

Wymagania Edukacyjne
z wychowania fizycznego
w Liceum Ogólnokształcącym im. Henryka Sienkiewicza we Wrześni
obowiązujące od dnia 01.09.2025 r.

1. Podstawa prawna opracowania Wymagań Edukacyjnych:

Statut Liceum Ogólnokształcącego im. Henryka Sienkiewicza we Wrześni

2. Cele oceniania

- a) rozpoznawanie przez nauczyciela poziomu sprawności, wiedzy i umiejętności oraz postępów w opanowywaniu przez ucznia wiadomości i umiejętności ujętych w wymaganiach ogólnych i treściach podstawy programowej,
- b) informowanie ucznia o poziomie jego osiągnięć edukacyjnych - co umie i potrafi oraz o ewentualnych brakach lub problemach w edukacji oraz o postępach w ich pokonywaniu,
- c) motywowanie ucznia do dalszej pracy,
- d) pomaganie uczniowi w samodzielnym kształceniu,
- e) informowanie rodziców (opiekunów prawnych) o postępach w nauce, trudnościach i/lub uzdolnieniach dziecka,
- f) dostarczenie nauczycielowi informacji zwrotnej na temat efektywności metod nauczania, prawidłowości doboru metod i technik pracy z uczniem,

3. Przedmiotem oceny jest:

- a) Poziom umiejętności i wiadomości z poszczególnych działów nauczania: gimnastyki, lekkoatletyki, zespołowych gier sportowych.
- b) Aktywność ucznia podczas zajęć.
- c) Postawa ucznia – jego zaangażowanie w dbałość o własny rozwój fizyczny, sprawność i higienę.
- d) Aktywność ucznia w życiu sportowym klasy i szkoły.
- e) Frekwencja na zajęciach wychowania fizycznego.

4. Uczeń otrzymuje oceny cząstkowe (bieżące) systematycznie w ciągu całego okresu roku szkolnego oraz oceny: śródroczną i roczną. Oceny bieżące w trakcie półrocza uczeń zdobywa za :

- a) gotowość ucznia do lekcji i aktywność podczas zajęć – ocena z aktywności jest wystawiana dwa razy w semestrze i stanowi informację o aktywnym uczestniczeniu ucznia w lekcji wychowania fizycznego

Uczeń, który regularnie uczestniczy w zajęciach i przystąpił w tym czasie do wszystkich testów otrzymuje **ocenę bardzo dobrą**

Jeżeli natomiast uczeń nie brał udziału w lekcji z powodu braku stroju lub nieobecności. Zostaje to odnotowane i ma wpływ na ocenę z aktywności. Niedyspozycja nie zwalnia z ćwiczeń na lekcji (rodzaj aktywności zostaje dostosowany do samopoczucia uczennicy).

Ocena za aktywność jest obniżona jeżeli uczeń nie otrzyma oceny pozytywnej za wymagane testy lub sprawdziany do końca okresu.

Ocena z aktywności jest obniżona gdy uczeń odmówi reprezentowania szkoły w zawodach sportowych bez uzasadnienia.

b) postęp sprawności - uczeń w każdym półroczu wykonuje ćwiczenia w ramach testów sprawności fizycznej, których wyniki są porównywane z jego wcześniejszymi osiągnięciami odnotowanymi przez nauczyciela. Do sprawdzianów tych zlicza się: próby lekkoatletyczne, testy umiejętności z gier zespołowych, gimnastyki i ćwiczeń fitness.

c) postęp w opanowaniu umiejętności z wybranych dyscyplin sportowych

Ocenie podlega technika wykonania podstawowych elementów wybranych przez nauczyciela spośród dwóch gier zespołowych, gimnastyki, lekkoatletyki lub innej dyscypliny. Szczegółowe wymagania poszczególnych zaliczeń określone są przed sprawdzianem w zależności od stopnia sprawności zespołu. Dodatkowo uczeń może zostać oceniony za wybrany przez siebie zestaw ćwiczeń w rozgrzewce oraz za umiejętność sędziowania gier zespołowych. Dwie ostatnie formy są najczęściej stosowane u osób ze zwolnieniami częściowymi (np. zwolnienie z biegów, skoków itp.)

d) wiadomości - uczeń może zdobyć ocenę za wiadomości z zakresu wychowania fizycznego, edukacji zdrowotnej, przepisów gier zespołowych oraz podstaw fizjologii wysiłku fizycznego. Sprawdzenie wiedzy może odbyć się w formie słownej lub pisemnej.

e) reprezentowanie szkoły - uczeń, który reprezentuje szkołę na zawodach sportowych otrzymuje za swój start bieżącą ocenę celującą . Dodatkowo uczeń, który reprezentuje szkołę na zawodach sportowych lub rozwija swoje zainteresowania sportowe trenując poza szkołą może ubiegać się o podniesienie oceny półrocznej lub rocznej z wychowania fizycznego o jeden stopień.

5. Zasady wystawiania oceny śródrocznej i rocznej:

- a) ocena śródroczna i roczna powinna być wystawiona na podstawie, co najmniej - 3
- b) ocena śródroczna i roczna nie jest średnią arytmetyczną ocen cząstkowych i nie jest średnią ważoną,
- c) ocena śródroczna i roczna jest ustalana na podstawie poszczególnych ocen i wag (wartości)

Waga	Przedmiot oceny
1	Sprawdzian poziomu sprawności fizycznej (szybkość , siła, wytrzymałość) Sprawdzian poziomu wiedzy (przepisy, zasady)
2	Sprawdzian poziomu umiejętności technicznych (zespołowe gry sportowe, gimnastyka)
3	Aktywność i frekwencja na lekcji
4	Uczestnictwo w zawodach klasowych, szkolnych, międzyszkolnych.

6. Skala ocen i sposób przeliczania uzyskanych punktów z prac pisemnych na poszczególne oceny – ujęta została w Statucie Liceum.

7. Szczegółowe zasady sprawdzania i oceniania postępów edukacyjnych i osiągnięć uczniów

- a) każdy uczeń jest oceniany sprawiedliwie;
 - b) każdy uczeń jest oceniany systematycznie;
 - c) sprawdziany/testy, testy diagnostyczne oraz odpowiedzi ustne są obowiązkowe.
 - d) sprawdziany/testy, testy diagnostyczne zapowiadane są z tygodniowym wyprzedzeniem;
 - e) uczeń nieobecny na danym sprawdzianie/teście, musi go zaliczyć w podanym przez nauczyciela drugim terminie; w sytuacji, kiedy uczeń nie przystąpił do zaliczenia danej formy sprawdzania wiedzy i umiejętności w wyznaczonym terminie, przystępuje do zaliczenia na pierwszej lekcji, na której jest obecny.
 - f) każdą ocenę z danego sprawdzianu/testu może poprawić wyłącznie uczeń obecny na pierwszym wyznaczonym przez nauczyciela terminie – wyjątkiem przypadki losowe;
 - g) przy nieobecności ciągłej powyżej 14 dni uczeń:
 - powinien uzupełnić materiał w ciągu jednego tygodnia, licząc od dnia powrotu na zajęcia, uczeń, w tym przypadku, ma prawo uzyskać pomoc od nauczyciela;
 - nie jest oceniany w ciągu jednego tygodnia, licząc od dnia powrotu na zajęcia, w tym nie musi przystąpić do zaliczenia sprawdzianu, którego termin przypada w pierwszym tygodniu po powrocie ucznia do szkoły;
 - w przypadkach losowych terminy te mogą zostać wydłużone przez nauczyciela na prośbę ucznia lub jego rodziców (prawnych opiekunów);
 - h) uczeń, który otrzymał śródroczną ocenę niedostateczną musi przystąpić do jej poprawy w terminie wyznaczonym przez nauczyciela;
 - k) uczeń ma prawo jeden raz w danym okresie roku szkolnego w terminie zgłosić nieprzygotowanie do lekcji, uczeń zgłasza nieprzygotowanie do zajęć na początku lekcji; wyjątek stanowią sytuacje losowe;
 - l) każda ocena wpisywana jest do dziennika elektronicznego,
 - ł) oceny są jawne, zarówno dla ucznia, jak i jego rodziców (prawnych opiekunów); na prośbę ucznia ocena nie musi być jawna wobec wszystkich uczniów w danej klasie;
 - m) uczeń jest informowany o każdej ocenie i konsekwencjach z niej wynikających,
 - o) aktywność ucznia na lekcji jest oceniana;
 - p) uczeń nie jest zobowiązany do prowadzenia zeszytu przedmiotowego
(forma dowolna, uzgodniona z nauczycielem, w wyjątkowych przypadkach (u uczniów mających właściwe orzeczenia PPP) może to być forma elektroniczna);
 - r) ocenie podlegają osiągnięcia ucznia, a nie uczeń.
 - s) sytuacje losowe uczniów nieprzewidziane w PZO będą rozwiązywane na bieżąco zgodnie z obowiązującymi zapisami prawa oświatowego;
- 8. Narzędzia stosowane w ocenianiu:**
- a) sprawdziany – przeprowadzane po zakończeniu danego działu;
 - b) zaangażowanie w proces nauczania (aktywność ucznia),

- c) ćwiczenia dodatkowe,
- d) korzystanie z różnych źródeł informacji,
- e) formy pracy twórczej na lekcji, np. rozwiązywanie problemu stawianego przez nauczyciela, przygotowanie prezentacji, itp.,
- f) formy pracy twórczej w domu: projekty, prezentacje, plansze, tablice, referaty, itp.;
- g) udział w zawodach sportowych
- h) inne wynikające z sytuacji bieżącej,

9. Uczniowie posiadający opinię lub orzeczenie PPP lub zaświadczenie lekarskie o stanie zdrowia oceniani są adekwatnie do informacji, które zawiera opinia lub orzeczenie lub zaświadczenie lekarskie w odniesieniu do specyfiki przedmiotu uwzględnieniem zapisów ujętych w Statucie.

10. Sposoby poprawiania niepowodzeń szkolnych (poprawa sprawdzianu/testu):

Uczeń może przystąpić do poprawy danego sprawdzianu w dowolnym terminie uzgodnionym wspólnie z nauczycielem

11. Sposoby informowania uczniów i rodziców (opiekunów prawnych) – ujęte zostały w Statucie Liceum.

12. Wymagania na poszczególne oceny semestralne:

12.1. Ocenę niedostateczną: otrzymuje uczeń, który, wykazuje szczególnie lekceważący stosunek do obowiązków wynikających ze specyfiki przedmiotu, bardzo często nie bierze czynnego udziału w lekcji, nie wykonuje bieżących zadań programowych podczas lekcji mimo swoich możliwości fizycznych, nie czyni widocznych postępów, zdał nieliczne sprawdziany półroczu (mniej niż połowę), a braki wynikają z lekceważenia obowiązków na lekcji, swoim zachowaniem dezorganizuje pracę na lekcji, stwarza zagrożenie dla bezpieczeństwa swojego i innych uczniów,

12.2. Ocenę dopuszczającą: otrzymuje uczeń, który uczestniczy nieregularnie w zajęciach wychowania fizycznego, w roku zgłosił ponad pięć razy nieprzygotowanie do zajęć, wykazuje niechętny stosunek do ćwiczeń fizycznych i nie podejmuje działań mających na celu podniesienie swojej sprawności, zdał mniej niż połowę sprawdzianów w danym okresie, a braki wynikają z przyczyn nieusprawiedliwionych, czynności ruchowe wykonuje w sposób minimalny, poniżej swoich możliwości fizycznych.

12.3. Ocenę dostateczną: otrzymuje uczeń, który, w roku maksymalnie pięć razy zgłosił nieprzygotowanie do zajęć, wykazuje przeciętną aktywność w czasie zajęć, nie zdał wszystkich sprawdzianów w danym półroczu, wykonuje zadania ruchowe w sposób niepewny, z błędami technicznymi, w nieodpowiednim tempie, poniżej swoich możliwości fizycznych.

12.4. Ocenę dobrą: otrzymuje uczeń, który aktywnie uczestniczy w zajęciach, w roku maksymalnie trzy razy zgłosił nieprzygotowanie do zajęć, wykazuje poprawną aktywność

w czasie zajęć, jest koleżeński i zdyscyplinowany, zachowuje zasady higieny osobistej (schludny wygląd, czysty strój sportowy), na miarę swoich możliwości fizycznych potrafi wykonać ćwiczenia zgodne z techniką danej dyscypliny rekreacyjno-sportowej, zdał większość sprawdzianów w półroczu na miarę swoich możliwości fizycznych, dba o swoją sprawność fizyczną i czyni postępy.

12.5. Ocenę bardzo dobrą: otrzymuje uczeń, który aktywnie uczestniczy w zajęciach i bez zarzutu wywiązuje się ze swoich obowiązków, prowadzi aktywny styl życia i systematycznie doskonali swoją sprawność, w roku maksymalnie dwa razy zgłasza nieprzygotowanie do zajęć, spełnia wymogi na ocenę dobrą i ponadto:

- a) wykazuje wysoką aktywność w czasie zajęć, jest ambitny, docenia wartości aktywności ruchowej,
- b) zadania ruchowe technicznie poprawnie, w odpowiednim tempie, w sposób pewny i dokładny,
- c) zdał wszystkie sprawdziany w semestrze na miarę swoich możliwości,
- d) posiada i stosuje prawidłowe nawyki higieniczne

12.6. Ocenę celującą : otrzymuje uczeń, który wykazuje szczególne zaangażowanie w lekcję, w okresie maksymalnie jeden raz zgłosił nieprzygotowanie do zajęć, spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą a ponadto:

- a) wyróżnia się aktywnością w czasie lekcji, stanowi wzór dla kolegów w grupie
- b) systematycznie bierze udział w zajęciach pozalekcyjnych, pozaszkolnych (kluby sportowe) lub reprezentuje szkołę w międzyszkolnych zawodach sportowych
- c) pomaga organizować imprezy szkolne o charakterze rekreacyjno - sportowym lub turystycznym wykorzystując znajomość przepisów sportowych i zasad turystyki kwalifikowanej
- d) wyróżnia się w grupie stałą dbałością o swoją sprawność i przestrzega zasady higieny.

Uczeń może podnieść swoją ocenę półroczną lub roczną o jeden stopień w przypadku gdy:

- uczestniczy systematycznie w zajęciach pozalekcyjnych,
- reprezentuje szkołę w zawodach międzyszkolnych,
- systematycznie podnosi swoją sprawność na zorganizowanych zajęciach pozaszkolnych,
- współorganizuje sportowe imprezy między klasowe, szkolne i międzyszkolne