AKADEMICKIE LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCE

przy Wrocławskiej Akademii Biznesu w Naukach Stosowanych we Wrocławiu

PRZEDMIOTOWE ZASADY OCENIANIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NA ROK SZKOLNY 2026/2027

opracowane na podstawie Statutu szkoły, stan na 30 września 2026 r.

1. Cele i zakres oceniania

Ocenianie z wychowania fizycznego ma na celu rozpoznawanie poziomu i postępów ucznia w opanowaniu wiadomości i umiejętności wynikających z realizowanego programu nauczania oraz wspieranie ucznia w jego dalszym rozwoju.
Ocenianie uwzględnia specyfikę przedmiotu wychowania fizycznego, w szczególności wysiłek ucznia, jego systematyczność i aktywność, możliwości psychofizyczne oraz ograniczenia wynikające ze stanu zdrowia.
Ocena ma charakter jawny, systematyczny i zróżnicowany, a sposób oceniania jest dostosowany do indywidualnych potrzeb i możliwości ucznia.
Ocena klasyfikacyjna nie jest prostą średnią arytmetyczną ani średnią ważoną ocen bieżących.

2. Uzasadnianie ocen

Każda ocena bieżąca jest jawna i podlega uzasadnieniu.
Przy uzasadnianiu oceny nauczyciel wskazuje opanowane wiadomości i umiejętności, ewentualne braki oraz sposób ich uzupełnienia lub poprawy.
Oceny są dokumentowane w dzienniku elektronicznym.
Uczeń i jego rodzice mają możliwość uzyskania informacji o postępach, trudnościach i sposobach dalszej pracy zgodnie ze Statutem szkoły.

3. Formy sprawdzania osiągnięć ucznia

W wychowaniu fizycznym stosuje się w szczególności następujące formy oceniania:
- obserwację ucznia podczas wykonywania ćwiczeń i zadań ruchowych;
- ocenę aktywności i zaangażowania na zajęciach;
- ocenę systematyczności i przygotowania do zajęć;
- sprawdzanie poziomu opanowania umiejętności ruchowych;
- sprawdzanie wiadomości związanych z kulturą fizyczną, zasadami bezpieczeństwa, higieną, zdrowiem i organizacją aktywności fizycznej;
- udział w grach, zabawach, ćwiczeniach i innych zadaniach realizowanych podczas zajęć;
- zadania indywidualne i zespołowe;
- udział w aktywnościach, zawodach lub przedsięwzięciach związanych z wychowaniem fizycznym, jeżeli są one elementem realizacji programu lub dodatkową formą aktywności ucznia.

4. Szczegółowe zasady oceniania

Ocenianie odbywa się systematycznie i w różnych formach, odpowiednio do specyfiki zajęć.
Przy ustalaniu oceny nauczyciel bierze pod uwagę przede wszystkim poziom i postępy ucznia w stosunku do wymagań edukacyjnych, a także wysiłek, systematyczność i aktywność ucznia.
Ocena nie może wynikać wyłącznie z poziomu sprawności fizycznej ucznia. Uwzględnia się jego indywidualne możliwości psychofizyczne oraz postęp.
W przypadku ograniczeń wynikających ze stanu zdrowia nauczyciel uwzględnia opinię lekarza dotyczącą ograniczonych możliwości wykonywania określonych ćwiczeń fizycznych.

Ustalone dla ucznia dostosowania wymagań edukacyjnych są uwzględniane podczas oceniania.
Nieobecność ucznia na sprawdzianie lub innej formie sprawdzania nie jest sama w sobie oceną niedostateczną. Po usprawiedliwionej nieobecności nauczyciel ustala sposób i termin uzupełnienia wymaganych wiadomości lub umiejętności.
Uczeń ma prawo do poprawy oceny bieżącej na zasadach określonych w Statucie szkoły i niniejszym PZO.
Ocena klasyfikacyjna jest ustalana przez nauczyciela na podstawie całokształtu informacji o osiągnięciach ucznia i nie jest automatycznie wynikiem obliczeń matematycznych.

5. Kryteria ocen bieżących i klasyfikacyjnych z wychowania fizycznego

Przy ustalaniu oceny bierze się pod uwagę w szczególności poniższe obszary:

Obszar	**Zakres oceniania**	**Znaczenie przy ustalaniu oceny**
Wysiłek i zaangażowanie	Podejmowanie wysiłku, aktywne uczestnictwo, wykonywanie zadań na miarę własnych możliwości.	Istotny element oceny.
Systematyczność	Regularny udział w zajęciach, wykonywanie zadań i podejmowanie pracy nad własnym rozwojem.	Istotny element oceny.
Aktywność	Aktywne i właściwe uczestnictwo w ćwiczeniach, grach, zadaniach indywidualnych i zespołowych.	Istotny element oceny.
Umiejętności ruchowe	Poziom opanowania umiejętności przewidzianych w realizowanym programie oraz postęp w ich wykonywaniu.	Element oceny dostosowany do możliwości ucznia.
Wiadomości	Znajomość zasad bezpieczeństwa, higieny, zdrowego stylu życia, podstaw kultury fizycznej i zasad wykonywania ćwiczeń.	Element oceny odpowiedni do realizowanych treści.
Możliwości psychofizyczne i zdrowotne	Indywidualne możliwości ucznia, ograniczenia zdrowotne i ustalone dostosowania.	Uwzględniane obowiązkowo.

Ocena	Wynik procentowy
6	100%
5+	98–99%
5	95–97%
5−	91–94%

4+	86–90%
4	79–85%
4−	75–78%
3+	71–74%
3	60–70%
3−	56–59%
2+	51–55%
2	42–50%
2−	40–41%
1	0–39%

6. Formy sprawdzania osiągnięć – specyfika wychowania fizycznego

Wychowanie fizyczne jest przedmiotem o charakterze praktycznym. W ramach niniejszego PZO nie przewiduje się sprawdzianów ani kartkówek pisemnych jako podstawowej formy oceniania. Wiadomości i umiejętności ucznia są sprawdzane przede wszystkim w toku zajęć oraz poprzez praktyczne wykonanie zadań, poprzez:

- obserwację i ocenę wykonania ćwiczeń oraz zadań ruchowych;
- praktyczne sprawdziany umiejętności ruchowych;
- udział w grach, zabawach, ćwiczeniach i zadaniach zespołowych;
- ocenę aktywności, zaangażowania i wysiłku wkładanego w wykonywanie zadań;
- ocenę systematyczności udziału w zajęciach;
- ocenę przygotowania do zajęć, w szczególności właściwego stroju sportowego i gotowości do aktywnego uczestnictwa;
- zadania praktyczne dotyczące zasad bezpieczeństwa, higieny, zdrowego stylu życia i organizacji aktywności fizycznej;
- udział w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej.

Ważne: wyniki testów sprawności fizycznej mogą służyć monitorowaniu rozwoju i postępów ucznia, ale nie stanowią samodzielnej podstawy do wystawienia oceny.

7. Poprawa ocen bieżących

Uczeń może poprawić ocenę bieżącą zgodnie z zasadami określonymi w Statucie szkoły.
W przypadku praktycznej formy sprawdzania poprawa odbywa się w formie praktycznego wykonania odpowiedniego zadania lub zestawu zadań.
Termin i sposób poprawy ustala nauczyciel, z uwzględnieniem możliwości organizacyjnych oraz indywidualnej sytuacji ucznia.
Ocena uzyskana podczas poprawy stanowi dodatkową informację o osiągnięciach ucznia.

8. Zasady organizacyjne oceniania w WF

Ocenianie odbywa się systematycznie, w toku bieżącej pracy na zajęciach.
Nieobecność ucznia na zajęciach nie jest sama w sobie podstawą do wystawienia oceny niedostatecznej.

Po usprawiedliwionej nieobecności nauczyciel ustala sposób uzupełnienia wymaganych wiadomości lub umiejętności.
W przypadku długotrwałej nieobecności nauczyciel ustala indywidualny sposób uzupełnienia materiału odpowiednio do sytuacji ucznia.
W pierwszych dwóch tygodniach września uczniowie klas pierwszych korzystają z okresu adaptacyjnego określonego w Statucie; w tym czasie nauczyciel nie wystawia ocen niedostatecznych.

9. Klasyfikacja śródroczna i roczna

Oceny klasyfikacyjne ustala nauczyciel zgodnie ze Statutem szkoły. Ocena klasyfikacyjna nie jest średnią arytmetyczną ani średnią ważoną ocen bieżących. Przy jej ustalaniu bierze się pod uwagę całokształt pracy i osiągnięć ucznia, w tym jego postęp, wysiłek, systematyczność, aktywność, opanowanie wiadomości i umiejętności oraz indywidualne możliwości psychofizyczne.

Przy klasyfikacji stosuje się następującą skalę ogólną:

• 1,75–2,74 – dopuszczający

• 2,75–3,74 – dostateczny

• 3,75–4,74 – dobry

• 4,75–5,74 – bardzo dobry

• 5,75–6,00 – celujący

Powyższe przedziały stanowią ogólne kryteria wskazane w Statucie i nie oznaczają automatycznego ustalenia oceny klasyfikacyjnej na podstawie średniej.

10. Minimalna liczba ocen bieżących

Zgodnie ze Statutem, do klasyfikacji wykorzystuje się co najmniej:

• 3 oceny – przy 1–2 godzinach zajęć tygodniowo;

• 4 oceny – przy 3 godzinach zajęć tygodniowo;

• 5 ocen – przy więcej niż 3 godzinach zajęć tygodniowo.

Liczba i forma ocen bieżących mogą być dostosowane do organizacji zajęć, realizowanego programu oraz możliwości uczniów.

11. Przygotowanie do zajęć i nieprzygotowanie

Nauczyciel może ustalić zasady zgłaszania nieprzygotowania do zajęć, z uwzględnieniem specyfiki wychowania fizycznego. Nieprzygotowanie nie może być zgłaszane w dniu zapowiedzianego sprawdzianu lub innej zapowiedzianej formy oceniania, z wyjątkiem sytuacji określonych w Statucie.

Brak stroju lub przygotowania do zajęć może być odnotowany zgodnie z przyjętymi przez nauczyciela zasadami, jednak ocenianie musi uwzględniać ogólne zasady oceniania określone w Statucie oraz indywidualną sytuację ucznia.

12. Nieobecność, zwolnienie i ograniczenia zdrowotne

Nieobecność ucznia nie jest podstawą do wystawienia oceny niedostatecznej.
Po usprawiedliwionej nieobecności nauczyciel ustala sposób uzupełnienia wymaganych wiadomości i umiejętności.
Ograniczenia wynikające ze stanu zdrowia ucznia są uwzględniane przy ocenianiu zgodnie z dokumentacją i opinią lekarza dotyczącą ograniczonych możliwości wykonywania określonych ćwiczeń.
Wymagania edukacyjne są dostosowywane do indywidualnych potrzeb rozwojowych i edukacyjnych oraz możliwości psychofizycznych ucznia w przypadkach określonych przepisami.
Jeżeli okres zwolnienia uniemożliwia ustalenie śródrocznej lub rocznej oceny klasyfikacyjnej, w dokumentacji wpisuje się odpowiednio „zwolniony" albo „zwolniona", zgodnie z obowiązującymi przepisami.

13. Zasady dotyczące ucznia rozpoczynającego naukę w szkole

W przypadku ucznia klasy pierwszej w pierwszych dwóch tygodniach września obowiązuje okres adaptacyjny określony w Statucie. W tym okresie nauczyciel nie wystawia ocen niedostatecznych.

14. Samodzielność pracy i zachowanie podczas oceniania

W przypadku niesamodzielnego wykonywania zadań lub korzystania z niedozwolonej pomocy, jeżeli zachowanie to wskazuje na brak opanowania wymaganych wiadomości lub umiejętności, stosuje się zasady określone w Statucie szkoły.

15. Warunki i tryb uzyskania wyższej niż przewidywana rocznej oceny klasyfikacyjnej

Uczeń pełnoletni albo rodzic ucznia niepełnoletniego może wystąpić o uzyskanie wyższej niż przewidywana rocznej oceny klasyfikacyjnej z wychowania fizycznego na zasadach określonych w Statucie szkoły. Warunkami takimi są:
- co najmniej połowa ocen bieżących musi być równa lub wyższa od oceny, o którą ubiega się uczeń;
- uczeń musi uzyskać pozytywne oceny z form sprawdzania osiągnięć wskazanych przez nauczyciela;
- uczeń nie może mieć nieusprawiedliwionych nieobecności z zajęć;
- frekwencja na zajęciach nie może przekraczać 20% nieobecności, z wyjątkiem udokumentowanej dłuższej choroby;
- wniosek składa się do nauczyciela za pośrednictwem sekretariatu szkoły w terminie do dwóch (2) dni roboczych od dnia podania przewidywanych rocznych ocen klasyfikacyjnych;
- po spełnieniu warunków nauczyciel przeprowadza dodatkowe sprawdzenie nie później niż trzy (3) dni robocze przed klasyfikacyjnym posiedzeniem rady pedagogicznej;
- roczna ocena klasyfikacyjna może zostać podwyższona tylko wtedy, gdy wynik dodatkowego sprawdzenia jest wyższy od oceny przewidywanej.

16. Przekazywanie informacji uczniom i rodzicom

PZO są przekazywane uczniom i rodzicom na początku roku szkolnego.
Informacje o ocenach i postępach ucznia są przekazywane za pośrednictwem dziennika elektronicznego, podczas konsultacji oraz zebrań i spotkań z rodzicami.
Rodzice mają prawo do informacji o postępach, trudnościach ucznia i sposobach dalszej pracy.
Zasady udostępniania i uzasadniania ocen stosuje się zgodnie ze Statutem szkoły.

17. Dokumentowanie i przechowywanie prac

Oceny są dokumentowane w dzienniku elektronicznym.
Nauczyciel dokumentuje oceny uzyskane w praktycznych formach sprawdzania osiągnięć w dzienniku elektronicznym.

18. Postanowienia końcowe

W sprawach nieuregulowanych w niniejszych Przedmiotowych Zasadach Oceniania stosuje się odpowiednie postanowienia Statutu Akademickiego Liceum Ogólnokształcącego przy Wrocławskiej Akademii Biznesu w Naukach Stosowanych we Wrocławiu oraz obowiązujące przepisy prawa oświatowego.

Niniejsze PZO określają szczegółowy tryb oceniania i sprawdzania osiągnięć z wychowania fizycznego, zgodnie z kompetencją nauczyciela wynikającą ze Statutu szkoły.

Opracował: mgr Paweł Całka

Data: 5 października 2026 r.