

Wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego

klasa IV

Realizowane wg. „Programu nauczania wychowania fizycznego dla ośmioletniej szkoły podstawowej”, autorstwa Krzysztofa Warchoła, Wydawnictwo Oświatowe FOSZE

Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego nauczyciel bierze pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć, w szczególności systematyczność udziału w zajęciach oraz aktywność ucznia w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej.

Pomiar sprawności fizycznej nie jest kryterium oceny z przedmiotu wychowanie fizyczne. Służy on jedynie do wskazania mocnych i słabych przejawów sprawności ucznia w celu planowania dalszego jego rozwoju. Dokonywanie pomiarów sprawności fizycznej uczniów jest ważne ze względu na aspekt zdrowotny.

Obszar	Ocena				
	dopuszczająca	dostateczna	dobra	bardzo dobra	celująca
	Uczeń:	Uczeń:	Uczeń:	Uczeń:	Uczeń:
1. Systematyczny udział i aktywność w trakcie zajęć	- 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	- sporadycznie stosuje zasady fair play	- często stosuje zasady fair play	- zazwyczaj stosuje zasady fair play	- zawsze stosuje zasady fair play	- zawsze stosuje zasady fair play i swoją postawą motywuje innych do ich stosowania
	- swoim zachowaniem często utrudnia grę (ćwiczenia) grupie (drużynie)	- swoim zachowaniem sporadycznie utrudnia grę (ćwiczenia) grupie (drużynie)	- współpracuje w drużynie	- zawsze chętnie współpracuje w drużynie i tworzy w niej sportową atmosferę	- pomaga mniej sprawnym fizycznie - motywuje innych do podejmowania wysiłku fizycznego
	- sporadycznie uczestniczy w zawodach klasowych	- czasami uczestniczy w zawodach klasowych	- uczestniczy w zawodach klasowych	- chętnie uczestniczy w zawodach klasowych, szkolnych	- chętnie uczestniczy w zawodach klasowych, szkolnych, międzyszkolnych
3. Sprawność fizyczna (kontrola): - siła mm brzucha - gibkość	- przystępuje do wybranych testów sprawnościowych	- przystępuje do wszystkich testów sprawnościowych	- przystępuje do wszystkich testów sprawnościowych i utrzymuje	- przystępuje do wszystkich testów sprawnościowych i osiąga w nich lepsze	- przystępuje do wszystkich testów sprawnościowych i zdecydowanie lepsze wyniki osiąga na końcu

- Próba Ruffiera				porównywalne wyniki na początku i na końcu roku szkolnego	wyniki na końcu roku szkolnego	roku
4. Umiejętności ruchowe	Gimnastyka	- podejmuje próbę wykonania przewrotu w przód z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego	- wykonuje z pochylni przewrót w przód z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego	- wykonuje przewrót w przód z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego - wykonuje układ gimnastyczny wg własnej inwencji	- wykonuje bezbłędnie przewrót w przód z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego - wykonuje układ gimnastyczny wg własnej inwencji z elementem przewrotu w przód	- wykonuje przewrót w przód z postawy do postawy - wykonuje układ gimnastyczny z elementem przewrotu w przód z postawy
	Minipiłka nożna	- podejmuje próby prowadzenia piłki wewnętrzną częścią stopy prawą lub lewą nogą - podejmuje próbę strzału na bramkę wewnętrzną częścią stopy	- prowadzi piłkę wewnętrzną częścią stopy prawą lub lewą nogą - wykonuje strzał na bramkę wewnętrzną częścią stopy	- prowadzi piłkę wewnętrzną częścią stopy prawą i lewą nogą - wykonuje strzał na bramkę wewnętrzną częścią prawej lub lewej stopy	- prowadzi piłkę wewnętrzną częścią stopy prawą i lewą nogą po wyznaczonym torze - wykonuje strzał na bramkę wewnętrzną częścią prawej i lewej stopy	- prowadzi piłkę wewnętrzną częścią stopy prawą i lewą nogą po wyznaczonym torze i zmianą tempa - wykonuje celny strzał na bramkę wewnętrzną częścią prawej lub lewej stopy
	Mini-koszykówka	-podejmuje próbę kozłowania piłki prawą lub lewą ręką -wykonuje podanie oburącz	-kozłuje piłkę prawą lub lewą ręką w miejscu - wykonuje podanie oburącz sprzed klatki piersiowej	-kozłuje piłkę prawą i lewą ręką w marszu po prostej - celnie wykonuje podanie oburącz sprzed klatki piersiowej w miejscu	-kozłuje piłkę ze zmianą ręki kozłującej w marszu i w biegu po prostej - wykonuje podanie oburącz sprzed klatki piersiowej w marszu	-kozłuje piłkę ze zmianą ręki kozłującej w marszu i w biegu po prostej i slalomem - celnie wykonuje podanie oburącz sprzed klatki piersiowej w marszu
	Mini-piłka ręczna	- wykonuje rzut jednorącz - wykonuje podanie jednorącz	- wykonuje rzut na bramkę jednorącz - wykonuje podanie	- wykonuje celnie rzut na bramkę jednorącz z miejsca - wykonuje	- wykonuje celnie rzut na bramkę jednorącz z marszu - wykonuje	- wykonuje celnie rzut na bramkę jednorącz z biegu - wykonuje celne podanie jednorącz do współ-

			jednorącz do współ- ćwiczącego	celne podanie jednorącz do współ- ćwiczącego w miejscu	celne podanie jednorącz do współ- ćwiczącego w marszu	ćwiczącego w biegu
	Mini- piłka siatkowa	- podejmuje próbę wykonania odbicia piłki sposobem oburącz górnym po własnym podrzucie	- wykonuje odbicie piłki sposobem oburącz górnym po własnym podrzucie	- wykonuje odbicie piłki sposobem oburącz górnym po własnym podrzucie do współ- ćwiczącego	- wykonuje celne odbicie piłki sposobem oburącz górnym po własnym podrzucie do współ- ćwiczącego	- wykonuje odbicie piłki sposobem oburącz górnym
5. Wiadomości			- zna wybrane przepisy minigier zespołowych	- zna podstawowe przepisy minigier zespołowych	- zna podstawowe przepisy minigier zespołowych i stosuje je w grze	- zna przepisy minigier zespołowych i stosuje je w grze
				- wyjaśnia pojęcie sprawność fizyczna	- wyjaśnia pojęcie rozwój fizyczny	
		- zna 1 wybraną próbę sprawności ISF K. Zuchory i umie ją przeprowadzić	- zna 2 próby sprawności ISF K. Zuchory i umie je przeprowa- dzić	- zna próby sprawności ISF K. Zuchory i umie je przeprowadzić	- zna próby sprawności ISF K. Zuchory, umie je przeprowadzić, stara się interpretować swój wynik	- zna próby sprawności ISF K. Zuchory, umie je przeprowadzić, poprawnie interpretuje swój wynik