

Szczegółowe kryteria oceny półrocznej lub rocznej z wychowania fizycznego

1) Ocena celująca

Ocenę celującą na pierwsze półrocze lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który w zakresie:

a) POSTAWY DO PRZEDMIOTU WYCHOWANIE FIZYCZNE I POSTAWY DO AKTYWNOŚCI I SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ:

- jest zawsze przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy,
- nie ćwiczy na lekcjach tylko z bardzo ważnych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych,
- charakteryzuje się wysokim poziomem kultury osobistej,
- używa właściwych sformułowań w kontaktach interpersonalnych, z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły,
- podejmuje indywidualny program treningowy w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej,
- systematycznie bierze udział w zajęciach sportowo-rekreacyjnych,
- bardzo chętnie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej.

b) WIADOMOŚCI I UMIEJĘTNOŚCI:

- w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w 100% zajęć (na wszystkich obecnych zajęciach),
- w sposób ponad bardzo dobry wykonuje wszystkie ćwiczenia w czasie lekcji,
- pokazuje i demonstrowa większość umiejętności ruchowych,
- prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące bardzo poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
- potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć,
- umie samodzielnie przygotować miejsce ćwiczeń,
- w sposób bezwzględny stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego,
- poczuwa się do współodpowiedzialności za stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły,
- zalicza wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania,
- samodzielnie zabiega o poprawę lub uzupełnienie próby sprawnościowej, w której nie uczestniczy z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych,
- uzyskuje bardzo znaczny postęp w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,

- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych bez jakichkolwiek błędów technicznych lub taktycznych,
- ćwiczenia wykonuje zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
- wykonanie zadania ruchowego przez ucznia może być zawsze przykładem i wzorem do naśladowania dla innych ćwiczących,
- potrafi wykonać ćwiczenie o znacznym stopniu trudności,
- wykonuje zadania ruchowe nie tylko efektownie, ale i efektywnie, np. trafia do bramki, rzuca celnie do kosza,
- stopień opanowania umiejętności ruchowych przez ucznia w sposób znaczący wpływa na wyniki drużyn szkolnych w zawodach i rozgrywkach różnych szczebli,
- zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę celującą lub bardzo dobrą,
- stosuje wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego,
- posiada rozległą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego.

c) KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:

- reprezentuje szkołę w zawodach sportowych na poziomie powiatu, rejonu, województwa lub ogólnopolskim (udział w zawodach sportowych nie zastępuje systematycznej aktywności i zaangażowania na lekcjach wychowania fizycznego),
- systematycznie bierze udział w zajęciach sportowo - rekreacyjnych,
- stosuje opanowane umiejętności ruchowe w czasie zawodów i rozgrywek sportowych,
- wykazuje się dużym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą,
- ma podstawową wiedzę z edukacji zdrowotnej,
- wzorowo pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,
- podejmuje dowolne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym.

d) SYSTEMATYCZNEGO UDZIAŁU W LEKCJACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO:

- Uzyskał ocenę celującą w każdym miesiącu półrocza za systematyczny i aktywny udział na lekcjach wychowania fizycznego.

2) Ocena bardzo dobra

Ocenę bardzo dobrą na pierwsze półrocze lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który w zakresie:

a) POSTAWY DO PRZEDMIOTU WYCHOWANIE FIZYCZNE I POSTAWY DO AKTYWNOŚCI I SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ:

- jest przygotowany do zajęć wychowania fizycznego, m.in. posiada odpowiedni strój sportowy, ale sporadycznie nie bierze udziału w lekcjach z różnych powodów,
- nie ćwiczy na lekcjach tylko z bardzo ważnych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych,

- charakteryzuje się właściwym poziomem kultury osobistej,
- używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły,
- czasami podejmuje indywidualny program treningowy w celu poprawy wyniku w danej próbie sprawności fizycznej,
- niekiedy podejmuje indywidualne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym,
- chętnie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej.

b) WIADOMOŚCI I UMIEJĘTNOŚCI:

- w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 90-99% zajęć,
- w sposób bardzo dobry wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,
- pokazuje i demonstruje niektóre umiejętności ruchowe,
- prowadzi rozgrzewkę lub ćwiczenia kształtujące poprawnie pod względem merytorycznym i metodycznym,
- potrafi samodzielnie pod względem psychomotorycznym przygotować się do wybranego fragmentu zajęć,
- umie z pomocą nauczyciela lub współćwiczących przygotować miejsce ćwiczeń,
- stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego,
- stara się dbać o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły,
- zalicza prawie wszystkie testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania,
- poprawia lub uzupełnienia próby sprawnościowe, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych za namową nauczyciela,
- uzyskuje znaczny postęp w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z niewielkimi błędami technicznymi lub taktycznymi,
- ćwiczenia wykonuje zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
- potrafi wykonać ćwiczenie o dużym stopniu trudności,
- wykonuje zadania ruchowe nie tylko efektownie, ale nie zawsze efektywnie, np. sporadycznie trafia do bramki czy rzuca celnie do kosza,
- stosuje opanowane umiejętności ruchowe w czasie gry właściwej, w trakcie zajęć,
- zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę bardzo dobrą lub dobrą,
- stosuje prawie wszystkie przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego,
- posiada bardzo dobrą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego.

c) KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:

- reprezentuje szkołę w zawodach sportowych na poziomie powiatu, rejonu, województwa lub w zawodach ogólnopolskich,
- wykazuje się bardzo dobrym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą,
- bardzo dobrze pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,
- podejmuje dowolne formy aktywności fizycznej w czasie wolnym.

d) SYSTEMATYCZNEGO UDZIAŁU W LEKCJACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO:

- uzyskał ocenę bardzo dobrą w każdym miesiącu półrocza za systematyczny i aktywny udział na lekcjach wychowania fizycznego.

3) Ocena dobra

Ocenę dobrą na pierwsze półrocze lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który w zakresie:

a) POSTAWY DO PRZEDMIOTU WYCHOWANIE FIZYCZNE I POSTAWY DO AKTYWNOŚCI I SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ:

- 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 ćwiczy na lekcjach tylko z ważnych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych,
- charakteryzuje się właściwym poziomem kultury osobistej,
- nie zawsze używa odpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły,
- raczej nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym,
- sporadycznie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej.
- nie uczęszcza na zajęcia sportowo – rekreacyjne,

b) WIADOMOŚCI I UMIEJĘTNOŚCI:

- w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 70-89% zajęć,
- w sposób dobry wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,
- 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 przygotowanie wymaga dodatkowych uwag i zaleceń nauczyciela,
- umie z pomocą nauczyciela lub współćwiczących przygotować miejsce ćwiczeń,
- nie zawsze stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego,
- stara się dbać o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły, ale aktywność ta wymaga dodatkowej interwencji prowadzącego zajęcia,
- zalicza większość testów i prób sprawnościowych ujętych w programie nauczania,

- poprawia lub uzupełnienia próby sprawnościowe, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych za wyraźną namową nauczyciela,
- uzyskuje niewielki postęp w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z niewielkimi błędami technicznymi lub taktycznymi,
- wykonuje ćwiczenia nie zawsze zgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
- potrafi wykonać ćwiczenie o przeciętnym stopniu trudności,
- wykonuje zadania ruchowe efektownie, ale zawsze mało efektywnie, np. nie trafia do bramki czy nie rzuca celnie do kosza,
- nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowe w czasie gry szkolnej, w trakcie zajęć,
- zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę dobrą,
- stosuje przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego,
- posiada dobrą wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego.

c) KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:

- bierze udział w klasowych i szkolnych zawodach sportowych,
- wykazuje się dobrym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w kraju i za granicą,
- dobrze pełni funkcję lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,

d) SYSTEMATYCZNEGO UDZIAŁU W LEKCJACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO:

- uzyskał ocenę dobrą w każdym miesiącu półrocza za systematyczny i aktywny udział na lekcjach wychowania fizycznego.

4) Ocena dostateczna

Ocenę dostateczną na pierwsze półrocze lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który w zakresie:

a) POSTAWY DO PRZEDMIOTU WYCHOWANIE FIZYCZNE I POSTAWY DO AKTYWNOŚCI I SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ:

- 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,
- nie ćwiczy na lekcjach tylko z błahych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych,
- charakteryzuje się przeciętnym poziomem kultury osobistej,
- często używa nieodpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły,
- nie podejmuje indywidualnych formy aktywności fizycznej w czasie wolnym,

- nie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej.
- nie uczęszcza na zajęcia sportowo – rekreacyjne,

b) WIADOMOŚCI I UMIEJĘTNOŚCI:

- w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 50-69% zajęć,
- w sposób dostateczny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,
- 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,
- umie z pomocą nauczyciela lub współćwiczących przygotować miejsce ćwiczeń,
- często nie stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego,
- stara się dbać o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły, ale aktywność ta wymaga zawsze dodatkowej interwencji prowadzącego zajęcia,
- zalicza tylko niektóre testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania,
- nie poprawia lub nie uzupełnienia prób sprawnościowych, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych,
- nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
- zalicza wszystkie sprawdziany umiejętności ruchowych z dużymi błędami technicznymi lub taktycznymi,
- wykonuje ćwiczenia prawie zawsze niezgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
- potrafi wykonać ćwiczenie o niskim stopniu trudności,
- wykonuje zadania ruchowe mało efektywnie i zawsze mało efektywnie, np. nie trafia do bramki czy nie rzuca celnie do kosza,
- nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowe w czasie gry szkolnej, w trakcie zajęć,
- zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę dostateczną,
- stosuje przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego,
- posiada dostateczną wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego,

c) KOMPETENCJE SPOŁECZNYCH:

- nie bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach sportowych,
- wykazuje się przeciętnym zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w środowisku lokalnym i kraju,
- nie pełni funkcji lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,

d) SYSTEMATYCZNEGO UDZIAŁU W LEKCJACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO:

- uzyskał ocenę dostateczną w każdym miesiącu półrocza za systematyczny i aktywny udział na lekcjach wychowania fizycznego.

5) Ocena dopuszczająca

Ocenę dopuszczającą na pierwsze półrocze lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który w zakresie:

a) POSTAWY DO PRZEDMIOTU WYCHOWANIE FIZYCZNE I POSTAWY DO AKTYWNOŚCI I SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ:

- bardzo często jest nieprzygotowany do zajęć wychowania fizycznego, zapomina stroju,
- często nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych,
- charakteryzuje się niskim poziomem kultury osobistej,
- bardzo często używa nieodpowiednich sformułowań w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami w klasie oraz w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły,
- nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym,
- nie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej.
- nie uczęszcza na zajęcia sportowo – rekreacyjne,

b) WIADOMOŚCI I UMIEJĘTNOŚCI:

- w trakcie miesiąca aktywnie ćwiczy w co najmniej 30-49% zajęć,
- nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych,
- 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,
- umie z pomocą nauczyciela lub współćwiczących przygotować miejsce ćwiczeń,
- bardzo często nie stosuje zasady bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego, a zachowanie ucznia na lekcji może zagrażać zdrowiu i życiu współćwiczących,
- nie dba o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły,
- zalicza tylko pojedyncze testy i próby sprawnościowe ujęte w programie nauczania,
- nie poprawia lub nie uzupełnienia prób sprawnościowych, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych,
- nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
- zalicza niektóre sprawdziany umiejętności ruchowych z rażącymi błędami technicznymi lub taktycznymi,
- wykonuje ćwiczenia zawsze niezgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
- potrafi wykonać ćwiczenie o bardzo niskim stopniu trudności,
- wykonuje zadania ruchowe mało efektywnie i zawsze mało efektywnie, np. nie trafia do bramki czy nie rzuca celnie do kosza,

- nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowe w czasie gry właściwej lub szkolnej,
- zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę dopuszczającą,
- stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego,
- posiada niewielką wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego,

c) KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:

- nie bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach sportowych,
- wykazuje się niskim zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w środowisku lokalnym i kraju,
- nie pełni funkcji lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,

d) SYSTEMATYCZNEGO UDZIAŁU W LEKCJACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO:

- uzyskał ocenę dopuszczającą w każdym miesiącu półrocza za systematyczny i aktywny udział na lekcjach wychowania fizycznego.

6) Ocena niedostateczna

Ocenę niedostateczną na pierwsze półrocze lub koniec roku szkolnego otrzymuje uczeń, który w zakresie:

a) POSTAWY DO PRZEDMIOTU WYCHOWANIE FIZYCZNE I POSTAWY DO AKTYWNOŚCI I SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ:

- prawie zawsze jest nieprzygotowany do zajęć wychowania fizycznego, zapomina stroju,
- bardzo często nie ćwiczy na lekcjach z błahych powodów zdrowotnych, rodzinnych lub osobistych,
- charakteryzuje się niskim poziomem kultury osobistej,
- zachowuje się wulgarnie w stosunku do nauczyciela czy innych pracowników szkoły,
- nigdy nie podejmuje indywidualnych form aktywności fizycznej w czasie wolnym,
- nie współpracuje z nauczycielami wychowania fizycznego na rzecz szkolnej lub środowiskowej kultury fizycznej.

b) WIADOMOŚCI I UMIEJĘTNOŚCI:

- w sposób bardzo nieudolny wykonuje większość ćwiczeń w czasie lekcji,
- nie potrafi pokazywać i demonstrować umiejętności ruchowych,
- 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,
- nigdy nie przygotowuje miejsca ćwiczeń,

- nigdy nie stosuje zasad bezpiecznej organizacji zajęć wychowania fizycznego, a zachowanie ucznia na lekcji może zagrażać zdrowiu, a nawet życiu współwziewających,
- nie dba o stan techniczny urządzeń, przyborów i obiektów sportowych szkoły, a nawet często je niszczy i dewastuje,
- nie zalicza większości testów i prób sprawnościowych ujętych w programie nauczania,
- nie poprawia lub nie uzupełnienia prób sprawnościowych, w których nie uczestniczył z ważnych powodów osobistych, rodzinnych lub zdrowotnych,
- nie uzyskuje żadnego postępu w kolejnych próbach sprawnościowych, np. w ciągu roku szkolnego,
- zalicza sprawdziany umiejętności ruchowych z rażącymi błędami technicznymi lub taktycznymi,
- wykonuje ćwiczenia zawsze niezgodnie z przepisami lub zasadami obowiązującymi w konkurencjach indywidualnych lub zespołowych,
- nie potrafi wykonać ćwiczeń o bardzo niskim stopniu trudności,
- wykonuje zadania ruchowe mało efektywnie i zawsze mało efektywnie, np. nie trafia do bramki czy nie rzuca celnie do kosza,
- nie potrafi zastosować opanowanych umiejętności ruchowych w czasie gry właściwej lub szkolnej,
- zalicza sprawdziany pisemne i testy na ocenę niedostateczną,
- stosuje niektóre przepisy i zasady sportów indywidualnych oraz zespołowych, które były nauczane w trakcie zajęć wychowania fizycznego,
- posiada niedostateczną wiedzę na temat rozwoju fizycznego i motorycznego,

c) KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:

- nie bierze udziału w klasowych i szkolnych zawodach sportowych,
- wykazuje się niskim zakresem wiedzy nt. bieżących wydarzeń sportowych w środowisku lokalnym i kraju,
- nie pełni funkcji lidera grupy ćwiczebnej lub kapitana drużyny,

d) SYSTEMATYCZNEGO UDZIAŁU W LEKCJACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO:

- uzyskał ocenę niedostateczną w każdym miesiącu półroczu za systematyczny i aktywny udział na lekcjach wychowania fizycznego.

Postanowienia końcowe

1. Zwolnienia lekarskie nie powodują obniżenia oceny za nieodpowiednią postawę ucznia, kompetencje społeczne oraz systematyczny udział w lekcjach.
2. Wszystkie oceny cząstkowe mogą być poprawiane w terminie uzgodnionym z nauczycielem, z wyjątkiem ocen za aktywność,
3. Ocena poprawiona jest oceną ostateczną.
4. Uczeń ma prawo wykonania danego ćwiczenia stosownie do swoich możliwości, np. obniżona wysokość pryzmatu.
5. Po dłuższej absencji chorobowej lub innej związanej, np. z sytuacją rodzinną, uczeń nie ma obowiązku zaliczenia programu, który był realizowany w tym okresie.

6. Sytuacja wymieniona w punkcie 5 nie powoduje obniżenia oceny.

7. Uczniowie, którzy z różnych powodów nie mogą brać czynnego udziału w ćwiczeniach, są zobowiązani do aktywnej pomocy w organizacji zajęć.

Ocenie podlega ich:

- systematyczne i rzetelne przygotowywanie oraz porządkowanie sprzętu sportowego,
- wspieranie nauczyciela i kolegów podczas lekcji (np. sędziowanie meczów, mierzenie czasu, zapisywanie wyników, prowadzenie rozgrzewki w ograniczonym zakresie),
- przestrzeganie zasad bezpieczeństwa, odpowiedzialność i kultura osobista,
- zaangażowanie w życie sportowe szkoły (pomoc przy zawodach, imprezach sportowych, dokumentacji).

Brak aktywności, unikanie obowiązków lub bierna postawa mogą skutkować obniżeniem oceny.