WYMAGANIA EDUKACYJNE I KRYTERIA OCENIANIA  
Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO - rok szkolny 2021/2022  
W  
ZESPÓŁ SZKÓŁ MISTRZOSTWA SPORTOWEGO ZKS UNIA  
TARNÓW

Skala ocen:  
W ocenianiu zarówno cząstkowym jak i semestralnym oraz rocznym stosowane są  
następujące stopnie i ich cyfrowe odpowiedniki:  
1 – niedostateczny  
2 – dopuszczający  
3 – dostateczny  
4 – dobry  
5 – bardzo dobry  
6 – celujący  
Dodatkowe oznaczenia: +,-

Wymagania edukacyjne:  
Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego, należy przede wszystkim brać pod uwagę  
wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki  
tych zajęć, a - także systematyczność udziału ucznia w zajęciach oraz aktywność ucznia w  
działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej.

Ocenianiu podlegają:  
• Sumienność i staranność w wywiązywaniu się z obowiązków wynikających z  
przedmiotu,  
• Zaangażowanie w przebieg lekcji i przygotowanie się do zajęć,  
• Stosunek do współćwiczących,  
• Stosunek do własnego ciała,  
• Aktywność fizyczna,  
• Aktywność , zaangażowanie , postępy w dyscyplinie sportowej, stanowiącej profil  
klasy SMS,  
• Postęp w opanowaniu umiejętności i wiadomości przewidzianych dla poszczególnych  
klas zgodnie z indywidualnymi możliwościami i predyspozycjami,  
• Osiągnięte wyniki w sportach wymiernych, dokładność wykonania zadania i poziom  
zdobytej wiedzy.  
• Aktywność w zajęcia dodatkowe organizowane przez SMS  
• Postawy i kompetencje (tj. uczeń współpracuje z nauczycielem,: podejmuje zadanie,  
wykonuje polecenia, prace domowe; angażuje do ćwiczeń swoich bliskich, propaguje  
zdrowy styl życia, praktykuje zachowania prozdrowotne, stosuje zasady bezpiecznej  
organizacji ćwiczeń itp.)

KRYTERIA OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

• Ocena celująca  
– „6” Uczeń:  
- spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą,  
- jego umiejętności wykraczają poza program nauczania,  
- aktywnie i chętnie uczestniczy w życiu sportowym szkoły i zajęciach pozaszkolnych,  
- uczestniczy w zajęciach dodatkowych organizowanych przez SMS,  
- jest reprezentantem szkoły w zawodach sportowych,  
- rozumie, zna oraz świadomie i systematycznie stosuje zasady zdrowego stylu życia,  
- jest wzorem na zajęciach wychowania fizycznego, w szkole i w środowisku,  
- szczególne zaangażowanie w działaniach z zakresu wychowania zdrowotnego.  
- odpowiada na zadane przez nauczyciela pytania/pytanie, wykonuje zadanie związane z  
aktywnością fizyczną; przedstawi swoje pytanie, zadania dotyczące tematu zawartego w  
artykule, prezentacji czy też filmie; przesyła link o podobnej tematyce (artykuł, film,  
prezentacja); dokumentuje zdjęciami, filmem ( NAUKA ZDALNA).

• Ocena bardzo dobra

–„5” Uczeń:  
- aktywnie i systematycznie uczestniczy w zajęciach,  
- całkowicie opanował materiał programowy,  
- posiada bardzo wysoką sprawność fizyczną i wykazuje duże postępy w usprawnianiu,  
- zadania i ćwiczenia wykonuje pewnie, dokładnie, właściwą techniką zgodną z nauczaniem,  
wykazuje dużą samodzielność i pomysłowość podczas zajęć,  
- potrafi dokonać samooceny różnymi próbami i testami,  
- jego zaangażowanie i stosunek do przedmiotu nie budzą żadnych zastrzeżeń, a swoją  
postawą zachęca innych do udziału w aktywności ruchowej,  
- bierze aktywny udział w zajęciach pozalekcyjnych,  
- posiada duży zakres wiadomości z kultury fizycznej i umiejętnie ją stosuje,  
- zna zasady zdrowego stylu życia,

- systematycznie uczestniczy w zajęciach z zakresu wychowania zdrowotnego.  
- odpowiada na zadane przez nauczyciela pytania/pytanie, wykonuje zadanie związane z  
aktywnością fizyczną; przedstawi swoje pytanie dotyczące tematu zawartego w artykule,  
prezentacji czy też filmie ( NAUKA ZDALNA).

• Ocena dobra  
– 4” Uczeń:  
- jest obecny na zajęciach, a nieobecności ma usprawiedliwione,  
- sprawność motoryczną utrzymuje na względnie stałym poziomie,  
- opanował prawie cały materiał programowy,  
- podejmuje próby oceny własnej sprawności fizycznej i umiejętności,  
- zadania i ćwiczenia wykonuje z małymi błędami,  
- posiada wiadomości, które potrafi wykorzystać w praktyce, ale z pomocą nauczyciela,  
- jego postawa i stosunek do przedmiotu nie budzą większych zastrzeżeń,  
-ma motywację do pracy nad usprawnianiem i rozumie potrzebę zdrowego stylu życia.  
-odpowiada na zadane przez nauczyciela pytania/pytanie ( NAUKA ZDALNA).

• Ocena dostateczna  
–„3” Uczeń:  
- opuszcza zajęcia sporadycznie,  
- dysponuje przeciętną sprawnością fizyczną, która wykazuje niewielki spadek lub utrzymuje  
się na tym samym poziomie,  
- zadania i ćwiczenia wykonuje niepewnie i z dużymi błędami, ćwiczy niechętnie,  
- posiada mały zakres wiedzy, której nie potrafi wykorzystać praktycznie,  
- potrafi (wybiórczo)dokonać samooceny sprawności fizycznej i umiejętności ruchowych,  
- wykazuje brak nawyków higienicznych,  
- unika zajęć z zakresu wychowania zdrowotnego.  
- odpowiada na zadane przez nauczyciela pytania/pytanie z wyraźnymi brakami ( NAUKA  
ZDALNA).

• Ocena dopuszczająca  
–„2” Uczeń:  
- w zajęciach uczestniczy nie systematycznie, bywa nieobecny bez usprawiedliwienia,  
- strój sportowy nosi sporadycznie i ma lekceważący stosunek do przedmiotu,  
- posiada bardzo niską sprawność motoryczną i nie wykazuje chęci usprawnienia,  
- wykonuje jedynie najprostsze ćwiczenia, ale niechętnie i z dużymi błędami,  
- opanował materiał programowy w niewielkim stopniu i ma duże braki,  
- zna zdrowy styl życia ale go nie stosuje , celowo unika zajęć z wychowania zdrowotnego.  
- potwierdzi wiadomością, że przeczytał artykuł lub obejrzał film ( NAUKA ZDALNA).

• Ocena niedostateczna  
–„1” Uczeń:  
- ma lekceważący stosunek do przedmiotu, nauczyciela, kolegów,  
- w zajęciach uczestniczy wybiórczo i jest nieprzygotowany (brak stroju),  
- swoją postawą negatywnie wpływa na klasę,  
- nie reaguje na polecenia i prośby nauczyciela,  
- nie chce wykonywać żadnych ćwiczeń, prób i testów pomimo prawidłowego rozwoju  
psychofizycznego i motywacji nauczyciela,  
- nie wykazuje postępów w usprawnianiu,  
- nie uczestniczy w lekcjach z zakresu wychowania zdrowotnego, celowo unika zajęć ( w  
formie stacjonarnej lub zdalnej)