

ROZPORZĄDZENIE
MINISTRA EDUKACJI¹⁾

z dnia 2025 r.

**zmieniające rozporządzenie w sprawie podstawy programowej kształcenia ogólnego
dla liceum ogólnokształcącego, technikum oraz branżowej szkoły II stopnia**

Na podstawie art. 47 ust. 1 pkt 1 lit. c, d i g ustawy z dnia 14 grudnia 2016 r. – Prawo oświatowe (Dz. U. z 2024 r. poz. 737, 854, 1562, 1635 i 1933) zarządza się, co następuje:

§ 1. W rozporządzeniu Ministra Edukacji Narodowej z dnia 30 stycznia 2018 r. w sprawie podstawy programowej kształcenia ogólnego dla liceum ogólnokształcącego, technikum oraz branżowej szkoły II stopnia (Dz. U. poz. 467, z późn. zm.²⁾) wprowadza się następujące zmiany:

1) w załączniku nr 1 do rozporządzenia:

a) część zatytułowana „**Wychowanie fizyczne**” otrzymuje brzmienie:

„Wychowanie fizyczne

Głównym celem podstawy programowej w zakresie przedmiotu wychowanie fizyczne jest kształtowanie całonocnej potrzeby podejmowania aktywności fizycznej, rozwój sprawności motorycznej i świadomej postawy prozdrowotnej. Wychowanie fizyczne umożliwia uczniom poznawanie różnorodnych form aktywności ruchowych, rozwijanie pasji sportowych oraz kształtowanie umiejętności społecznych, takich jak współpraca, odpowiedzialność, uczciwość i poszanowanie godności innych.

Wychowanie fizyczne to proces złożony, wieloetapowy i interdyscyplinarny, integrujący wiedzę z zakresu nauk o zdrowiu, psychologii, pedagogiki, socjologii oraz nauk przyrodniczych. Takie podejście pozwala uczniom nie tylko rozwijać sprawność fizyczną, ale także lepiej rozumieć wpływ aktywności ruchowej na zdrowie w wymiarze fizycznym, psychicznym i społecznym. Celem jest

¹⁾ Minister Edukacji kieruje działem administracji rządowej – oświata i wychowanie, na podstawie § 1 ust. 2 rozporządzenia Prezesa Rady Ministrów z dnia 18 grudnia 2023 r. w sprawie szczegółowego zakresu działania Ministra Edukacji (Dz. U. poz. 2717).

²⁾ Zmiany wymienionego rozporządzenia zostały ogłoszone w Dz. U. z 2020 r. poz. 1248, z 2021 r. poz. 1537, z 2022 r. poz. 622 i 1705, z 2023 r. poz. 314 i 1755, z 2024 r. poz. 1019 oraz z 2025 r. poz. 382.

kształtowanie u uczniów kompetencji umożliwiających świadome zarządzanie własną sprawnością oraz efektywne wykorzystywanie aktywności fizycznej w codziennym życiu. Aby ten proces był skuteczny treści i formy aktywności ruchowej powinny uwzględniać wiek oraz możliwości psychofizyczne uczniów, a także uwarunkowania środowiskowe i sytuację życiową uczniów. Dzięki temu uczniowie zyskają praktyczne umiejętności radzenia sobie z wyzwaniami zdrowotnymi, które zapobiegają zachowaniom ryzykownym, a uczniowie wzmocnią swoje zasoby fizyczne i psychiczne przed ewentualnymi trudnościami.

Cele kształcenia – wymagania ogólne podstawy programowej w zakresie przedmiotu wychowanie fizyczne obejmują rozumienie wieloaspektowego wpływu aktywności fizycznej na rozwój człowieka, zainteresowanie różnorodnymi jej formami oraz gotowość do prowadzenia aktywnego i zdrowego stylu życia. Wszystkie działania powinny być realizowane zgodnie z zasadami *fair play*, oparte na wzajemnym szacunku i współpracy, co sprzyja kształtowaniu odpowiedzialnych postaw społecznych.

Zgodnie z założeniami podstawy programowej w zakresie przedmiotu wychowanie fizyczne – aktywność fizyczna jest nie tylko naturalną potrzebą, ale i wartością wspierającą rozwój człowieka w wymiarze fizycznym, psychicznym i społecznym.

Udział w grach zespołowych rozwija zarówno umiejętność współpracy, jak i zdrową rywalizację, sprzyjając kształtowaniu kompetencji społecznych, takich jak praca w grupie, skuteczna komunikacja oraz elastyczność myślenia. W dynamicznych sytuacjach uczniowie uczą się podejmowania trafnych decyzji, co wzmacnia ich efektywność i odporność na stres – kluczowe umiejętności przydatne w życiu codziennym i przyszłej pracy zawodowej.

Przedmiot wychowanie fizyczne ma interdyscyplinarny charakter i elastyczny program, co sprzyja integracji z innymi obszarami edukacji, takimi jak edukacja zdrowotna i edukacja dla bezpieczeństwa, a także edukacją proekologiczną czy też kulturalną. Dzięki temu proces kształcenia staje się bardziej kompleksowy, a uczniowie rozwijają wszechstronne kompetencje.”,

- b) część zatytułowana „**WYCHOWANIE FIZYCZNE ZAKRES PODSTAWOWY**” otrzymuje brzmienie:

„WYCHOWANIE FIZYCZNE ZAKRES PODSTAWOWY

Cele kształcenia – wymagania ogólne

Przedmiot wychowanie fizyczne realizuje następujące cele kształcenia:

1. Cel – rozwijanie sprawności fizycznej przez różnorodne formy aktywności ruchowej dostosowane do potrzeb i możliwości uczniów.

Wykorzystywanie różnorodnych ćwiczeń, zadań ruchowych i dyscyplin sportowych sprzyja kształtowaniu kondycji fizycznej oraz rozwijaniu wydolności organizmu uczniów. Uwzględnienie indywidualnych predyspozycji, zainteresowań oraz stanu zdrowia uczniów zwiększa efektywność nauczania i motywuje do systematycznego podejmowania aktywności fizycznej.

2. Cel – doskonalenie umiejętności ruchowych sprzyjających zdrowemu, opartemu na aktywności fizycznej stylowi życia oraz pogłębianie wiedzy na temat bezpiecznego i efektywnego korzystania z różnych form aktywności fizycznej.

Opanowywanie technik ruchowych w wybranych dyscyplinach sportowych oraz poznawanie ich zasad pozwala czerpać pełne korzyści z wysiłku fizycznego i świadomie zapobiegać kontuzjom. Wzmacnianie kompetencji w zakresie prawidłowego wykonania ćwiczeń umożliwia wykorzystanie aktywności fizycznej jako stałego elementu dbałości o zdrowie.

3. Cel – kształtowanie postawy stałego dążenia do zdrowego stylu życia, rozumianego jako dbałość o zdrowie fizyczne i psychiczne oraz umiejętność świadomego i regularnego podejmowania aktywności ruchowej.

Wzmacnianie przekonania, że aktywność fizyczna stanowi naturalną i długotrwałą inwestycję w dobrostan organizmu, sprzyja konsekwentnemu budowaniu zdrowych nawyków. Pozytywny stosunek do ruchu, połączony z umiejętnością radzenia sobie ze stresem i dbaniem o równowagę psychiczną, stanowi fundament zrównoważonego rozwoju młodego człowieka.

4. Cel – rozwijanie umiejętności świadomej samooceny i monitorowania własnej sprawności fizycznej, ustalania celów rozwojowych i planowania działań prowadzących do ich osiągnięcia.

Regularna ewaluacja swoich osiągnięć i identyfikacja obszarów do poprawy sprzyjają ciągłemu podnoszeniu poziomu sprawności fizycznej. Tworzenie indywidualnych planów, opartych na realnych celach wzmacnia poczucie sprawczości i motywuje do dalszej pracy nad sobą.

5. Cel – kształtowanie kompetencji społecznych, w tym umiejętności współpracy i komunikacji w grupie, respektowanie zasad *fair play* oraz szacunek dla rywali. Wspólne dążenie do celu sportowego oraz dzielenie się zadaniami w zespole rozwija odpowiedzialność, empatię i wzajemne zaufanie. Postawa oparta na zasadach *fair play* i poszanowaniu drugiego człowieka stanowi podstawę harmonijnego współżycia społecznego, wykraczającego poza kontekst sportowy.

Ze względu na cele wychowania fizycznego dla liceum ogólnokształcącego i technikum, zwłaszcza te związane z rozwojem sprawności fizycznej i kształtowaniem postaw prozdrowotnych, szczególnie istotne jest rozwijanie następujących umiejętności:

1. Umiejętność – samodzielne i staranne wykonywanie różnorodnych ćwiczeń oraz zadań ruchowych, z bieżącą kontrolą i korektą postawy ciała.
2. Umiejętność – samodzielne dobieranie ćwiczeń i form treningu sprzyjających systematycznej poprawie kondycji fizycznej, z uwzględnieniem indywidualnego poziomu sprawności i aktualnych możliwości organizmu.
3. Umiejętność – prawidłowe wykonywanie ćwiczeń i elementów technicznych charakterystycznych dla wybranych dyscyplin sportowych (np. pływania, sportów rakietowych, lekkoatletyki) w sposób zapewniający bezpieczeństwo własne i innych.
4. Umiejętność – rozpoznawanie potencjalnych zagrożeń (np. niedostosowanie obciążenia, nieodpowiedni sprzęt, niekorzystne warunki) i świadome ich ograniczanie przez właściwe przygotowanie, profilaktykę i asekurację.
5. Umiejętność – planowanie własnego programu ruchowego w odniesieniu do celów zdrowotnych oraz umiejętne modyfikowanie założeń (np. obniżenie lub zwiększenie intensywności ćwiczeń, wprowadzenie regeneracji) w zależności od zmieniających się potrzeb i sygnałów płynących z organizmu.

6. Umiejętność – regularne monitorowanie własnej sprawności fizycznej (np. za pomocą prostych testów sprawności fizycznej, aplikacji mobilnych, dzienniczka treningowego), analizowanie uzyskanych wyników oraz wyciąganie wniosków dotyczących dalszego rozwoju fizycznego i psychicznego.
7. Umiejętność – wyznaczanie realistycznych celów krótko- i długoterminowych w obszarze aktywności fizycznej, a także konsekwentne planowanie i realizacja działań umożliwiających ich osiągnięcie.
8. Umiejętność – pełnienie wyznaczonych ról w zespole (np. kapitana, sędziego), budowanie pozytywnej atmosfery, rozwiązywanie konfliktów poprzez dialog oraz przestrzeganie zasad *fair play* i okazywanie szacunku rywalom.

Dzięki takiemu przyporządkowaniu każda umiejętność w sposób jednoznaczny wspiera osiągnięcie konkretnego celu kształcenia, co wyraźnie ułatwia dalsze dopasowywanie treści zajęć, metod i form pracy do zaplanowanych efektów uczenia się.

Wymagania szczegółowe dotyczące wiedzy i umiejętności

Podstawa programowa w zakresie przedmiotu wychowanie fizyczne obejmuje dziewięć działów, które odzwierciedlają różne wymiary aktywności fizycznej oraz obszary kształcenia niezbędne do rozwijania świadomej, całościowej postawy prozdrowotnej. Każdy dział uwzględnia zarówno rozwój motoryczny uczniów, jak i kształtowanie ich kompetencji społecznych oraz umiejętności monitorowania i planowania własnej aktywności fizycznej.

Wymagania szczegółowe dotyczące wiedzy i umiejętności w poszczególnych działach (np. gry zespołowe, lekkoatletyka, taniec, ćwiczenia ogólnorozwojowe, bezpieczeństwo w aktywności fizycznej, kompetencje społeczne) wzajemnie się uzupełniają i tylko ich równoległa, spójna realizacja pozwala w pełni osiągnąć cele kształcenia – wymagania ogólne określone dla przedmiotu wychowanie fizyczne.

Treści nauczania uwzględniają różnorodność form aktywności fizycznej oraz podkreślają konieczność ich dostosowania przez nauczyciela do indywidualnych możliwości uczniów. W trakcie realizowanych form aktywności fizycznej i zadań edukacyjnych uczniowie zdobywają zarówno wiedzę (m.in. dotyczącą przepisów i zasad gier zespołowych, zasad bezpieczeństwa, metod treningowych), jak i rozwijają

konkretne umiejętności (takie jak technika ruchu, współpraca w zespole, planowanie własnej aktywności, monitorowanie postępów). Na zajęciach wychowania fizycznego nauczyciele podkreślają postępy indywidualne i grupowe, wspierają uczniów w odkrywaniu własnych uzdolnień i rozwijaniu pewności siebie. Docenianie wysiłku, konstruktywna informacja zwrotna oraz wzmacnianie pozytywnych emocji związanych z ruchem sprzyjają zarówno poprawie sprawności fizycznej, jak i budowaniu dojrzałych, zdrowych relacji z rówieśnikami.

Każde z wymagań szczegółowych łączy w sobie treści nauczania (np. zasady gier, elementy techniczne, podstawy fizjologii wysiłku) oraz praktyczne umiejętności (np. wykonywanie ćwiczeń z zachowaniem prawidłowej techniki i bezpieczeństwa, korzystanie z narzędzi do monitorowania aktywności, współdziałanie w grupie).

Prezentowany układ treści nauczania pozwala na dostosowanie metod i form pracy do potrzeb danej klasy, stwarzając jednocześnie możliwość efektywnej realizacji celów wychowania fizycznego, tj.: kształtowania zdrowego stylu życia, rozwijania sprawności fizycznej, kształtowania kompetencji społecznych, przestrzegania zasad *fair play* i budowania poczucia własnej wartości w trakcie aktywnego uczestnictwa w kulturze fizycznej.

Znak „X” w tabelach oznacza, że sposób pracy z danym wymaganiem powinien realizować dany cel kształcenia oraz umożliwiać uczniom nabycie wskazanych umiejętności.

Dział I. Gry zespołowe i rekreacyjne

Pytanie wiodące: Jak udział w grach zespołowych i rekreacyjnych wpływa na sprawność fizyczną, postawę prozdrowotną oraz kształtowanie umiejętności współpracy i wzajemnego szacunku?

Wymagania szczegółowe dotyczące wiedzy i umiejętności. Uczeń:	Cele							
	1	2	3	4	5			
	Umiejętności							
	1	2	3	4	5	6	7	8

1) uczestniczy w grach zespołowych oraz różnych formach gier rekreacyjnych, kształtując sprawność fizyczną i rozwijając postawę prozdrowotną;	X							
2) stosuje technikę gry indywidualnej;			X					
3) zna taktykę gier zespołowych, w tym zasady ataku i obrony i stosuje je w grze;			X					
4) pełni funkcję gracza, kapitana drużyny i sędziego w ramach współzawodnictwa szkolnego i stosuje zasady <i>fair play</i> ;			X					X
5) współpracuje z innymi uczniami podczas ćwiczeń i podczas gry;								X
6) pełni rolę kibica wspierając grające drużyny.								X

Dział II. Lekkoatletyka

Pytanie wiodące: W jaki sposób technika i trening lekkoatletyczny mogą wspierać ogólną sprawność fizyczną oraz efektywność w innych dyscyplinach sportowych i codziennych aktywnościach ruchowych?

Wymagania szczegółowe dotyczące wiedzy i umiejętności. Uczeń:	Cele									
	1		2		3		4		5	
	Umiejętności									
	1	2	3	4	5	6	7	8		
1) dostosowuje tempo biegu podczas wykonywania ćwiczeń sprinterskich;			X							

2) wykonuje przekazanie pałeczki w strefie zmian;			X					X
3) wykonuje wieloboje rzutowe lekkimi piłkami lekarskimi i przyborami lekkoatletycznymi;			X					
4) wykonuje bieg ciągły w umiarkowanym tempie;	X	X						
5) wykonuje skok w dal z rozbiegu wybraną techniką oraz skoki naprzemienne (wieloskoki);			X					
6) wykorzystuje elementy przygotowania lekkoatletycznego w innych dyscyplinach sportowych i aktywnościach ruchowych.		X						

Dział III. Taniec

Pytanie wiodące: W jaki sposób uczestnictwo w różnych formach tańca (np. tradycyjnych i nowoczesnych) wpływa na rozwijanie sprawności fizycznej, umiejętność wyrażania emocji poprzez ruch oraz współdziałanie w grupie z poszanowaniem zasad etykiety tanecznej?

Wymagania szczególne dotyczące wiedzy i umiejętności. Uczeń:	Cele							
	1		2		3	4		5
	Umiejętności							
	1	2	3	4	5	6	7	8
1) rozpoznaje tańce: tradycyjne, nowoczesne, aerobik;		X	X					

2) wymienia zalety tańca w kształtowaniu sprawności fizycznej;		X						
3) wykonuje kroki w aerobiku (np. <i>step touch</i> , <i>grape vine</i>);			X					
4) tańczy wybrany taniec tradycyjny i nowoczesny;	X							
5) organizuje tańce w parach lub grupach według aktualnych trendów;								X
6) zna zasady etykiety tanecznej.								X

Dział IV. Relaksacja i odprężenie

Pytanie wiodące: Jakie techniki relaksacyjne i ćwiczenia odprężające można zastosować, aby poprawić samopoczucie, zregenerować organizm i zmniejszyć napięcie po wysiłku fizycznym?

Wymagania szczegółowe dotyczące wiedzy i umiejętności. Uczeń:	Cele									
	1		2		3		4		5	
	Umiejętności									
	1	2	3	4	5	6	7	8		
1) wywołuje u siebie stan odprężenia i relaksacji za pomocą technik oddechowych, rozciągania i masażu mięśni;					X					
2) wykonuje ćwiczenia relaksacyjne dostosowując je do swoich potrzeb;		X			X					

3) stosuje metody regeneracji po aktywności fizycznej, co wspiera jego bieżącą kondycję i minimalizuje ryzyko kontuzji.			X					
---	--	--	---	--	--	--	--	--

Dział V. Ćwiczenia ogólnorozwojowe

Pytanie wiodące: W jaki sposób ćwiczenia ogólnorozwojowe wykonywane w różnych warunkach (np. na świeżym powietrzu) oraz z wykorzystaniem dostępnych przyborów mogą wspierać rozwój sprawności fizycznej, poprawę samopoczucia i zapobieganie przeciążeniom organizmu?

Wymagania szczegółowe dotyczące wiedzy i umiejętności. Uczeń:	Cele							
	1		2		3	4		5
	Umiejętności							
	1	2	3	4	5	6	7	8
1) wykonuje ćwiczenia kształtujące siłę różnych grup mięśniowych z obciążeniem lub bez, z przyborami lub bez;	X							
2) dba o właściwe przygotowanie do wysiłku przez samodzielne wykonanie rozgrzewki;		X						
3) wykonuje ćwiczenia kształtujące prawidłową postawę ciała;	X							
4) wykonuje ćwiczenia zapobiegające przeciążeniom układu ruchowego wynikającym z codziennych aktywności i długotrwałego przyjmowania jednej pozycji (np. podczas nauki lub korzystania				X				

z komputera);								
5) wykonuje marsze, marszobiegi oraz ćwiczenia funkcjonalne z wykorzystaniem ciężaru własnego ciała na świeżym powietrzu, traktując je jako formę odprężenia i aktywnego wypoczynku;		X						
6) rozumie znaczenie aktywności fizycznej na świeżym powietrzu dla poprawy samopoczucia i regeneracji organizmu oraz postrzega ją jako istotny element wspierający zdrowie;					X			
7) korzysta z nowoczesnych technologii do opracowania planu aktywności fizycznej dopasowanego do własnych zainteresowań (np. gry interaktywne, wyzwania zespołowe on-line oraz sporty rekreacyjne jako pozaszkolną aktywność fizyczną).					X			

Dział VI. Pomiar sprawności fizycznej

Pytanie wiodące: W jaki sposób korzystanie z testów sprawności fizycznej i nowoczesnych technologii może wspierać świadome planowanie aktywności fizycznej, motywować do regularnych ćwiczeń oraz pomagać w dbałości o zdrowie i kondycję?

Wymagania szczegółowe dotyczące wiedzy i umiejętności. Uczeń:	Cele							
	1		2		3	4		5
	Umiejętności							
	1	2	3	4	5	6	7	8

1) planuje swoją aktywność fizyczną;					X		X	
2) rozpoznaje i opisuje testy sprawności fizycznej oraz wykorzystuje nowoczesne technologie do oceny poziomu sprawności fizycznej;						X		
3) wykorzystuje nowoczesne technologie i aplikacje mobilne do samodzielnego monitorowania parametrów aktywności fizycznej oraz analizowania postępów w poprawie kondycji i zdrowia.						X	X	

Dział VII. Sprawność fizyczna w służbach mundurowych

Pytanie wiodące: W jaki sposób samodzielne planowanie i realizacja treningu, wraz z regularnym pomiarem oraz interpretacją wyników testów sprawności fizycznej, mogą pomóc w przygotowaniu do rekrutacji do służb mundurowych, oraz w efektywnym rozwoju sprawności fizycznej?

Wymagania szczegółowe dotyczące wiedzy i umiejętności. Uczeń:	Cele									
	1		2		3		4		5	
	Umiejętności									
	1	2	3	4	5	6	7	8		
1) potrafi zaplanować i realizować trening przygotowujący do rekrutacji do służb mundurowych, rozwijający siłę, szybkość, wytrzymałość i koordynację ruchową z uwzględnieniem właściwej rozgrzewki i regeneracji;					X					

2) wykonuje próby sprawnościowe stosowane w rekrutacji do służb mundurowych, mające na celu ocenę zdolności motorycznych (siły, szybkości, wytrzymałości i koordynacji ruchowej), a także interpretuje uzyskane wyniki w kontekście poprawy sprawności fizycznej.						X		
---	--	--	--	--	--	---	--	--

Dział VIII. Bezpieczeństwo w aktywności fizycznej

Pytanie wiodące: W jaki sposób świadome przestrzeganie zasad bezpieczeństwa, odpowiedni dobór sprzętu i stroju sportowego oraz dostosowanie się do warunków otoczenia wpływają na zdrowie, komfort i efektywność w trakcie aktywności fizycznej?

Wymagania szczegółowe dotyczące wiedzy i umiejętności. Uczeń:

- 1) korzysta ze sprzętu i urządzeń sportowych zgodnie z ich przeznaczeniem;
- 2) dba o bezpieczeństwo swoje i innych uczestników podczas ćwiczeń oraz współzawodnictwa;
- 3) przygotowuje się do aktywności fizycznej, dobierając odpowiedni strój sportowy i obuwie dostosowane do rodzaju aktywności fizycznej i warunków atmosferycznych;
- 4) stosuje zasady bezpiecznego zachowania się podczas aktywności fizycznej poza szkołą (np. podczas pływania, kąpieli, wypoczynku nad wodą, jazdy rowerem, hulajnogą i innymi środkami transportu osobistego);
- 5) zna i wymienia zasady dotyczące aktywności fizycznej oraz poruszania się w terenie.

Dział IX. Kompetencje społeczne

Pytanie wiodące: W jaki sposób rozwijanie kompetencji społecznych – takich jak współpraca, odpowiedzialność i przestrzeganie zasad *fair play* – wpływa na skuteczną realizację zadań, atmosferę w grupie i osobistą satysfakcję z udziału w aktywności fizycznej?

Wymagania szczegółowe dotyczące wiedzy i umiejętności. Uczeń:

- 1) rozumie znaczenie idei olimpizmu oraz wywodzącą się z niej zasadę *fair play*;
- 2) uczestniczy w działaniach promujących aktywność fizyczną w szkole (np. w pomocy przy organizacji dni sportu, turniejów lub innych wydarzeń związanych z aktywnością fizyczną);
- 3) inicjuje projekty zachęcające rówieśników do większej aktywności.

W ramach zajęć wychowania fizycznego uczniowie zdobywają unikalne doświadczenia edukacyjne, które wspierają ich rozwój fizyczny, psychiczny, społeczny i osobisty oraz budują poczucie sprawczości i odpowiedzialności za własne zdrowie. Doświadczenia te mają charakter praktyczny, wzmacniają kompetencje przekrojowe oraz rozwijają umiejętności organizacyjne, komunikacyjne i współpracy.

Doświadczenia edukacyjne w ramach wychowania fizycznego mogą być realizowane w formie:

- 1) samodzielnego zaplanowania i zorganizowania wydarzenia sportowego, rekreacyjnego lub prozdrowotnego, tj. uczeń przynajmniej raz w trakcie nauki w liceum ogólnokształcącym lub technikum bierze udział w organizacji (lub współorganizacji) wybranego wydarzenia sportowego, rekreacyjnego lub prozdrowotnego (np. turnieju, biegu charytatywnego, festynu rodzinnego, maratonu fitness) oraz dba o promocję wybranego wydarzenia; w ramach tego działania uczeń planuje i przydziela zadania, zarządza zasobami (np. sprzętem sportowym), a następnie dokonuje ewaluacji swojego zaangażowania oraz efektów wydarzenia;
- 2) projektu edukacyjnego związanego ze zdrowym stylem życia, aktywnością fizyczną lub sportem dla wszystkich, tj. uczeń przynajmniej raz w trakcie nauki w liceum ogólnokształcącym lub technikum samodzielnie lub w zespole realizuje projekt (badawczy, społeczny lub organizacyjny); projekt może obejmować m.in. zaplanowanie i przeprowadzenie zajęć sportowych dla młodszych kolegów, przygotowanie projektu dotyczącego aktywnego stylu życia, aktywności fizycznej lub sportu (np. kampanii edukacyjnej, spotkania z lokalnymi osobami lub instytucjami działającymi na rzecz zdrowia, aktywności fizycznej lub sportu, opracowanie gry lub aplikacji mobilnej promującej aktywność fizyczną); uczeń prezentuje rezultaty projektu na forum klasy, szkoły lub w lokalnej społeczności;

- 3) krótkiej prezentacji (np. plakat, portfolio, film) dotyczącej refleksji i samooceny postępów w rozwoju fizycznym, tj. uczeń w wybranych momentach roku szkolnego (przynajmniej raz w trakcie nauki w liceum ogólnokształcącym lub technikum) dokonuje refleksji nad własnymi postępami w aktywności fizycznej i dbałości o zdrowie, przy czym może do tego wykorzystać dzienniczek treningowy, aplikację mobilną, urządzenie do pomiaru aktywności lub inne narzędzia, a swoje spostrzeżenia i wnioski przedstawia uwzględniając wpływ zdobytej wiedzy i doświadczeń na motywację oraz plany na przyszłość;
- 4) współpracy w ramach zajęć ruchowych z uwzględnieniem różnorodnych potrzeb i możliwości, tj. uczeń bierze udział w przynajmniej jednym działaniu w trakcie nauki w liceum ogólnokształcącym lub technikum (podczas zajęć wychowania fizycznego lub jako dodatkowa inicjatywa) włączającym osoby o zróżnicowanych umiejętnościach, potrzebach lub ograniczeniach (np. zajęcia integracyjne, wolontariat sportowy z dziećmi z niepełnosprawnościami); celem jest rozwój empatii, umiejętności współpracy i poszanowania różnorodności w środowisku sportowym;
- 5) aktywności fizycznej w środowisku lokalnym i poza szkołą, tj. uczeń przynajmniej raz w trakcie nauki w liceum ogólnokształcącym lub technikum dołącza do lokalnej inicjatywy sportowej lub rekreacyjnej (np. zawody organizowane przez klub sportowy, „marsz *Nordic Walking*” w gminie, akcje prozdrowotne w parku miejskim); w ten sposób uczeń zdobywa doświadczenie w funkcjonowaniu w społeczności poza szkołą, poznaje zasady bezpieczeństwa i rozwija nawyk aktywnego stylu życia w różnych kontekstach.

Powyższe doświadczenia edukacyjne mają na celu:

- 1) kształtowanie sprawczości (przez samodzielne działanie, planowanie i ocenę własnych postępów);
- 2) rozwój kompetencji przekrojowych (współpracy, komunikacji, umiejętności społecznych, odpowiedzialności);
- 3) pogłębianie motywacji do aktywnego stylu życia i świadomego dbania o zdrowie.

Doświadczenia edukacyjne nie stanowią elementu podlegającego ocenie w formie testów sprawności fizycznej czy egzaminów, lecz mają zapewnić uczniom niepowtarzalne doświadczenia, kształtujące nawyki i postawy prozdrowotne,

budujące ich pewność siebie oraz zachęcające do twórczego, aktywnego uczestnictwa w życiu szkolnym i lokalnym.

Warunki i sposób realizacji

Przedmiot wychowanie fizyczne wymaga zapewnienia odpowiednich warunków realizacji, które wspierają wszechstronny rozwój uczniów oraz umożliwiają efektywne nabywanie wiedzy i umiejętności ruchowych. Kluczowe znaczenie mają metody nauczania i infrastruktura dostosowane do potrzeb i możliwości uczniów.

Zaleca się rozszerzenie zestawu gier zespołowych i rekreacyjnych wymienionych w wymaganiach szczegółowych na podstawie diagnozy sprawności fizycznej, analizy potrzeb i preferencji uczniów, z uwzględnieniem tradycji szkoły, środowiska lokalnego oraz możliwości organizacyjnych szkoły.

Zajęcia wychowania fizycznego powinny odbywać się jak najczęściej na świeżym powietrzu i być dostosowane do indywidualnych możliwości, potrzeb i poziomu sprawności każdego ucznia, uwzględniając zasoby szkoły. Aktywności muszą być zróżnicowane, aby każdy mógł w nich uczestniczyć i rozwijać swoje umiejętności.

Szkoła powinna organizować i realizować lekcje wychowania fizycznego w sposób, który najbardziej odpowiada jej możliwościom, dostępnej infrastrukturze, kompetencjom kadry nauczycielskiej, a także potrzebom uczniów.

Należy systematycznie stosować elementy relaksacji podczas każdej lekcji oraz w sytuacjach, w których mogą pojawiać się objawy napięcia i zmęczenia psychicznego u uczniów.

W ramach zajęć wychowania fizycznego realizuje się treści nauczania związane z diagnozowaniem i interpretowaniem rozwoju fizycznego i sprawności fizycznej uczniów. Testy sprawnościowe, o których mowa w art. 28 ust. 2a ustawy z dnia 14 grudnia 2016 r. – Prawo oświatowe (Dz. U. z 2024 r. poz. 737, 854, 1562, 1635 i 1933), są przeprowadzane w okresie od lutego do kwietnia w każdej klasie. Testy sprawnościowe obejmują:

- 1) bieg wahadłowy 10 razy po 5 metrów – służący pomiarowi zdolności szybkościowo-siłowo-koordynacyjnych;
- 2) 20-metrowy wytrzymałościowy bieg wahadłowy wykonywany według Europejskiego Testu Sprawności Fizycznej – Eurofit, opracowanego przez Radę Europy – służący pomiarowi zdolności wytrzymałościowych w biegu;

- 3) podpór leżąc przodem na przedramionach (deska) – służący pomiarowi zdolności siłowo-wytrzymałościowych całego ciała;
- 4) skok w dal z miejsca – służący pomiarowi skoczności i siły.

Zwraca się uwagę na rozróżnienie pojęć diagnozowanie i ocenianie. Pomiary sprawności fizycznej nie mogą być kryterium oceny z przedmiotu wychowanie fizyczne, lecz powinny być wykorzystywane do wskazania mocnych i słabych stron sprawności fizycznej ucznia w celu planowania dalszego jej rozwoju.

Wyniki testów sprawnościowych mogą być wykorzystywane wyłącznie do planowania ćwiczeń i aktywności fizycznych pomagających w rozwoju sprawności ruchowej. Nie mogą natomiast wpływać na oceny z wychowania fizycznego.

Zaleca się tworzenie warunków sprzyjających rozwijaniu umiejętności bezpiecznego poruszania się oraz korzystania ze sprzętu sportowego. Działania te powinny przygotowywać uczniów do świadomego i bezpiecznego uczestnictwa w aktywnościach fizycznych zarówno podczas zajęć szkolnych, jak i w codziennym życiu.

Powiązanie podstawy programowej kształcenia ogólnego w zakresie przedmiotu wychowanie fizyczne (w zakresie poszczególnych działów) z podstawą programową kształcenia ogólnego w zakresie innych przedmiotów (w zakresie poszczególnych działów):

Podstawa programowa kształcenia ogólnego w zakresie przedmiotu wychowanie fizyczne (poszczególne działy)	Podstawa programowa kształcenia ogólnego w zakresie innych przedmiotów (poszczególne działy)
Dział I. Gry zespołowe i rekreacja	Edukacja zdrowotna (zakres podstawowy): Dział III. Aktywność fizyczna
Dział II. Lekkoatletyka	
Dział III. Taniec	Muzyka (zakres podstawowy): Dział I. Ekspresja muzyczna w zakresie ust. 2 pkt 2 dotyczącego doskonalenia własnego warsztatu muzycznego i autoekspresji poprzez muzykowanie (śpiew, gra na instrumentach, taniec, tworzenie)

Dział IV. Relaksacja i odprężenie	Biologia (zakres podstawowy): Dział V. Budowa i fizjologia człowieka w zakresie ust. 8 dotyczącego poruszania się
Dział V. Ćwiczenia ogólnorozwojowe	Edukacja zdrowotna (zakres podstawowy): Dział II. Zdrowie fizyczne
Dział VI. Pomiar sprawności fizycznej	Informatyka (zakres podstawowy): Dział II. Programowanie i rozwiązywanie problemów z wykorzystaniem komputera oraz innych urządzeń cyfrowych
Dział VII. Sprawność fizyczna w służbach mundurowych	Edukacja dla bezpieczeństwa (zakres podstawowy): Dział IV. Edukacja obronna
Dział VIII. Bezpieczeństwo w aktywności fizycznej	Edukacja dla bezpieczeństwa (zakres podstawowy): Dział III. Podstawy pierwszej pomocy
Dział IX. Kompetencje społeczne	Etyka (zakres podstawowy): Dział I. Elementy etyki ogólnej
	Edukacja obywatelska (zakres podstawowy): Dział I. Ja i społeczeństwo

Na zajęciach z wychowania fizycznego należy stwarzać warunki do rozwoju kompetencji społecznych, inicjując współdziałanie, określając role i zadania w grach zespołowych, angażując uczniów w organizowanie wydarzeń sportowych, rekreacyjnych i turystycznych.”;

2) w załączniku nr 3 do rozporządzenia:

a) część zatytułowana „**Wychowanie fizyczne**” otrzymuje brzmienie:

„Wychowanie fizyczne

Wychowanie fizyczne w branżowej szkole II stopnia, będącej kontynuacją kształcenia w branżowej szkole I stopnia, umożliwia dalszy harmonijny rozwój uczniów, uwzględniając ich uwarunkowania zdrowotne, zawodowe i społeczne. Szczególną rolę odgrywa tutaj inkluzja, zapewniająca wszystkim jednakowy dostęp do zajęć ruchowych. Oznacza to tworzenie środowiska wolnego od barier, w którym uczniowie o zróżnicowanych potrzebach, możliwościach i zainteresowaniach mogą

uczestniczyć w aktywności fizycznej na równych prawach i rozwijać się zgodnie z indywidualnym potencjałem.

Zajęcia wychowania fizycznego uwzględniają perspektywę rozwoju przez całe życie, promując dbałość o aktywność ruchową i zdrowe wybory. Dzięki temu stają się one punktem wyjścia do dalszej edukacji, pracy oraz świadomego funkcjonowania społecznego. Udział w grach zespołowych rozwija zarówno umiejętność współpracy, jak i zdrową rywalizację, sprzyjając kształtowaniu kompetencji społecznych, takich jak praca w grupie, skuteczna komunikacja oraz elastyczność myślenia. W dynamicznych sytuacjach uczniowie uczą się podejmowania trafnych decyzji, co wzmacnia ich efektywność i odporność na stres – kluczowe umiejętności przydatne w życiu codziennym i przyszłej pracy zawodowej. W rezultacie uczniowie świadomie kształtują zdrowy styl życia oraz długotrwałą troskę o dobrostan fizyczny i psychiczny.”.

- b) część zatytułowana „**WYCHOWANIE FIZYCZNE**” otrzymuje brzmienie:

„WYCHOWANIE FIZYCZNE

Cele kształcenia – wymagania ogólne

Przedmiot wychowanie fizyczne realizuje następujące cele kształcenia:

1. Cel – rozwijanie i utrzymywanie sprawności fizycznej, uwzględniającej specyficzne wymagania przyszłej pracy zawodowej.
Systematyczne doskonalenie kondycji, siły czy wytrzymałości wspiera nie tylko efektywność w wykonywaniu zadań zawodowych, ale również zapobiega urazom i przeciążeniom wynikającym z charakteru danej profesji. Dostosowanie intensywności ćwiczeń do możliwości i potrzeb ucznia pozwala utrzymać optymalny poziom sprawności przez dłuższy czas.
2. Cel – doskonalenie umiejętności ruchowych, wspierających bezpieczne i efektywne wykonywanie obowiązków zawodowych.
Właściwa technika ruchu i ergonomia minimalizują ryzyko kontuzji, jednocześnie zwiększając efektywność działań w warunkach wymagających siły, zwinności lub długotrwałego wysiłku. Dzięki świadomemu ćwiczeniu konkretnych sekwencji ruchowych uczeń rozwija precyzję i koordynację potrzebną w codziennej aktywności zawodowej.

3. Cel – kształtowanie nawyków prozdrowotnych, takich jak regularna aktywność fizyczna, czynny wypoczynek czy dbałość o ergonomię, które pomagają zachować zdrowie przez lata.

Świadome budowanie rutyny obejmującej zróżnicowane formy ruchu, odpowiednią regenerację i zapobieganie urazom sprzyja utrzymaniu dobrej kondycji fizycznej i psychicznej w perspektywie wieloletniej pracy zawodowej. Uczeń, ucząc się planowania i wdrażania aktywności prozdrowotnych, przygotowuje się do skutecznego zarządzania własnym zdrowiem w dorosłym życiu.

4. Cel – doskonalenie umiejętności planowania aktywności fizycznej z uwzględnieniem swoich potrzeb i wymogów pracy zawodowej.

Uczeń uczy się samodzielnie określać cele ruchowe, dobierać ćwiczenia oraz ustalać intensywność treningu w oparciu o bieżące warunki zdrowotne i wyzwania związane z wybraną branżą. Dzięki temu potrafi skutecznie łączyć obowiązki zawodowe z aktywnością fizyczną, dbając jednocześnie o równowagę między życiem zawodowym a prywatnym.

Ze względu na cele wychowania fizycznego dla branżowej szkoły II stopnia, zwłaszcza te związane z rozwojem sprawności fizycznej i kształtowaniem postaw prozdrowotnych, szczególnie istotne jest rozwijanie następujących umiejętności:

1. Umiejętność – precyzyjne wykonywanie ćwiczeń ogólnorozwojowych i profilowanych (np. wzmacniających, wytrzymałościowych), dostosowanych do specyfiki przyszłej pracy zawodowej i indywidualnych możliwości.
2. Umiejętność – wykonywanie ćwiczeń i zadań ruchowych z zachowaniem zasad ergonomii i bezpieczeństwa (np. podnoszenie i przenoszenie przedmiotów, właściwa postawa ciała), dostosowanych do potrzeb i charakteru przyszłego zawodu.
3. Umiejętność – systematyczne włączanie przerw regeneracyjnych, ćwiczeń profilaktycznych oraz czynnego wypoczynku do własnego stylu życia, z uwzględnieniem wymagań pracy i sygnałów płynących z organizmu.

4. Umiejętność – samodzielne planowanie i modyfikowanie programu ćwiczeń (np. intensywność, rodzaj aktywności) dostosowanego do charakteru pracy, stanu zdrowia i dostępnego czasu.

Dzięki wyodrębnieniu kluczowych celów i jasno przyporządkowanych do nich umiejętności, nauczyciel może sprawniej planować i oceniać proces kształcenia. Każda umiejętność stanowi bowiem konkretny wyznacznik spodziewanych efektów uczenia się, a powiązanie z określonym celem ułatwia projektowanie spójnego programu nauczania wychowania fizycznego w branżowej szkole II stopnia.

Wymagania szczegółowe dotyczące wiedzy i umiejętności

Podstawa programowa w zakresie przedmiotu wychowanie fizyczne obejmuje cztery działy, które odzwierciedlają różne wymiary aktywności fizycznej oraz obszary kształcenia niezbędne do rozwijania świadomej, całościowej postawy prozdrowotnej. Każdy dział uwzględnia zarówno rozwój motoryczny uczniów, jak i kształtowanie ich kompetencji społecznych oraz umiejętności monitorowania i planowania własnej aktywności fizycznej.

Wymagania szczegółowe dotyczące wiedzy i umiejętności w poszczególnych działach (np. gry zespołowe, ćwiczenia ogólnorozwojowe, bezpieczeństwo w aktywności fizycznej, kompetencje społeczne) wzajemnie się uzupełniają i tylko ich równoległa, spójna realizacja pozwala w pełni osiągnąć cele kształcenia – wymagania ogólne określone dla przedmiotu wychowanie fizyczne.

Prezentowany układ treści nauczania pozwala na dostosowanie metod i form pracy do potrzeb danej klasy, stwarzając jednocześnie możliwość efektywnej realizacji celów wychowania fizycznego: kształtowania zdrowego stylu życia, rozwijania sprawności fizycznej, kształtowania kompetencji społecznych i budowania poczucia własnej wartości w trakcie aktywnego uczestnictwa w kulturze fizycznej.

Znak „X” w tabelach oznacza, że sposób pracy z danym wymaganiem powinien realizować dany cel kształcenia oraz umożliwiać uczniom nabycie wskazanych umiejętności.

Dział I. Rozwój fizyczny oraz sprawność i aktywność fizyczna

Pytanie wiodące: W jaki sposób rozwijanie sprawności fizycznej, świadome planowanie ćwiczeń i dbałość o regenerację mogą zmniejszyć napięcie po wysiłku fizycznym i pracy zawodowej?

Wymagania szczegółowe dotyczące wiedzy i umiejętności. Uczeń:	Cele			
	1	2	3	4
	Umiejętności			
	1	2	3	4
1) zna technikę i taktykę gier zespołowych, w tym zasady ataku i obrony, które stosuje w grze;	X			
2) wykonuje biegi średniodystansowe, dostosowując tempo do własnych możliwości;				X
3) wykonuje kroki w aerobiku, tańczy wybrany taniec tradycyjny i nowoczesny;	X			
4) rozpoznaje u siebie oznaki stresu i zmęczenia, a następnie stosuje krótkie, regularne techniki relaksacyjne w ciągu dnia, w celu regeneracji i utrzymania koncentracji;			X	
5) wykonuje ćwiczenia kształtujące i utrzymujące prawidłową postawę ciała, zapobiegając problemom zdrowotnym związanym z wykonywaną pracą zawodową;		X		
6) korzysta z urządzeń i aplikacji mobilnych do monitorowania swojej aktywności fizycznej.				X

Dział II. Bezpieczeństwo w aktywności fizycznej

Pytanie wiodące: W jaki sposób świadome stosowanie zasad bezpieczeństwa i ergonomii w różnych formach aktywności fizycznej – od codziennego poruszania się po rekreację w terenie i rywalizację sportową – może wpływać na zdrowie, komfort i efektywność pracy zawodowej?

Wymagania szczegółowe dotyczące wiedzy i umiejętności. Uczeń:

- 1) dba o bezpieczeństwo swoje i innych uczestników podczas ćwiczeń oraz współzawodnictwa;
- 2) stosuje zasady bezpiecznego zachowania się podczas aktywności fizycznej poza szkołą (np. podczas pływania, kąpieli, wypoczynku nad wodą, jazdy rowerem, hulajnogą i innymi środkami transportu osobistego);
- 3) zna i stosuje zasady dotyczące aktywności fizycznej oraz poruszania się w terenie.

Dział III. Kompetencje społeczne

Pytanie wiodące: W jaki sposób zaangażowanie w promowanie aktywności fizycznej i budowanie atmosfery wzajemnego szacunku mogą wzmacniać relacje w grupie, motywować do ruchu oraz przygotowywać do funkcjonowania w zróżnicowanym środowisku zawodowym?

Wymagania szczegółowe dotyczące wiedzy i umiejętności. Uczeń:

- 1) uczestniczy w działaniach promujących aktywność fizyczną (np. w pomocy przy organizacji dni sportu, turniejów lub innych wydarzeń ruchowych);
- 2) prezentuje postawy akceptacji, szacunku i wsparcia wobec uczniów niezależnie od ich umiejętności, osiągnięć czy stopnia sprawności fizycznej, przez budowanie atmosfery równości, empatii i współpracy w grupie.

Dział IV. Sprawność fizyczna w służbach mundurowych

Pytanie wiodące: W jaki sposób samodzielne planowanie i realizacja treningu, wraz z regularnym pomiarem oraz interpretacją wyników testów sprawności fizycznej, mogą pomóc w przygotowaniu do rekrutacji do służb mundurowych, oraz w efektywnym rozwoju sprawności fizycznej?

Wymagania szczegółowe dotyczące wiedzy i umiejętności.	Cele			
	1	2	3	4

Uczeń:	Umiejętności			
	1	2	3	4
1) potrafi zaplanować i realizować trening przygotowujący do rekrutacji do służb mundurowych, rozwijający siłę, szybkość, wytrzymałość, i koordynację ruchową z uwzględnieniem właściwej rozgrzewki i regeneracji;		X		X
2) wykonuje próby sprawnościowe, stosowane w rekrutacji do służb mundurowych, mające na celu ocenę zdolności motorycznych (siły, szybkości, wytrzymałości, i koordynacji ruchowej), a także interpretuje uzyskane wyniki w kontekście poprawy sprawności fizycznej.				X

W ramach zajęć wychowania fizycznego uczniowie zdobywają unikalne doświadczenia edukacyjne, które wspierają ich rozwój fizyczny, psychiczny, społeczny i osobisty oraz budują poczucie sprawczości i odpowiedzialności za własne zdrowie. Doświadczenia te mają charakter praktyczny, wzmacniają kompetencje przekrojowe oraz rozwijają umiejętności organizacyjne, komunikacyjne i współpracy.

Doświadczenia edukacyjne w ramach wychowania fizycznego mogą być realizowane w formie:

- 1) samodzielnego lub zespołowego zaplanowania i zorganizowania krótkich zajęć ruchowych, tj. uczeń przynajmniej raz w trakcie nauki w branżowej szkole II stopnia inicjuje lub współorganizuje proste zajęcia rekreacyjne (np. miniturniej, zajęcia rozgrzewkowe), dostosowując je do możliwości grupy i warunków lokalowych;

- 2) udziału w wydarzeniu sportowym lub rekreacyjnym poza szkołą, tj. uczeń przynajmniej raz w trakcie nauki w branżowej szkole II stopnia bierze udział (jako zawodnik, organizator lub wolontariusz) w imprezie sportowej w środowisku lokalnym (np. w biegu masowym, turnieju charytatywnym, wydarzeniu promującym aktywny styl życia); celem jest zdobycie doświadczenia w realnych działaniach związanych z propagowaniem aktywności fizycznej i integracją społeczną;
- 3) krótkiej prezentacji (np. plakat, portfolio, film) dotyczącej refleksji i samooceny postępów w rozwoju fizycznym, tj. uczeń w wybranych momentach roku szkolnego (przynajmniej raz w trakcie nauki w branżowej szkole II stopnia) dokonuje refleksji nad własnymi postępami w aktywności fizycznej i dbałości o zdrowie, przy czym może do tego wykorzystać dzienniczek treningowy, aplikację mobilną, urządzenie do pomiaru aktywności lub inne narzędzia;
- 4) promowania bezpiecznych zachowań i profilaktyki zdrowotnej, tj. uczeń demonstruje w praktyce lub omawia zasady bezpieczeństwa (np. odpowiedni ubiór, rozgrzewka, zabezpieczenie miejsca ćwiczeń) i profilaktykę przeciążeń kręgosłupa (np. relaksacja, rozciąganie, przerwy regeneracyjne) – również w kontekście przyszłej pracy zawodowej.

Warunki i sposób realizacji

Przedmiot wychowanie fizyczne wymaga zapewnienia odpowiednich warunków realizacji, które wspierają wszechstronny rozwój uczniów oraz umożliwiają efektywne nabywanie wiedzy i umiejętności ruchowych. Kluczowe znaczenie mają metody nauczania i infrastruktura dostosowane do potrzeb i możliwości uczniów.

Należy indywidualnie dostosować intensywność ćwiczeń do stanu zdrowia i stylu życia uczniów, na przykład przez włączenie elementów treningu funkcjonalnego oraz korzystanie z aplikacji mobilnych monitorujących postępy. Prowadząc zajęcia w sali gimnastycznej, na boisku czy w plenerze, nauczyciel powinien podkreślać znaczenie ćwiczeń rozciągających i wyciszających, które pomagają na dłużej zachować sprawność fizyczną.

Należy zapoznać uczniów z umiejętnościami bezpiecznej aktywności fizycznej poza szkołą. W procesie realizacji zajęć zaleca się stworzenie warunków sprzyjających rozwijaniu umiejętności bezpiecznego korzystania ze sprzętu sportowego. Działania

te powinny przygotowywać uczniów do świadomego i bezpiecznego uczestnictwa w aktywnościach fizycznych zarówno podczas zajęć szkolnych, jak i w codziennym życiu.

Nauczyciel dba o atmosferę wsparcia i poszanowania różnic w poziomie sprawności fizycznej, zachęcając uczniów do wymiany doświadczeń, organizowania inicjatyw prozdrowotnych i angażowania się w wydarzenia sportowe w szkole oraz lokalnej społeczności. Proces nauczania jest zaplanowany tak, aby umożliwić uczniom zdobycie kompetencji określonych w podstawie programowej, które są kluczowe dla ich rozwoju osobowościowego i realizacji celów edukacyjnych na danym etapie kształcenia. Szkoła organizuje zajęcia wychowania fizycznego w różnych środowiskach – na sali gimnastycznej, boisku czy w plenerze – by zapewnić różnorodność form ruchu i dostosować intensywność ćwiczeń do zróżnicowanych potrzeb uczniów. Ponadto szczególną wagę przykładą się do ćwiczeń ruchowych na świeżym powietrzu, niezależnie od warunków pogodowych, co wspomaga rozwój sprawności fizycznej oraz współpracę w grupie jak i zdolność do efektywnego działania w różnych sytuacjach, co ma kluczowe znaczenie w kształtowaniu postaw przydatnych w pracy zawodowej.

Powiązanie podstawy programowej kształcenia ogólnego w zakresie przedmiotu
wychowanie fizyczne (w zakresie poszczególnych działów) z podstawą
programową kształcenia ogólnego w zakresie innych przedmiotów (w zakresie
poszczególnych działów)

Podstawa programowa kształcenia ogólnego w zakresie przedmiotu wychowanie fizyczne (poszczególne działy)	Podstawa programowa kształcenia ogólnego w zakresie innych przedmiotów (poszczególne działy)
Dział I. Rozwój fizyczny oraz sprawność i aktywność fizyczna	Informatyka: Dział II. Programowanie i rozwiązywanie problemów z wykorzystaniem komputera oraz innych urządzeń cyfrowych
Dział II. Bezpieczeństwo w aktywności fizycznej	Etyka: Dział II. Wybrane zagadnienia etyki szczegółowej (praktycznej, stosowanej, zawodowej) w zakresie ust. 1

Dział III. Kompetencje społeczne	Etyka: Dział I. Elementy etyki ogólnej w zakresie ust. 2 dotyczącego analizy ludzkiego działania w aspekcie moralnym
-------------------------------------	--

Na zajęciach z wychowania fizycznego należy stwarzać warunki do rozwoju kompetencji społecznych, inicjując współdziałanie, określając rolę i zadania w grach zespołowych.”.

§ 2. Rozporządzenie wchodzi w życie z dniem 1 września 2025 r.

MINISTER EDUKACJI

Za zgodność pod względem
prawnym, legislacyjnym i redakcyjnym

Andrzej Barański

Dyrektor

/ – podpisano cyfrowo/