

Wymagania edukacyjne na poszczególne śródroczne i roczne oceny klasyfikacyjne z wychowania fizycznego dla klasy V

I PÓŁROCZE

Obszar	Ocena					
	Niedostateczna	Dopuszczająca	Dostateczna	Dobra	Bardzo dobra	Celująca
	Uczeń:	Uczeń:	Uczeń:	Uczeń:	Uczeń:	Uczeń:
1. Systematyczny udział i aktywność w trakcie zajęć	Na lekcjach nie jest aktywny, zadania wykonuje z przymusu.	Sporadycznie jest aktywny na zajęciach.	Często jest aktywny na zajęciach	Zazwyczaj jest aktywny na zajęciach	Aktywnie uczestniczy w każdych zajęciach	Z dużym zaangażowaniem ćwiczy na każdych zajęciach
2. Postawa ucznia i jego kompetencje społeczne	Nie stosuje się do zasady fair play.	Sporadycznie stosuje zasadę fair play.	Często stosuje zasadę fair play.	Zazwyczaj stosuje zasadę fair play.	Zawsze stosuje zasadę fair play.	Zawsze stosuje zasadę fair play i swoją postawą motywuje innych do jej stosowania.
	Swoją postawą uniemożliwia bezpieczne i płynne prowadzenie zajęć, stale utrudnia pracę w zespołach.	Swoim zachowaniem często utrudnia grę (ćwiczenia) grupie/zespołowi.	Swoim zachowaniem sporadycznie utrudnia grę (ćwiczenia) grupie/zespołowi.	Współpracuje w drużynie.	Zawsze chętnie współpracuje w drużynie i tworzy w niej sportową atmosferę.	Pomaga mniej sprawnym fizycznie. Motywuje innych do podejmowania wysiłku fizycznego.
	Nie uczestniczy w zawodach klasowych.	Sporadycznie uczestniczy w zawodach klasowych.	Czasami uczestniczy w zawodach klasowych.	Uczestniczy w zawodach klasowych.	Chętnie uczestniczy w zawodach klasowych.	Chętnie uczestniczy w zawodach klasowych, szkolnych, międzyszkolnych.

3. Sprawność fizyczna (kontrola) - siła mm brzucha - gibkość - próba Ruffiera		Bez powodu odmawia przystąpienia do testów sprawnościowych.	Przystępuje do wybranych testów sprawnościowych.	Przystępuje do wszystkich testów sprawnościowych.	Przystępuje do wszystkich testów sprawnościowych i utrzymuje porównywalne wyniki na początku i na końcu roku szkolnego.	Przystępuje do wszystkich testów sprawnościowych i osiąga w nich lepsze wyniki na koniec roku szkolnego.	Przystępuje z zaangażowaniem do wszystkich testów sprawnościowych i osiąga w nich zdecydowanie lepsze wyniki na koniec roku szkolnego.
4. Umiejętności ruchowe	Zakres:	Niedostateczna	Dopuszczająca	Dostateczna	Dobra	Bardzo dobra	Celująca
		Uczeń:	Uczeń:	Uczeń:	Uczeń:	Uczeń:	Uczeń:
	1. Lekkoatletyka	1. Odmawia wykonania jakiegokolwiek pozycji startowej. 2. Nie podchodzi do wykonania zadania.	1. Podejmuje próbę wykonania pozycji niskiej startowej w biegach krótkich. 2. Podejmuje próbę wykonania pozycji wysokiej startowej w biegach długich i marszobiegu.	1. Podejmuje próbę wykonania pozycji niskiej startowej w biegach krótkich. 2. Podejmuje próbę wykonania pozycji wysokiej startowej w biegach długich i marszobiegu. 3. Kończy rozpoczęty bieg / marszobieg.	1. Wykonuje pozycję niską startową w biegach krótkich. 2. Wykonuje pozycję wysoką startową w biegach długich. 3. Zna komendy startowe i poprawnie na nie reaguje. 4. Kończy rozpoczętą próbę.	1. Wykonuje pozycję niską startową w biegach krótkich. 2. Wykonuje pozycję wysoką startową w biegach długich. 3. Zna komendy startowe i poprawnie na nie reaguje. 4. Kończy rozpoczętą próbę.	1. Wykonuje bezbłędnie pozycję niską startową w biegach krótkich. 2. Wykonuje bezbłędnie pozycję wysoką startową w biegach długich. 3. Zna komendy startowe i poprawnie na nie reaguje. 4. Kończy rozpoczętą próbę uzyskując czas zgodny z normami dla swojego wieku. 5. Z pełnym zaangażowaniem wykonuje zadanie.

	2. Minikoszykówka	Nie podejmuje prób kozłowania piłki w biegu ze zmianą reki i kierunku kozłowania.	Podejmuje próbę kozłowania piłki w marszu ze zmianą reki i kierunku poruszania się.	Kozłuje piłkę ze zmianą reki i kierunku poruszania się w marszu.	Podejmuje próbę kozłowania piłki w biegu ze zmianą reki i kierunku poruszania się.	Kozłuje piłkę ze zmianą reki kozłującej w marszu i w biegu po prostej	Prawidłowo kozłuje piłkę ze zmianą reki kozłującej i kierunku kozłowania w biegu.
	3. Minipiłka ręczna	Nie podejmuje prób kozłowania, rzutów, podań i chwytów piłki.	1. Podejmuje próbę wykonania rzutu z biegu. 2. Podejmuje próbę wykonania podania jednorącz półgórne.	1. Wykonuje celnie rzut do bramki z miejsca. 2. Wykonuje niedokładne podanie jednorącz półgórne w miejscu.	1. Wykonuje celnie rzut do bramki z miejsca po kozłowaniu. 2. Wykonuje podanie jednorącz półgórne w miejscu.	1. Wykonuje celnie rzut do bramki z marszu po kozłowaniu. 2. Wykonuje podanie jednorącz półgórne w marszu.	1. Wykonuje celnie rzut do bramki z biegu. 2. Wykonuje prawidłowo podanie jednorącz półgórne w biegu.
	4. Minipiłka siatkowa	Odmawia podjęcia próby odbić piłki sposobem górnym.	Uczeń odbija piłkę sposobem górnym z błędami nad głową.	Uczeń odbija piłkę sposobem górnym z niewielkimi błędami nad głową.	Uczeń odbija piłkę sposobem górnym w parze z niewielkimi błędami bez siatki.	Uczeń odbija piłkę sposobem górnym w parze z niewielkimi błędami technicznymi nad siatką.	Uczeń prawidłowo technicznie odbija piłkę sposobem oburącz górnym w parze nad siatką.
	5. Gimnastyka	Odmawia wykonania zadania.	Podejmuje próbę wykonania przewrotu tył z przysiadu z asekuracją nauczyciela.	Wykonuje przewrót w tył z przysiadu przy asekuracji nauczyciela.	Wykonuje przewrót w tył z przysiadu z delikatnymi błędami w technice.	Wykonuje przewrót w przód z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego	Wykonuje prawidłowy przewrót w tył z pozycji do pozycji.

5. Wiadomości	Nie zna i nie próbuje poznać jakichkolwiek przepisów minigier sportowych.	Zna wybrane przepisy 1 gry zespołowej.	Zna wybrane przepisy omawianych minigier zespołowych.	Zna podstawowe przepisy omawianych minigier zespołowych.	Zna podstawowe przepisy omawianych minigier zespołowych i stosuje je w grze.	Zna przepisy minigier zespołowych i stosuje je w grze.
	Odmawia sprawdzenia wiedzy z jakiegokolwiek zakresu.	Wyjaśnia pojęcie zdrowia według WHO.	Wyjaśnia pojęcie zdrowia według WHO oraz aktywności fizycznej. Potrafi wymienić pozytywne czynniki wpływające na zdrowie człowieka.	Wyjaśnia pojęcie zdrowia według WHO. Potrafi wymienić pozytywne czynniki wpływające na zdrowie człowieka .	Wyjaśnia pojęcie zdrowia według WHO. Potrafi wymienić pozytywne czynniki wpływające na zdrowie człowieka oraz rolę aktywności fizycznej w prawidłowym rozwoju organizmu.	Wyjaśnia pojęcie zdrowia według WHO. Potrafi wymienić pozytywne i negatywne czynniki wpływające na zdrowie człowieka oraz rolę aktywności fizycznej w prawidłowym rozwoju organizmu.
II PÓŁROCZE						
Obszar	Ocena					
	Niedostateczna	Dopuszczająca	Dostateczna	Dobra	Bardzo dobra	Celująca
	Uczeń:	Uczeń:	Uczeń:	Uczeń:	Uczeń:	Uczeń:
1. Systematyczny udział i aktywność w trakcie zajęć	Na lekcjach nie jest aktywny, zadania wykonuje z przymusu.	Sporadycznie jest aktywny na zajęciach.	Często jest aktywny na zajęciach	Zazwyczaj jest aktywny na zajęciach	Aktywnie uczestniczy w każdych zajęciach	Z dużym zaangażowaniem ćwiczy na każdych zajęciach
2. Postawa ucznia i jego kompetencje społeczne	Nie stosuje się do zasady fair play.	Sporadycznie stosuje zasadę fair play.	Często stosuje zasadę fair play.	Zazwyczaj stosuje zasadę fair play.	Zawsze stosuje zasadę fair play.	Zawsze stosuje zasadę fair play i swoją postawą motywuje innych do jej stosowania.
	Swoją postawą uniemożliwia	Swoim zachowaniem często utrudnia grę	Swoim zachowaniem	Współpracuje w drużynie.	Zawsze chętnie współpracuje w	Pomaga mniej sprawnym

		bezpieczne i płynne prowadzenie zajęć, stale utrudnia pracę w zespołach.	(ćwiczenia) grupie/zespołowi.	sporadycznie utrudnia grę (ćwiczenia) grupie/zespołowi.		drużynie i tworzy w niej sportową atmosferę.	fizycznie. Motywuje innych do podejmowania wysiłku fizycznego.
		Nie uczestniczy w zawodach klasowych.	Sporadycznie uczestniczy w zawodach klasowych.	Czasami uczestniczy w zawodach klasowych.	Uczestniczy w zawodach klasowych.	Chętnie uczestniczy w zawodach klasowych.	Chętnie uczestniczy w zawodach klasowych, szkolnych, międzyszkolnych.
	3. Sprawność fizyczna (kontrola) - siła mm brzucha - gibkość - próba Ruffiera	Bez powodu odmawia przystąpienia do testów sprawnościowych.	Przystępuje do wybranych testów sprawnościowych.	Przystępuje do wszystkich testów sprawnościowych.	Przystępuje do wszystkich testów sprawnościowych i utrzymuje porównywalne wyniki na początku i na końcu roku szkolnego.	Przystępuje do wszystkich testów sprawnościowych i osiąga w nich lepsze wyniki na koniec roku szkolnego.	Przystępuje z zaangażowaniem do wszystkich testów sprawnościowych i osiąga w nich zdecydowanie lepsze wyniki na koniec roku szkolnego.
4. Umiejętności ruchowe	Zakres:	Niedostateczna	Dopuszczająca	Dostateczna	Dobra	Bardzo dobra	Celująca
		Uczeń:	Uczeń:	Uczeń:	Uczeń:	Uczeń:	Uczeń:
	1. Minipiłka siatkowa	Nie podejmuje próby wykonania zagrywki sposobem dolnym.	Podejmuje próbę wykonania zagrywki sposobem dolnym .	Wykonuje zagrywkę sposobem dolnym przez siatkę z odległości 5 metrów prawidłowo w 1 próbach na 4.	Wykonuje zagrywkę sposobem dolnym przez siatkę z odległości 5 metrów prawidłowo w 2 próbach na 4.	Wykonuje zagrywkę sposobem dolnym przez siatkę z odległości 5 metrów prawidłowo w 3 próbach na 4.	Wykonuje zagrywkę sposobem dolnym przez siatkę z odległości 5 metrów prawidłowo w 4 próbach na 4.

	2. Minipiłka nożna	Nie podejmuje prób prowadzenia piłki i strzału do bramki.	1. Podejmuje próby prowadzenia piłki prostym podbiciem prawą lub lewą nogą. 2. Podejmuje próbę strzału do bramki prostym podbiciem.	1. Prowadzi piłkę prostym podbiciem prawą lub lewą nogą. 2. Wykonuje strzał do bramki prostym podbiciem.	1. Prowadzi piłkę prostym podbiciem prawą i lewą nogą. 2. Wykonuje strzał do bramki prostym podbiciem prawej lub lewej stopy.	1. Prowadzi piłkę prostym podbiciem prawą i lewą nogą po wyznaczonym torze. 2. Wykonuje strzał do bramki prostym podbiciem prawej i lewej stopy.	1. Prowadzi piłkę prostym podbiciem prawą i lewą nogą po wyznaczonym torze ze zmianą tempa. 2. Wykonuje strzał do bramki prostym podbiciem prawej i lewej stopy.
	3. Lekkoatletyka	Uczeń nie podejmuje próby rzutu piłka lekarską 3kg.	Podejmuje próbę rzutu piłka lekarską 3 kg.	Uczeń wykonuje rzut piłka lekarską na daną odległość określoną w tabeli sprawności fizycznej.	Uczeń wykonuje rzut piłka lekarską na daną odległość określoną w tabeli sprawności fizycznej.	Uczeń wykonuje rzut piłka lekarską prawidłową techniką na daną odległość określoną w tabeli sprawności fizycznej.	Uczeń wykonuje rzut piłka lekarską prawidłową techniką na daną odległość określoną w tabeli sprawności fizycznej.
	4. Minikoszykówka	Nie podejmuje prób rzutu do kosza dwutaktu.	Podejmuje próbę wykonania rzutu do kosza z dwutaktu.	Wykonuje rzut do kosza z dwutaktu.	Wykonuje prawidłowo rzut do kosza z dwutaktu po kozłowaniu.	Wykonuje prawidłowo celny rzut do kosza z dwutaktu.	Wykonuje prawidłowo celny rzut do kosza z dwutaktu po kozłowaniu.
	5. Gimnastyka	Nie podejmuje prób wykonania podporu łukiem leżąc tyłem.	Podejmuje próbę wykonania podporu łukiem leżąc tyłem.	Uczeń wykonuje podpór łukiem leżąc tyłem z asekuracją nauczyciela.	Uczeń wykonuje podpór łukiem leżąc tyłem z ugiętymi rękami i nogami.	Uczeń wykonuje podpór łukiem leżąc tyłem z ugiętymi nogami.	Uczeń prawidłowo wykonuje podpór łukiem leżąc tyłem.

5. Wiadomości	Nie zna i nie próbuje poznać jakichkolwiek przepisów minigier sportowych.	Zna wybrane przepisy 1 gry zespołowej.	Zna wybrane przepisy omawianych minigier zespołowych.	Zna podstawowe przepisy omawianych minigier zespołowych.	Zna podstawowe przepisy omawianych minigier zespołowych i stosuje je w grze.	Zna przepisy minigier zespołowych i stosuje je w grze.
	Odmawia sprawdzenia wiedzy z jakiegokolwiek zakresu.	Potrafi wyjaśnić na czym polega Test Coopera i zna wartość tętna spoczynkowego.	Potrafi przeprowadzić Test Coopera. Zna wartość tętna spoczynkowego dla swojego wieku.	Potrafi przeprowadzić Test Coopera, umie zmierzyć tętno metoda palpacyjną.	Uczeń jest świadomy potrzeby systematycznej kontroli wydolności fizycznej. Potrafi przeprowadzić Test Coopera, umie zmierzyć tętno metoda palpacyjną.	Uczeń jest świadomy potrzeby systematycznej kontroli wydolności fizycznej. Potrafi przeprowadzić Test Coopera, umie zmierzyć tętno metoda palpacyjną. Zna wartość tętna spoczynkowego dla swojego wieku.
	Nie zna pojęcia "Międzynarodowy Test Sprawności Fizycznej".	Zna 1 wybraną próbę MTSF i umie ją przeprowadzić.	Zna 2 próby MTSF i umie je przeprowadzić.	Zna omawiane próby MTSF i umie je przeprowadzić.	Zna omawiane próby MTSF i umie je przeprowadzić. Stara się interpretować swój wynik.	Zna omawiane próby MTSF, umie je przeprowadzić. I poprawnie interpretuje swój wynik.