

**Wymaganie edukacyjne
z wychowania fizycznego kl. IV**

OBSZAR 1. Postawa ucznia, zaangażowanie, zachowanie, kompetencje społeczne na zajęciach lekcyjnych

Ocena celująca	Ocena bardzo dobra	Ocena dobra	Ocena dostateczna	Ocena dopuszczająca	Ocena niedostateczna
<ul style="list-style-type: none"> – wykazuje bardzo dużą aktywność i zaangażowanie na lekcjach – jest zawsze przygotowany do zajęć (posiada zawsze strój) – wkłada bardzo duży wysiłek w wykonywanie zadania – powierzone mu zadania wykonuje sumiennie i starannie – systematycznie uczęszcza na zajęcia – przestrzega zasad fair play na boisku i w życiu – chętnie uczestniczy w zajęciach 	<ul style="list-style-type: none"> – na zajęciach jest aktywny i zaangażowany – jest przygotowany do zajęć – starannie i sumiennie wykonuje powierzone mu zadania – systematycznie uczęszcza na zajęcia – przestrzega zasad fair play na boisku – regularnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych – jest koleżeński i kulturalny wobec innych – stara się stosować 	<ul style="list-style-type: none"> – na zajęciach jest aktywny i zaangażowany – jest przygotowany do zajęć (dopuszcza się trzykrotny brak stroju sportowego w semestrze) – starannie i sumiennie wykonuje powierzone mu zadania – systematycznie uczęszcza na zajęcia – przestrzega zasad fair play na boisku – dość regularnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych – jest koleżeński i kulturalny wobec 	<ul style="list-style-type: none"> – na zajęciach jest mało aktywny i zaangażowana – jest przygotowany do zajęć (dopuszcza się trzykrotny brak stroju sportowego w semestrze) - powierzone mu zadanie wykonuje bardzo niestarannie, – niesystematycznie uczęszcza na zajęcia – przestrzega zasad fair play na boisku – dość regularnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych – jest koleżeński i kulturalny wobec innych 	<ul style="list-style-type: none"> – na zajęciach nie wykazuje żadnej aktywności – regularnie jest nieprzygotowany do zajęć – bardzo często opuszcza zajęcia – powierzone mu zadanie wykonuje bardzo niestarannie, okazując lekceważący stosunek do tego ,co robi – bardzo często zdarzają mu się przypadki nie stosowania zasad „czystej gry” – zachowuje się niewłaściwie jako zawodnik, 	<ul style="list-style-type: none"> – na zajęciach nie wykazuje żadnej aktywności – regularnie jest nieprzygotowany do zajęć – bardzo często opuszcza zajęcia – powierzone mu zadanie wykonuje bardzo niestarannie, okazując lekceważący stosunek do tego ,co robi – bardzo często zdarzają mu się przypadki nie stosowania zasad „czystej gry” – zachowuje się niewłaściwie jako zawodnik,

<p>pozalekcyjnych</p> <ul style="list-style-type: none"> – jest zaangażowany w działalność sportową szkoły – chętnie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego – chętnie reprezentuje szkołę w rozrywkach sportowych – zawsze przestrzega ustalonych reguł i zasad postępowania – prezentuje postawę godną do naśladowania: jest koleżeński, życzliwy, odznacza się wysoką kulturą osobistą – doskonale potrafi współpracować na boisku i poza nim, stosuje zasadę „czystej gry” – jest odpowiedzialny 	<p>zasadę „czystej gry”</p> <ul style="list-style-type: none"> – jest odpowiedzialny za zdrowie własne i stosuje zasady bezpieczeństwa stara się być dobrym zawodnikiem, sędzią i kibicem – współpracuje grupie, szanuje poglądy i wysiłki innych, wykazuje asertywność i empatię – stara się motywować innych do aktywności fizycznej, ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i osób o specjalnych potrzebach edukacyjnych 	<p>innych</p> <ul style="list-style-type: none"> – stara się stosować zasadę „czystej gry” – jest odpowiedzialny za zdrowie własne i – nie stosuje żadnych używek oraz stosuje zasady bezpieczeństwa – stara się być dobrym zawodnikiem, sędzią i kibicem – współpracuje grupie, szanuje poglądy i wysiłki innych, wykazuje asertywność i empatię – stara się motywować innych do aktywności fizycznej, ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i osób o specjalnych potrzebach 	<ul style="list-style-type: none"> – stara się stosować zasadę „czystej gry” – jest odpowiedzialny za zdrowie własne i – nie stosuje żadnych używek oraz stosuje zasady bezpieczeństwa – stara się być dobrym zawodnikiem, sędzią i kibicem – współpracuje grupie, szanuje poglądy i wysiłki innych, wykazuje asertywność i empatię – stara się motywować innych do aktywności fizycznej, ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i osób o specjalnych potrzebach edukacyjnych 	<p>sędzia i kibic.</p> <ul style="list-style-type: none"> – nie współpracuje w grupie, szanować poglądy i wysiłki innych, wykazywać asertywność i empatię – nie zależy mu na innych, także z różnymi potrzebami 	<p>sędzia i kibic.</p> <ul style="list-style-type: none"> – nie współpracuje w grupie, szanować poglądy i wysiłki innych, wykazywać asertywność i empatię – nie zależy mu na innych, także z różnymi potrzebami
---	--	--	---	---	---

<p>za zdrowie własne i innych – nie stosuje żadnych używek oraz stosuje zasady bezpieczeństwa</p> <p>-właściwie pełni rolę zawodnika, sędziego i kibica</p> <p>– doskonale współpracuje grupie, szanuje poglądy i wysiłki innych ,wykazuje asertywność i empatię</p> <p>-motywuje innych do aktywności fizycznej , ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i osób o specjalnych potrzebach edukacyjnych</p>		<p>edukacyjnych</p>			

OBSZAR 2. Umiejętności ruchowych i sprawności ucznia

<p>– wkłada duży wysiłek w opanowanie nowych umiejętności ruchowych: sportowych, rekreacyjnych i utylitarnych</p> <p>– potrafi prawidłowo opisać własną postawę ciała</p> <p>– stosuje prawidłowo technikę w grze: kozłowanie piłki prawą i lewą ręką w biegu, prowadzenie piłki w biegu ze zmianą kierunku ruchu, podania piłki jednorącz i oburącz, rzutu piłki do kosza, rzutu i strzału do bramki, odbicia piłki sposobem górnym i dolnym</p> <p>– w większości</p>	<p>– stara się opanować jak najwięcej nowych umiejętności ruchowych: sportowych, rekreacyjnych i utylitarnych</p> <p>– opisuje ogólnie własną postawę ciała</p> <p>– stosuje w grze w miarę poprawnie: kozłowanie piłki prawą i lewą w biegu, prowadzenie piłki w biegu ze zmianą kierunku ruchu, podania piłki jednorącz i oburącz, rzutu piłki do kosza, rzutu i strzału do bramki, odbicia piłki sposobem górnym</p> <p>– w większości osiąga bardzo dobre wyniki z testów sprawnościowych:</p>	<p>– nie wykazuje specjalnego zaangażowania w opanowanie nowych umiejętności ruchowych</p> <p>– z pomocą nauczyciela omawia własną postawę ciała</p> <p>– stosuje w grze tylko niektóre elementy techniczne z gier sportowych</p> <p>– w większości osiąga dobre wyniki z testów sprawnościowych: bieg na 50m i 60m, 600, 1000 m, skok w dal sposobem naturalnym, rzut piłeczką palantową, rzut piłką lekarską 2kg z ustawienia tyłem, MTSF Beep</p>	<p>nie wykazuje chęci do opanowania nowych umiejętności ruchowych</p> <p>– nie potrafi opisać własnej postawy ciała</p> <p>– nie potrafi lub nie chce zastosować prawidłowej techniki gry w grach sportowych lub rekreacyjnych</p> <p>– w większości osiąga pozytywne wyniki z testów sprawnościowych: bieg na 50m i 60m, 600, 1000m skok w dal sposobem naturalnym, rzut piłeczką palantową, rzut piłką lekarską 2 kg z ustawienia tyłem, MTSF, Beep Test</p>	<p>– nie podejmuje żadnych prób opanowania nowych umiejętności sportowych i rekreacyjnych</p> <p>– w czasie gry umyślnie stosuje błędną technikę</p> <p>– osiąga pozytywne wyniki z niektórych testów sprawnościowych: bieg na 50m i 60m, skok w dal sposobem naturalnym, rzut piłeczką palantową, rzut piłką lekarską 2 kg z ustawienia tyłem</p> <p>MTSF, Beeptest</p> <p>- nie wykazuje postępu w wynikach testów a w niektórych występuje regres.</p>	<p>– nie wykonuje żadnych powierzonych mu zadań na zajęciach</p> <p>– nie podchodzi do ćwiczeń i pokazuje swoim zachowaniem, że nie zależy mu na opanowaniu żadnych umiejętności ruchowych</p> <p>– nie przystępuje do testów sprawnościowych</p> <p>– nie uczestniczy w zajęciach</p>
---	--	--	--	---	--

<p>osiąga wysokie wyniki z testów sprawnościowych : bieg na 50m i 60m, 600, 1000 skok w dal sposobem naturalnym, rzut piłeczką palantową, rzut piłką lekarską 2 kg z ustawienia tyłem. MTSF, Beepstest</p> <p>- osiąga duży progres w wynikach testów</p> <p>– stosuje prawidłową technikę podczas gry w : tenisa stołowego, unihokeja, badmintona i inne gry rekreacyjne.</p> <p>– inicjuje i organizuje dowolną zabawę lub grę ruchową</p>	<p>bieg na 50m i 60m, 600, 1000 m skok w dal sposobem naturalnym, rzut piłeczką palantową, rzut piłką lekarską 2 kg z ustawienia tyłem, MTSF Beepstest</p> <p>- osiąga progres w wynikach testu</p> <p>– stosuje w miarę prawidłową technikę podczas gry w : tenisa stołowego, unihokeja, badmintona i inne gry rekreacyjne.</p> <p>– potrafi zorganizować dowolną zabawę lub grę ruchową</p>	<p>Test</p> <p>- osiąga niewielki progres w wynikach testu</p> <p>– w miarę swoich możliwości uczestniczy w niektórych grach rekreacyjnych</p> <p>– potrafi zorganizować dowolną zabawę lub grę ruchową</p>	<p>-nie wykazuje postępu w wynikach testów</p> <p>– nie potrafi zorganizować dowolnej zabawy ruchowej</p>		

OBSZAR 3. Wiadomości z zakresu edukacji zdrowotnej i fizycznej

<p>wymienia zasady czystej gry w sporcie oraz wyjaśnia dlaczego należy przestrzegać ustalonych reguł w trakcie rywalizacji sportowej</p> <p>-bardzo dobrze zna i omawia zasady postępowania w sytuacjach zagrożenia zdrowia lub życia</p> <p>– potrafi dokładnie opisać piramidę żywienia i aktywności fizycznej</p> <p>-zna zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych, dyskotek</p> <p>-zna i stosuje przepisy gier i zabaw sportowych</p> <p>-zna nazwiska wybitnych polskich</p>	<p>-wymienia zasady bezpieczeństwa na zajęciach ruchowych, dyskotek</p> <p>– potrafi opisać piramidę żywienia i aktywności fizycznej</p> <p>-zna i stosuje podstawowe przepisy gier i zabaw sportowych</p> <p>-podaje niektóre nazwiska wybitnych polskich sportowców</p> <p>– zna prawidłowe zachowanie się zawodnika i kibica sportowego</p> <p>-bardzo dobrze zna i omawia zasady postępowania w sytuacjach zagrożenia zdrowia lub życia</p> <p>– bardzo dobrze zna i omawia zasady aktywnego</p>	<p>wymienia niektóre zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych</p> <p>– potrafi krótko opisać piramidę żywienia i aktywności fizycznej</p> <p>-zna i umie zastosować, niektóre przepisy gier i zabaw sportowych</p> <p>-zna ogólne zasady zachowania się w roli zawodnika i kibica sportowego</p> <p>– zna zasady postępowania w sytuacjach zagrożenia zdrowia lub życia</p> <p>– zna zasady aktywnego wypoczynku</p> <p>– zna , stosuje zasady higieny osobistej, ale</p>	<p>-potrafi z pomocą nauczyciela wymienić zasad bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych</p> <p>– słabo zna podstawowe przepisy gier rekreacyjnych i sportowych, ale stara się je stosować,</p> <p>-potrafi wymienić zasad zachowania się w roli zawodnika</p> <p>– częściowo zna zasady aktywnego wypoczynku</p> <p>– zna , ale nie zawsze stosuje zasady higieny osobistej</p> <p>– częściowo zna zasady poruszania się po drogach jako pieszy, rowerzysta, itd.</p> <p>– popełnia błędy przy</p>	<p>– potrafi z pomocą nauczyciela wymienić, niektóre podstawowe zasad bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych</p> <p>– bardzo słabo zna podstawowe przepisy gier rekreacyjnych i sportowych i nie potrafi ich zastosować</p> <p>– z pomocą nauczyciela potrafi wymienić zasady aktywnego wypoczynku</p> <p>– słabo zna i rzadko stosuje zasady higieny osobistej</p> <p>– z pomocą nauczyciela potrafi wymienić zasady poruszania się po drogach jako pieszy i częściowo</p>	<p>z uporem i premedytacją nie udziela odpowiedzi na żadne z zadawanych mu pytań</p> <p>-lekceważy wszelkie próby nawiązania z nim rozmowy na omawiany temat</p> <p>-bardzo słabo zna zasady higieny osobistej i ich nie stosuje.</p> <p>– z dużą pomocą nauczyciela potrafi wymienić zasady poruszania się po drogach jako pieszy</p>
---	--	--	---	---	---

<p>sportowców</p> <p>-omawia prawidłowe zachowanie się zawodnika i kibica sportowego</p> <p>– doskonale zna ,omawia i umie zastosować zasady postępowania w sytuacjach zagrożenia zdrowia lub życia</p> <p>– doskonale zna ,omawia i stosuje zasady aktywnego wypoczynku</p> <p>– doskonale zna i zawsze stosuje zasady higieny osobistej</p> <p>– doskonale zna, omawia i stosuje zasady poruszania się po drogach ,jako pieszy, rowerzysta, itd.</p> <p>-zna regulaminy sali</p>	<p>wypoczynku</p> <p>– bardzo dobrze zna i stosuje zasady higieny osobistej</p> <p>– bardzo dobrze zna i stosuje zasady poruszania się po drogach ,jako pieszy, rowerzysta, itd.</p> <p>-zna regulaminy sali gimnastycznej i boisk</p> <p>-wymienia osoby do których należy zwrócić się o pomoc w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia</p> <p>– wyjaśnia ogólnie co symbolizuje flaga i znicz olimpijski</p>	<p>zdarza mu się o nich zapomnieć</p> <p>– częściowo zna i stosuje zasady poruszania się po drogach , jako pieszy, rowerzysta, itd.</p> <p>-zna pobieżnie regulaminy sali gimnastycznej i boisk</p> <p>-wymienia osoby do których należy zwrócić się o pomoc w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia</p> <p>– nie potrafi do końca wyjaśnić co symbolizuje flaga i znicz olimpijski</p>	<p>opisywaniu piramidy żywienia i aktywności fizycznej</p> <p>– słabo zna regulaminy sali gimnastycznej i boisk</p> <p>-wymienia osoby do których należy zwrócić się o pomoc w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia</p> <p>– nie potrafi wyjaśnić co symbolizuje flaga i znicz olimpijski</p>	<p>rowerzysty.</p> <p>-niezależny mu na przyswajaniu nowych wiadomości</p> <p>-nie zna żadnych regulaminów</p>	
--	---	---	--	--	--

<p>gimnastycznej i boisk</p> <p>-wymienia osoby do których należy zwrócić się o pomoc w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia</p> <p>– wyjaśnia co symbolizuje flaga i znicz olimpijski</p>					
---	--	--	--	--	--