

PRZEDMIOTOWE OCENIANIE
DLA SZKOŁY PODSTAWOWEJ W CHOCIANOWIE IM. ODKRYWCÓW POLSKIEJ MIEDZI W
CHOCIANOWIE KLASY 4 - 8

I. INFORMACJE OGÓLNE

1. Przedmiot: Wychowanie fizyczne
2. Podstawa programowa: Rozporządzenie Ministra Edukacji z dnia 22 lipca 2025 r. – nowa podstawa programowa wychowania fizycznego
3. Program : „Program nauczania wychowania fizycznego według nowej podstawy programowej dla szkół podstawowych i ponadpodstawowych”” Krzysztof Warchoń, 2025.
4. Klasy: wszystkie oddziały klas 4-8
5. Podręcznik: nie dotyczy
6. Materiał ćwiczeniowy: nie dotyczy

II. WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY

1. OCENA CELUJĄCA

- a. Aktywnie uczestniczy w życiu sportowym szkoły i/lub środowiska lokalnego (np. udział w zajęciach pozalekcyjnych, projektach prozdrowotnych, akcjach promujących aktywność).
- b. Prezentuje postawę fair play, jest wzorem dla innych uczniów.
- c. Zajmuje punktowane miejsca w zawodach gminnych, powiatowych lub wojewódzkich.
- d. Jest kulturalny, wykonuje polecenia n- la, szanuje przeciwnika, kolegów.
- e. Potrafi samodzielnie organizować i prowadzić różne formy aktywności fizycznej (np. rozgrzewkę, zabawę ruchową, elementy treningu).
- f. Wykazuje się szczególną inicjatywą w dbaniu o zdrowie i bezpieczeństwo swoje oraz innych (np. wiedza o regeneracji, zdrowym stylu życia, ochronie środowiska).
- g. spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą: punkt poniżej.

2. OCENA BARDZO DOBRA:

Uczeń opanował pełen zakres umiejętności i wiedzy określony wymaganiami edukacyjnymi programu nauczania przedmiotu w danej klasie.

- a. Jego postawa społeczna, zaangażowanie i stosunek do wychowania fizycznego nie budzą najmniejszych zastrzeżeń.
- b. Jest aktywny, wkłada maksymalny wysiłek w kształtowanie swojego rozwoju psychofizycznego, wykazuje pozytywny stosunek do przedmiotu.
- c. Ćwiczenia wykonuje właściwą techniką, pewnie, dokładnie, z pełnym zaangażowaniem, w odpowiednim tempie, zna założenia taktyczne i przepisy dyscyplin sportowych zawartych w programie
- d. Posiada duże wiadomości z zakresu kultury fizycznej i umiejętnie wykorzystuje je w praktycznym działaniu.
- e. Systematycznie doskonali są sprawność motoryczną i wykazuje duże postępy w osobistym usprawnianiu.
- f. Jest zawsze przygotowany do zajęć, dba o higienę osobistą.
- g. Zna zasady zdrowego stylu życia, umie je zastosować w praktyce.
- h. Współpracuje z innymi, okazuje pomoc słabszym, stosuje zasady fair play.

3. OCENA DOBRA:

- a. Uczeń opanował umiejętności ruchowe, zawarte w programie nauczania, na poziomie podstawowym wykonując ćwiczenia samodzielnie, jednak z małymi błędami technicznymi lub w słabym tempie.
- b. Wykazuje dość dobre postępy w osobistym usprawnianiu, podejmuje liczne próby doskonalenia własnej sprawności fizycznej.
- c. Posiadane wiadomości potrafi wykorzystać w praktyce przy pomocy nauczyciela
- d. Cechuje go pozytywny stosunek do przedmiotu i aktywna postawa na lekcji
- e. Stosuje podstawowe zasady higieny, bezpieczeństwa i zdrowego stylu życia.
- f. Nie wykazuje rażących błędów w zakresie wychowania społecznego (jest koleżeński i zdyscyplinowany)

4. OCENA DOSTATECZNA:

- a. Uczeń opanował materiał programowy na przeciętnym poziomie ze znacznymi brakami
- b. Wkłada minimalny wysiłek w swoje usprawnianie, wykazując małe postępy
- c. Ćwiczenia wykonuje niepewnie, w nieodpowiednim tempie, z dużymi błędami technicznymi, czyni to niechętnie.
- d. Posiada niepełne wiadomości z zakresu kultury fizycznej i nie potrafi ich wykorzystać w praktycznym działaniu
- e. Przejawia braki w zakresie wychowania społecznego, w postawie i stosunku do przedmiotu
- f. Sporadycznie jest nieprzygotowany do lekcji
- g. Nie wykazuje aktywności na lekcjach

5. OCENA DOPUSZCZAJĄCA:

- a. Uczeń nie opanował materiału w stopniu dostatecznym i ma poważne braki
- b. Ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi
- c. Jego wiadomości z przedmiotu są niewystarczające
- d. Niesystematycznie bierze udział w zajęciach (min. ilość obecności 50% i wykazuje bardzo małe postępy w osobistym usprawnianiu
- e. Jest często nieprzygotowany do zajęć
- f. Jego postawa społeczna budzi poważne zastrzeżenia (brak współpracy, lekceważenie zasad bezpieczeństwa).

6. OCENA NIEDOSTATECZNA:

- a. Uczeń jest daleki od spełniania wymagań stawianych w podstawie programowej
- b. Uczeń jest notorycznie nieprzygotowany do zajęć
- c. Najprostsze ćwiczenia wykonuje z rażącymi błędami
- d. Często świadomie odmawia wykonania ćwiczeń
- e. Nie posiada elementarnej wiedzy o zdrowiu i kulturze fizycznej.
- f. Jego stosunek do przedmiotu jest lekceważący, a postawa na lekcji nieodpowiednia, swoim zachowaniem dezorganizuje pracę oraz stwarza niebezpieczeństwo dla siebie i innych.
- g. Nie wykazuje żadnych postępów w usprawnianiu

III. SPRAWDZANIE I OCENIANIE OSIĄGNIĘĆ EDUKACYJNYCH UCZNIÓW

1. Formy sprawdzania wiedzy i umiejętności uczniów:

L.p.	Kod w e-dzienniku	Opis /przykłady/	Kolor wpisanej oceny
1.	AKT	Aktywność/ Wkładany wysiłek ucznia w lekcję.	czarny
2.	PNL	Praca na lekcji	czarny
3.	P	Prezentacja/ Pokaz - Udział w organizowaniu zajęć.	czarny
4.	PDL	Przygotowanie do lekcji	czarny
5.	PPL	Praca pozalekcyjna- Udział w pozalekcyjnych zajęciach – sportowych i rekreacyjnych	czarny
6.	ZA	Zawody sportowe	czarny
7.	RE	Udział w zawodach międzyszkolnych ze SZS	
8.	O	Odpowiedź- Wiedza ucznia z zakresu umiejętności ruchowych oraz znajomości przepisów gry	czarny
9.	TSF	Testy sprawnościowe.	czarny
10.	LA	Lekka atletyka	czarny
11.	G	Gimnastyka	czarny
12.	GZ	Gry zespołowe	czarny
13.	PD	Praca dodatkowa	czarny

2. W przypadku długotrwałego zwolnienia lekarskiego z ćwiczeń sprawnościowych dopuszcza się ocenianie innych form aktywności uczniów- między innymi prac pisemnych, przygotowania prezentacji lub odpowiedzi ustnej z zakresu umiejętności ruchowych.

3. W każdym okresie roku szkolnego uczeń powinien otrzymać minimum 7 ocen

*w przypadku realizacji 1 godziny na basenie w klasach I-III w każdym okresie roku szkolnego uczeń powinien otrzymać minimum 4 oceny

IV. ZASADY OCENIANIA**1. Przedmiotem oceny są:**

- a) Aktywność/ Wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć ucznia w lekcję - **skrót w dzienniku elektronicznym AKT**
- b) Pokaz/ prezentacja, udział w organizowaniu lekcji: przygotowanie miejsca do zajęć ruchowych, przeprowadzenie rozgrzewki, inwencja w doborze ćwiczeń i organizowaniu gier **skrót w dzienniku elektronicznym P**
- c) przygotowanie do lekcji – posiadanie stroju gimnastycznego (ocena częściowa raz w miesiącu za przygotowanie do zajęć: uczeń ma zawsze strój – bdb., 1 brak – db., 2 razy brak – dst., 3 razy brak dop, 4 razy brak – ndst., każdy kolejny brak stroju- ndst.- **skrót w dzienniku elektronicznym PDL.**
przygotowanie do zajęć na basenie - uczeń ma zawsze strój – bdb, 1-2 brak – db., 3-4 razy brak – dst., 5-6 razy brak dop, 7 razy brak – ndst - **skrót w dzienniku elektronicznym PDL.**
- d) udział w zajęciach pozalekcyjnych – sportowych i rekreacyjnych – organizowanych przez szkołę i inne placówki, udział w zawodach szkolnych - **skrót w dzienniku elektronicznym- PPL**
- e) udział w zawodach międzyszkolnych ze SZS, reprezentowanie szkoły - **skrót w dzienniku elektronicznym RE**
- f) udział w zawodach sportowych- **skrót w dzienniku elektronicznym- ZA**

2. Główne założenia:

- a) Podstawą oceny z wychowania fizycznego jest wysiłek włożony w lekcję i zaangażowanie w wykonywanie zadania, na miarę możliwości fizycznych, a także psychicznych ucznia. Jeżeli nauczyciel prowadzący lekcję nie ma zastrzeżeń do pracy ucznia pomimo osiągania niskich wyników związanych z brakiem predyspozycji fizycznych, a zadania są wykonane z pełnym zaangażowaniem uczeń otrzymuje oceny bardzo dobre lub dobre. W zależności od stopnia zaangażowania w wykonanie zadania/ ćwiczenia.
- b) Uczestnictwo w zawodach szkolnych i międzyszkolnych oraz w zajęciach sportowo- rekreacyjnych organizowanych w ramach UKS i przez inne placówki może wpłynąć na podwyższenie oceny.
- c) Wiadomości oceniamy poprzez zadawanie pytań w trakcie całego cyklu kształcenia. Umiejętności oceniamy poprzez zadania kontrolno-oceniające (sprawdziany wybranych umiejętności ruchowych) oraz obserwację ucznia w trakcie wykonywania ćwiczeń; w trakcie gry.
- d) Ocena ze sprawności fizycznej powinna przede wszystkim wynikać z postępu ucznia a nie z poziomu jaki aktualnie reprezentuje chyba, że uczeń osiąga bardzo dobre wyniki (najlepsze w grupie lub zbliżone do rekordu szkoły).
- e) Nie wystawia się oceny niedostatecznej z próby sprawności fizycznej za wyjątkiem sytuacji, w której uczeń nie podejmuje się wykonania próby lub rezygnuje z niej w trakcie i nie ma to związku z jego złym samopoczuciem psychofizycznym lub urazem.
- f) Ocena ze sprawności fizycznej nie może mieć zasadniczego wpływu na ocenę semestralną, jest tylko jedną z ocen częściowych tejże oceny.
- g) Ważnym elementem oceny uczniów jest posiadanie stroju sportowego (Przygotowanie do lekcji- PDL). Przez strój sportowy rozumie się: białą koszulkę, czarne spodenki lub dresy i obuwie zmienne.

3. Nowe elementy zgodne z podstawą programową 2025:

Holistyczne i kompetencyjne podejście – nacisk nie tylko na sprawność fizyczną, ale także na motywację do aktywności, zdrowy styl życia, dobre samopoczucie, edukację włączającą, sprawiedliwość społeczną, ochronę środowiska i świadome wykorzystanie technologii cyfrowych.

- a) **Cyfryzacja i monitorowanie aktywności** – uczniowie uczą się świadomie korzystać z urządzeń typu smartband, smartwatch czy pulsometr, aby obserwować swoje tętno, liczbę kroków, czas i intensywność ćwiczeń. Ocena obejmuje również refleksję nad wynikami, umiejętność interpretacji danych oraz bezpieczne korzystanie z technologii.

- b) **Samoświadomość zdrowotna** –uczeń staje się bardziej świadomy tego, jak jego ciało reaguje na wysiłek i co może zrobić, żeby być zdrowym – tu i teraz oraz w przyszłości.
- c) **Moduły przygotowujące do służb mundurowych** – fakultatywnie, wprowadzane jako element kształcenia, szczególnie w starszych klasach, rozwijają dodatkowe umiejętności sprawnościowe.

V. ZASADY POPRAWIANIA OCEN

- 1. Uczeń może poprawić ocenę cząstkową w formie i terminie uzgodnionym z nauczycielem, w terminie nie później niż dwa tygodnie od wpisania oceny do e- dziennika przez nauczyciela
- 2. W przypadku nieobecności na sprawdzianie uczeń ma obowiązek zaliczyć go w terminie dwóch tygodni od daty powrotu do szkoły po nieobecności.

VI. SPOSÓB INFORMOWANIA UCZNIÓW I RODZICÓW O POSTĘPACH W NAUCE LUB ICH BRAKU

- 1. Nauczyciel informuje rodziców lub prawnych opiekunów o ocenach cząstkowych podczas zebrań z rodzicami, w razie potrzeby zaprasza rodzica(lub prawnego opiekuna) telefonicznie lub listownie.
- 2. Uczeń na bieżąco jest informowany o ocenach cząstkowych ustnie oraz wpisem w e-dzienniku.
- 3. Na miesiąc przed śródrocznym, rocznym klasyfikacyjnym posiedzeniem rady pedagogicznej, nauczyciel informuje ucznia i rodzica (lub prawnego opiekuna) o ocenie niedostatecznej i odnotowuje ten fakt w dzienniku.

VII. ZASADY WGLĄDU UCZNIÓW, RODZICÓW /PRAWNYCH OPIEKUNÓW DO PRAC PISEMNYCH, ZASADY PRZECHOWYWANIA PRAC.

- 1. Prace pisemne są przechowywane przez nauczyciela do końca bieżącego roku szkolnego.
- 2. Na życzenie ucznia, rodzica/prawnego opiekuna mogą zostać udostępnione do wglądu osoby uprawnionej zainteresowanej treścią.

VIII. ZAKRES WIADOMOŚCI I UMIEJĘTNOŚCI W POSZCZEGÓLNYCH KLASACH

1. Zadania kontrolno – sprawdzające klasa 4

a) LEKKOATLETYKA – skrót w dzienniku elektronicznym LA

- 1.Sprawdzamy wytrzymałość biegową – 12 min. marszobieg terenowy.
- 2.Technika startu niskiego.
- 3. Skok w dal sposobem naturalną.

b) GIMNASTYKA - skrót w dzienniku elektronicznym G

- 1.Przewrót w przód z miejsca do przysiadu.
- 2. Skok zawrotny przez 3 części skrzyni, ławeczkę.

c) GRY ZESPOŁOWE -skrót w dzienniku elektronicznym GZ

PIŁKA RĘCZNA

1. Podania i chwyt piłki w miejscu lub w ruchu.
2. Rzut piłki do bramki dowolnym sposobem zza linii pola bramkowego.

PIŁKA NOŻNA

1. Strzał do bramki z miejsca.
2. Prowadzenie piłki.

UNIHOKEJ

1. Prowadzenie piłki po prostej zakończone pchnięciem na bramkę z odl. 3m.
2. Prowadzenie piłki w dwójkach.

KOSZYKÓWKA

1. Podania i chwyt piłki oburącz w miejscu.
2. Kozłowanie piłki w dowolnym tempie i kierunku ze zmianą ręki kozłującej.
3. Rzut do kosza z miejsca.

PIŁKA SIATKOWA

1. Zagrywka dolna zza linii 3m.
2. Odbicia piłki sposobem oburącz górnym nad głową lub o ścianę.

d) WIADOMOŚCI

Wiadomości ucznia oceniamy podczas realizacji określonych zadań z zakresu umiejętności i znajomości przepisów gry - skrót w dzienniku elektronicznym O

e) DIAGNOZA SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ I ROZWOJU FIZYCZNEGO

Ocena ze sprawności fizycznej nie może mieć zasadniczego wpływu na ocenę semestralną, jest tylko jedną z ocen częściowych tejże oceny.

a) W klasach IV sprawność fizyczną oceniamy się według:

- 1) Test K. Coopera - bieg 12 minutowy. Próba wydolnościowa przeprowadzana dwa razy w roku: wrzesień, kwiecień
- 2) Sportowe Talenty – próby sprawnościowe: marzec, kwiecień.

2. Zadania kontrolno- sprawdzające - klasa 5

a) LEKKOATLETYKA

1. Technika biegu długiego – test Coopera
2. Bieg na 60 m ze startu niskiego, przyjmowanie pozycji startowej na poszczególne komendy startowe i dynamiczne wyjście z bloku startowego.
3. Skok w dal techniką naturalną z krótkiego rozbiegu i lądowanie obunóż.

4. Rzut piłeczką palantową na odległość.
5. Technika biegu na odcinku 600 m – dziewczęta, 1000 m – chłopcy.

b) GIMNASTYKA

1. Przewrót w tył przysiadu podpartego do przysiadu.
2. Skok kuczny z rozbiegu na skrzynię i zeskok.
3. Leżenie przewrotne i przerzutne.

c) GRY ZESPOŁOWE

PIŁKA RĘCZNA

1. Prowadzenie piłki w dwójkach (podania jednorącz, chwyt oburącz) zakończone rzutem do bramki z miejsca i z marszu.
2. Kozłowanie piłki slalomem ze zmianą ręki kozłującej zakończone rzutem piłki do bramki dowolnym sposobem.

PIŁKA NOŻNA

1. Prowadzenie piłki w dwójkach.
2. Strzał do bramki z miejsca i z marszu wewnętrznym podbiciem.

UNIHOKEJ

1. Prowadzenie piłki slalomem zakończone strzałem na bramkę
2. Prowadzenie piłki w dwójkach zakończone strzałem na bramkę.

KOSZYKÓWKA

1. Podania i chwyt piłki oburącz w ruchu.
2. Kozłowanie piłki ze zmianą ręki kozłującej, tempa biegu i rytmu kozłowania zakończone rzutem do kosza.

PIŁKA SIATKÓWKA

1. Zagrywka dolna z za linii 6m.
2. Odbicia piłki sposobem górnym i dolnym.

d) WIADOMOŚCI

Wiadomości ucznia oceniamy podczas realizacji określonych zadań z zakresu umiejętności i znajomości przepisów gry.

Samodzielna organizacja zajęć ruchowych – przygotowanie i przeprowadzenie rozgrzewki zakończonej krótką zabawą lub organizacją wybranej przez siebie gry zespołowej.

e) DIAGNOZA SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ I ROZWOJU FIZYCZNEGO

W klasach V sprawność fizyczną oceniamy się według:

- Test K. Coopera - bieg 12 minutowy. Próba wydolnościowa przeprowadzana dwa razy w roku: wrzesień, kwiecień
- Sportowe Talenty – próby sprawnościowe: marzec, kwiecień.

3. Zadania kontrolno – sprawdzające- klasa 6

a) LEKKOATLETYKA

1. Technika biegu długiego – test Coopera
2. Start niski z biegiem na odcinku startowym 60 metrów.
3. Skok w dal techniką naturalną z pomiarem odległości.
4. Rzut piłeczką palantową z rozbiegu na odległość.
5. Technika biegu na odcinku 600m – dziewczęta, 1000m – chłopcy.

b) GIMNASTYKA

1. Przewrót w przód i w tył przysiadu podpartego do przysiadu.
2. Skok kuczny z rozbiegu na skrzynię i zeskok.
3. Z uniku przy drabince, zamachem jednoonóż stanie na rękach z asekuracją.

c) GRY ZESPOŁOWE

PIŁKA RĘCZNA

1. Prowadzenie piłki w dwójkach (podania jednorącz, chwyt oburącz) zakończone rzutem do bramki z wyskoku.
2. Kozłowanie piłki slalomem ze zmianą ręki kozłującej zakończone rzutem do bramki.

PIŁKA NOŻNA

1. Prowadzenie piłki w dwójkach zakończone strzałem do bramki wewnętrznym podbiciem.
2. Prowadzenie piłki nogą prawą i lewą z omijaniem przeszkód (zwody).

UNIHOKEJ

1. Strzał na bramkę po podaniu partnera.
2. Ominięcie przeciwnika poprzez zagranie o bandę.

KOSZYKÓWKA

1. Kozłowanie piłki zakończone rzutem do kosza po kozłowaniu.
2. Umiejętność zastosowania poznanych elementów w grze.

SIATKÓWKA

1. Zagrywka dowolnym sposobem zza linii 7m.
2. Odbicia sposobem oburącz górnym oraz dolnym w dwójkach.

d) WIADOMOŚCI

Wiadomości ucznia oceniamy podczas realizacji określonych zadań z zakresu umiejętności i znajomości przepisów gry.

Samodzielna organizacja zajęć ruchowych – przygotowanie i sędziowanie wybranej konkurencji lekkoatletycznej lub gry sportowej.

e) DIAGNOZA SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ I ROZWOJU FIZYCZNEGO

W klasach VI sprawność fizyczną oceniamy się według:

- Test K. Coopera - bieg 12 minutowy. Próba wydolnościowa przeprowadzana dwa razy w roku: wrzesień, kwiecień
- Sportowe Talenty – próby sprawnościowe: marzec, kwiecień.

4. Zadania kontrolno – sprawdzające- klasa 7

a) LEKKOATLETYKA

1. Technika biegu długiego – test Coopera
2. Start niski z biegiem na odcinku startowym 60 metrów.
3. Skok w dal techniką naturalną z pomiarem odległości.
4. Technika biegu na odcinku 300m-dziewczęta, 400m-chłopcy.
5. Technika biegu na odcinku 800m – dziewczęta, 1000m – chłopcy.

b) GIMNASTYKA

1. Przewrót w przód i w tył z przysiadu podpartego do rozkroku.
2. Skok zawrotny przez skrzynię.
3. Z uniku, zamachem jednonóż stanie na rękach z ochroną współwiczającego – ustanie 5 sekund.

c) GRY ZESPOŁOWE

PIŁKA RĘCZNA

1. Podania i chwyt piłki w dynamicznym biegu zakończone rzutem do bramki z wyskoku.
2. Umiejętność zastosowania poznanych elementów w grze.

PIŁKA NOŻNA

1. Zwód pojedynczy.
2. Umiejętność zastosowania poznanych elementów w grze.

UNIHOKEJ

1. Strzał na bramkę z forhendu i bekhendu po podaniu piłki od partnera.
2. Umiejętność zastosowania poznanych elementów w grze.

KOSZYKÓWKA

1. Kozłowanie piłki oburącz slalomem zakończone rzutem do kosza z półdystansu.

2. Umiejętność zastosowania poznanych elementów w grze.

SIATKÓWKA

1. Zagrywka dowolnym sposobem zza linii 9m.
2. Odbicia sposobem oburącz górnym oraz dolnym w dwójkach przez siatkę.

d) WIADOMOŚCI

Wiadomości ucznia oceniamy podczas realizacji określonych zadań z zakresu umiejętności i znajomości przepisów gry.

Samodzielna organizacja zajęć ruchowych – przygotowanie i sędziowanie wybranej konkurencji lekkoatletycznej lub gry sportowej.

e) DIAGNOZA SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ I ROZWOJU FIZYCZNEGO

W klasach VII sprawność fizyczną oceniamy się według:

- Test K. Coopera - bieg 12 minutowy. Próba wydolnościowa przeprowadzana dwa razy w roku: wrzesień, kwiecień
- Sportowe Talenty – próby sprawnościowe: marzec, kwiecień.

5. Zadania kontrolno – sprawdzające- klasa 8

a) LEKKOATLETYKA

1. Technika biegu długiego – test Coopera
2. Start niski z biegiem na odcinku startowym 60 metrów.
3. Skok w dal techniką naturalną z pomiarem odległości.
4. Technika biegu na odcinku 300m-dziewczęta, 400m-chłopcy.
5. Technika biegu na odcinku 600m – dziewczęta, 1000m – chłopcy.

b) GIMNASTYKA

1. Przewrót w przód i w tył przysiadu podpartego do rozkroku.
2. Skok zawrotny z rozbiegu przez skrzynię.
3. Z uniku, zamachem jednonóż stanie na rękach z ochroną współwiczającego – ustanie 5 sekund.

c) GRY ZESPOŁOWE

PIŁKA RĘCZNA

1. Podania i chwytaki piłki w dynamicznym biegu zakończone rzutem do bramki z wysokości.
2. Umiejętność zastosowania poznanych elementów w grze.

PIŁKA NOŻNA

1. Zwód pojedynczy.
2. Umiejętność zastosowania poznanych elementów w grze.

UNIHOKEJ

1. Strzał na bramkę z forhendu i bekhendu po podaniu piłki od partnera.
2. Umiejętność zastosowania poznanych elementów w grze.

KOSZYKÓWKA

1. Kozłowanie piłki zakończone rzutem do kosza po kozłowaniu.
2. Umiejętność zastosowania poznanych elementów w grze.

SIATKÓWKA

1. Zagrywka dowolnym sposobem zza linii 9m.
2. Odbicia piłki sposobem oburącz górnym oraz dolnym w dwójkach przez siatkę.

d) WIADOMOŚCI

Wiadomości ucznia oceniamy podczas realizacji określonych zadań z zakresu umiejętności i znajomości przepisów gry.

Samodzielna organizacja zajęć ruchowych – przygotowanie i sędziowanie wybranej konkurencji lekkoatletycznej lub gry sportowej.

e) DIAGNOZA SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ I ROZWOJU FIZYCZNEGO

W klasach VIII sprawność fizyczną oceniamy się według:

- Test K. Coopera - bieg 12 minutowy. Próba wydolnościowa przeprowadzana dwa razy w roku: wrzesień, kwiecień
- Sportowe Talenty – próby sprawnościowe: marzec, kwiecień.

VIII. USTALENIA KOŃCOWE

1. Zwolnienia z lekcji wychowania fizycznego.

1. Uczeń i rodzice są zobowiązani do zgłoszenia nauczycielowi wszelkich przeciwwskazań do wykonywania ćwiczeń (np. przewlekłe choroby, przebyte choroby, urazy).
2. Każda niedyspozycja ucznia musi być potwierdzona przez rodzica na piśmie (za wyjątkiem nagłych wypadków), w innym przypadku będzie uznawana za brak stroju.
3. W uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony z zajęć z wychowania fizycznego na czas określony. Decyzję o zwolnieniu ucznia z zajęć podejmuje dyrektor na podstawie opinii, o ograniczonych możliwościach uczestniczenia w tych zajęciach wydanej przez lekarza. W przypadku zwolnienia z zajęć wychowania fizycznego w dokumentacji przebiegu nauczania wpisuje się zwolniony.
4. Decyzja nauczyciela w sprawie oceniania jest ostateczna.
5. Wszelkie sprawy nieuregulowane w niniejszym dokumencie reguluje Statut Szkoły Podstawowej im. Odkrywców Polskiej Miedzi w Chocianowie, dział VI, rozdział 1- 9
6. Przedmiotowe Ocenianie jest udostępnione do wglądu na stronie www.spchocianow.pl w zakładce „Uczniowie“ – „Przedmiotowe Ocenianie”.
7. Wszelkie zmiany w dokumencie muszą być przedstawione do wglądu dyrekcji, uczniom i rodzicom.

Sporządził i opracował:

Szymon Lewandowski