

# **Przedmiotowy System Oceniania z wychowania fizycznego w Zespole Szkół im. Tadeusza Kościuszki w Miliczu**

## **❖ Założenia wstępne**

**Przedmiotowy System Oceniania z wychowania fizycznego** jest załącznikiem do Wewnątrzszkolnego Systemu Oceniania w Zespole Szkół im. Tadeusza Kościuszki w Miliczu i opracowany na podstawie:

1. Rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej z dnia 10 czerwca 2015 r. w sprawie szczegółowych warunków i sposobów oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych (Dz.U. 2015 poz. 843) na podstawie art. 44 ustawy z dnia 7 września 1991 o systemie oświaty (Dz.U. z 2004 z późn. zm.)
2. Statutu Zespołu Szkół im. T. Kościuszki w Miliczu
3. Autorskiego programu nauczania wychowania fizycznego w Zespole Szkół w Miliczu o nr T/L/Z/15/N

**Podstawą oceny śródrocznej/rocznej z przedmiotu wychowanie fizyczne jest przede wszystkim wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywaniu się z obowiązków na lekcjach wynikających ze specyfiki przedmiotu.**

**Do oceniania każdego ucznia podchodzi się indywidualnie mając na uwadze jego możliwości.**

**Nauczyciel jest zobowiązany do stosować wymagania edukacyjne, o których mowa w art. 44b ust 8 pkt. 1 ustawy, dotyczące indywidualnych potrzeb rozwojowych i edukacyjnych oraz możliwości psychofizycznych uczniów.**

**Nauczyciel jest zobowiązany do monitorowania pracy ucznia oraz przekazywania mu informacji o jego osiągnięciach edukacyjnych pomagających w uczeniu się, poprzez wskazanie, co robi dobrze, co i jak wymaga poprawy oraz jak powinien się dalej uczyć.**

## ❖ **Cele oceniania z wychowania fizycznego**

- Informowanie ucznia i rodziców o poziomie jego sprawności ruchowej, o postępach w tym zakresie, trudnościach oraz szczególnych uzdolnieniach.
- Pomoc uczniowi w samodzielnym planowaniu swojego kształcenia oraz wskazówki do dalszego planowania własnego rozwoju
- Motywowanie ucznia do dalszej pracy nad podnoszeniem swojej sprawności ruchowej.
- Wdrożenie ucznia do samooceny i samokontroli
- Informowanie nauczyciela o skuteczności jego organizacji i metod jego pracy dydaktyczno-wychowawczej.

## ❖ **Obszary oceniania ucznia**

Ocena z wychowania fizycznego jest wykładnikiem wywiązywania się ucznia z obowiązków dotyczących nowej podstawy programowej dla IV etapu edukacyjnego. Ocena ta określa poziom realizacji przez ucznia obowiązkowych godzin w systemie klasowo-lekcyjnym. Ocena klasyfikacyjna śródroczna/roczna będzie średnią z ocen wystawionych na podstawie ocen cząstkowych z następujących obszarów:

### **1. Postawa do przedmiotu.**

- stosunek do przedmiotu (kultura osobista, stosunek do wychowania fizycznego i nauczycieli)
- frekwencja na zajęciach (nieobecności nieusprawiedliwione, spóźnienia, zwolnienia)

- przygotowanie do zajęć (odpowiedni strój sportowy, dbałość o jego czystość i estetykę)
- dyscyplina podczas zajęć
- przestrzeganie zasad bezpieczeństwa podczas zajęć (dbałość o własne zdrowie, o innych, o mienie, sprzęt sportowy)
- postawa „fair play”
- pomoc na lekcji, współpraca z grupą, życzliwy stosunek do innych

## **2. Aktywność.**

- organizowanie i pomoc w organizacji zajęć ruchowych
- sędziowanie
- prowadzenie rozgrzewki
- aktywne uczestnictwo w zajęciach wychowania fizycznego
- dążenie do podnoszenia sprawności, zdobywania umiejętności i wiadomości w sposób zbliżony do swoich maksymalnych możliwości fizycznych, kondycyjnych i koordynacyjnych.
- inwencja twórcza
- udział w zajęciach sportowych pozalekcyjnych

## **3. Poziom wiedzy, umiejętności ruchowych oraz ich postęp.**

- opanowanie umiejętności z różnych dyscyplin sportowych przewidzianych dla poszczególnych klas zgodnie z indywidualnymi możliwościami i predyspozycjami
- dokładność wykonania zadania
- poziom wiedzy z zakresu kultury fizycznej i przepisów gry dyscyplin zespołowych, przewidzianych programem
- postęp w osobistym usprawnianiu
- umiejętności dokonywania pomiarów, odczytu i zapisu wyników,
- umiejętności stosowania wiadomości w różnych przejawach aktywności ruchowej

## **4. Działalność pozalekcyjna**

- udział w szkolnych rozgrywkach sportowych, konkursach, imprezach rekreacyjno-sportowych
- reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych

- osiąganie sukcesów sportowych na różnego rodzaju szczeblach rywalizacji
- systematyczny udział w pozalekcyjnych zajęciach sportowych
- organizowanie lub pomoc w organizacji spotkań z zaproszonymi gośćmi (np. sportowcami, działaczami sportowymi, trenerami itp.)
- działania na rzecz kształtowania prozdrowotnego stylu życia
- prace na rzecz szkoły (plakaty, gazetki, tablice, plansze, przybory itp.)

## ❖ **Wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego na poszczególne śródroczne/roczne oceny klasyfikacyjne**

<b>Bloki Tematyczne</b>	<b><u>Wymagania edukacyjne na poszczególne śródroczne/roczne oceny klasyfikacyjne</u></b>				
	<b>Dopuszczający</b>	<b>Dostateczny</b>	<b>Dobry</b>	<b>Bardzo dobry</b>	<b>Celujący</b>
	<b><u>Uczeń</u></b>				
<b>Diagnoza sprawności i aktywności fizycznej oraz rozwoju fizycznego</b>	- próbuje wykonać ćwiczenie, ale z różnych względów nie potrafi go wykonać lub wykonuje je częściowo - potrafi ocenić swoje możliwości w uprawianiu poszczególnych dyscyplin sportowych	- wykonuje ćwiczenia, ale popełnia częste błędy wykonania - wie, która z form aktywności fizycznej jest jego mocną stroną, a w której wykazuje niedostatki	- wykonuje ćwiczenia poprawnie, ale zdarzają mu się sporadyczne błędy wykonania - potrafi wykonać wybrany przez siebie rodzaj prób służących ocenie stanu własnych cech motorycznych	- wykonuje ćwiczenia starannie i bez błędów, prawidłowo stosuje nabyte umiejętności - potrafi dostosować rodzaj aktywności fizycznej do swojego stanu zdrowia, aktualnej dyspozycji, rodzaju pracy, okresu życia	- potrafi zaplanować dla siebie plan/program aktywności fizycznej zgodny z własnymi potrzebami i zainteresowaniami
<b>Trening zdrowotny</b>	- potrafi ocenić stan swojego organizmu w czasie wysiłku fizycznego	- potrafi wykonać pomiar tętna i go zinterpretować	- potrafi dobierać ćwiczenia kształtujące służące wzmocnieniu poszczególnych partii mięśniowych	- potrafi samodzielnie stosować ćwiczenia relaksacyjne i pobudzające	- zna wpływ sposobu żywienia na stan zdrowia i organizmu i wie jak wpływać na masę swojego ciała

<p><b>Sporty całego życia i wypoczynek</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- posiada umiejętność samodzielnej rozgrzewki</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zna podstawowe elementy techniki i taktyki wybranych dyscyplin sportowych</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- potrafi stosować poznane elementy techniki i taktyki wybranych dyscyplin sportowych</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zna i potrafi interpretować podstawowe przepisy poznanych dyscyplin sportowych</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- reprezentuje szkołę w danej dyscyplinie sportu</li> <li>- potrafi zastosować znane sobie ćwiczenia do przeciwdziałania negatywnym skutkom wykonywanej pracy</li> </ul>
<p><b>Bezpieczna aktywność fizyczna i higiena osobista</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zna i stosuje zasady BHP podczas zajęć</li> <li>- zna i stosuje się do regulaminów pomieszczeń, w których odbywają się zajęcia sportowe</li> <li>- zna i stosuje zasady higieny osobistej</li> <li>- odróżnia zachowania niebezpieczne i szkodliwe dla siebie i innych</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- rozpoznaje usterki i wady używanego sprzętu mogące grozić zdrowiu ćwiczących</li> <li>- zgłasza zauważone nieprawidłowości</li> <li>- wie, jak należy przenosić ciężkie przedmioty, urządzenia i przybory</li> <li>- zna zasady i stosuje asekurację współćwiczących</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- stosuje zasady ergonomii podczas dźwigania i przenoszenia przedmiotów o różnym kształcie i ciężarze</li> <li>- rozpoznaje i przeciwdziała zachowaniom niebezpiecznym dla siebie i innych uczestników zajęć</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- potrafi przygotować bezpieczny obwód ćwiczeń siłowych z wykorzystaniem przyborów</li> <li>- odpowiednio dobiera obciążenia dla ćwiczących uwzględniając ich i swoje możliwości</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wyróżnia się na tle grupy pod względem zachowań i nawyków higienicznych</li> </ul>
<p><b>Sport</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- bierze udział w zawodach i rozgrywkach sportowych organizowanych podczas zajęć</li> <li>- przestrzega zasad fair-play</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wie, jak przeprowadzić zawody sportowe systemem „każdy z każdym” i systemem pucharowym</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- potrafi kulturalnie kibicować i odpowiednio zachowywać się w czasie zawodów sportowych</li> <li>- rozumie i potrafi wytłumaczyć zachowania fair-play</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- potrafi organizować i sędziować zawody klasowe i międzyklasowe zawodów sportowych</li> <li>- rozumie i potrafi wytłumaczyć zachowania fair-play</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- pomaga w organizacji imprez/zawodów sportowych w wybranych dyscyplinach sportu</li> <li>- potrafi rozpoznawać i interpretować pozytywne i negatywne postawy podczas widowisk sportowych</li> </ul>

<p><b>Edukacja zdrowotna</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zna i stosuje zasady higieny i pielęgnacji swojego organizmu</li> <li>- wymienia czynniki wpływające na zdrowie</li> <li>- przestrzega zasad higieny osobistej</li> <li>- wie jak właściwie korzystać z komputera i telewizji</li> <li>- dba o higienę osobistą ciała i estetyczny wygląd oraz reaguje na nieprawidłowości w tym zakresie w swoim otoczeniu</li> <li>- definiuje pojęcie „zdrowej żywności”</li> <li>- zna formy wypoczynku czynnego i biernego</li> <li>- rozumie znaczenie ruchu na świeżym powietrzu</li> <li>- zna i stosuje zasady BHP w szkole, w czasie uprawiania sportu i w życiu codziennym</li> <li>- umie powiadomić pogotowie i odpowiednie służby ratownicze w sytuacjach zagrożenia</li> <li>- wie, kiedy wezwać pomoc i jakie służby zawiadomić</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wyjaśnia, dlaczego zdrowie jest wartością dla człowieka i zasobem dla społeczeństwa</li> <li>- definiuje pojęcia: styl życia, zachowania prozdrowotne</li> <li>- wyjaśnia, na czym polega dbałość o zdrowie własne i innych</li> <li>- zna zasady utrzymywania prawidłowej masy ciała</li> <li>- umie obliczyć i zinterpretować wskaźnik BMI</li> <li>- omawia zasady racjonalnego gospodarowania czasem i higieny pracy umysłowej</li> <li>- zna znaczenie regularności posiłków</li> <li>- zna miejsca czynnego wypoczynku w najbliższym otoczeniu</li> <li>- wyjaśnia, na czym polega odpowiedzialność za zdrowie własne i innych ludzi</li> <li>- wyjaśnia, kim jest aktywny pacjent</li> <li>- zna podstawowe prawa pacjenta i organizację służby zdrowia</li> <li>- wyjaśnia, dlaczego należy poddawać się badaniom</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- określa, czym jest zdrowie psychiczne i fizyczne</li> <li>- określa, na czym polega dbałość o zdrowie w okresie młodości i wczesnej dorosłości</li> <li>- przytacza i charakteryzuje różne aspekty zdrowia</li> <li>- potrafi rozpoznać sytuacje i czynniki zagrażające zdrowiu</li> <li>- przedstawia zasady ochrony przed nadmiernym działaniem szkodliwych czynników zewnętrznych</li> <li>- przedstawia skutki małej aktywności fizycznej</li> <li>- określa cechy psychofizyczne predysponujące do wykonywania różnych zawodów</li> <li>- omawia piramidę zdrowego żywienia</li> <li>- umie dokonać oceny własnego sposobu odżywiania</li> <li>- potrafi umiejętnie dobierać ubiór stosownie do pogody i formy aktywności czy uprawianej dyscypliny sportu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wskazuje zależności pomiędzy dbałością o zdrowie w młodości a stanem zdrowia w wieku dojrzałym i na starość</li> <li>- wskazuje związek między zdrowiem a środowiskiem i proponuje, co sam może zrobić, aby stworzyć środowisko sprzyjające zdrowiu</li> <li>- wskazuje najczęstsze problemy zdrowotne młodych ludzi i proponuje możliwości zapobiegania tym problemom</li> <li>- potrafi ocenić własną aktywność, sprawność i wydolność w oparciu o znajomość okresów rozwoju człowieka</li> <li>- potrafi ocenić wartości odżywcze różnych produktów</li> <li>- potrafi właściwie zaplanować czas pracy i wypoczynku</li> <li>- potrafi rozpoznawać zagrożenia i przeciwdziałać im</li> <li>- potrafi udzielić pierwszej pomocy przedlekarskiej</li> <li>- omawia, na czym polega współuczestnictwo i</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- potrafi wykorzystać swoją wiedzę i umiejętności do kształtowania zachowań prozdrowotnych własnych i rówieśników</li> <li>- planuje projekt dotyczący zagadnień związanych ze zdrowiem oraz wskazuje na sposoby pozyskiwania sojuszników i współuczestników projektu w szkole, domu lub społeczności lokalnej</li> </ul>
----------------------------------	---	---	---	---	--

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wie, co to znaczy zachowywać się asertywnie</li> <li>- wie, czym jest tolerancja</li> <li>- zna swoje słabe i mocne strony</li> <li>- zna i stosuje w praktyce poznane przepisy regulujące normy zachowania i przebywania w różnych miejscach</li> </ul>	<p>profilaktycznym i szczepieniom ochronnym</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- wyjaśnia, na czym polega praca nad sobą dla zwiększenia wiary w siebie, poczucia własnej wartości i umiejętności podejmowania decyzji</li> <li>- wie, jak radzić sobie z presją innych osób</li> <li>- wie jak właściwie zachować się w sytuacjach stresowych</li> <li>- wyjaśnia zagrożenia i zjawiska społeczne związane z chorobami cywilizacyjnymi (w tym AIDS) i z kalectwem (inwalidztwem)</li> <li>- zna zagrożenia związane z używaniem alkoholu, nikotyny i innych substancji psychoaktywnych</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- określa, na czym polegają samobadanie i samokontrola zdrowia</li> <li>- określa jak należy dbać o zachowanie zdrowia i bezpieczeństwa</li> <li>- potrafi właściwie zachować się w kontaktach z osobami chorymi i niepełnosprawnymi</li> <li>- określa, na czym polega konstruktywne przekazywanie i odbieranie pozytywnych i negatywnych informacji zwrotnych oraz radzenie sobie z krytyką</li> <li>- omawia konstruktywne, optymistyczne sposoby wyjaśniania trudnych zdarzeń i przeformułowania myśli negatywnych na pozytywne</li> <li>- potrafi dbać o zachowanie zdrowia</li> </ul>	<p>współpraca ludzi, organizacji i instytucji w działaniach na rzecz zdrowia</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- planuje rozwój swoich pozytywnych cech i pracuje nad poprawą słabych stron charakteru</li> <li>- potrafi dyskutować, umie wysłuchać innych, szuka kompromisu</li> <li>- potrafi drogą negocjacji przekonać innych do własnej koncepcji postępowania</li> <li>- potrafi w pozytywny sposób radzić sobie z negatywnymi emocjami</li> <li>- analizuje przyczyny i skutki stereotypów i stygmatyzacji osób chorych psychicznie i dyskryminowanych</li> <li>- potrafi oprzeć się presji i namowom do używania substancji psychoaktywnych i innych zachowań szkodliwych dla zdrowia</li> <li>- określa zasady prozdrowotnego stylu życia</li> </ul>	
--	---	--	--	---	--

## ❖ **KRYTERIA OCEN ŚRÓDROCZNYCH I ROCZNYCH Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO**

### **Ocena celująca ( 6)**

- spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą ( 5)
- posiada wiedzę i umiejętności znacznie wykraczające poza stawiane wymagania
- aktywnie uczestniczy w życiu sportowym na terenie szkoły oraz w innych formach działalności związanych z kulturą fizyczną,
- zajmuje punktowane miejsca w zawodach sportowych różnych szczebli
- jest wzorem na zajęciach wychowania fizycznego w szkole i w środowisku
- reprezentuje postawę fair play, jest wzorem dla innych uczniów.
- uczestniczy systematycznie w sportowych zajęciach pozalekcyjnych
- jest kulturalny, wykonuje polecenia nauczyciela, szanuje przeciwnika i kolegów
- opracowuje samodzielnie i prezentuje wiadomości z edukacji zdrowotnej. Zna wszystkie pojęcia poruszane na edukacji zdrowotnej

### **Ocena bardzo dobra ( 5)**

- całkowicie opanował materiał programowy określony wymaganiami edukacyjnymi
- jest bardzo sprawny fizycznie lub pomimo przeciętnej sprawności fizycznej i motorycznej aktywnie dąży do podniesienia jej na wyższy poziom
- wykonuje ćwiczenia właściwą techniką, pewnie, w odpowiednim tempie i dokładnie
- zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie

- posiada duże wiadomości w zakresie kultury fizycznej i umiejętnie je wykorzystuje w działaniu praktycznym
- systematycznie doskonali swoją sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu
- jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do WF nie budzą najmniejszych zastrzeżeń
- jego absencja na lekcjach WF jest wyjątkowo niska.
- jest aktywny, wkłada maksymalny wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego, wykazuje pozytywny stosunek do przedmiotu.
- jest zawsze przygotowany do zajęć, dba o higienę osobistą.
- właściwie odnosi się do mniej sprawnych fizycznie.
- często uczestniczy w sportowych zajęciach pozalekcyjnych
- opracowuje samodzielnie i prezentuje wiadomości z edukacji zdrowotnej. Zna wszystkie pojęcia poruszane na edukacji zdrowotnej.

#### **Ocena dobra ( 4 )**

- w zasadzie opanował materiał programowy na poziomie podstawowym
- dysponuje dobrą sprawnością motoryczną
- ćwiczenia wykonuje prawidłowo, lecz nie dość dokładnie, z małymi błędami technicznymi
- podejmuje liczne próby doskonalenia własnej sprawności fizycznej.
- posiada wiadomości, które potrafi wykorzystać w praktyce
- nie opuszcza lekcji wychowania fizycznego, wykazuje stałe postępy w usprawnianiu się
- jego postawa społeczna i stosunek do WF nie budzą większych zastrzeżeń
- cechuje go pozytywny stosunek do przedmiotu i aktywna postawa na lekcji
- rozumie potrzebę zdrowego stylu życia i zgodnie z nią postępuje
- zna i stosuje zasady higieny osobistej
- sporadycznie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych

### **Ocena dostateczna ( 3)**

- opanował materiał programowy na przeciętnym poziomie ze znacznymi lukami
- opuszcza zajęcia sporadyczne i nie zawsze w nich uczestniczy
- dysponuje przeciętną sprawnością motoryczną i fizyczną
- ćwiczenia wykonuje z wyraźnymi błędami w technice ruchu, w nieodpowiednim tempie
- wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie,
- wykazuje małe postępy w usprawnianiu motorycznym
- w jego wiadomościach z zakresu wychowania fizycznego występują znaczne luki, a tych, które posiada, nie potrafi wykorzystać w działaniu praktycznym
- wykazuje brak nawyków dbałości o zdrowy styl życia
- wykazuje brak zainteresowania zajęciami pozalekcyjnymi
- przejawia braki w zakresie wychowania społecznego, w postawie i stosunku do przedmiotu.
- często jest nieprzygotowany do lekcji.
- nie wykazuje aktywności na lekcjach

### **Ocena dopuszczająca ( 2)**

- nie opanował materiału podstawy programowej w stopniu dostatecznym
- sporadycznie przygotowany do zajęć, ucieczki z lekcji
- wykonuje ćwiczenia niechętnie z dużymi błędami technicznymi
- posiada małe wiadomości z zakresu wychowania fizycznego
- nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną
- wykazuje bardzo małe postępy w usprawnianiu się
- wykazuje niechętny stosunek do zajęć wychowania fizycznego społecznego
- zna zdrowy styl życia, ale go nie stosuje
- niesystematycznie bierze udział w zajęciach
- jego postawa społeczna budzi poważne zastrzeżenia.
- ma lekceważący stosunek do kolegów i samego przedmiotu WF

## **Ocena niedostateczna ( 1)**

- nie spełnia wymagań zawartych w podstawie programowej
- wykonuje jedynie najprostsze ćwiczenia z rażącymi błędami
- wykazuje całkowity brak wiedzy z zakresu wychowania fizycznego
- ma lekceważący stosunek do zajęć i nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu
- w zajęciach uczestniczy wybiórczo, bardzo często nie ćwiczy na lekcjach wychowania fizycznego
- notorycznie nieprzygotowany do zajęć
- stosunek ucznia do kultury fizycznej i jego postawa społeczna są negatywne
- nie reaguje na polecenia i prośby nauczyciela
- nie podejmuje prób podejścia do zaliczeń
- nie wykonuje żadnych ćwiczeń i testów, pomimo prawidłowego rozwoju fizycznego i motywacji nauczyciel
- często świadomie odmawia wykonywania ćwiczeń
- nie przestrzega zasad higieny i regulaminu BHP

## **❖ Uwagi do kryteriów cząstkowych ocen uczniów**

- Nauczyciel na początku każdego roku szkolnego informuje uczniów o wymaganiach edukacyjnych i kryteriach ocen z wychowania fizycznego.
- Poziom, jaki reprezentuje uczeń w zakresie poszczególnych kryteriów decyduje, o jakości wystawionej oceny. Główną uwagę należy zwrócić na wysiłek, jaki uczeń wkłada w ćwiczenia, czynione postępy oraz jego aktywną postawę.
- Na ocenę semestralną i roczną składają się oceny cząstkowe (w skali 1-6) uzyskane w toku obserwacji (kontroli i samokontroli). Poziom opanowania umiejętności i sprawności fizycznej nie mają decydującego znaczenia przy wystawianiu ocen (semestralnej i końcowej, są jednymi z komponentów ocen końcowych).
- Uczeń ma prawo być nieprzygotowany do zajęć (brak stroju sportowego) **2 razy w całym roku szkolnym** (1 razy w I semestrze i 1 razy w II semestrze). Każdy kolejny brak

- stroju skutkuje **ocena niedostateczna** (lub łączną na koniec roku semestru lub roku szkolnego). Pod pojęciem stroju rozumiemy: koszulka sportowa, krótkie spodenki gimnastyczne lub dres sportowy oraz zmienne obuwie.
- W przypadku nieobecności na zajęciach w czasie przeprowadzania sprawdzianu, uczeń jest zobowiązany zaliczyć dany sprawdzian w ciągu **2 tygodni** lub w szczególnych wypadkach w terminie uzgodnionym z nauczycielem.
  - Uczniowie, którzy z powodów zdrowotnych (czasowych) nie mogą uczestniczyć w zajęciach zgłaszają o tym nauczycielowi na zbiórce na początku lekcji. Zwolnienie z lekcji wychowania fizycznego może napisać rodzic lub opiekun prawny maksymalnie na okres **1 tygodnia**, dłuższa niedyspozycja zdrowotna musi być potwierdzona zwolnieniem lekarskim.
  - Dziewczęta w czasie niedyspozycji zwalniane są z wykonywania intensywnego wysiłku fizycznego, natomiast obowiązują je aktywne uczestnictwo w zajęciach.
  - Uczniowie zwolnieni z ćwiczeń na podstawie zaświadczenia (lekarskie, od rodziców) nie są zwalniani z obowiązku obecności na lekcji i udziału w niej.
  - Wyjątek stanowi zwolnienie ucznia z zajęć wychowania fizycznego wówczas, gdy zajęcia WF odbywają się na pierwszej lub ostatniej godzinie lekcyjnej. Uczeń nie ma obowiązku uczestnictwa w lekcji pod warunkiem uzyskania zgody Dyrektora na podstawie wniosku napisanego przez rodziców lub opiekunów o odpowiedzialności za nieobecność ucznia na tych lekcjach.
  - W uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego i z zajęć sportowych. Decyzję o zwolnieniu ucznia z zajęć podejmuje dyrektor szkoły na podstawie zaświadczenia lekarskiego. Jeżeli uczeń został zwolniony z wychowania fizycznego to nie może też brać udziału w zajęciach sportowych chyba, że za zgodą dyrektora.
  - W przypadku oceniania **ucznia o specjalnych potrzebach edukacyjnych** nauczyciel stosuje się do udokumentowanych wytycznych i zaleceń ujętych w opinii lub orzeczeniu z Poradni Psychologiczno – Pedagogicznej.

- Ocenianie bieżące z zajęć edukacyjnych ma na celu monitorowanie pracy ucznia oraz przekazywanie uczniowi informacji o jego osiągnięciach edukacyjnych pomagających w uczeniu się, poprzez wskazanie, co uczeń robi dobrze , co i jak wymaga poprawy oraz jak powinien dalej się uczyć.