

WYCHOWANIE FIZYCZNE

Informacje dla ucznia i rodziców/prawnych opiekunów

rok szkolny 2026/2027

1. Uczeń ma obowiązek posiadać na lekcji wychowania fizycznego strój sportowy:

*biała koszulka,

*krótkie spodenki sportowe,

*białe skarpetki,

*obuwie sportowe z jasną podeszwą dostosowane do ćwiczeń na sali gimnastycznej,

*dres(w wyznaczonym przez n-la terminie.)

2. Ze względu na warunki bezpieczeństwa zabrania się noszenia w czasie zajęć ozdób, zegarków itp. oraz wszelkich urządzeń elektronicznych. Paznokcie u rąk nie powinny wystawać ponad opuszki palców. Włosy muszą być spięte.

Uczeń, który nie dostosuje się do w/w pkt. może zostać nie dopuszczony do zajęć.

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

4. Uczniowie nie mają prawa przebywać na sali gimnastycznej bez opieki nauczyciela.

5. Uczeń ma obowiązek stosować się do zasad BHP na lekcji wychowania fizycznego(sala sportowa, boisko szkolne).

6. Zwolnienia z zajęć wychowania fizycznego na prośbę rodzica podyktowane względami zdrowotnymi lub innymi sytuacjami losowymi, nie dłuższe niż dwa tygodnie, są honorowane przez nauczyciela i przyjmowane na kartce.

7. Uczeń ma obowiązek przedstawienia udokumentowanego zaświadczenia od lekarza o przeciwwskazaniach do wykonywania ćwiczeń ruchowych.

8. O zwolnieniu długoterminowym z zajęć decyduje dyrektor szkoły w oparciu o zaświadczenie lekarskie.

9. Uczeń ma obowiązek zgłosić nauczycielowi prowadzącemu swoją niedyspozycję fizyczną przed zajęciami (zbiórka). Wszelkie niedyspozycje fizyczne i powstałe w czasie zajęć wychowania fizycznego należy niezwłocznie zgłosić nauczycielowi prowadzącemu zajęcia.

PRZEDMIOTOWE ZASADY OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

1. Szczegółowe warunki i sposób oceniania oraz wymagania edukacyjne są dostępne dla uczniów i rodziców na stronie internetowej szkoły, o czym rodzice są powiadomieni na pierwszym zebraniu przez wychowawcę klasy.
2. Na początku roku szkolnego nauczyciel wychowania fizycznego zapoznaje uczniów z wymaganiami edukacyjnymi oraz przedmiotowymi zasadami oceniania (PZO), co potwierdza wpisem do dziennika lekcyjnego, a uczniowie potwierdzają podpisem na przygotowanej liście.
3. Uczeń w ciągu całego roku szkolnego uczeń podlega systematycznej i obiektywnej ocenie zgodnie z jego indywidualnymi możliwościami.
4. 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 / regularność** udziału ucznia w zajęciach, **aktywność / zaangażowanie** ucznia w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej oraz **aktywność dodatkowa**.
5. Nauczyciel wystawia ocenę śródroczną lub roczną, biorąc pod uwagę oceny z poszczególnych obszarów.
6. **Reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych** nie jest równoznaczne z otrzymaniem oceny celującej na półrocze lub na koniec roku szkolnego.
7. **Trenowanie w klubie sportowym** nie jest równoznaczne z otrzymaniem oceny celującej na półrocze lub na koniec roku szkolnego.
8. 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)”. Roz. 2, § 4.1.2.3;
9. Obszary podlegające ocenianiu to systematyczność/regularność, aktywność/zaangażowanie, umiejętności, wiadomości i aktywność dodatkowa.
10. 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 półrocza lub roku szkolnego i nie podlegają poprawie.

Obszary podlegające ocenie

Systematyczność/regularność.

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 co 16 jednostek lekcyjnych. O ocenie z tego obszaru decyduje liczba:

nieobecności, niećwiczenia i spóźnień. Nieobecność 1-tygodniowa (tylko na podstawie zwolnienia lekarskiego ZL) umożliwia otrzymanie maksymalnie oceny bardzo dobrej w danym miesiącu. Nieobecność powyżej 2 tygodni powoduje brak oceny z tego obszaru.

Przedłożenie przez ucznia zwolnień od rodziców (ZR) z więcej niż 1 godziny wychowania fizycznego w miesiącu uniemożliwia mu otrzymanie oceny celującej, a z więcej niż 4 godzin – oceny bardzo dobrej z tego obszaru. Uczeń nie jest oceniany z tego obszaru w danym miesiącu, jeśli nie uczestniczył w co najmniej połowie zajęć. Zgodnie z realizacją obowiązku szkolnego, rodzic może zwolnić dziecko z lekcji wychowania fizycznego **sporadycznie**.

Aktywność/zaangażowanie.

W tym obszarze uczeń otrzymuje ocenę raz w miesiącu.

Do oceny brane pod uwagę są:

- zaangażowanie podczas lekcji,
- przestrzeganie zasad oraz regulaminów,
- postawa podczas aktywności fizycznej,
- praca na miarę swoich możliwości.

Umiejętności i wiadomości w ujęciu praktycznym.

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

Aktywność dodatkowa uwzględnia reprezentowanie szkoły w zawodach międzyszkolnych, uczestnictwo w zajęciach pozalekcyjnych lub pozaszkolnych potwierdzonych zaświadczeniem oraz udział ucznia w organizacji imprez szkolnych o charakterze rekreacyjnym, prowadzeniu kroniki, gazetki, strony WWW itp. W tym obszarze uczeń otrzymuje ocenę bardzo dobrą lub celującą.

Kryteria oceny z wychowania fizycznego z poszczególnych obszarów:

1. Systematyczność, regularność – jedna ocena co 16 jednostek lekcyjnych.
2. Aktywność na lekcji, zaangażowanie – jedna podsumowująca ocena w miesiącu.
3. Wiedza i umiejętności – poziom w opanowaniu umiejętności i wiadomości w ujęciu praktycznym.
4. Aktywność dodatkowa – jedna ocena w półroczu.

Poniżej (na następnej stronie) przedstawiano zasady oceniania w ujęciu tabelarycznym:

Zespół nauczycieli wychowania fizycznego

Obowiązuje od 1 września 2026r.

Obszar oceny	SZKOŁA PODSTAWOWA Kryteria oceniania 16 jednostek lekcyjnych							
Systematyczność Regularność	Regularność uczestnictwa na lekcjach WF Uczeń nieobecny - NB Uczeń niećwiczący – NĆ Zwolnienie lekarskie – ZL Zwolnienie od rodziców - ZR Wszelkie zwolnienia usprawiedliwione przez rodziców/opiekunów są traktowane jako NĆ lub NB. Zwolnienia lekarskie (ZL) – powyżej 1 tyg. uczeń nie może otrzymać oceny celującej, a powyżej 2 tyg. – uczeń nie jest oceniany z tego obszaru.		O ocenie decyduje liczba aktywnego udziału ucznia w 16 jednostkach lekcyjnych					
			6 celująca	5 bardzo dobra	4 dobra	3 dostate -czna	2 Dopu -szczająca	1 niedo -stateczna
			16	15-14	13-10	9-8	7-5	4>
			Przedłożenie przez ucznia zwolnień od rodziców (ZR) z więcej niż 1 godziny wychowania fizycznego w miesiącu uniemożliwia mu otrzymanie celującej, a z więcej niż 4 godzin – oceny bardzo dobrej z tego obszaru. Uczeń nie jest oceniany z tego obszaru w danym miesiącu, jeśli nie uczestniczył w co najmniej połowie zajęć.					
Umiejętności Wiadomości	Ruchowe	Umiejętności z indywidualnych i zespołowych form aktywności ruchowej: techniczne, taktyczne, utylitarne, zdrowotne i twórcze oceniane podczas wykonywanej aktywności. W tym obszarze stosujemy indywidualizację.						
	Inne	Poziom umiejętności organizacyjnych, umiejętność prowadzenia rozgrzewki, fragmentu lekcji, sędziowania, organizacji zawodów, imprez itp. – ocenia nauczyciel na podstawie obserwacji.						
	Praktyczne stosowanie wiedzy	Poziom opanowania wiedzy w ujęciu praktycznym. Ocenia nauczyciel na podstawie obserwacji.						
Aktywność Zaangażowanie	W tym obszarze uczeń otrzymuje ocenę raz w miesiącu. Do oceny brane pod uwagę są: - zaangażowanie podczas lekcji, - przestrzeganie zasad oraz regulaminów, - postawa podczas aktywności fizycznej, - praca na miarę swoich możliwości.							
Aktywność dodatkowa	Sport	Przez aktywność dodatkową w obszarze sport należy rozumieć udział ucznia w zawodach sportowych (SZS) oraz w udokumentowanej, pozaszkolnej aktywności ruchowej w klubach sportowych. W tym obszarze uczeń promowany jest tylko ocenami 5 lub 6. Celująca ocena = wybitne osiągnięcia sportowe.						
	Rekreacja	Przez aktywność dodatkową w obszarze rekreacja należy rozumieć udział ucznia w organizacji imprez szkolnych o charakterze rekreacyjnym, prowadzenie kroniki, gazetki, strony WWW itp. W tym obszarze uczeń promowany jest tylko ocenami 5 lub 6.						