1. Ogólne zasady oceniania

- Ocena klasyfikacyjna wynika z całorocznego poziomu wiadomości, umiejętności, sprawności, aktywności i kompetencji społecznych.
- Oceniając ucznia, nauczyciel bierze pod uwagę jego możliwości psychofizyczne, stan zdrowia, indywidualny postęp oraz zaangażowanie.
- Sprawdziany umiejętności ruchowych służą przede wszystkim ocenie stopnia opanowania umiejętności i postępu, a nie selekcji uczniów według wyników sportowych.
- Uczeń powinien znać zasady bezpieczeństwa, higieny, fair play i kulturalnego zachowania podczas aktywności fizycznej.
- W przypadku ucznia z ograniczeniami zdrowotnymi wymagania należy odpowiednio dostosować zgodnie z zaleceniami lekarskimi i dokumentacją szkoły.
- Nieprzygotowanie, brak stroju i inne kwestie organizacyjne należy rozliczać zgodnie z zasadami przyjętymi w statucie i przedmiotowych zasadach oceniania szkoły.

2. Kryteria stopni

Stopień	Ogólna charakterystyka
1 – niedostateczny	Uczeń nie spełnia podstawowych wymagań, odmawia udziału w większości zadań mimo możliwości uczestniczenia, nie przestrzega podstawowych zasad bezpieczeństwa lub nie podejmuje pracy nad uzupełnieniem braków.
2 – dopuszczający	Uczeń spełnia elementarne wymagania przy znacznej pomocy nauczyciela, podejmuje podstawową aktywność i zna najważniejsze zasady bezpieczeństwa.
3 – dostateczny	Uczeń opanował podstawowe wiadomości i umiejętności przewidziane dla klasy, wykonuje zadania w typowych warunkach i zazwyczaj stosuje zasady bezpieczeństwa.
4 – dobry	Uczeń samodzielnie i poprawnie wykonuje większość zadań, stosuje poznane zasady, aktywnie uczestniczy w zajęciach i wykazuje systematyczny postęp.
5 – bardzo dobry	Uczeń bardzo dobrze opanował wymagania programowe, wykonuje zadania poprawnie i świadomie, potrafi wykorzystać wiedzę w praktyce oraz wykazuje wysoki poziom aktywności i odpowiedzialności.
6 – celujący	Uczeń spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą oraz wyróżnia się samodzielnością, inicjatywą, wysokim poziomem kompetencji społecznych i umiejętnością wykorzystania aktywności fizycznej do samodzielnego rozwoju.

Stopień	Ogólna charakterystyka
	Może reprezentować szkołę lub szczególnie aktywnie działać na rzecz kultury fizycznej, przy czym sam udział w zawodach nie jest automatyczną podstawą oceny celującej.

Klasa 7

Wymagania dla klasy 7 zostały ułożone progresywnie: od podstawowych zachowań i umiejętności (ocena dopuszczająca) do samodzielnego, świadomego i twórczego wykorzystania aktywności fizycznej (ocena celująca). Wymagania mogą być rozłożone na śródroczne i roczne zgodnie z rozkładem materiału.

Postawy i kompetencje społeczne

2 – dopuszczający	3 – dostateczny	4 – dobry	5 – bardzo dobry	6 – celujący
Podejmuje aktywność i z pomocą nauczyciela stosuje zasady współpracy, fair play i bezpieczeństwa.	Systematycznie uczestniczy, współpracuje i odpowiedzialnie wykonuje powierzone role.	Jest samodzielny, odpowiedzialny i potrafi konstruktywnie rozwiązywać sytuacje konfliktowe w zespole.	Wykazuje dojrzałość, inicjatywę i wysoką kulturę sportową; potrafi organizować aktywność grupy.	Wyróżnia się samodzielnością, przywództwem i odpowiedzialnością za innych podczas aktywności.

Sprawność i aktywność fizyczna

2 – dopuszczający	3 – dostateczny	4 – dobry	5 – bardzo dobry	6 – celujący
Podejmuje podstawowy wysiłek i wykonuje ćwiczenia dostosowane do swoich możliwości.	Rozwija sprawność i potrafi określić podstawowe reakcje organizmu na wysiłek.	Świadomie dobiera ćwiczenia, kontroluje intensywność i analizuje własny postęp.	Samodzielnie planuje jednostkę aktywności, wykorzystuje pomiary i potrafi modyfikować obciążenie.	Tworzy i uzasadnia indywidualny plan aktywności, monitoruje efekty i świadomie wykorzystuje nowoczesne technologie.

Umiejętności ruchowe

2 – dopuszczający	3 – dostateczny	4 – dobry	5 – bardzo dobry	6 – celujący
Wykonuje podstawowe elementy techniczne z pomocą nauczyciela.	Opanował podstawowe elementy techniczne i stosuje je w prostych sytuacjach.	Sprawnie stosuje technikę i podstawowe rozwiązania taktyczne w poznanych aktywnościach.	Skutecznie dostosowuje technikę i taktykę do sytuacji, analizuje błędy i poprawia wykonanie.	Wykazuje bardzo wysoki poziom umiejętności ruchowych, kreatywność i samodzielność w rozwiązywaniu zadań.

Wiedza i bezpieczeństwo

2 – dopuszczający	3 – dostateczny	4 – dobry	5 – bardzo dobry	6 – celujący
Zna podstawowe zasady bezpieczeństwa i higieny.	Zna i stosuje przepisy oraz zasady bezpieczeństwa w poznanych aktywnościach.	Wyjaśnia wpływ aktywności na zdrowie, zna zasady regeneracji i potrafi zapobiegać typowym urazom.	Samodzielnie analizuje styl życia, odżywianie, nawodnienie, sen i regenerację w kontekście aktywności.	Potrafi krytycznie ocenić informacje dotyczące zdrowia i treningu oraz samodzielnie tworzy bezpieczne rozwiązania.