Przedmiotowy system oceniania

z wychowania fizycznego

w Szkole Podstawowej Nr 14 w Lubinie

I. ZAŁOŻENIA OGÓLNE

1. Ocena śródroczna lub roczna ustalana jest na podstawie ocen cząstkowych za określony poziom postaw i kompetencji społecznych, aktywności, sprawności fizycznej, umiejętności i wiadomości.
2. Przy ustalaniu oceny śródrocznej i rocznej uwzględnia się przede wszystkim wysiłek ucznia włożony w realizację zadań wynikających z programu nauczania oraz systematyczny i aktywny udział w lekcjach wychowania fizycznego.
3. Przy ocenianiu bieżącym uwzględnia się dodatkową aktywność ucznia np.: udział w zawodach sportowych, turniejach i rozgrywkach pozaszkolnych, konkursach literackich i plastycznych o tematyce sportowej, ocena może mieć wagę 1-3.
4. Uczeń jest zobowiązany:
   - posiadać właściwy strój sportowy (obowiązuje biała, sportowa koszulka, krótkie spodenki, skarpetki zmienne na lekcję, obuwie zmienne z jasną podeszwą na sali, w terenie strój dostosowany do pogody),
   - wykazywać zaangażowanie i aktywność podczas zajęć,
   - korzystać ze sprzętu sportowego w sposób właściwy zgodnie z jego przeznaczeniem,
   - dbać o sprzęt sportowy i mienie szkoły,
   - przestrzegać regulaminów obiektów sportowych,
   - zachowywać się w sposób sportowy i kulturalny, respektować zasady bezpieczeństwa (na lekcji, na przerwach, w szatniach, na sali gimnastycznej lub na boisku szkolnym, na zawodach itp.).
5. Ocenę z aktywności uczeń może otrzymać za następujące pozytywne działania i postawy na lekcji oraz zajęciach dodatkowych i zawodach:
   - przygotowanie do zajęć (punktualność, właściwy ubiór, związane włosy, brak biżuterii itp.),
   - aktywność,
   - reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych,
   - udział w zawodach sportowych pozaszkolnych,
   - udział w dodatkowej aktywności sportowej.
6. Ocenę ze sprawdzianu umiejętności można poprawić w terminie 2 tygodni.
7. Jeżeli uczeń z powodu niedyspozycji zdrowotnej lub nieobecności nie mógł przystąpić do sprawdzianu, ma obowiązek przystąpić do zaliczenia w najbliższym czasie i jest zobowiązany ustalić z nauczycielem termin zaliczenia.
8. Każdy uczeń klas IV-VIII ma obowiązek wziąć udział w testach sprawnościowych.
9. Uczeń o udokumentowanej obniżonej sprawności ruchowej ma prawo wykonania danego ćwiczenia stosownie do swoich możliwości, np. obniżona wysokość przyrządu.
10. Uczeń trzy razy w ciągu semestru może być nieprzygotowany do zajęć wychowania fizycznego, każde następne nieprzygotowanie skutkuje oceną niedostateczną.

II. WYMAGANIA SZCZEGÓŁOWE – klasy IV – VIII szkoły podstawowej

W klasie IV szkoły podstawowej oceniamy następujące obszary aktywności ucznia:

1. Postawę ucznia i jego kompetencje społeczne.
2. Systematyczny udział i aktywność w trakcie zajęć.
3. Sprawność fizyczną (kontrola – próby czwórboju lekkoatletycznego):
   - skok w dal z rozbiegu (próba mocy),
   - bieg na 60 m z niskiego startu (próba szybkości),
   - rzut piłeczką palantową (próba siły),
   - bieg na 600 m dla dziewcząt i 1000 m dla chłopców (próba wytrzymałości).
4. Umiejętności ruchowe:

   gimnastyka:
   - przewrót w przód z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego,
   - układ gimnastyczny według własnej inwencji,
   - skok zawrotny przez ławeczkę z odbicia obunóż,

   lekkoatletyka:
   - start wysoki i niski,
   - skok w dal techniką naturalną,

   minipiłka siatkowa:
   - przyjmowanie postaw siatkarskich (niska i wysoka),
   - odbicie piłki sposobem oburącz górnym i dolnym,

   minikoszykówka:
   - rzut do kosza oburącz z miejsca,
   - kozłowanie piłki w marszu lub biegu, po prostej ze zmianą ręki kozłującej,
   - podania oburącz sprzed klatki piersiowej w marszu,

   minipiłka ręczna:
   - kozłowanie piłki ze zmianą ręki,
   - rzut na bramkę jednorącz z kilku kroków marszu,
   - podanie jednorącz z kilku kroków marszu,

   minipiłka nożna:
   - prowadzenie piłki wewnętrzną częścią stopy prawą lub lewa nogą,
   - prowadzenie piłki po slalomie,
   - uderzenie piłki na bramkę wewnętrzną częścią stopy,

   tenis stołowy:
   - poruszanie się przy stole różnymi technikami kroczków (do przodu, do tyłu, w bok i po przekątnej).
   - podbijanie piłeczki forhendem, bekhendem, naprzemianstronnie.

   Inne gry zespołowe:
   - rugby TAG, kwadrant, ringo, dwa ognie, cztery ognie, uni-flak,

5. Wiadomości
   - uczeń zna podstawowe przepisy mini gier zespołowych (odpowiedzi ustne lub pisemny test),
   - uczeń potrafi wyjaśnić pojęcie sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego (odpowiedzi ustne lub pisemny test),
   - uczeń zna próby czwórboju lekkoatletycznego oraz indywidualnie interpretuje własny wynik,

- uczeń rozróżnia pojęcie tętna spoczynkowego i powysiłkowego,
- uczeń wymienia cechy prawidłowej postawy ciała,
- uczeń wymienia miejsca, obiekty i urządzenia w najbliższej okolicy, które można wykorzystać do aktywności fizycznej,
- uczeń wyjaśnia, co symbolizują flaga i znicz olimpijski, rozróżnia pojęcia olimpiada i igrzyska olimpijskie,
- uczeń zna regulamin sali gimnastycznej, szatni i boiska sportowego .
- uczeń zna regulamin spędzania przerw międzylekcyjnych na pionie sportowym.
- uczeń opisuje zasady bezpiecznego poruszania się po boisku,
- uczeń wymienia osoby, do których należy zwrócić się o pomoc w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia,
- uczeń opisuje zasady doboru stroju do warunków atmosferycznych w trakcie zajęć ruchowych.

W każdym okresie uczeń powinien otrzymać co najmniej jedną ocenę z danego obszaru.

W klasie V szkoły podstawowej oceniamy następujące obszary aktywności ucznia:

1. Postawę ucznia i jego kompetencje społeczne.
2. Systematyczny udział i aktywność w trakcie zajęć.
3. Sprawność fizyczną (kontrola – próby testu sprawności fizycznej K. Zuchory):
   - próba skoczności,
   - próba szybkości,
   - próba siły ramion,
   - próba wytrzymałości,
   - próba gibkości,
   - próba siły mięśni brzucha.
4. Umiejętności ruchowe:

   gimnastyka:
   - przewrót w tył z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego,
   - podpór łukiem leżąc tyłem „mostek”,

   lekkoatletyka:
   - skok wzwyż techniką flop lub skok w dal techniką naturalną,
   - test Coopera,

   minipiłka nożna:
   - prowadzenie piłki prostym podbiciem prawa lub lewą nogą,
   - uderzenie piłki prostym podbiciem na bramkę po kilku krokach rozbiegu (piłka jest nieruchoma),

   minikoszykówka:
   - kozłowanie piłki w marszu, biegu, po slalomie ze zmiana ręki kozłującej,
   - podanie piłki oburącz sprzed klatki piersiowej w biegu,
   - rzuty do kosza z odbicia obunóż,

   minipiłka ręczna:
   - podania półgórne jednorącz w biegu,
   - rzuty na bramkę jednorącz z jednego kroku, trzech kroków, z biegu,

   minipiłka siatkowa:
   - odbicia piłki sposobem oburącz górnym w parach,
   - zagrywka sposobem dolnym 4 m od siatki,

tenis stołowy:

- poruszanie się przy stole różnymi technikami kroczków (do przodu, do tyłu, w bok I po przekątnej).
- podbija piłeczkę forhendem, bekhendem, naprzemianstronnie.
- zagrywa piłkę i przyjmuje z zagrywki.

Inne gry zespołowe:

- rugby tag, kwadrant, ringo, dwa ognie, cztery ognie, uni-flak,

5. Wiadomości:
   - uczeń zna podstawowe przepisy mini gier zespołowych (odpowiedzi ustne lub test pisemny),
   - uczeń potrafi wyjaśnić i scharakteryzować pojęcie zdrowia według WHO,
   - uczeń zna test Coopera, potrafi go samodzielnie przeprowadzić oraz indywidualnie interpretuje swój wynik,
   - uczeń zna i przestrzega regulaminów obiektów sportowych,
   - uczeń zna zasady bezpiecznego wykonania zadań ruchowych,
   - uczeń zna różnice pomiędzy wypoczynkiem biernym a czynnym,
   - uczeń opisuje zasady doboru stroju do warunków atmosferycznych w trakcie zajęć ruchowych.

W każdym okresie uczeń powinien otrzymać co najmniej jedną ocenę z danego obszaru.

W klasie VI szkoły podstawowej oceniamy następujące obszary aktywności ucznia:

1. Postawę ucznia i jego kompetencje społeczne.
2. Systematyczny udział ucznia i aktywność w trakcie zajęć.
3. Sprawność fizyczną (kontrola – Indeks sprawności fizycznej K.Zuchory):
   - próba skoczności,
   - próba szybkości,
   - próba siły ramion,
   - próba wytrzymałości,
   - próba gibkości,
   - próba siły mięśni brzucha.
4. Umiejętności ruchowe:

   gimnastyka:
   - przewrót w przód z marszu do przysiadu podpartego,
   - skok rozkroczny przez kozła,

   lekkoatletyka:
   - rzut piłką lekarską 2 kg (przodem i tyłem),
   - test Coopera,

   minipiłka nożna:
   - uderzenie piłki prostym podbiciem na bramkę z podania od współćwiczącego,
   - prowadzenie piłki prawą i lewą nogą, ze zmiana kierunku i miejsca,

   minikoszykówka:
   - podania piłki oburącz sprzed klatki piersiowej kozłem w biegu,
   - rzut do kosza z dwutaktu z biegu,

   minipiłka ręczna:
   - rzut na bramkę z biegu po podaniu od współćwiczącego,
   - podania jednorącz półgórne w biegu i ze zmiana miejsca,

minipiłka siatkowa:

- odbicia piłki sposobem oburącz dolnym w parach,
- zagrywka sposobem dolnym (wyrzut piłki z ręki),

tenis stołowy:

- technika i taktyka gry pojedynczej i podwójnej,

sporty zimowe:

- marsz terenowy zimą,

5. Wiadomości:
   - uczeń zna i przestrzega zasad bezpieczeństwa w czasie zajęć wychowania fizycznego na sali gimnastycznej i w terenie,
   - uczeń wymienia podstawowe zasady korzystania ze sprzętu sportowego,
   - uczeń zna zasady i metody hartowania organizmu,
   - uczeń zna sposoby ochrony przed nadmiernym nasłonecznieniem i niską temperaturą,

W każdym okresie uczeń powinien otrzymać co najmniej jedną ocenę z danego obszaru.

W klasie VII szkoły podstawowej oceniamy następujące obszary aktywności ucznia:

1. Postawę ucznia i jego kompetencje społeczne.
2. Systematyczny udział i aktywność w trakcie zajęć.
3. Sprawność fizyczną (kontrola – próby test sprawności fizycznej K.Zuchory):
   - próba skoczności,
   - próba szybkości,
   - próba siły ramion,
   - próba wytrzymałości,
   - próba gibkości,
   - próba siły mięśni brzucha,
   - bieg na 800 m dla dziewcząt i 1000 m dla chłopców (próba wytrzymałości),

4. Umiejętności ruchowe:

gimnastyka:

- piramidy dwójkowe,
- łączone formy przewrotów w przód i w tył,

lekkoatletyka:

- skok wzwyż techniką nożycową lub skok w dal,
- trójskok,

piłka siatkowa:

- łączone odbicia piłki sposobem oburącz górnym i dolnym w parach,
- zagrywka sposobem dolnym,
- rozegranie piłki do ataku,

koszykówka:

- rzut do kosza z biegu po podaniu,
- podania oburącz sprzed klatki piersiowej ze zmianą miejsca i kierunku poruszania się,
- krycie indywidualne,

piłka ręczna:

- rzut do bramki z wyskoku po zwodzie przodem,
- poruszanie się w obronie (w strefie),
- krycie indywidualne,

piłka nożna:

- zwód pojedynczy przodem bez piłki i uderzenie na bramkę prostym podbiciem lub wewnętrzną częścią stopy,
- prowadzenie piłki ze zmianą kierunku poruszania się i nogi prowadzącej,

tenis stołowy:

- organizacja turnieju klasowego- zasady rozgrywek, sędziowanie, rywalizacja sportowa.

sporty zimowe:

- marsz terenowy zimą.

5. Wiadomości
   - uczeń zna podstawowe przepisy wybranych sportowych gier zespołowych,
   - uczeń opisuje zasady wybranej formy aktywności fizycznej spoza Europy,
   - uczeń oblicza wskaźnik BMI i interpretuje własny wynik za pomocą siatki centylowej,
   - uczeń wskazuje możliwości wykorzystania nowoczesnych technologii do oceny aktywności fizycznej,
   - uczeń wymienia pozytywne mierniki zdrowia (odpowiedzi ustne lub pisemny test),
   - uczeń wskazuje korzyści wynikające z aktywności fizycznej w terenie,
   - uczeń wyjaśnia wymogi higieny, wynikające ze zmian zachodzących w organizmie w okresie dojrzewania,
   - respektuje zasady bezpieczeństwa w czasie zajęć, wymienia najczęstsze przyczyny oraz okoliczności wypadków i urazów w czasie lekcji wychowania fizycznego.

W klasie VIII szkoły podstawowej oceniamy następujące obszary aktywności ucznia:

1. Postawę ucznia i jego kompetencje społeczne.
2. Systematyczny udział i aktywność w trakcie zajęć.
3. Sprawność fizyczna (kontrola – próby test sprawności fizycznej K. Zuchory):
   a. próba skoczności,
   b. próba szybkości,
   c. próba siły ramion,
   d. próba wytrzymałości,
   e. próba gibkości,
   f. próba siły mięśni brzucha,
   g. bieg na 800 m dla dziewcząt i 1000 m dla chłopców (próba wytrzymałości).

4. Umiejętności ruchowe:

gimnastyka:

- przerzut bokiem ,
- „piramidy” dwójkowe,

lekkoatletyka:

- pomiar tętna przed wysiłkiem i po wysiłku – test Coopera
- skok w dal technika piersiową,
- pchnięcie kulą,

piłka nożna:

- uderzenie na bramkę prostym podbiciem lub wewnętrzną częścią stopy po zwodzie pojedynczym,
- prowadzenie piłki ze zmianą kierunku i miejsca,

koszykówka:

- rzut do kosza z dwutaktu po zwodzie pojedynczym i podaniu od współćwiczącego,
- podania z przed klatki piersiowej kozłem do współćwiczącego ze zmianą kierunku

i miejsca,

piłka ręczna:

- rzut do bramki z wyskoku po zwodzie pojedynczym po podaniu od współćwiczącego,
- poruszanie się w obronie „każdy swego”,

piłka siatkowa:

- wystawianie piłki do współćwiczącego sposobem oburącz górnym,
- zagrywka sposobem górnym (zagrywka tenisowa),

tenis stołowy:

- topspin forhendowy, podcięcie forhendowe, topspin bekhendowy, półwolej.

sporty zimowe:

- marsz terenowy zimą.

5. Wiadomości:
   - uczeń wymienia przyczyny i skutki otyłości, zagrożenia wynikające z nadmiernego odchudzania się, stosowania sterydów i innych substancji wspomagających negatywnie proces treningowy (odpowiedzi ustne lub test pisemny),
   - uczeń zna współczesne aplikacje internetowe i urządzenia elektroniczne do oceny własnej aktywności fizycznej,
   - uczeń wymienia korzyści dla zdrowia wynikające z systematycznej aktywności fizycznej (odpowiedzi ustne lub pisemne),
   - uczeń zna różnice miedzy wypoczynkiem biernym a czynnym,
   - stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego.

WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NA OCENĘ ŚRÓDROCZNĄ LUB ROCZNĄ W KLASACH IV – VIII SZKOŁY PODSTAWOWEJ

Częścią składową każdej oceny są następujące elementy:

1. **Postawa i kompetencje społeczne**
2. **Systematyczny udział i aktywność w trakcje zajęć**
3. **Sprawność fizyczna i rozwój fizyczny**
4. **Aktywność fizyczna (umiejętności)**
5. **Wiadomości**

Ocenę celującą na pierwszy okres lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który:

- jest zawsze przygotowany do zajęć wychowania fizycznego m.in. posiada odpowiedni strój sportowy,
- używa właściwych sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły,
- reprezentuje szkołę w zawodach sportowych na poziomie powiatu, rejonu, województwa, kraju lub zawodach międzynarodowych,
- w trakcie okresu aktywnie ćwiczy w 95-100% zajęć,
- prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące bardzo poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
- potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć,
- w sposób bezwzględny stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego,

- samodzielnie zabiega o poprawę lub uzupełnienie próby sprawnościowej,
- uzyskuje bardzo znaczny postęp w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
- dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego i postawy ciała wybranymi metodami,
- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych bez jakichkolwiek błędów technicznych lub taktycznych,
- potrafi wykonać ćwiczenia o znacznym stopniu trudności,
- systematycznie bierze udział w zajęciach pozalekcyjnych w szkole,
- posiada wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego w ramach podstawy programowej .

Ocenę bardzo dobrą na pierwszy okres lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który:

- jest przygotowany do zajęć z wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy, ale sporadycznie nie bierze udziału w lekcjach z różnych powodów,
- używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły,
- reprezentuje szkołę na zawodach na poziomie miejskim, powiatowym, rejonowym,
- w trakcie okresu aktywnie ćwiczy w 90-94% zajęć,
- prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
- potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć,
- stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego,
- poprawia lub uzupełnia próby sprawnościowe,
- uzyskuje znaczny postęp w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
- dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego i postawy ciała wybranymi metodami,
- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z niewielkimi błędami technicznymi lub taktycznymi,
- potrafi wykonywać ćwiczenia o dużym stopniu trudności,
- posiada bardzo dobrą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego.

Ocenę dobrą na pierwszy okres lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który:

- jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy, ale zdarza mu się nie brać udziału w lekcjach, z różnych powodów,
- nie zawsze używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela i innych pracowników szkoły,
- bierze udział w zawodach sportowych,
- w trakcie okresu aktywnie ćwiczy w 85-89% zajęć,
- prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące w miarę poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
- potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć, ale często to przygotowanie wymaga dodatkowych uwag i zaleceń nauczyciela,
- stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego,
- poprawia lub uzupełnia próby sprawnościowe,
- uzyskuje niewielki postęp w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
- dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego i postawy ciała wybranymi metodami,

- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z niewielkimi błędami technicznymi lub taktycznymi,
- potrafi wykonywać ćwiczenia o przeciętnym stopniu trudności,
- posiada dobrą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego.

Ocenę dostateczną na pierwszy okres lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który:

- jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego m.in. posiada odpowiedni strój sportowy, ale często zdarza mu się nie brać udziału w lekcjach z różnych powodów,
- często używa nieodpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela lub innych pracowników szkoły,
- nie bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach sportowych,
- w trakcie okresu aktywnie ćwiczy w 80-84% zajęć,
- potrafi przeprowadzić rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące z małymi błędami,
- nie potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć,
- często nie stosuje zasad bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego,
- nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych,
- nie dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego i postawy ciała,
- uzyskuje niewielki postęp w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z dużymi błędami technicznymi lub taktycznymi,
- potrafi wykonywać ćwiczenia o niskim stopniu trudności,
- posiada dostateczną wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego.

Ocenę dopuszczającą na pierwszy okres lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który:

- bardzo często jest nieprzygotowany do lekcji, zapomina stroju,
- bardzo często używa nieodpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły,
- nie bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach sportowych,
- w trakcie okresu aktywnie ćwiczy w co najmniej 70-79% zajęć,
- nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki lub ćwiczeń kształtujących poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
- nie potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć,
- bardzo często nie stosuje zasad bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego, a zachowanie ucznia na lekcji może zagrażać zdrowiu i życiu współćwiczących,
- nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych,
- nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
- nie dokonuje oceny własnego rozwoju fizycznego i postawy ciała,
- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z rażącymi błędami technicznymi lub taktycznymi,
- potrafi wykonywać ćwiczenia o bardzo niskim stopniu trudności,
- posiada niewielką wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego.

Ocenę niedostateczną na pierwszy okres lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który spełnia większość kryteriów:

- prawie zawsze jest nieprzygotowany do lekcji, zapomina stroju,
- zachowuje się wulgarnie w stosunku do nauczyciela, innych pracowników szkoły i współćwiczących,
- nie bierze udziału w klasowych i szkolnych rozgrywkach lub zawodach sportowych,
- w trakcie aktywnie ćwiczy poniżej 70% obowiązkowych zajęć,
- nie potrafi przeprowadzić rozgrzewki lub ćwiczeń kształtujących poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
- nie potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym, przygotować się do wybranego fragmentu zajęć,
- nie stosuje zasad bezpiecznej organizacji wychowania fizycznego, a zachowanie ucznia na lekcji zagraża zdrowiu a nawet życiu współćwiczących,
- nie poprawia lub nie uzupełnia prób sprawnościowych, w których nie uczestniczył,
- nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu całego roku szkolnego,
- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z bardzo rażącymi błędami technicznymi lub taktycznymi,
- nie potrafi wykonywać ćwiczeń nawet o bardzo niskim stopniu trudności,
- posiada niedostateczną wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego.