

Wymagania edukacyjne II etap edukacyjny
klasa V
realizowany program *Czas na ruch*

Uczeń, aby otrzymać daną ocenę, musi najpierw spełnić wszystkie wymagania przewidziane dla ocen niższych.

Ocena śródroczna i roczna z wychowania fizycznego ustalana jest na podstawie łącznej **analizy wszystkich czterech obszarów**:

1. wymagań edukacyjnych,
2. systematyczności,
3. aktywności i zaangażowania,
4. aktywności dodatkowej.

Przy ustalaniu ocen bieżących nauczyciel uwzględnia:

1. indywidualne możliwości ucznia;
2. jego postępy w monitorowaniu umiejętności i wiedzy;
3. aktywność ucznia na lekcji;
4. systematyczny udział w lekcjach WF.

§ 9. 1. Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego, techniki, plastyki i muzyki należy przede wszystkim brać pod uwagę **wysilek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć**, a w przypadku **wychowania fizycznego** – także **systematyczność udziału ucznia w zajęciach** oraz **aktywność** ucznia w działaniach podejmowanych przez szkołę na rzecz kultury fizycznej.

Klasa V - Ocena śródroczna. Uczeń:

Ocena →	Celująca	Bardzo dobra	Dobra	Dostateczna	Dopuszczająca
Umiejętności	1. PS - przyjmuje prostą zagrywkę sposobem dolnym. 2. PN - prowadzi piłkę slalomem.	1. PS - odbija piłkę oburącz górą przemieszczając się po boisku. 2. PR - kozłuje piłkę ze zmianą kierunku i ręki.	1. LA - wykonuje skok w dal z krótkiego rozbiegu (rozbieg-odbicie-ładowanie). 2. G - pokonuje skrzynię dowolnym sposobem po odbiciu z odskoczni.	1. LA - wykonuje bieg z przyśpieszeniem i zatrzymaniem w reakcji na sygnał. 2. T - tańczy w grupie, zachowując synchronizację z pozostałymi uczestnikami.	1. LA - rzuca piłeczką palantową z miejsca. 2. G - wykonuje podpór bokiem, mostek i świecę.
Wiadomości	1. Dobiera ćwiczenia do rodzaju planowanej aktywności fizycznej. 2. Rozpoznaje różne pozycje zawodników na boisku w zakresie gier zespołowych.	1. Omawia zasady gry w mini piłkę ręczną. 2. Wyjaśnia wpływ rozgrzewki na ciało – krążenie, mięśnie, stawy.	1. Rozpoznaje nieprawidłową postawę podczas ćwiczeń. 2. Wyjaśnia na czym polega relaksacja organizmu.	1. Wymienia skutki braku ruchu dla organizmu. 2. Wskazuje przykłady bezpiecznych zachowań podczas zajęć sportowych.	1. Opisuje, jak przyjąć prawidłową pozycję podczas siedzenia przy biurku. 2. Wyjaśnia pojęcia: postawa ciała, rozgrzewka, ćwiczenia ogólnorozwojowe, współzawodnictwo.

Klasa V – Ocena roczna. Uczeń:

Ocena →	Celująca	Bardzo dobra	Dobra	Dostateczna	Dopuszczająca
Umiejętności	1. G - wykonuje łączone ćwiczenia akrobatyczne w krótkim ciągu ruchowym. 2. K - rzuca do kosza z biegu po podaniu.	1. K - wykonuje zatrzymanie na jedno tempo i pivot. 2. PN - podaje i przyjmuje piłkę w ruchu.	1. PS - odbija piłkę oburącz dołem do partnera. 2. T - wykonuje proste kroki taneczne w określonym rytmie.	1. P.S - odbija piłkę górą i dołem po kozle. 2. LA - pokonuje trasę marszobiegu lub biegu terenowego.	1. G - wykonuje prosty zestaw ćwiczeń: podskok, przysiad, klęk podparty, leżenie przodem. 2. PR - wykonuje rzut do bramki z biegu po podaniu.

Wiadomości	1. Pokazuje położenie mięśni posturalnych na własnym ciele. 2. Pokazuje i omawia sposób wykonania prostych ćwiczeń w rozgrzewce.	1. Omawia podstawowe przepisy gry w mini koszykówkę, w tym: czas gry i liczba zawodników, sposoby zdobywania punktów, przewinienia i faule, reguły kozłowania, poruszania się po boisku z piłką i bez piłki. 2. Wyjaśnia co to jest fałstart.	1. Wymienia skutki braku aktywności fizycznej. 2. Wyjaśnia i przestrzega przepisy gier uproszczonych i rekreacyjnych.	1. Wyjaśnia jak ruch na świeżym powietrzu wpływa na samopoczucie. 2. Wyjaśnia znaczenie uczciwości i zasad fair-play.	1. Stosuje prawidłową terminologię w opisie prostych ćwiczeń gimnastycznych. 2. Podaje różnicę między zabawą ruchową a grą sportową.
------------	--	---	---	---	--