMAGANIA EDUKACYJNE – KLASY VII–VIII

1. Rozwój fizyczny i sprawność fizyczna

Uczeń:

- zna zmiany zachodzące w organizmie w okresie dojrzewania;
- zna podstawowe testy i narzędzia pomiaru sprawności;
- zna zastosowanie siatek centylowych;
- dokonuje pomiarów wysokości i masy ciała;
- potrafi interpretować uzyskane wyniki;
- wykonuje wybrane próby sprawności;
- ocenia własną sprawność;
- potrafi zaplanować działania służące jej poprawie;
- wykonuje ćwiczenia kształtujące zdolności motoryczne;
- wykonuje ćwiczenia kształtujące prawidłową postawę.

2. Aktywność fizyczna

Uczeń:

- wyjaśnia zmiany zachodzące w organizmie podczas wysiłku;
- zna korzyści wynikające z aktywności fizycznej w terenie;
- zna możliwości wykorzystania technologii do monitorowania aktywności;
- zna nowoczesne formy aktywności fizycznej;
- zna wybraną formę aktywności fizycznej spoza Europy;
- zna ideę olimpijską, paraolimpijską i olimpiad specjalnych;
- stosuje techniczne i taktyczne elementy wybranych gier;
- uczestniczy w grach jako zawodnik i sędzia;

- potrafi organizować rozgrywki;
- wykonuje ćwiczenia gimnastyczne i akrobatyczne;
- opracowuje układ gimnastyczny;
- opracowuje i wykonuje układ taneczny;
- pokonuje trasę biegu terenowego z elementami orientacji;
- wykonuje przekazanie pałeczki w sztafecie;
- wykonuje wybrane konkurencje lekkoatletyczne;
- potrafi monitorować własną aktywność;
- samodzielnie przeprowadza rozgrzewkę odpowiednią do rodzaju aktywności.

3. Bezpieczeństwo

Uczeń:

- zna przyczyny wypadków i urazów;
- zna sposoby zapobiegania urazom;
- rozpoznaje zagrożenia związane z wybranymi dyscyplinami;
- stosuje zasady samoasekuracji i asekuracji;
- potrafi prawidłowo zachować się w sytuacji wypadku lub urazu.

4. Edukacja zdrowotna

Uczeń:

- wskazuje czynniki pozytywnie i negatywnie wpływające na zdrowie;
- rozpoznaje czynniki, na które ma wpływ;
- zna sposoby radzenia sobie ze stresem;
- zna konsekwencje zdrowotne stosowania używek i substancji psychoaktywnych;
- zna konsekwencje zdrowotne nieuzasadnionego odchudzania;
- zna zagrożenia związane ze stosowaniem sterydów w celu zwiększenia masy mięśniowej;
- zna zasady higieny związane z okresem dojrzewania;
- potrafi opracować prawidłowy rozkład dnia;
- zna znaczenie równowagi między nauką, pracą, odpoczynkiem i aktywnością fizyczną;
- dobiera ćwiczenia relaksacyjne do swoich potrzeb;
- zna zasady ergonomicznego podnoszenia i przenoszenia przedmiotów.

Zakres ten odpowiada wymaganiom szczegółowym podstawy programowej dla klas VII–VIII.

X. KOMPETENCJE SPOŁECZNE – KLASY IV–VIII

Uczeń:

- przestrzega zasad fair play;

- szanuje przeciwnika, partnera, sędziego i nauczyciela;
 - potrafi właściwie zachować się podczas zwycięstwa i porażki;
 - potrafi podziękować za wspólną grę;
 - może pełnić rolę zawodnika, organizatora, sędziego lub kibica;
 - zna zasady kulturalnego kibicowania;
 - potrafi współpracować w grupie;
 - szanuje poglądy i wysiłek innych;
 - rozwija asertywność i empatię;
 - rozpoznaje swoje mocne strony;
 - potrafi dokonać adekwatnej samooceny;
 - planuje własny rozwój;
 - potrafi szukać rozwiązań sytuacji problemowych;
 - zachęca innych do aktywności fizycznej, także osoby o niższej sprawności lub ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi.
-

XI. PRZYGOTOWANIE DO ZAJĘĆ

Uczeń powinien posiadać strój sportowy umożliwiający bezpieczne i aktywne uczestnictwo w zajęciach.

Strój powinien być dostosowany do rodzaju zajęć oraz warunków, w których odbywają się ćwiczenia.

Ze względów bezpieczeństwa podczas zajęć należy:

- zdjąć biżuterię i przedmioty mogące powodować uraz;
- zabezpieczyć długie włosy;
- stosować obuwie odpowiednie do rodzaju zajęć;
- przestrzegać zasad korzystania ze sprzętu sportowego;
- wykonywać ćwiczenia zgodnie z instrukcją nauczyciela.

Brak stroju lub nieprzygotowanie do zajęć nie stanowi samodzielnej podstawy do wystawienia oceny niedostatecznej. Wpływa natomiast na możliwość systematycznego i aktywnego uczestniczenia w zajęciach i może być uwzględniany przy ocenie wywiązywania się z obowiązków ucznia.

XII. UCZEŃ CZASOWO LUB CZĘŚCIOWO ZWOLNIONY Z ĆWICZEŃ

Uczeń czasowo lub częściowo zwolniony z wykonywania określonych ćwiczeń powinien, w miarę możliwości, uczestniczyć w zajęciach w sposób dostosowany do swoich możliwości.

Może wykonywać:

- ćwiczenia zastępcze;
- zadania teoretyczne;

- zadania organizacyjne;
- zadania związane z bezpieczeństwem;
- zadania związane z sędziowaniem;
- obserwację i analizę wykonywanych ćwiczeń;
- zadania z zakresu edukacji zdrowotnej.

Podstawa programowa wskazuje wprost na konieczność włączania uczniów czasowo lub częściowo zwolnionych z ćwiczeń do realizacji treści wychowania fizycznego, szczególnie w zakresie wiedzy i edukacji zdrowotnej.

XIII. DOSTOSOWANIE WYMAGAŃ EDUKACYJNYCH

Wymagania edukacyjne dostosowuje się do indywidualnych potrzeb psychofizycznych i edukacyjnych ucznia zgodnie z rozpoznanymi potrzebami oraz zaleceniami zawartymi w opinii lub orzeczeniu poradni psychologiczno-pedagogicznej.

W szczególności uwzględnia się:

- możliwości psychofizyczne ucznia;
- tempo pracy;
- stopień trudności wykonywanych ćwiczeń;
- potrzebę dodatkowego instruktażu;
- możliwość wykonania zadania w uproszczonej formie;
- potrzebę wydłużenia czasu;
- indywidualny poziom sprawności;
- wysiłek i zaangażowanie;
- postępy ucznia.

W przypadku ucznia z ograniczeniami zdrowotnymi nauczyciel stosuje zadania i ćwiczenia możliwe do wykonania zgodnie z zaleceniami specjalistów.

Nie wymaga się od ucznia wykonania ćwiczenia, którego wykonanie jest przeciwwskazane ze względów zdrowotnych.

XIV. USTALANIE OCENY ŚRÓDROCZNEJ I ROCZNEJ

Ocena śródroczna i roczna nie jest automatyczną średnią arytmetyczną ocen bieżących.

Przy ustalaniu oceny nauczyciel bierze pod uwagę całokształt pracy ucznia, w szczególności:

- wysiłek wkładany w realizację obowiązków;
- systematyczność udziału w zajęciach;
- aktywność;
- postępy;

- poziom opanowania wiadomości i umiejętności;
- kompetencje społeczne;
- stosowanie zasad bezpieczeństwa;
- zaangażowanie w działania na rzecz kultury fizycznej.

Takie podejście wynika bezpośrednio z przepisów dotyczących oceniania z wychowania fizycznego.

XV. WARUNKI UZYSKANIA WYŻSZEJ NIŻ PRZEWIDYWANA ROCZNEJ OCENY KLASYFIKACYJNEJ

Uczeń lub jego rodzice/opiekunowie prawni mogą wystąpić o ustalenie wyższej niż przewidywana rocznej oceny klasyfikacyjnej na zasadach określonych w statucie szkoły.

Po otrzymaniu informacji o przewidywanej ocenie uczeń może:

1. zwrócić się do nauczyciela z prośbą o możliwość uzyskania wyższej oceny;
2. wskazać ocenę, o którą się ubiega;
3. wykonać zadania sprawdzające ustalone przez nauczyciela, odnoszące się do wymagań edukacyjnych na daną ocenę;
4. uzupełnić wskazane przez nauczyciela wiadomości i umiejętności;
5. wykazać się odpowiednim poziomem aktywności, zaangażowania i umiejętności.

Forma sprawdzenia osiągnięć zostaje dostosowana do specyfiki wychowania fizycznego i może obejmować zadania praktyczne, zadania dotyczące wiedzy, obserwację aktywności oraz inne formy określone przez nauczyciela.

XVI. ZASADY UZUPEŁNIANIA ZALEGŁOŚCI

Uczeń, który z uzasadnionych przyczyn nie uczestniczył w zajęciach lub nie mógł wykonać określonego zadania, powinien – po ustaniu przyczyny – uzgodnić z nauczycielem sposób uzupełnienia wiadomości lub umiejętności.

Termin oraz forma uzupełnienia są ustalane indywidualnie, z uwzględnieniem możliwości psychofizycznych ucznia.

XVII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Ocenianie z wychowania fizycznego ma przede wszystkim wspierać rozwój ucznia i motywować go do podejmowania aktywności fizycznej.
2. Nauczyciel uwzględnia indywidualne możliwości ucznia oraz jego postępy.
3. Wynik sportowy nie jest jedynym ani decydującym kryterium oceny.
4. Testy sprawnościowe służą diagnozie i planowaniu rozwoju ucznia, a nie wystawianiu oceny za osiągnięty wynik.

5. Ocenianie powinno wzmacniać pozytywny stosunek ucznia do aktywności fizycznej, zdrowia i podejmowania wysiłku.
6. Szczegółowe zasady oceniania wynikające ze statutu szkoły oraz wewnętrznych zasad oceniania stosuje się odpowiednio do niniejszych wymagań.

opracowała; A.Berszakiewicz