



**POZYTYWNA
SZKOŁA PODSTAWOWA**

im. Arkadiusza Arama Rybickiego w Gdańsku

**WYMAGANIA EDUKACYJNE
DLA KLAS 4-8
NA LEKCJACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO
W POZYTYWNEJ SZKOLE PODSTAWOWEJ
IM. ARKADIUSZA ARAMA RYBICKIEGO W GDAŃSKU**

ROK SZKOLNY 2025/2026



I. Podstawy prawne	3
II. Cele kształcenia – wymagania ogólne.	3
IV. Ogólne zasady Wymagań Edukacyjnych:	4
V. Ocenianie	5
Wymagania na ocenę śródroczną oraz roczną - poziom IV	5
Wymagania na ocenę śródroczną oraz roczną - poziom V-VI	9
Wymagania na ocenę śródroczną oraz roczną - poziom VII i VIII	13
VI. Dodatkowe zasady oceniania poszczególnych obszarów	18
Postanowienia końcowe	19



I. Podstawy prawne

1. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 22 lutego 2019 r. w sprawie oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych na podstawie art. 44zb ustawy z dnia 7 września 1991 r. o systemie oświaty (Dz. U. z 2018 r. poz. 1457, 1560, 1669 i 2245).
2. Statut Pozytywnej Szkoły Podstawowej im. Arkadiusza Arama Rybickiego w Gdańsku.
3. Program nauczania wychowania fizycznego według nowej podstawy programowej dla szkół podstawowych i ponadpodstawowych.
4. Podstawa programowa dla szkół podstawowych - Wychowanie Fizyczne.

II. Cele kształcenia – wymagania ogólne.

1. **Rozwijanie sprawności fizycznej** oraz umiejętności świadomej i dokładnej kontroli ruchu podczas wykonywania zadań ruchowych, co umożliwia efektywne i bezpieczne uczestnictwo w aktywnościach fizycznych.
2. **Utrwalanie nawyków zdrowego stylu życia** oraz samodzielne zarządzanie swoją aktywnością fizyczną i zdrowiem, w tym regularna aktywność (także na świeżym powietrzu), zbilansowana dieta i odpowiednia regeneracja.
3. **Rozwijanie odpowiedzialności** podczas gier rekreacyjnych i zespołowych, w duchu zasad fair play, oraz postawy szacunku wobec środowiska naturalnego.
4. **Stosowanie zasad bezpieczeństwa** podczas aktywności fizycznych w różnych warunkach i sytuacjach.
5. **Rozwijanie zainteresowania różnorodnymi formami aktywności fizycznej** jako elementu zdrowego stylu życia i zachęcania do podejmowania aktywności fizycznej przez całe życie.
6. **Doskonalenie umiejętności współpracy w zespole** i budowanie relacji społecznych przez aktywność fizyczną.
7. **Rozwijanie świadomości swojego ciała**, postępow fizycznych i wpływu aktywności fizycznej na zdrowie i samopoczucie.



IV. Ogólne zasady Wymagań Edukacyjnych:

- a) uczniowie i ich rodzice na początku roku szkolnego zostają zapoznani z wymaganiami edukacyjnymi;
- b) wymagania edukacyjne są dostępne do wglądu uczniów i rodziców przez cały rok szkolny,
- c) we wszystkich sprawach, które nie zostały szczegółowo określone w przedstawionym poniżej dokumencie, obowiązują zapisy zawarte w Statucie Pozytywnej Szkoły Podstawowej im Arkadiusza Arama Rybickiego
- d) uczeń w ciągu roku szkolnego podlega systematycznej i obiektywnej ocenie zgodnie z uwzględnieniem jego indywidualnych potrzeb,
- e) rodzice i uczniowie zobowiązani są do zgłaszania nauczycielowi wychowania fizycznego wszelkich przeciwwskazań do wykonywania ćwiczeń w wyniku przebytych chorób, urazów czy innych przyczyn,
- f) każdy uczeń ma obowiązek posiadania stroju gimnastycznego: biała koszulka, ciemne spodenki, obuwie sportowe, dresy;
- g) uczniowie zobowiązani są do pozostawienia w szatni biżuterii, zegarków i urządzeń elektronicznych, nauczyciele nie ponoszą odpowiedzialności za pozostawione rzeczy w szatni;
- h) uczniowie o długich włosach są zobowiązani do ich związania w sposób schludny i bezpieczny;
- i) uczniowie są zobowiązani do utrzymywania paznokci w stanie zadbanym i krótkim, aby uniknąć ryzyka urazu podczas zajęć edukacyjnych oraz sportowych.



V. Ocenianie

Wymagania na ocenę śródroczną oraz roczną - poziom IV

Dział I. Ćwiczenia ogólnorozwojowe,

Uczeń:

1. Uczeń wykonuje co najmniej cztery wybrane ćwiczenia zwinnościowo-akrobatyczne.
2. Uczeń wykonuje ćwiczenia wzmacniające mięśnie brzucha i poprawiające ruchomość kręgosłupa.
3. Uczeń dobiera i wykonuje co najmniej jedno ćwiczenie kształtujące zdolność motoryczną.
4. Uczeń wykonuje ćwiczenia wspomagające utrzymywanie prawidłowej postawy ciała.
5. Uczeń wykonuje co najmniej dwa ćwiczenia poprawiające równowagę i koordynację wzrokowo-ruchową.

Dział II. Gry zespołowe i rekreacyjne,

Uczeń:

1. Uczeń potrafi wykonać oraz stosować w grach uproszczonych, mini-grach i zabawach podstawowe elementy techniczne:
 - koszykówka – postawa, kozłowanie, podania, rzuty do kosza,
 - piłka nożna – prowadzenie piłki, podania, strzały do bramki,
 - piłka ręczna – kozłowanie, podania, rzuty,
 - siatkówka – postawa siatkarska, odbicia, rozgrywanie/wykonanie zagrywki, udział w rzucance siatkarskiej.
2. Uczeń uczestniczy w co najmniej dwóch innych grach zespołowych dostosowanych do tradycji i warunków szkoły.
3. Uczeń uczestniczy w mini-grach, grach szkolnych i uproszczonych.
4. Uczeń uczestniczy w wybranej zabawie lub grze ruchowej.



Dział III. Lekkoatletyka,

Uczeń:

1. Uczeń uczestniczy w grach i zabawach sztafetowych.
2. Uczeń wykonuje bieg i chód z zachowaniem poprawnej techniki.
3. Uczeń wykonuje pchnięcie i rzut zamachowy piłką z miejsca i krótkiego rozbiegu.
4. Uczeń wykonuje bieg krótki ze startu wysokiego, uczestniczy w grach i zabawach szybkościowych.
5. Uczeń wykonuje skok w dal z miejsca, uczestniczy w grach i zabawach szybkościowych.
6. Wykonuje marszobiegi, uczestniczy w grach i zabawach wytrzymałościowych w sali i terenie.

Dział IV. Taniec,

Uczeń:

1. Uczeń wykonuje dowolny układ taneczny przy muzyce w oparciu o własną ekspresję ruchową.

Dział V. Relaksacja i odprężenie,

Uczeń:

1. Uczeń wykonuje ćwiczenia oddechowe i rozciągające o charakterze relaksacyjnym.

Dział VI. Monitorowanie aktywności i sprawności fizycznej,

Uczeń:

1. Uczeń rozpoznaje zdolności motoryczne człowieka.
2. Uczeń wymienia cechy prawidłowej postawy ciała.
3. Uczeń mierzy tętno przed i po wysiłku przy użyciu narzędzi pomiarowych, a za pomocą nauczyciela interpretuje wyniki.

Dział VII. Bezpieczeństwo w aktywności fizycznej,

Uczeń:

1. Uczeń omawia regulamin sali i boiska.
2. Uczeń opisuje zasady bezpiecznego poruszania się po boisku.



3. Uczeń wskazuje osoby do udzielenia pomocy przy urazie.
4. Uczeń respektuje zasady bezpieczeństwa na zajęciach.
5. Uczeń wybiera bezpieczne miejsca do gier i zabaw.
6. Uczeń dobiera odpowiedni strój/obuwie do rodzaju aktywności i pogody.
7. Uczeń posługuje się przyborami zgodnie z przeznaczeniem.
8. Uczeń wykonuje elementy samoasekuracji (bezpieczne upadanie).
9. Uczeń omawia zasady bezpieczeństwa nad wodą, w górach i na terenach zielonych.

Dział VIII. Kompetencje społeczne,

Uczeń:

1. Uczeń rozumie ideę olimpizmu i zasadę fair play.
2. Uczeń uczestniczy w rywalizacji jako zawodnik, przestrzegając fair play.
3. Uczeń okazuje szacunek wobec przeciwnika, sędziego i współuczestników.
4. Uczeń współdziała w grupie, wiedząc że sukces drużyny zależy od zaangażowania wszystkich uczestników.
5. Uczeń skutecznie komunikuje się w grupie i buduje relacje przez gry zespołowe i ćwiczenia w parach.
6. Uczeń pełni funkcję organizatora, sędziego i kibica w ramach szkolnych zawodów sportowych.
7. Uczeń wyjaśnia zasady kulturalnego kibicowania.
8. Uczeń rozwiązuje konflikty bez przemocy, radzi sobie z porażką i sukcesem, wspiera słabszych, wzmacnia poczucie własnej wartości itd.
9. Uczeń traktuje problem jako motywację do działania a nie barierę nie do pokonania.
10. Przez doświadczenia, takie jak wygrana czy przegrana, nazywa i rozumie emocje towarzyszące rywalizacji sportowej, co przekłada się na codzienne funkcjonowanie społeczne.
11. Współpracuje w grupie, szanując poglądy i wysiłki innych uczniów, wykazując asertywność i empatię;
12. Motywuje innych uczniów do uczestniczenia w aktywności fizycznej, ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i zróżnicowanych potrzebach edukacyjnych;
13. Przeciwdziała wykluczeniu uczniów mniej sprawnych fizycznie i promuje wzajemne wsparcie;
14. Rozwiązuje nieporozumienia w sposób bezkonfliktowy zarówno w trakcie rywalizacji, jak i sytuacjach pozasportowych;



15. Wzmacnia poczucie własnej wartości;
16. Buduje pozytywny obraz siebie przez współpracę i wsparcie grupy.

OCENA CELUJĄCA (49 wymagań edukacyjnych dla klas IV)

Uczeń zdobył 91 % lub więcej możliwych punktów do zdobycia w trakcie semestru oraz opanował **co najmniej 45** wszystkich wymagań edukacyjnych

OCENA BARDZO DOBRA

Uczeń zdobył 80-90 % możliwych punktów do zdobycia w trakcie semestru oraz opanował **od 39 do 44** wszystkich wymagań edukacyjnych

OCENA DOBRA

Uczeń zdobył 65-80 % możliwych punktów do zdobycia w trakcie semestru oraz opanował **od 32 do 43** wszystkich wymagań edukacyjnych

OCENA DOSTATECZNA

Uczeń zdobył 50-65 % możliwych punktów do zdobycia w trakcie semestru oraz opanował **od 25 do 31** wszystkich wymagań edukacyjnych

OCENA DOPUSZCZAJĄCA

Uczeń zdobył 35-50 % możliwych punktów do zdobycia w trakcie semestru oraz opanował **od 17 do 30** wszystkich wymagań edukacyjnych



Wymagania na ocenę śródroczną oraz roczną - poziom V-VI

Dział I. Ćwiczenia ogólnorozwojowe,

Uczeń:

1. wykonuje co najmniej cztery ćwiczenia zwinnościowo-akrobatyczne.
2. wykonuje statyczne i dynamiczne ćwiczenia wzmacniające mięśnie posturalne oraz ćwiczenia gibkościowe (solo i z partnerem).
3. wykonuje ćwiczenia rozwijające koordynację (solo i z partnerem).
4. kształtuje nawyk prawidłowej postawy ciała (stanie, siedzenie, leżenie i czynności dnia codziennego).
5. wskazuje grupy mięśniowe odpowiedzialne za prawidłową postawę.
6. omawia znaczenie rozgrzewki i opisuje jej zasady, a także przeprowadza jej część.

Dział II. Gry zespołowe i rekreacyjne,

Uczeń:

1. Omawia i stosuje przepisy wybranych gier sportowych i rekreacyjnych.
2. Potrafi wykonać oraz stosować w grach uproszczonych, mini-grach i zabawach podstawowe elementy techniczne:
 - w koszykówce - poruszać się po boisku, kozłować i podawać piłkę oraz rzucać do kosza,
 - w piłce nożnej - poruszać się po boisku, prowadzić piłkę, podawać i strzelać do bramki,
 - w piłce ręcznej - poruszać się po boisku, kozłować piłkę, podawać piłkę i rzucać do bramki,
 - w siatkówce - przyjmować postawę siatkarską, odbijać piłkę, rozgrywać i wykonywać zagrywkę oraz uczestniczyć w rzucanie siatkarskiej
3. Uczestniczy w co najmniej dwóch grach zespołowych innych niż wymienione wyżej w pkt. 1.
4. Uczestniczy w mini-grach oraz grach szkolnych i uproszczonych.
5. Organizuje w gronie rówieśników co najmniej jedną grę sportową lub rekreacyjną.



Dział III. Lekkoatletyka,

Uczeń:

1. uczestniczy w grach i zabawach szybkościowych,
2. wykonuje bieg krótki ze startu niskiego,
3. wykonuje bieg przez przeszkody,
4. wykonuje pchnięcie i rzut zamachowy piłką z miejsca i krótkiego z rozbiegu,
5. wykonuje marszobieg lub bieg terenowy,
6. wykonuje przekazanie pałeczki w miejscu i lekkim biegu,
7. wykonuje skok w dal jednonóż z krótkiego rozbiegu.

Dział IV. Taniec,

Uczeń:

1. wykonuje proste kroki i figury tańców tradycyjnych i nowoczesnych
2. opracowuje i wykonuje prosty układ taneczny w wybranym stylu, indywidualnie, w parze lub z zespołem.

Dział V. Relaksacja i odprężenie,

Uczeń:

1. wykonuje ćwiczenia oddechowe i rozciągające o charakterze relaksacyjnym,
2. omawia korzyści płynące z podejmowania aktywności fizycznej na świeżym powietrzu dla redukcji stresu i poprawy samopoczucia.

Dział VI. Monitorowanie aktywności i sprawności fizyczne,

Uczeń:

1. wykonuje bieg wahadłowy 10 × 5 m – próba mierząca szybkość, siłę oraz koordynację ruchową,
2. podejmuje próbę wytrzymałościową – bieg wahadłowy 20 m (Beep-test),
3. wykonuje podpór przodem na przedramionach („plank”) – próba oceniająca siłę i wytrzymałość mięśni posturalnych,
4. wykonuje próbę skoku w dal z miejsca – ocena siły eksplozywnej kończyn dolnych,
5. samodzielnie wykonuje pomiar masy i wzrostu ciała w warunkach domowych – dane przekazywane do ewidencji Sportowych Talentów.



Dział VII. Bezpieczeństwo w aktywności fizycznej,

Uczeń:

1. przygotowuje się właściwie do wybranej formy aktywności uwzględniając miejsce, odpowiedni strój i rozgrzewkę,
2. wyjaśnia dlaczego należy przestrzegać ustalonych reguł w trakcie rywalizacji,
3. omawia jak postępować przy najczęstszych kontuzjach związanych z podejmowaniem aktywności fizycznej,
4. korzysta bezpiecznie ze sprzętu i urządzeń sportowych,
5. wykonuje elementy samoasekuracji w różnych formach aktywności fizycznej, uwzględniając własne bezpieczeństwo,
6. omawia i stosuje zasady bezpiecznego zachowania nad wodą, w górach i na terenach zielonych, w różnych porach roku oraz wyjaśnia, jak jego postawa i działania mogą wpływać na bezpieczeństwo własne i innych.

Dział VIII. Kompetencje społeczne,

Uczeń:

1. rozumie ideę olimpizmu i zasadę fair play.
2. uczestniczy w rywalizacji sportowej jako zawodnik, przestrzegając zasad fair play.
3. okazuje szacunek wobec przeciwnika, sędziego i współuczestników gry przez przestrzeganie przepisów gier zespołowych poznanych podczas zajęć,
4. współdziała w grupie, wiedząc że sukces drużyny zależy od zaangażowania wszystkich uczestników,
5. komunikuje się efektywnie w grupie i buduje relacje przez gry zespołowe i ćwiczenia w parach,
6. pełni funkcję organizatora, sędziego i kibica w ramach szkolnych zawodów sportowych,
7. wyjaśnia zasady kulturalnego kibicowania,
8. wykazuje kreatywność w poszukiwaniu rozwiązań sytuacji problemowych,
9. traktuje problem jako motywację do działania a nie barierę do pokonania,
10. przez doświadczenia takie jak wygrana czy przegrana nazywa i rozumie emocje towarzyszące rywalizacji sportowej, co przekłada się na codzienne funkcjonowanie społeczne,
11. współpracuje w grupie, szanując poglądy i wysiłki innych uczniów, wykazując asertywność i empatię,



12. motywuje innych uczniów do uczestniczenia w aktywności fizycznej, ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i zróżnicowanych potrzebach edukacyjnych,
13. przeciwdziała wykluczeniu uczniów mniej sprawnych fizycznie i promuje wzajemne wsparcie,
14. rozwiązuje nieporozumienia w sposób bezkonfliktowy zarówno w trakcie rywalizacji, jak i w sytuacjach pozasportowych,
15. wzmacnia poczucie własnej wartości,
16. buduje pozytywny obraz siebie przez współpracę i wsparcie grupy.

OCENA CELUJĄCA (49 wymagań edukacyjnych dla klas V i VI)

Uczeń zdobył 91 % lub więcej możliwych punktów do zdobycia w trakcie semestru oraz opanował **co najmniej 45** wszystkich wymagań edukacyjnych

OCENA BARDZO DOBRA

Uczeń zdobył 80-90 % możliwych punktów do zdobycia w trakcie semestru oraz opanował **od 39 do 44** wszystkich wymagań edukacyjnych

OCENA DOBRA

Uczeń zdobył 65-80 % możliwych punktów do zdobycia w trakcie semestru oraz opanował **od 32 do 43** wszystkich wymagań edukacyjnych

OCENA DOSTATECZNA

Uczeń zdobył 50-65 % możliwych punktów do zdobycia w trakcie semestru oraz opanował **od 25 do 31** wszystkich wymagań edukacyjnych

OCENA DOPUSZCZAJĄCA

Uczeń zdobył 35-50 % możliwych punktów do zdobycia w trakcie semestru oraz opanował **od 17 do 30** wszystkich wymagań edukacyjnych



Wymagania na ocenę śródroczną oraz roczną - poziom VII i VIII

Dział I. Ćwiczenia ogólnorozwojowe,

Uczeń:

1. Uczeń wykonuje cztery ćwiczenia zwinnościowo-akrobatyczne.
2. Uczeń wykonuje elementy treningu funkcjonalnego wzmacniającego gorset mięśniowy.
3. Uczeń omawia i stosuje co najmniej dwa rodzaje treningu wzmacniającego (np. HIIT, tabata, obwodowy).
4. Uczeń wskazuje możliwości wykorzystania technologii do oceny dziennej aktywności fizycznej.
5. Uczeń wykonuje co najmniej jedną nowoczesną formę aktywności (np. pilates, zumba, nordic walking).
6. Uczeń przeprowadza rozgrzewkę dostosowaną do rodzaju aktywności.
7. Uczeń wykonuje ergonomiczne podnoszenie i przenoszenie o różnej wielkości i różnym ciężarze.
8. Uczeń omawia znaczenie aktywności na świeżym powietrzu dla zdrowia fizycznego i psychicznego, regeneracji organizmu oraz ogólnego samopoczucia, a także wyjaśnia jej rolę w profilaktyce zdrowotnej.

Dział II. Gry zespołowe i rekreacyjne,

Uczeń:

1. Uczeń wykonuje i stosuje elementy techniczne w koszykówce, piłce nożnej, piłce ręcznej i siatkówce.
2. Uczeń przyjmuje pozycje w ataku i obronie zgodnie z zasadami gier zespołowych, o których mowa w punkcie pierwszym
3. Uczeń uczestniczy w co najmniej dwóch grach zespołowych innych niż wymienionych w punkcie pierwszym, wybranych zgodnie z preferencjami uczniów, tradycją szkoły i środowiska lokalnego oraz warunkami organizacyjnymi szkoły.
4. Uczeń uczestniczy w grach szkolnych/uproszczonych jako zawodnik i sędzia.
5. Uczeń planuje szkolne rozgrywki według systemu pucharowego i „każdy z każdym”.



Dział III. Lekkoatletyka,

Uczeń:

1. Uczeń wykonuje ćwiczenia sprinterskie i bieg krótki ze startu niskiego osiągając maksymalną prędkość.
2. Uczeń wykonuje ćwiczenia kształtujące prawidłowy rytm biegu i odpowiednią dynamikę biegu, na różnych dystansach.
3. Uczeń wykonuje rzut zamachowy piłką z rozbiegu z zaznaczeniem kroku skrzyżnego i pozycji wyrzutnej.
4. Uczeń wykonuje przekazanie pałeczki w biegu sztafetowym.
5. Uczeń wybiera i pokonuje trasę marszobiegu lub biegu terenowego (orientacja w terenie).
6. Uczeń wykonuje skok w dal z rozbiegu (odbitcie ze strefy lub belki).

Dział IV. Taniec,

Uczeń:

1. Uczeń opracowuje i wykonuje indywidualnie, w parze lub zespole dowolny układ tańca tradycyjnego lub nowoczesnego.

Dział V. Relaksacja i odprężenie,

Uczeń:

1. Uczeń stosuje techniki relaksacyjne i ćwiczenia wyciszające, takie jak rozciąganie i ćwiczenia oddechowe w celu regeneracji oraz zapewnienia dobrostanu psychicznego.

Dział VI. Monitorowanie aktywności i sprawności fizycznej,

Uczeń:

1. Uczeń wymienia testy sprawności fizycznej i wykorzystuje nowoczesne technologie sprawności fizycznej.
2. Uczeń korzysta z dostępnych urządzeń pomiarowych do sprawdzania poziomu sprawności fizycznej (np. aplikacji mobilnych, opasek na rękę, sport testerów)
3. Uczeń mierzy własną dzienną aktywność fizyczną.



Dział VII. Sprawność fizyczna w służbach mundurowych i innych zawodach,

Uczeń:

1. Uczeń poznaje próby sprawnościowe wchodzące w skład testów sprawności fizycznej stosowanych w trakcie rekrutacji do służb mundurowych potrafi wyjaśnić, dlaczego są one istotne w pracy w tych służbach; wymienia przykłady innych aktywności zawodowych, w których wymagana jest wysoka sprawność fizyczna (np. zawodowy sportowiec, ratownik GOPR, trener personalny, górnik).
2. Uczeń wykonuje próby sprawnościowe (np. biegi średnie i długie, uginanie ramion w podporze przodem, podciąganie się na drążku) z uwzględnieniem własnych możliwości i zasad bezpieczeństwa).

Dział VIII. Bezpieczeństwo w aktywności fizycznej,

Uczeń:

1. Uczeń omawia sposoby zapobiegania najczęstszym urazom i wypadkom w czasie zajęć ruchowych.
2. Uczeń stosuje zasady samoasekuracji i asekuracji w aktywnościach fizycznych wymagających współpracy i odpowiedzialności za bezpieczeństwo innych.
3. Uczeń stosuje zasady bezpiecznego zachowania poza szkołą (nad wodą, w górach i na terenie zielonym) z uwzględnieniem zasad bezpieczeństwa i ochrony środowiska oraz promuje postawy odpowiedzialnego zachowania wśród rówieśników.

Dział IX. Kompetencje społeczne,

Uczeń:

1. Uczeń rozumie ideę olimpizmu i zasadę fair play.
2. Uczeń uczestniczy w rywalizacji sportowej jako zawodnik, przestrzegając zasad fair play.
3. Uczeń prezentuje postawy akceptacji, szacunku i wsparcia wobec innych, budując atmosferę równości, empatii i współpracy.
4. Uczeń współdziała w grupie, wiedząc że sukces drużyny zależy od zaangażowania wszystkich uczestników.
5. Uczeń komunikuje się efektywnie w grupie i buduje relacje przez gry zespołowe i ćwiczenia w parach.
6. Uczeń pełni funkcję organizatora, sędziego i kibica w ramach szkolnych zawodów sportowych.
7. Uczeń wyjaśnia zasady kulturalnego kibicowania.
8. Uczeń wykazuje kreatywność w poszukiwaniu rozwiązań sytuacji problemowych.



9. Uczeń traktuje problem jako motywację do działania a nie barierę do pokonania.
10. Uczeń przez doświadczenia takie jak wygrana czy przegrana nazywa i rozumie emocje towarzyszące rywalizacji sportowej, co przekłada się na codzienne funkcjonowanie społeczne.
11. Uczeń współpracuje w grupie, szanując poglądy i wysiłki innych uczniów, wykazując asertywność i empatię.
12. Uczeń motywuje innych uczniów do uczestniczenia w aktywności fizycznej, ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i zróżnicowanych potrzebach edukacyjnych.
13. Uczeń przeciwdziała wykluczeniu uczniów mniej sprawnych fizycznie i promuje wzajemne wsparcie.
14. Uczeń rozwiązuje nieporozumienia w sposób bezkonfliktowy zarówno w trakcie rywalizacji, jak i w sytuacjach pozasportowych.
15. Uczeń wzmacnia poczucie własnej wartości.
16. Uczeń buduje pozytywny obraz siebie przez współpracę i wsparcie grupy.

OCENA CELUJĄCA (45 wymagań edukacyjnych dla klas VII-VIII)

Uczeń zdobył 91 % lub więcej możliwych punktów do zdobycia w trakcie semestru oraz opanował **co najmniej 41** wszystkich wymagań edukacyjnych

OCENA BARDZO DOBRA

Uczeń zdobył 80-90 % możliwych punktów do zdobycia w trakcie semestru oraz opanował **od 36 do 40** wszystkich wymagań edukacyjnych

OCENA DOBRA

Uczeń zdobył 65-80 % możliwych punktów do zdobycia w trakcie semestru oraz opanował **od 29 do 35** wszystkich wymagań edukacyjnych

OCENA DOSTATECZNA

Uczeń zdobył 50-65 % możliwych punktów do zdobycia w trakcie semestru oraz opanował **od 23 do 28** wszystkich wymagań edukacyjnych

OCENA DOPUSZCZAJĄCA

Uczeń zdobył 35-50 % możliwych punktów do zdobycia w trakcie semestru oraz opanował **od 16 do 22** wszystkich wymagań edukacyjnych



Obszar podlegający ocenie	Zakres punktów	Opis sposobu oceny
Aktywność miesięczna	0 – 15 pkt	<p>Składa się z:</p> <ul style="list-style-type: none">- Aktywności na lekcji – 0–3 pkt (zaangażowanie, chęć udziału, zasady fair play).- Przygotowania do zajęć (strój, obecność, punktualność).- Sumienności wykonania zadań. <p>Interpretacja punktów:</p> <ul style="list-style-type: none">- 13–15 pkt – bardzo aktywny, zawsze przygotowany, wzorowa postawa.- 10–12 pkt – aktywny, przeważnie przygotowany, staranny.- 7–9 pkt – umiarkowana aktywność, zdarzają się braki.- 4–6 pkt – niska aktywność, częste nieprzygotowanie.- 0–3 pkt – brak aktywności, lekceważenie zajęć.
Sprawdzian (umiejętności ruchowe)	0 – 5 pkt	Oceniana technika i taktyka w poszczególnych dyscyplinach (z uwzględnieniem indywidualnych możliwości ucznia).
Aktywność dodatkowa	0 – 3 pkt	Punkty za działania dodatkowe (np. pomoc w organizacji zawodów, sędziowanie)
Reprezentowanie szkoły w zawodach	5 – 15 pkt	<ul style="list-style-type: none">- Zawody międzyszkolne → 5 pkt- Zawody międzyszkolne (powiatowe) → 10 pkt- Zawody międzyszkolne (wojewódzkie) → 15 pkt
Aktywność pływania z	3 pkt	Punkty za aktywny udział w zajęciach z pływania, które mogą zostać przyznane raz w miesiącu.



VI. Dodatkowe zasady oceniania poszczególnych obszarów

- A. Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego brany jest pod uwagę w szczególności wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywaniu się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć.
- B. Uczniowi przysługuje jedno nieprzygotowanie do zajęć w semestrze, które nie wpływa na ocenę z aktywności miesięcznej. Prawo to przysługuje uczniowi w I i II okresie. Nieprzygotowanie do zajęć uczeń jest zobligowany do zgłoszenia nauczycielowi na początku lekcji w trakcie sprawdzania listy obecności;
- C. Po wykorzystaniu nieprzygotowania do zajęć uczeń za każde kolejne nieprzygotowanie otrzymuje 0 pkt z aktywności;
- D. W przypadku zwolnienia lekarskiego uczeń jest zobowiązany do zaliczenia sprawdzianów w terminie ustalonym z nauczycielem prowadzącym;
- E. Uczennice mają prawo do zgłoszenia niedyspozycji raz w miesiącu;
- F. Jeżeli z przyczyn losowych uczeń nie może podejść do sprawdzianu, to powinien to uczynić w terminie dwóch tygodni od swojego powrotu do szkoły;
- G. Sprawdziany umiejętności ruchowych i wiadomości są zapowiadane z wyprzedzeniem wraz z zakresem materiału jaki będzie oceniany;
- H. Rodzic może zwolnić ucznia z czynnego brania udziału w lekcji z powodu niedyspozycji zdrowotnej najdłużej na okres tygodnia. W przypadku choroby lub kontuzji trwającej powyżej tygodnia wymagane jest zwolnienie lub zaświadczenie lekarskie;
- I. Uczeń może poprawić wynik ze sprawdzianu tylko raz w terminie uzgodnionym z nauczycielem;
- J. Sprawdzian umiejętności ruchowych ma charakter ćwiczenia praktycznego i może się odbyć niezależnie od sprawdzianu z innego przedmiotu w danym dniu lub tygodniu;
- K. Uczeń, który z dowolnej przyczyny (np. zwolnienie lekarskie, brak stroju, niedyspozycja) nie bierze fizycznego udziału w lekcji, zobowiązany jest do jej obserwowania i skupienia na niej swojej uwagi. Uczeń nie może w tym czasie odrabiać lekcji z innego przedmiotu, ani wykonywać innych czynności niezwiązanych z lekcją wychowania fizycznego.



Postanowienia końcowe

W sprawach nieuregulowanych mają zastosowanie zapisy Statutu Pozytywnej Szkoły Podstawowej im. Arkadiusza Arama Rybickiego.

Skład zespołu:

Kawski Patryk

Czaja Jakub

Jaguś Mateusz

Jastrzębski Damian

Kalica Paweł

Klimaszyński Piotr

Kolasiński Adrian

Kruczkowski Paweł

Ławicka Natalia

Mikułan Sylwester

Nalaskowska Natalia

Sauszyn Sylwia

Nowicka Patrycja

Przybyłowska Agata

Węgrzyn Anna

Witczak Dominik