

Przedmiotowy System Oceniania – Wychowanie fizyczne 2025/2026

Kryteria oceniania – klasy IV–VIII

Ocena	Wymagania
Celująca (6)	• Systematyczny udział w zajęciach, zawsze przygotowany (strój, punktualność). • Aktywny udział w każdej lekcji, wzorowa postawa i zaangażowanie. • Dokładne i często ponadprogramowe opanowanie ćwiczeń, inicjatywa w rozwijaniu sprawności. • Wzorowa postawa fair play – pomoc słabszym, koleżeństwo, odpowiedzialność za bezpieczeństwo. • Samodzielne poszerzanie wiedzy o zdrowiu i aktywności fizycznej. • Wyraźny i wysoki postęp w rozwoju motorycznym. • Reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych lub udział w zajęciach pozalekcyjnych.
Bardzo dobra (5)	• Systematyczne uczestnictwo i zawsze odpowiedni strój. • Aktywny udział w lekcjach, pozytywna postawa wobec ćwiczeń i współpracy. • Ćwiczenia wykonywane poprawnie i bezpiecznie na wysokim poziomie. • Widoczny postęp sprawnościowy, samodoskonalenie. • Postawa fair play i dobra współpraca w grupie. • Posiada wiedzę o zasadach zdrowego stylu życia i potrafi ją zastosować w praktyce.
Dobra (4)	• Uczestniczy w zajęciach w miarę systematycznie, sporadyczne braki stroju. • Aktywny na lekcji, choć nie zawsze w pełni zaangażowany. • Ćwiczenia wykonywane na poziomie wystarczającym, z drobnymi błędami. • Widoczny postęp w rozwoju motorycznym – na miarę możliwości ucznia. • Przestrzega zasad bezpieczeństwa i zasad

	współpracy. • Posiada wiedzę z zakresu przedmiotu, choć wymaga ona utrwalenia.
Dostateczna (3)	• Niesystematyczne uczestnictwo, częstsze braki stroju. • Aktywność ograniczona, zaangażowanie przeciętne. • Ćwiczenia wykonywane poprawnie, ale na poziomie podstawowym, z błędami technicznymi. • Postęp w rozwoju motorycznym niewielki, mimo możliwości. • Wiedza fragmentaryczna – zna podstawowe zasady, ale nie zawsze je stosuje. • Potrzebuje zachęty i wsparcia do systematycznej aktywności.
Dopuszczająca (2)	• Często nieprzygotowany do lekcji (brak stroju, zwolnienia bez uzasadnienia). • Niska aktywność, brak zaangażowania w ćwiczenia. • Ćwiczenia wykonywane niechętnie, na bardzo podstawowym poziomie. • Brak widocznych postępów – ćwiczy tylko w minimalnym zakresie. • Nie przestrzega zasad bezpieczeństwa i reguł fair play. • Wiedza minimalna – zna tylko elementarne treści programu.
Niedostateczna (1)	• Uporczywe lekceważenie przedmiotu – notoryczne nieuczestniczenie w zajęciach bez usprawiedliwienia. • Brak aktywności i całkowity brak zaangażowania. • Nieopanowanie nawet podstawowych umiejętności ruchowych. • Brak wiedzy o zdrowym stylu życia i niechęć do współpracy. • Stwarza zagrożenie dla siebie i innych podczas zajęć.