



### §1

#### Ogólne

Wychowanie fizyczne pełni ważne funkcje edukacyjne, rozwojowe i zdrowotne: wspiera rozwój fizyczny, psychiczny, intelektualny i społeczny uczniów oraz kształtuje obyczaj aktywności fizycznej i troski o zdrowie w okresie całego życia, wspomaga efektywność procesu uczenia się oraz edukację zdrowotną uczniów. Oczekiwania wobec współczesnego wychowania fizycznego wymagają nowych standardów przygotowania ucznia do całonocnej aktywności fizycznej i troski o zdrowie.

Wychowanie fizyczne to nie tylko przygotowanie sprawnościowe, ale przede wszystkim prozdrowotne. Pełni ono, oprócz swej funkcji doraźnej, również funkcję perspektywną (przygotowuje do dokonywania w życiu wyborów korzystnych dla zdrowia).

### §2

#### Przedmiot oceny

Podstawą oceny jest wysiłek włożony przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfikacji zajęć oraz zaangażowanie i aktywność na lekcji.

Przed wszystkim:

- 1) Zaangażowanie w przebieg lekcji i przygotowanie się do zajęć.
- 2) Sumienne i staranne wywiązywanie się z obowiązków wynikających z przedmiotu.
- 3) Aktywność fizyczna.
- 4) Stosunek do partnera i przeciwnika.
- 5) Stosunek do własnego ciała.
- 6) Postęp w opanowaniu umiejętności i wiadomości przewidzianych dla poszczególnych klas zgodnie z indywidualnymi możliwościami i predyspozycjami.
- 7) Osiągnięte wyniki w sportach wymiernych, dokładność wykonywania zadań i poziom zdobytej wiedzy.
- 8) Zaangażowanie poza lekcją wychowania fizycznego

Uczeń otrzymuje ocenę cząstkową bardzo dobrą lub celującą (w zależności od rangi zawodów, zdobytego miejsca, maksymalnego zaangażowania w zajęciach pozalekcyjnych) za:

- reprezentowanie szkoły w zawodach sportowych,
- systematyczne uczestnictwo w zajęciach pozalekcyjnych.

### §3

#### Przygotowanie do zajęć

Przez przygotowanie do zajęć będzie rozumiane posiadanie przez ucznia właściwego stroju gimnastycznego (tj. spodenki sportowe, koszulka biała, obuwie zmienne lub dres przeznaczonego wyłącznie do ćwiczeń fizycznych), nie spóźnianie się na lekcje, nie uciekanie z lekcji (przez ucieczkę z lekcji wychowania fizycznego rozumie się sytuację kiedy uczeń danego dnia obecny jest na wszystkich lekcjach oprócz lekcji wychowania fizycznego, nie jest zwolniony z tej lekcji przez wychowawcę, rodzica, dyrektora szkoły bądź lekarza).

Każdy przypadek braku stroju lub braku odpowiedniego zmiennego i czystego obuwia, spóźnienia i ucieczki nauczyciel zaznacza. Zwolnienie lekarskie usprawiedliwia ucznia z niećwiczenia na lekcji lub w wyjątkowych przypadkach zwolnienie napisane przez rodzica, ale dostarczone przed lekcją.

### §4

#### Kryteria ocen

##### Skala ocen:

**6-celujący**

**3-dostateczny**

**5-bardzo dobry**

**2-dopuszczający**

**4-dobry**

**1-niedostateczny**

**Ocenę celującą (6)** - otrzymuje uczeń, który wykazuje się szczególnym zaangażowaniem w pracy, twórczą postawą, umiejętnościami i wiadomościami wykraczającymi poza program nauczania w danej klasie. Prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia, chętnie uczestniczy w zajęciach sportowo - rekreacyjnych, bierze udział w konkursach, zawodach i olimpiadach sportowych, reprezentując szkołę. Bierze aktywny udział w zajęciach SKS oraz zajęciach sportowych pozaszkolnych.

**Ocenę bardzo dobrą (5)** - otrzymuje uczeń, który całkowicie opanował zadania z poziomu przewidzianego dla danej klasy. Bardzo starannie i sumiennie wykonuje zadania, wykazuje duże zaangażowanie na lekcji oraz jest dobrze przygotowany do zajęć. Prowadzi sportowy i higieniczny tryb życia, systematycznie doskonali sprawność motoryczną i osiąga duże postępy w osobistym usprawnieniu. Aktywnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych o charakterze sportowo - rekreacyjnym.

## Ocenianie z wychowania fizycznego

Szkoła Podstawowa im. Arkadego Fiedlera w Przeźmierowie

**Ocenę dobrą (4)** - otrzymuje uczeń, który bez zarzutu wywiązuje się z obowiązków, w poszczególnych klasach osiąga postęp w opanowaniu umiejętności i wiadomości na poziomie podstawowym, przy pomocy nauczyciela realizuje zadania poziomu rozszerzonego. Wykazuje się starannością i sumiennością w wykonywaniu zadań i zaangażowanie w przebieg lekcji oraz stopień przygotowania się do zajęć. Uczeń prowadzi higieniczny tryb życia, uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych o charakterze sportowo - rekreacyjnym.

**Ocenę dostateczną (3) i dopuszczającą (2)** – otrzymuje uczeń adekwatnie do włożonego wysiłku w wywiązywanie się z obowiązków, stopnia postępu w opanowaniu umiejętności i wiadomości na poziomie podstawowym w poszczególnych klasach, poziomu staranności i sumienności w wykonywaniu zadań, zaangażowanie w przebieg lekcji oraz stopnia przygotowania się do zajęć.

**Ocenę niedostateczną (1)** - otrzymuje uczeń, który wykazuje szczególnie lekceważący stosunek do obowiązków wynikających ze specyfikacji przedmiotu, nie bierze czynnego udziału w lekcji, swoim zachowaniem dezorganizuje pracę, stwarzając niebezpieczeństwo dla siebie i innych, notorycznie jest nieprzygotowany do zajęć, prowadzi niehigieniczny i nie sportowy tryb życia.

**Uczeń nieklasyfikowany** - uczeń może być nieklasyfikowany z zajęć edukacyjnych, jeżeli brak jest podstaw do ustalenia oceny klasyfikacyjnej z powodu nieobecności ucznia na zajęciach edukacyjnych przekraczającej połowę czasu przeznaczanego na te zajęcia w szkolny planie nauczania.

### §5

#### Cele kształcenia – wymagania ogólne

- I. Kształtowanie umiejętności rozpoznawania i oceny własnego rozwoju fizycznego oraz sprawności fizycznej.
- II. Zachęcanie do uczestnictwa w rekreacyjnych i sportowych formach aktywności fizycznej.
- III. Poznawanie i stosowanie zasad bezpieczeństwa podczas aktywności fizycznej.
- IV. Kształtowanie umiejętności rozumienia związku aktywności fizycznej ze zdrowiem oraz praktykowania zachowań prozdrowotnych.
- V. Kształtowanie umiejętności osobistych i społecznych sprzyjających całościowej aktywności fizycznej.

### §6

#### Treści nauczania – wymagania szczegółowe

Osiągnięcia w zakresie utrzymania higieny osobistej i zdrowia. Uczeń:

- 1) utrzymuje w czystości ręce i całe ciało, przebiera się przed zajęciami ruchowymi i po ich zakończeniu; wykonuje te czynności samodzielnie i w stosownym momencie;
- 2) dostosowuje strój do rodzaju pogody i pory roku w trakcie zajęć ruchowych odpowiednio na świeżym powietrzu i w pomieszczeniu;
- 3) wyjaśnia znaczenie ruchu w procesie utrzymania zdrowia;
- 4) przygotowuje we właściwych sytuacjach i w odpowiedni sposób swoje ciało do wykonywania ruchu;
- 5) ma świadomość znaczenia systematyczności i wytrwałości w wykonywaniu ćwiczeń
- 6) uznaje, że każdy człowiek ma inne możliwości w zakresie sprawności fizycznej, akceptuje sytuację dzieci, które z uwagi na chorobę nie mogą być sprawne w każdej formie ruchu.

2. Osiągnięcia w zakresie sprawności motorycznych. Uczeń:

- 1) przyjmuje podstawowe pozycje do ćwiczeń: postawa zasadnicza, rozkrok, wykrok, zakrok, stanie jednoonóż, klęk podparty, przysiad podparty, podpór przodem, podpór tyłem, siad klęczny, skrzyżny, skulony, prosty;
- 2) pokonuje w biegu przeszkody naturalne i sztuczne, biega z wysokim unoszeniem kolan, biega w połączeniu ze skokiem, przenoszeniem przyborów np. piłki, pałeczki, z rzutem do celu ruchomego i nieruchomego, bieg w różnym tempie, realizuje marszobieg;
- 3) rzuca i podaje jednorącz, w miejscu i ruchu, oburącz do przodu, znad głowy, piłką małą i dużą, rzuca małymi przyborami na odległość i do celu, skacze jednoonóż i obunóż ze zmianą tempa, kierunku, pozycji ciała, skacze w dal dowolnym sposobem, skacze przez skakankę, wykonuje przeskok zawrotny przez ławeczkę, naskoki i zeskoki, skoki zajęcze;
- 4) wykonuje ćwiczenia zwinnościowe:
  - a) skłony, skrętoskłony, przetoczenie, czołganie, podciąganie,
  - b) czworakowanie ze zmianą kierunku i tempa ruchu,
  - c) wspina się,
  - d) mocowanie w pozycjach niskich i wysokich,
  - e) podnoszenie i przenoszenie przyborów;
- 5) wykonuje przewrót w przód z przysiadu podpartego;
- 6) wykonuje ćwiczenia równoważne bez przyboru i z przyborem np. na ławeczce gimnastycznej;
- 7) samodzielnie wykonuje ćwiczenia prowadzące do zapobiegania wadom postawy.

### 3. Osiągnięcia w zakresie różnych form rekreacyjno-sportowych. Uczeń:

- 1) organizuje zespołową zabawę lub grę ruchową z wykorzystaniem przyboru lub bez;
- 2) zachowuje powściągliwość w ocenie sprawności fizycznej koleżanek i kolegów – uczestników zabawy, respektuje ich prawo do indywidualnego tempa rozwoju, radzi sobie w sytuacji przegranej i akceptuje zwycięstwo, np. drużyny przeciwnej, gratuluje drużynie zwycięskiej sukcesu;
- 3) respektuje przepisy, reguły zabaw i gier ruchowych, przepisy ruchu drogowego w odniesieniu do pieszych, rowerzystów, rolkarzy, biegaczy i innych osób, których poruszanie się w miejscu publicznym może stwarzać zagrożenie bezpieczeństwa;
- 4) uczestniczy w zabawach i grach zespołowych, z wykorzystaniem różnych rodzajów piłek;
- 5) wykonuje prawidłowo elementy charakterystyczne dla gier zespołowych: rzuty i chwyt ringo, podania piłki do partnera jednorącz i oburącz w miejscu lub w ruchu, odbicia piłki, kozłowanie w miejscu i w ruchu, podania piłki w miejscu i w ruchu, prowadzenie piłki, strzał do celu;
- 6) układa zespołowe zabawy ruchowe i w nich uczestniczy, ma świadomość, iż sukces w takiej zabawie odnosi się dzięki sprawności, zaradności i współdziałaniu;
- 7) jeździ na dostępnym sprzęcie sportowym, np. hulajnodze, rolkach, rowerze, sankach, łyżwach.

## §7

### Testy sprawnościowe

Testy sprawnościowe, o których mowa w art. 28 ust. 2a ustawy z dnia 14 grudnia 2016 r. – Prawo oświatowe (Dz. U. z 2024 r. poz. 737 i 854), są przeprowadzane w okresie od lutego do kwietnia w każdej klasie.

Testy sprawnościowe obejmują:

- 1) bieg wahadłowy 10 razy po 5 metrów – służący pomiarowi zdolności szybkościowo-siłowo -koordynacyjnych;
- 2) 20-metrowy wytrzymałościowy bieg wahadłowy wykonywany według Europejskiego Testu Sprawności Fizycznej – Eurofit, opracowanego przez Radę Europy – służący pomiarowi zdolności wytrzymałościowych w biegu;
- 3) podpór leżąc przodem na przedramionach (deska) – służący pomiarowi zdolności siłowo-wytrzymałościowych całego ciała;
- 4) skok w dal z miejsca – służący pomiarowi skoczności i siły.

Pomiary sprawności fizycznej nie mogą być kryterium oceny z przedmiotu wychowanie fizyczne, lecz powinny być wykorzystywane do wskazania mocnych i słabych stron sprawności fizycznej ucznia w celu planowania dalszego jej rozwoju.

### §8

#### Wymagania na poszczególne oceny z wychowania fizycznego dla klasy VI

##### Treści kształcenia – wymagania szczegółowe

- I. Rozwój fizyczny i sprawność fizyczna.
  1. W zakresie wiedzy. Uczeń:
    - a) wymienia kryteria oceny wytrzymałości w odniesieniu do wybranej próby testowej (np. test Coopera);
    - b) wymienia kryteria oceny siły i gibkości w odniesieniu do wybranej próby testowej (np. siły mięśni brzucha, gibkości dolnego odcinka kręgosłupa);
    - c) wskazuje grupy mięśniowe odpowiedzialne za prawidłową postawę ciała.
  2. W zakresie umiejętności. Uczeń:
    - a) wykonuje próby sprawnościowe pozwalające ocenić wytrzymałość tlenową, siłę i gibkość oraz z pomocą nauczyciela interpretuje uzyskane wyniki;
    - b) demonstruje ćwiczenia wzmacniające mięśnie posturalne i ćwiczenia gibkościowe, indywidualne i z partnerem; wykonuje próbę siły mięśni brzucha oraz gibkości kręgosłupa;
    - c) demonstruje ćwiczenia rozwijające zdolności koordynacyjne wykonywane indywidualnie i z partnerem.
- II. Aktywność fizyczna.
  1. W zakresie wiedzy. Uczeń:
    - a) wymienia podstawowe przepisy wybranych sportowych i rekreacyjnych gier zespołowych;
    - b) opisuje zasady wybranej gry rekreacyjnej pochodzącej z innego kraju europejskiego;
    - c) opisuje podstawowe zasady taktyki obrony i ataku w wybranych grach zespołowych;
    - d) wymienia rekomendacje aktywności fizycznej dla swojego wieku (np. Światowej Organizacji Zdrowia lub Unii Europejskiej);
    - e) definiuje pojęcie rozgrzewki i opisuje jej zasady;
    - f) rozumie i opisuje ideę starożytnego i nowożytnego ruchu olimpijskiego.

2. W zakresie umiejętności. Uczeń:
  - a) wykonuje i stosuje w grze: kozłowanie piłki w ruchu ze zmianą tempa i kierunku, prowadzenie piłki nogą ze zmianą tempa i kierunku, podanie piłki oburącz i jednorącz w ruchu, rzut piłki do kosza z biegu po kozłowaniu (dwutakt), rzut i strzał piłki do bramki w ruchu, odbicie piłki oburącz sposobem górnym i dolnym, rozegranie „na trzy”, zagrywkę ze zmniejszonej odległości, rzut i chwyt ringo;
  - b) uczestniczy w mini-grach oraz grach szkolnych i uproszczonych;
  - c) uczestniczy w grze rekreacyjnej pochodzącej z innego kraju europejskiego;
  - d) organizuje w gronie rówieśników wybraną grę sportową lub rekreacyjną;
  - e) wykonuje przewrót w przód z marszu oraz przewrót w tył z przysiadu;
  - f) wykonuje wybrane inne ćwiczenie zwinnościowo-akrobatyczne (np. stanie na rękach lub na głowie z asekuracją, przerzut bokiem);
  - g) wykonuje układ ćwiczeń zwinnościowo-akrobatycznych z przyborem lub bez;
  - h) wykonuje dowolny skok przez przyrząd z asekuracją;
  - i) wykonuje proste kroki i figury tańców regionalnych i nowoczesnych;
  - j) wybiera i pokonuje trasę biegu terenowego;
  - k) wykonuje bieg krótki ze startu niskiego;
  - l) wykonuje rzut małą piłką z rozbiegu;
  - m) wykonuje skok w dal po rozbiegu oraz skoki przez przeszkody;
  - n) przeprowadza fragment rozgrzewki.

### 6) Bezpieczeństwo w aktywności fizycznej.

1. W zakresie wiedzy. Uczeń:
  - a) zna regulamin sali gimnastycznej i boiska sportowego; wyjaśnia, dlaczego należy przestrzegać ustalonych reguł w trakcie rywalizacji sportowej;
  - b) omawia sposoby postępowania w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia;
  - c) wymienia zasady bezpiecznego korzystania ze sprzętu sportowego;
  - d) omawia zasady bezpiecznego zachowania się nad wodą i w górach w różnych porach roku.
2. W zakresie umiejętności. Uczeń:
  - a) stosuje zasady asekuracji podczas zajęć ruchowych;
  - b) korzysta bezpiecznie ze sprzętu i urządzeń sportowych;
  - c) wykonuje elementy samoobrony (np. zasłona, unik, pad).

### III. Edukacja zdrowotna.

1. W zakresie wiedzy. Uczeń:
  - a) wyjaśnia pojęcie zdrowia;
  - b) opisuje pozytywne mierniki zdrowia;
  - c) wymienia zasady i metody hartowania organizmu;

## Ocenianie z wychowania fizycznego

Szkoła Podstawowa im. Arkadego Fiedlera w Przeźmierowie

- d) omawia sposoby ochrony przed nadmiernym nasłonecznieniem i niską temperaturą;
  - e) omawia zasady aktywnego wypoczynku zgodne z rekomendacjami aktywności fizycznej dla swojego wieku (np. WHO lub UE).
2. W zakresie umiejętności. Uczeń:
- a) wykonuje ćwiczenia kształtujące nawyk prawidłowej postawy ciała w postawie stojącej, siedzącej i leżeniu oraz w czasie wykonywania różnych codziennych czynności;
  - b) wykonuje ćwiczenia oddechowe i inne o charakterze relaksacyjnym;
  - c) podejmuje aktywność fizyczną w różnych warunkach atmosferycznych.

### Wymagania od oceny dostatecznej po spełnieniu wymagań na wcześniejsze oceny !

GIMNASTYKA		
	Ćwiczenie	Poziom umiejętności
<b>Dopuszczający</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ wykonuje przewrót w przód i w tył z różnych pozycji wyjściowych;</li> </ul>	Wykonanie ćwiczenia lub układu ćwiczeń, z wielokrotnymi błędami, z pomocą nauczyciela. Brak włożonego wysiłku w wykonywaniu ćwiczeń. Podjęcie próby wykonania ćwiczenia lub układu ćwiczeń.
<b>Dostateczny</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ wykonuje przewrót w przód i w tył z różnych pozycji wyjściowych;</li> </ul>	Wykonanie ćwiczeń lub układu ćwiczeń niepewnie i z dużymi błędami technicznymi w miarę samodzielnie. Umiejętność oceny własnej postawy.
<b>Dobry</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ wykonuje przewroty łącząc je w układ gimnastyczny wg inwencji ucznia;</li> <li>➤ wykonuje przerzut bokiem na dowolną stronę</li> </ul>	Wykonanie ćwiczenia lub układu ćwiczeń poprawnie, bez pomocy nauczyciela z drobnymi niedociągnięciami.
<b>Bardzo dobry</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ wykonuje układ równoważny na ławeczce;</li> <li>➤ prowadzi rozgrzewkę gimnastyczną, wykonuje stanie na rękach i na głowie z asekuracją;</li> </ul>	Dokładne i staranne wykonanie ćwiczeń lub układu. Przeprowadzenie samodzielnie ćwiczeń kształtujących, przygotowujących organizm do wysiłku oraz relaksacyjnych po intensywnym wysiłku z zachowaniem zasad wszechstronności.
<b>Celujący</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ wykonuje skoki przez przyrządy gimnastyczne;</li> <li>➤ prezentuje dowolny układ gimnastyczny indywidualny</li> </ul>	Wzorowe wykonanie ćwiczenia lub układu ćwiczeń.



## Ocenianie z wychowania fizycznego

Szkoła Podstawowa im. Arkadego Fiedlera w Przeźmierowie

	lub dwójkowy; wykonuje dowolną piramidę, dwójkową lub trójkową;	Samodzielnie wybierać ćwiczenia wzmacniające siłę, rozwijające gibkość, zwiększające wytrzymałość.
--	---	--

<b>LEKKOATLETYKA</b>		
	<b>Ćwiczenie</b>	<b>Poziom umiejętności</b>
<b>Dopuszczający</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Uczeń potrafi rozłożyć siły fizyczne w trakcie biegu.</li> <li>➤ Uczeń wykonuje marszobieg w terenie.</li> <li>➤ Uczeń potrafi wykonać bieg krótki ze startu niskiego.</li> <li>➤ Uczeń potrafi wykonać skiping a i c.</li> <li>➤ Uczeń potrafi wykonać bieg długi ze startu wysokiego.</li> <li>➤ Uczeń potrafi wykonać rzut piłeczką palantową z miejsca i z biegu.</li> <li>➤ Uczeń potrafi wykonać rzut piłką lekarską.</li> <li>➤ Uczeń potrafi wykonać skok w dal z rozbiegu.</li> <li>➤ Uczeń potrafi prawidłowo przekazać pałeczkę.</li> </ul>	<p>Wykazanie bardzo słabego poziomu w opanowaniu umiejętności technicznych w skokach, rzutach i biegach.</p> <p>Podjęcie próby wykonania próby motorycznej lub wydolnościowej</p>
<b>Dostateczny</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Uczeń potrafi rozłożyć siły fizyczne w trakcie biegu.</li> <li>➤ Uczeń wykonuje marszobieg w terenie.</li> <li>➤ Uczeń potrafi wykonać bieg krótki ze startu niskiego.</li> <li>➤ Uczeń potrafi wykonać skiping a i c.</li> <li>➤ Uczeń potrafi wykonać bieg długi ze startu wysokiego.</li> <li>➤ Uczeń potrafi wykonać rzut piłeczką palantową z miejsca i z biegu.</li> <li>➤ Uczeń potrafi wykonać rzut piłką lekarską.</li> <li>➤ Uczeń potrafi wykonać skok w dal z rozbiegu.</li> <li>➤ Uczeń potrafi prawidłowo przekazać pałeczkę.</li> </ul>	<p>Wykazanie przeciętnego poziomu w opanowaniu umiejętności technicznych w skokach, rzutach i biegach. Z pomocą nauczyciela interpretowanie uzyskanych wyników.</p> <p>Uzyskanie przeciętnego wyniku w próbie motorycznej lub wydolnościowej.</p>
<b>Dobry</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Uczeń potrafi rozłożyć siły fizyczne w trakcie biegu.</li> <li>➤ Uczeń wykonuje marszobieg w terenie.</li> </ul>	<p>Wykazanie średniego poziomu w opanowaniu umiejętności technicznych w skokach, rzutach i biegach.</p>

## Ocenianie z wychowania fizycznego

Szkoła Podstawowa im. Arkadego Fiedlera w Przeźmierowie

	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Uczeń potrafi wykonać bieg krótki ze startu niskiego.</li> <li>➤ Uczeń potrafi wykonać skipping a i c.</li> <li>➤ Uczeń potrafi wykonać bieg długi ze startu wysokiego.</li> <li>➤ Uczeń potrafi wykonać rzut piłeczką palantową z miejsca i z biegu.</li> <li>➤ Uczeń potrafi wykonać rzut piłką lekarską.</li> <li>➤ Uczeń potrafi wykonać skok w dal z rozbiegu.</li> <li>➤ Uczeń potrafi prawidłowo przekazać pałeczkę.</li> </ul>	<p>Wykonanie prawidłowego startu z pozycji niskiej i wysokiej. Uzyskanie dobrego wyniku w próbie motorycznej lub wydolności.</p>
<b>Bardzo dobry</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Uczeń potrafi rozłożyć siły fizyczne w trakcie biegu.</li> <li>➤ Uczeń wykonuje marszobieg w terenie.</li> <li>➤ Uczeń potrafi wykonać bieg krótki ze startu niskiego.</li> <li>➤ Uczeń potrafi wykonać skipping a i c.</li> <li>➤ Uczeń potrafi wykonać bieg długi ze startu wysokiego.</li> <li>➤ Uczeń potrafi wykonać rzut piłeczką palantową z miejsca i z biegu.</li> <li>➤ Uczeń potrafi wykonać rzut piłką lekarską.</li> <li>➤ Uczeń potrafi wykonać skok w dal z rozbiegu.</li> <li>➤ Uczeń potrafi prawidłowo przekazać pałeczkę.</li> </ul>	<p>Uzyskanie postępu w wynikach skoków, rzutów i biegów. Wykonanie prawidłowo startu z pozycji wysokiej i niskiej. Samodzielnie posługiwanie się stoperem.</p>
<b>Celujący</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Uczeń potrafi rozłożyć siły fizyczne w trakcie biegu.</li> <li>➤ Uczeń wykonuje marszobieg w terenie.</li> <li>➤ Uczeń potrafi wykonać bieg krótki ze startu niskiego.</li> <li>➤ Uczeń potrafi wykonać skipping a i c.</li> <li>➤ Uczeń potrafi wykonać bieg długi ze startu wysokiego.</li> <li>➤ Uczeń potrafi wykonać rzut piłeczką palantową z miejsca i z biegu.</li> <li>➤ Uczeń potrafi wykonać rzut piłką lekarską.</li> <li>➤ Uczeń potrafi wykonać skok w dal z rozbiegu.</li> <li>➤ Uczeń potrafi prawidłowo przekazać pałeczkę.</li> </ul>	<p>Uzyskanie znaczącego postępu i wysokich wyników z rzutów, skoków i biegów. Wykonanie prawidłowo startu z pozycji wysokiej i niskiej. Samodzielne posługiwanie się stoperem. Znajomość zasad takich jak: uspokoić oddech po wysiłku, przeprowadzenie poszczególnych konkurencji.</p>

## Ocenianie z wychowania fizycznego

Szkoła Podstawowa im. Arkadego Fiedlera w Przeźmierowie

<b>MINI GRY ZESPOŁOWE</b>		
	<b>Ćwiczenie</b>	<b>Poziom umiejętności</b>
<b>Dopuszczający</b>	<p>Minikoszykówka</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Uczeń potrafi wykonać kozłowanie piłki ze zmianą ręki kozłującej w miejscu i ruchu</li> </ul> <p>Minipiłka ręczna</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ uczeń uczestniczy w grach i zabawach. Potrafi przeprowadzić wybraną grę lub zabawę z elementami piłki ręcznej</li> </ul> <p>Minipiłka siatkowa</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ uczeń potrafi odbić piłkę sposobem oburącz górnym i dolnym i potrafi wykonać poznane elementy w grze</li> </ul> <p>Minipiłka nożna</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ uczeń potrafi przeprowadzić wybraną grę lub zabawę</li> </ul>	Opanowanie w minimalnym stopniu umiejętności technicznych z mini-gier zespołowych.
<b>Dostateczny</b>	<p>Minikoszykówka</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Uczeń potrafi wykonać chwyt i podanie oburącz w miejscu i w biegu</li> </ul> <p>Minipiłka ręczna</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ uczeń potrafi wykonać podanie półgórne jednorącz i chwyt oburącz</li> </ul> <p>Minipiłka siatkowa</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ uczeń potrafi wykonać zagrywkę sposobem górnym i dolnym</li> <li>➤ uczeń potrafi zająć właściwą pozycję na boisku</li> </ul> <p>Minipiłka nożna</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ uczeń potrafi przyjąć piłkę różnymi częściami ciała</li> </ul>	Wykazanie przeciętnego poziomu opanowania umiejętności technicznych, wykonanie ich niepewnie, w nieodpowiednim tempie z większymi błędami technicznymi. Słaba znajomość przepisów z mini-gier zespołowych.
<b>Dobry</b>	<p>Minikoszykówka</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ uczeń potrafi wykonać celny rzut do kosza</li> </ul>	Prawidłowy lecz nie dość dokładny, z małymi błędami sposób wykonywania umiejętności

## Ocenianie z wychowania fizycznego

Szkoła Podstawowa im. Arkadego Fiedlera w Przeźmierowie

	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ uczeń potrafi wykonać rzut osobisty</li> </ul> <p>Minipiłka ręczna</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ uczeń potrafi współpracować w zespole dwójkowym</li> <li>➤ uczeń potrafi wykonać strzał na bramkę</li> </ul> <p>Minipiłka siatkowa</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ uczeń potrafi rozegrać piłkę</li> </ul> <p>Minipiłka nożna</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ uczeń potrafi wykonać celny strzał na bramkę</li> </ul>	<p>technicznych z mini-gier zespołowych. Wykorzystywanie posiadanych umiejętności i wiadomości w praktyce. Przestrzeganie w trakcie rywalizacji sportowej ustalonych reguł.</p>
<b>Bardzo dobry</b>	<p>Minikoszykówka</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ uczeń potrafi wykonać rzut do kosza z dwutaktu z prawej i lewej strony</li> </ul> <p>Minipiłka ręczna</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ uczeń potrafi wykonać obronę strefową poruszając się krokiem dostawnym</li> <li>➤ uczeń potrafi obronić piłkę rękami i nogami</li> </ul> <p>Minipiłka siatkowa</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ uczeń potrafi rozegrać akcję na 3 odbicia</li> <li>➤ uczeń potrafi wykonać atak piłki</li> </ul> <p>Minipiłka nożna</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ uczeń potrafi zastosować w grze doskonalone elementy piłki nożnej</li> </ul>	<p>Opanowanie pełnego zakresu umiejętności technicznych minigier zespołowych. Przestrzeganie zasad czystej gry na boisku. Sędziowanie co najmniej jednej mini-gry zespołowej.</p>
<b>Celujący</b>	<p>Minikoszykówka</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ uczeń potrafi zastosować w grze poznane elementy mini piłki koszykowej</li> <li>➤ uczeń reprezentuje szkołę na zawodach sportowych</li> </ul> <p>Minipiłka ręczna</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ uczeń potrafi zastosować w grze poznane elementy mini piłki ręcznej</li> <li>➤ uczeń zna zasady gry</li> <li>➤ uczeń reprezentuje szkołę na zawodach sportowych</li> </ul> <p>Minipiłka siatkowa</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ uczeń potrafi zastosować</li> </ul>	<p>Wykonanie z właściwą techniką, pewnie, w odpowiednim tempie i dokładnie. Znajomość założeń taktycznych i przepisów dyscyplin sportowych zawartych w programie. Sędziowanie co najmniej dwóch mini-gier zespołowych.</p>

## Ocenianie z wychowania fizycznego

Szkoła Podstawowa im. Arkadego Fiedlera w Przeźmierowie

	<p>w grze poznane elementy</p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ mini piłki siatkowej</li><li>➤ uczeń reprezentuje szkołę na zawodach sportowych</li></ul> <p>Minipiłka nożna</p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ uczeń zna zasady gry i je stosuje</li><li>➤ uczeń potrafi w grze zastosować doskonalone elementy mini piłki nożnej</li><li>➤ uczeń reprezentuje szkołę na zawodach sportowych</li></ul>	
--	---	--

### §9

#### **Warunki i tryb uzyskania wyższej niż przewidywana semestralnej oceny klasyfikacyjnej z wychowania fizycznego**

1. Możliwość ubiegania się o wyższą niż przewidywana semestralną (roczną) ocenę

klasyfikacyjną z wychowania fizycznego mają uczniowie, którzy:

- uzyskali oceny ze wszystkich przeprowadzonych w danym semestrze (roku szkolnym), sprawdzianów, testów, ćwiczeń sprawdzających, w ustalonym przez nauczyciela terminie (dotyczy też dodatkowych terminów w przypadku usprawiedliwionej nieobecności),
- wykazali zainteresowanie w zakresie poprawiania ocen bieżących, skorzystali z możliwości poprawy i uzyskali oceny wyższe,
- aktywnie uczestniczyli w procesie zdobywania wiedzy i umiejętności w ramach lekcji oraz uczestniczyli w zajęciach Szkolnego Koła Sportowego,
- reprezentowali szkołę na zawodach sportowych oraz brali udział w zajęciach sportowych pozaszkolnych.

2. Uzyskanie wyższych niż przewidywane semestralnych (rocznych) ocen klasyfikacyjnych z wychowania fizycznego następuje na podstawie oceny obszaru umiejętności i wiadomości.

Egzamin ma przede wszystkim formę zadań praktycznych.

3. Z pisemnym wnioskiem o ustalenie wyższej niż przewidywana semestralnej (rocznej)

oceny klasyfikacyjnej z wychowania fizycznego występuje do nauczyciela uczącego

rodzic/prawny opiekun ucznia w terminie 2 dni od dnia przekazania informacji

o przewidywanej ocenie.

## Ocenianie z wychowania fizycznego

---

Szkoła Podstawowa im. Arkadego Fiedlera w Przeźmierowie

4. W przypadku stwierdzenia spełnienia wymagań zostaje przeprowadzony komisyjny sprawdzian wiadomości i umiejętności ucznia w nieprzekraczalnym terminie trzech dni od uwzględnienia odwołania. Zakres wiedzy i umiejętności badany na sprawdzianie obejmuje cały okres, za który wystawiana jest ocena, można jednak zasugerować obszary wiedzy i formy wypowiedzi, które w szczególności będą podlegały sprawdzeniu.
5. W skład komisji wchodzi:
  - nauczyciel uczący,
  - inny nauczyciel tego samego lub pokrewnego przedmiotu
6. Z komisyjnego sprawdzianu sporządza się protokół zawierający:
  - skład komisji,
  - pytania i zadania dla ucznia,
  - zaprotokołowane ustne odpowiedzi ucznia.
7. W wyniku komisyjnego sprawdzianu ocena klasyfikacyjna nie może być niższa od proponowanej oceny semestralnej/rocznej.