

**Wymagania edukacyjne
z wychowania fizycznego kl. V-VI**

OBSZAR 1. Postawa ucznia, systematyczność i aktywność na rzecz kultury fizycznej na zajęciach lekcyjnych

Ocena celująca	Ocena bardzo dobra	Ocena dobra	Ocena dostateczna	Ocena dopuszczająca	Ocena niedostateczna
<p>– wykazuje bardzo dużą aktywność i zaangażowanie na lekcjach</p> <p>– jest zawsze przygotowany do zajęć (posiada zawsze strój)</p> <p>– wkłada bardzo duży wysiłek w wykonywanie zadania</p> <p>– powierzone mu zadania wykonuje sumiennie i starannie</p> <p>– systematycznie uczęszcza na zajęcia</p> <p>– przestrzega zasad fair play na boisku i w życiu</p> <p>– chętnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych</p> <p>– jest zaangażowany w działalność</p>	<p>wykazuje bardzo dużą aktywność i zaangażowanie na lekcjach</p> <p>– jest zawsze przygotowany do zajęć (posiada zawsze strój)</p> <p>– wkłada bardzo duży wysiłek w wykonywanie zadania</p> <p>– powierzone mu zadania wykonuje sumiennie i starannie</p> <p>– systematycznie uczęszcza na zajęcia</p> <p>– przestrzega zasad fair play na boisku i w życiu</p> <p>– chętnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych</p> <p>– jest zaangażowany w działalność</p>	<p>nie zawsze jest aktywny i zaangażowany na zajęciach</p> <p>– z reguły jest przygotowany do zajęć (dopuszcza się trzykrotny brak stroju sportowego w semestrze)</p> <p>– potrzebuje motywacji podczas wykonywania zadań ruchowych</p> <p>– w zajęciach pozalekcyjnych uczestniczy nieregularnie</p> <p>– nie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego</p>	<p>– nie wykazuje szczególnej aktywności na zajęciach</p> <p>– bywa bardzo często nieprzygotowany do zajęć</p> <p>– często jest nieobecny na zajęciach</p> <p>– powierzone mu zadania wykonuje niestarannie i niedbale</p> <p>– nie szanuje powierzonego mu sprzętu sportowego</p> <p>– nie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych</p> <p>– nie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego</p>	<p>– na zajęciach nie wykazuje żadnej aktywności</p> <p>– regularnie jest nieprzygotowany do zajęć</p> <p>– bardzo często opuszcza zajęcia</p> <p>– powierzone mu zadanie wykonuje bardzo niestarannie, okazując lekceważący stosunek do tego ,co robi</p>	<p>– na zajęciach nie wykonuje i nie chce wykonywać żadnych powierzonych mu zadań</p> <p>– wykazuje skrajnie lekceważący stosunek do przedmiotu</p> <p>–bardzo często nie jest przygotowany do zajęć</p> <p>-samowolnie i nagminnie opuszcza zajęcia</p>

<p>sportową szkoły</p> <p>– chętnie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego</p> <p>– chętnie reprezentuje szkołę w rozrywkach sportowych</p> <p>– zawsze przestrzega ustalonych reguł i zasad postępowania</p> <p>– doskonale potrafi współpracować na boisku i poza nim</p> <p>– jest odpowiedzialny za zdrowie własne i innych – nie stosuje żadnych używek oraz stosuje zasady bezpieczeństwa</p> <p>– właściwie pełni rolę zawodnika, sędziego i kibica</p>	<p>sportową szkoły</p> <p>– chętnie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego</p> <p>– chętnie reprezentuje szkołę w rozrywkach sportowych</p> <p>– zawsze przestrzega ustalonych reguł i zasad postępowania</p> <p>– doskonale potrafi współpracować na boisku i poza nim</p> <p>– jest odpowiedzialny za zdrowie własne i innych – nie stosuje żadnych używek oraz stosuje zasady bezpieczeństwa</p> <p>– właściwie pełni rolę zawodnika, sędziego i kibica</p>				
--	--	--	--	--	--

OBSZAR 2. Poziom umiejętności ruchowych, sprawności ucznia

<p>– wkłada duży wysiłek w opanowanie nowych umiejętności ruchowych:</p>	<p>– stara się opanować jak najwięcej nowych umiejętności ruchowych: sportowych,</p>	<p>– nie wykazuje specjalnego zaangażowania w opanowanie nowych umiejętności</p>	<p>– nie wykazuje chęci do opanowania nowych umiejętności ruchowych</p>	<p>– nie podejmuje żadnych prób opanowania nowych umiejętności sportowych i</p>	<p>nie wykonuje żadnych powierzonych mu zadań na zajęciach</p> <p>– nie podchodzi do ćwiczeń</p>
--	--	--	---	---	---

<p>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, zagrywkę dowolnym sposobem</p> <p>– w większości osiąga wysokie wyniki z testów sprawnościowych : bieg na 50m i 60m, 600, 1000 m skok w dal sposobem naturalnym, rzut piłeczką palantową, rzut piłką lekarską 2 kg z ustawienia tyłem</p>	<p>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, zagrywkę dowolnym sposobem</p> <p>– w większości osiąga bardzo dobre wyniki z testów sprawnościowych: 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, Beep test</p> <p>-osiąga postęp w</p>	<p> ruchowych</p> <p>– z pomocą nauczyciela omawia własną postawę ciała</p> <p>– stosuje w grze niektóre elementy techniczne z gier sportowych</p> <p>– w większości osiąga dobre 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>- osiąga niewielki postęp lub utrzymuje wyniki testów</p> <p>– w miarę swoich możliwości uczestniczy w niektórych grach rekreacyjnych</p> <p>– potrafi</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 osiąga postępu w żadnej z prób testów</p> <p>– nie potrafi zorganizować dowolnej zabawy ruchowej</p>	<p>rekreacyjnych</p> <p>– w czasie gry umyślnie stosuje błędną technikę</p> <p>– nie wykonuje wszystkich 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>Wyniki testów obniżają się</p>	<p>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>MTSF, Beep test</p> <p>- osiąga duży postęp 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>wynikach testów</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>zorganizować dowolną zabawę lub grę ruchową</p>			
---	--	--	--	--	--

OBSZAR 3. Wiadomości z zakresu edukacji fizycznej

<p>-wymienia zasady czystej gry w sporcie oraz wyjaśnia dlaczego należy przestrzegać ustalonych reguł w trakcie rywalizacji sportowej</p> <p>-zna zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych,</p> <p>-zna i stosuje przepisy gier i zabaw sportowych</p> <p>-zna nazwiska</p>	<p>-wymienia zasady bezpieczeństwa na zajęciach ruchowych,</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</p>	<p>-wymienia niektóre zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych</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</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</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</p> <p>– z pomocą nauczyciela potrafi wymienić zasady aktywnego wypoczynku</p>	<p>–z uporem i nie udziela odpowiedzi na żadne z zadawanych mu pytań</p> <p>–nie chce przyswoić żadnych wiadomości dotyczących wychowania fizycznego</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 duża pomocą nauczyciela potrafi</p>
--	--	---	--	---	--

<p>wybitnych polskich 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>omawia zasady postępowania w sytuacjach zagrożenia zdrowia lub życia</p> <p>– bardzo dobrze zna i omawia zasady aktywnego 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>zdrowia lub życia</p> <p>– zna zasady aktywnego wypoczynku</p> <p>– zna , stosuje zasady higieny osobistej, ale zdarza mu się o nich zapomnieć</p> <p>– częściowo zna i stosuje zasady poruszania się po drogach , jako pieszy, rowerzysta, itd.</p>	<p>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>– słabo zna i rzadko stosuje zasady higieny osobistej</p> <p>– z pomocą nauczyciela potrafi wymienić zasady poruszania się po drogach jako pieszy i częściowo rowerzysta.</p>	<p>wymienić zasady poruszania się po drogach jako pieszy</p>
---	--	---	--	--	--