

WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

W SZKOLE PODSTAWOWEJ NR 2 im. Mikołaja Kopernika w Dąbrowie Tarnowskiej

Sprawdzanie i ocenianie odbywa się na bieżąco w ciągu całego roku szkolnego. Połączone jest z ocenianiem słownym, przekazaniem informacji zwrotnej o wynikach, formułowaniem wskazówek, ocenianiem wyrażonym stopniem szkolnym. Osiągnięcia uczniów dokumentuje się w dzienniku lekcyjnym.

Ocenianiu podlegają:

- sumienność i staranność w wywiązywaniu się z obowiązków wynikających ze specyfiki przedmiotu.
- zaangażowanie w przebieg lekcji i przygotowanie się do zajęć.
- stosunek do partnera i przeciwnika.
- stosunek do własnego ciała.
- aktywność fizyczna
- postęp w opanowaniu umiejętności, wiadomości i sprawności przewidzianych dla poszczególnych klas zgodnie z indywidualnymi możliwościami i predyspozycjami.
- osiągnięte wyniki w sportach wymiernych, dokładność wykonania zadania i poziom zdobytej wiedzy.

Ocenie podlegają również wymagania podane poniżej do wyboru przez nauczyciela.

Dodatkowo, zgodnie z nową podstawą programową (Rozporządzenie Ministra Edukacji z dnia 21 lipca 2025 r.), na wszystkich poziomach edukacyjnych, zostanie przeprowadzony test sprawności fizycznej, który nie będzie podlegał ocenie, a jego wyniki zostaną umieszczone w „Bazie Talentów”.

Wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego w klasie IV

	Ocena celująca	Ocena bardzo dobra	Ocena dobra	Ocena dostateczna	Ocena dopuszczająca
<u>Sprawność fizyczna</u> -gibkość- skłon tułowia w przód	Dz.- od 13 Chł. od 11	Dz. 9-12 Chł. 6-10	Dz. 4-8 Chł 1-5	Dz. (-2)-3 Chł. (-5)-0	Dz. (-6)-(-3) Chł. (-9)-(-6)
-pomiar tętna przed wysiłkiem i po jego zakończeniu- próba Ruffiera	0,0	0,1-5,0	5,1-10,0	10,1-15,0	Powyżej 15,0
<u>Lekkoatletyka</u> -bieg krótki 30 do 50m	zadanie wykonuje bezbłędnie	uczeń zadanie ruchowe wykonuje prawidłowo	uczeń podczas wykonywania zadania popełnia niewielkie błędy techniczne	w czasie wykonywania zadania pojawiają się rażące błędy techniczne	uczeń przystąpił do zaliczenia, jednak nie wykonał zadania
-wytrzymałościowy bieg terenowy	zadanie wykonuje bezbłędnie	uczeń brał udział w biegu terenowym, wykazał się ambicją w trakcie rywalizacji	brał udział w biegu terenowym, lekkie błędy podczas techniki biegu	brał udział w biegu terenowym, nie wykazał się ambicją w trakcie rywalizacji, udział w biegu potraktował jako konieczność	brał udział w biegu terenowym, nie wykazał się ambicją w trakcie rywalizacji, bieg potraktował jako konieczność, negował potrzebę startu
-rzut piłką lekarską w przód znad głowy	sposób wykonania nie budzi najmniejszych zastrzeżeń	uczeń zadanie ruchowe wykonuje prawidłowo	uczeń podczas wykonywania zadania popełnia niewielkie błędy techniczne	w czasie wykonywania zadania pojawiają się rażące błędy techniczne	uczeń przystąpił do zaliczenia, jednak nie wykonał zadania
- skok w dal z miejsca	całkowicie opanował elementy techniczne i taktyczne zadania	uczeń zadanie ruchowe wykonuje prawidłowo	uczeń podczas wykonywania zadania popełnia	w czasie wykonywania zadania pojawiają się	uczeń przystąpił do zaliczenia, jednak nie wykonał zadania

			niewielkie błędy techniczne	rażące błędy techniczne	
<u>Mini piłka ręczna</u> - rzut na bramkę jednoręcz z marszu	całkowicie opanował elementy techniczne i taktyczne zadania	uczeń zadanie ruchowe wykonuje prawidłowo	uczeń podczas wykonywania zadania popełnia niewielkie błędy techniczne	w czasie wykonywania zadania pojawiają się rażące błędy techniczne	uczeń przystąpił do zaliczenia, jednak nie wykonał zadania
- podanie jednoręcz półgórne w marszu	całkowicie opanował elementy techniczne i taktyczne zadania	uczeń zadanie ruchowe wykonuje prawidłowo	uczeń podczas wykonywania zadania popełnia niewielkie błędy techniczne	w czasie wykonywania zadania pojawiają się rażące błędy techniczne	uczeń przystąpił do zaliczenia, jednak nie wykonał zadania
<u>Mini piłka siatkowa</u> - odbicie piłki sposobem górnym po własnym podrzucie	Wykonuje zadanie ruchowe nie tylko efektownie , ale i efektywnie	uczeń zadanie ruchowe wykonuje prawidłowo i stosuje je w czasie gry	uczeń podczas wykonywania zadania popełnia niewielkie błędy techniczne	w czasie wykonywania zadania pojawiają się rażące błędy techniczne	uczeń przystąpił do zaliczenia, jednak nie wykonał zadania
- przyjmowanie postawy wysokiej i niskiej	całkowicie opanował elementy techniczne zadania	uczeń zadanie ruchowe wykonuje prawidłowo i stosuje je w czasie gry	uczeń podczas wykonywania zadania popełnia niewielkie błędy techniczne	w czasie wykonywania zadania pojawiają się rażące błędy techniczne	uczeń przystąpił do zaliczenia, jednak nie wykonał zadania
<u>Mini piłka nożna</u> - prowadzenie piłki wewnętrzną częścią stopy prawą lub lewą nogą	uczeń bardzo blisko siebie prowadzi piłkę drogą najbardziej zbliżoną do linii prostej, piłka cały czas kontrolowana, wzrok skierowany na	uczeń blisko siebie prowadzi piłkę drogą najbardziej zbliżoną do linii prostej	uczeń prowadzi piłkę zbyt silnie uderzając ją od siebie, wzrok wyłącznie na piłce	uczeń ma duże problemy z utrzymaniem piłki przy nodze, nie kontroluje jej toru prowadzenia	uczeń ma bardzo duże problemy z utrzymaniem piłki przy nodze, nie kontroluje jej toru prowadzenia, wzrok skierowany tylko na

	przeciwnika				piłkę
-uderzenie piłki na bramkę wewnętrzną częścią stopy	uczeń uderza piłkę nogą ugiętą w stawie kolanowym, tułów pochylony lekko w tył wykonując rozbieg z boku,	uczeń uderza piłkę leżącą z miejsca i z marszu, uderza łukiem do partnera	uczeń uderza piłkę leżącą z miejsca i z marszu, uderza łukiem do partnera, ale jest to uderzenie niedokładne	uczeń wykonuje rozbieg na wprost piłki, uderza wyprostowaną nogą, nadmiernie odchyła tułów w tył	uczeń wykonuje rozbieg na wprost piłki, uderza wyprostowaną nogą, nadmiernie odchyła tułów w tył, noga postawna za daleko od piłki, wykonuje ćwiczenie niechętnie
<u>Mini koszykówka</u> - podania piłki oburącz sprzed klatki piersiowej.	dokładność podania z wykonaniem prawidłowego ułożenia rąk ,tułowia i nóg ze zmyleniem przeciwnika	dokładność podania z wykonaniem prawidłowego ułożenia rąk ,tułowia i nóg	podania z wykonaniem prawidłowego ułożenia rąk i tułowia	podania z wykonaniem prawidłowego ułożenia rąk	podanie oburącz sprzed klatki piersiowej po swojemu
- kozłowanie piłki prawą i lewą ręką.	dokładność kozłowania ręką dalszą od przeciwnika,ze zmianą tempa,kierunku wraz z prawidłowym ułożeniem nóg, tułowia i nadgarstka kozłującego wraz z zastosowaniem zasłony	dokładność kozłowania ręką dalszą od przeciwnika ze zmianą tempa i kierunku, wraz z prawidłowym ułożeniem nóg , tułowia i nadgarstka kozłującego	dokładność kozłowania ręką dalszą od przeciwnika ze zmianą tempa i kierunku	kozłowanie ręką dalszą od przeciwnika ze zmianą tempa i kierunku	kozłowanie dowolną ręką ze zmianą tempa i kierunku
<u>Gimnastyka –</u>					

<u>ćwiczenia</u> <u>ogólnorozwojowe</u> -przewrót w przód z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego	zadanie wykonuje wzorcowo	uczeń wszystkie przewroty wykonuje prawidłowo oraz pamięta o zachowaniu prawidłowych pozycji gimnastycznych	uczeń prawidłowo wykonał 1 z przewrotów, a w 2 przewrocie popełnił błąd	uczeń prawidłowo wykonał 1 przewrót, a w 2 przewrocie popełnił znaczące błędy	uczeń przystąpił do zaliczenia, jednak w przewrotach popełnił błędy, zapominał o poprawnych pozycjach gimnastycznych
-przejście równoważne na ławeczce	sposób wykonania nie budzi najmniejszych zastrzeżeń	uczeń zadanie ruchowe wykonuje prawidłowo	uczeń podczas wykonywania zadania popełnia niewielkie błędy techniczne	w czasie wykonywania zadania pojawiają się rażące błędy techniczne	uczeń przystąpił do zaliczenia, jednak nie wykonał zadania
-układ gimnastyczny według własnej inwencji(postawa zasadnicza, przysiad podparty, przewrót w przód, klęk podparty, leżenie przewrotne)	sposób wykonania nie budzi najmniejszych zastrzeżeń	uczeń zadanie ruchowe wykonuje prawidłowo	podczas wykonywania ćwiczenia popełnił niewielki błąd	w czasie wykonywania zadania pojawiają się rażące błędy(ugięte ręce, nogi)	uczeń przystąpił do zaliczenia, jednak nie wykonał zadania
<u>Wiadomości</u> - podstawowe przepisy mini gier zespołowych	uczeń zna i potrafi zastosować podstawowe przepisy mini gier zespołowych podczas gry	uczeń zna podstawowe przepisy mini gier zespołowych	uczeń zna częściowo podstawowe przepisy mini gier zespołowych	uczeń ma problem ze znajomością podstawowych przepisów mini gier zespołowych	uczeń nie przyswaja podstawowych przepisów mini gier zespołowych mimo wielokrotnego powtarzania przez nauczyciela