

Wymagania edukacyjne *na poszczególne oceny z wychowania fizycznego dla*
uczniów klas IV Szkoły Podstawowej w Szarowie rok szkolny 2024/25

wymagania na poszczególne oceny					
niedostateczna	dopuszczająca	dostateczna	dobra	bardzo dobra	celująca
OBSZAR 1. Postawa ucznia, zaangażowanie, zachowanie, kompetencje społeczne na zajęciach lekcyjnych i fakultatywnych					
<ul style="list-style-type: none"> – na zajęciach nie wykonuje i nie chce wykonywać żadnych powierzonych mu zadań – wykazuje skrajnie lekceważący stosunek do przedmiotu – do zajęć nigdy nie jest przygotowany -samowolnie i nagminnie opuszcza zajęcia – nagminnie łamie zasady współżycia społecznego – jest bardzo agresywny i wrogo nastawiony do innych – używa bardzo wulgarnego języka - z premedytacją 	<ul style="list-style-type: none"> – na zajęciach nie wykazuje żadnej aktywności – regularnie nie jest przygotowany 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 	<ul style="list-style-type: none"> – nie wykazuje szczególnej aktywności na zajęciach – bywa bardzo często nieprzygotowany do zajęć – często jest nieobecny na zajęciach – powierzone mu zadania wykonuje niestarannie i niedbale – nie szanuje powierzonego mu sprzętu sportowego – nie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych 	<ul style="list-style-type: none"> – nie zawsze jest aktywny i zaangażowany na zajęciach – z reguły jest przygotowany do zajęć (dopuszcza się pięciokrotny brak stroju sportowego w semestrze) – dość często jest nieobecny na zajęciach – potrzebuje motywacji podczas wykonywania zadań ruchowych – w zajęciach pozalekcyjnych uczestniczy nieregularnie 	<ul style="list-style-type: none"> – na zajęciach jest aktywny i zaangażowana – jest przygotowany do zajęć(dopuszcza się trzykrotny brak stroju sportowego w semestrze) – staranie i sumiennie wykonuje powierzone mu zadania – systematycznie uczęszcza na zajęcia – przestrzega zasad fair play na boisku – dość regularnie uczestniczy w zajęciach 	<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

<p>dezorganizuje pracę na zajęciach</p>	<p>zawodnik, 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 	<ul style="list-style-type: none"> – nie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego -zdarzają mu się częste przypadki nie stosowania zasad „czystej gry” – nie stara się być dobrym zawodnikiem, sędzią i kibicem – nie stara się współpracować w grupie, szanować poglądy i wysiłki innych, wykazywać asertywność i empatię – nie się motywować innych do aktywności fizycznej, ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i osób o specjalnych potrzebach edukacyjnych 	<ul style="list-style-type: none"> – nie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego -zdarzają mu się przypadki nie stosowania zasad „czystej gry” – stara się być dobrym zawodnikiem, sędzią i kibicem – stara się współpracować w grupie, szanować poglądy i wysiłki innych, wykazywać 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>pozalekcyjnych</p> <ul style="list-style-type: none"> – jest koleżeński i kulturalny wobec innych – 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 	<p>w życiu</p> <ul style="list-style-type: none"> – chętnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych – 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, odznacz się wysoką kulturą osobistą – doskonale potrafi współpracować na boisku i poza nim, stosuje zasadę „czystej gry” – jest odpowiedzialny za
---	---	--	---	---	---

				<p>i osób o specjalnych potrzebach edukacyjnych</p>	<p>zdrowie własne i innych – nie stosuje żadnych używek oraz stosuje zasady bezpieczeństwa</p> <ul style="list-style-type: none">– właściwie pełni rolę zawodnika, sędziego i kibica– doskonale współpracuje grupie, szanuje poglądy i wysiłki innych, wykazuje asertywność i empatię– motywuje innych do aktywności fizycznej, ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i osób o specjalnych potrzebach edukacyjnych
--	--	--	--	---	--

wymagania na poszczególne oceny

niedostateczna	dopuszczająca	dostateczna	dobra	bardzo dobra	celująca
OBSZAR 2. Umiejętności ruchowych i sprawności ucznia					
<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>– 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 testów sprawnościowych: bieg na 100m i 200m, skok w dal sposobem naturalnym, rzut piłeczką palantową, rzut piłką lekarską 2 kg z ustawienia tyłem</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 100m i 200m, skok w dal sposobem naturalnym, rzut piłeczką palantową, rzut piłką lekarską 2 kg z ustawienia tyłem</p> <p>– nie potrafi zorganizować dowolnej zabawy ruchowej</p> <p>– podejmuje próby wykonania przewrotu w</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 100m i 200m, skok w dal sposobem naturalnym, rzut piłeczką palantową, rzut piłką lekarską 3 kg z ustawienia tyłem</p> <p>– w miarę swoich możliwości</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</p>	<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>

		przód	<p>uczestniczy w niektórych grach rekreacyjnych</p> <ul style="list-style-type: none"> – potrafi zorganizować dowolną zabawę lub grę ruchową – przewrotu w przód wykonuje z błędami 	<p>sprawnościowych: bieg na 100m i 200m, skok w dal sposobem naturalnym, rzut piłeczką palantową, rzut piłką lekarską 2 kg z ustawienia tyłem</p> <ul style="list-style-type: none"> – stosuje w miarę prawidłową technikę podczas gry w : tenisa stołowego, unihokeja, badmintona i inne gry rekreacyjne. – potrafi zorganizować dowolną zabawę lub grę ruchową – z drobnymi błędami wykonuje przewrót w przód z przysiadu podpartego 	<p>osiąga wysokie wyniki z testów sprawnościowych : bieg na 100m i 200m, skok w dal sposobem naturalnym, rzut piłeczką palantową, rzut piłką lekarską 2 kg z ustawienia tyłem</p> <ul style="list-style-type: none"> – stosuje prawidłową technikę podczas gry w : tenisa stołowego, unihokeja, badmintona i inne gry rekreacyjne. – wykonuje bezbłędnie przewrót w przód z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego – inicjuje i organizuje dowolną zabawę lub grę ruchową
--	--	-------	---	---	--

wymagania na poszczególne oceny					
niedostateczna	dopuszczająca	dostateczna	dobra	bardzo dobra	celująca
OBSZAR 3. Wiadomości z zakresu edukacji zdrowotnej i fizycznej					
<p>–z uporem i premedytacją 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 dużą pomocą nauczyciela potrafi wymienić zasady poruszania się po drogach jako pieszy</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 rowerzystą.</p> <p>-niezależny mu na przyswajaniu nowych wiadomości</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, rowerzystą, itd.</p> <p>– popełnia błędy przy opisywaniu piramidy</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</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</p>	<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</p>

	<p>-nie zna żadnych regulaminów</p>	<p>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>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>-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>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>-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>sportowych</p> <p>-zna nazwiska 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>-zna regulaminy sali gimnastycznej i boisk</p>
--	-------------------------------------	--	---	---	---

					<ul style="list-style-type: none">-wymienia osoby do których należy zwrócić się pomoc w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia- wyjaśnia co symbolizuje flaga i znicz olimpijski
--	--	--	--	--	--