

## WYCHOWANIE FIZYCZNE

### Klasa czwarta

#### **NIEDOSTATECZNY (1)**

- uczeń nie spełnia podstawowych wymagań programowych opuszcza zajęcia bez usprawiedliwienia nie wykazuje chęci podejmowania prób uczestnictwa w lekcjach
- nie dba o fizyczny rozwój swego organizmu i nie czyni żadnych postępów w sprawności fizycznej
- wykazuje znaczące braki w integracji zespołowej i wychowaniu społecznym oraz zdrowotnym
- zachowuje się wulgarnie w stosunku do nauczyciela. nie współpracuje z nauczycielem.

#### **DOPUSZCZAJĄCY (2)**

- uczeń w minimalnym stopniu spełnia podstawowe wymagania programowe lub jest bliski ich spełnienia
- wykazuje brak aktywności na zajęciach wychowania fizycznego lub bardzo często je opuszcza
- nie opanował podstawowych nawyków higieniczno-zdrowotnych. nie uczestniczy w organizacji imprez rekreacyjnych przez zespół klasowy.

#### **DOSTATECZNY (3)**

- uczeń systematycznie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego, lecz bez widocznego zaangażowania
- opanował podstawowe wymagania z wiadomości, umiejętności i motoryczności w zakresie umożliwiającym postęp w dalszym kontynuowaniu zajęć wychowania fizycznego
- opanował podstawowe nawyki higieniczno – zdrowotne, próbuje z pomocą nauczyciela dokonać pomiarów wysokości i masy ciała oraz oceny własnej sprawności fizycznej
- podejmuje próby wykonania przewrotu w przód z pomocą nauczyciela
- wykonuje przetoczenia bokiem, stara się wykonywać poprawnie proste ćwiczenia kształtujące podczas ćwiczeń rozgrzewających, przygotowujących do tematu lekcji próbuje wykonywać proste ćwiczenia z piłką w czasie lekcji z mini gier sportowych
- rozumie zasady kulturalnego kibicowania
- przestrzega zasad bezpieczeństwa podczas wspólnych zabaw ruchowych.

### **DOBRY (4)**

- dokonuje pomiarów wysokości i masy ciała z pomocą nauczyciela potrafi dokonać pomiaru tętna w spoczynku i po wysiłku
- wykonuje przewrót w przód
- demonstruje po jednym ćwiczeniu kształtującym i korekcyjnym wykonuje dwie wybrane przez siebie próby wielobojowe
- potrafi kozłować piłkę w biegu, prowadzi piłkę w biegu, wykonuje rzut do kosza, wykonuje strzał do bramki, odbija piłkę sposobem górnym
- korzysta bezpiecznie ze sprzętu i urządzeń sportowych jest kulturalnym kibicem jest świadomy przestrzegania ustalonych reguł podczas gry wykonuje prostą improwizację ruchową do muzyki
- nie opuszcza zajęć wychowania fizycznego oraz wykazuje się aktywnością i zaangażowaniem na lekcjach, troszczy się o higienę osobistą
- potrafi dokonywać obiektywnej samooceny sprawności swojej i kolegów
- jest opanowany i koleżeński na imprezie sportowej.

### **BARDZO DOBRY (5)**

- aktywnie uczestniczy w lekcjach wychowania fizycznego wykonuje przewrót w przód i w tył
- potrafi wykonać prosty układ gimnastyczny
- stosuje w grze: kozłowanie piłki w biegu ze zmianą kierunku ruchu, prowadzenie piłki w biegu ze zmianą kierunku ruchu, podanie piłki oburącz i jednorącz, rzut piłki do kosza, rzut i strzał piłki do bramki, odbicie piłki oburącz sposobem górnym
- demonstruje poprawnie ćwiczenia kształtujące i korekcyjne, potrafi je dobrać do odpowiednich zdolności motorycznych /szybkości, skoczności, gibkości, siły
- wykonuje próby wielobojowe złożone ze skoku, rzutu i biegu wykonuje improwizację ruchową do wybranej muzyki potrafi zaproponować i zorganizować grę lub zabawę ruchową wśród rówieśników
- rozumie i stosuje zasady higieniczno-zdrowotne podczas nauki i wypoczynku rozumie sens uprawiania ćwiczeń ruchowych i ich wpływ na rozwój organizmu uczęszcza na zajęcia pozalekcyjne o charakterze sportowym omawia sposoby postępowania w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia korzysta bezpiecznie ze sprzętu i urządzeń sportowych
- stosuje zasady samoasekuracji, dobrowolnie uczestniczy w imprezach sportowych oraz przestrzega zasady „fairplay”, jest kulturalny na imprezie sportowej i obiektywny w samoocenie i ocenianiu innych.

### **CELUJĄCY (6)**

Spełnia wymagania na ocenę bdb, ponadto spełnia co najmniej dwa z niżej podanych warunków:

- uczeń osiągnął zadowalający poziom sprawności fizycznej z zakresu wychowania fizycznego sprawdzony Indekssem Sprawności Fizycznej

- zna przepisy i zasady mini gier sportowych
- wykazuje duże zaangażowanie w organizacji i sędziowaniu imprez rekreacyjno – sportowych
- godnie reprezentuje szkołę na zawodach sportowych na szczeblu miejskim, rejonowym i wojewódzkim
- osiąga wysokie wyniki w rywalizacji sportowej dzieci w dyscyplinach, w których nie odbywają się zawody szkolne i potwierdza to stosownym dokumentem (dyplom) potwierdzającym wynik osiągnięty podczas rywalizacji na szczeblu wojewódzkim /lub wyższym (lub dokument potwierdzający uzyskanie klasy sportowej w danej dyscyplinie sportu)
- charakteryzuje się wysokim poziomem kultury osobistej bardzo chętnie współpracuje z nauczycielami
- wzorowo pełni funkcję lidera grupy liczebnej lub kapitana drużyny.

### **OBNIŻENIE WYMAGAŃ EDUKACYJNYCH, ZWOLNIENIE Z ZAJĘĆ WYCHOWANIA FIZYCZNEGO, EGZAMINY SPRAWDZAJĄCE I POPRAWKOWE.**

1. Nauczyciel jest zobowiązany na podstawie pisemnej opinii stosownej poradni specjalistycznej obniżyć wymagania edukacyjne w stosunku do ucznia, u którego stwierdzono specyficzne trudności w uczeniu się lub deficyty rozwojowe, uniemożliwiające sprostanie wymaganiom edukacyjnym wynikającym z programu nauczania.
2. W uzasadnionych przypadkach uczeń może być zwolniony z zajęć wychowania fizycznego. Decyzję o zwolnieniu ucznia z zajęć podejmuje dyrektor szkoły na podstawie opinii o ograniczonych możliwościach uczestniczenia w tych zajęciach, wydanej przez lekarza specjalistę lub poradnię psychologiczno - pedagogiczną albo inną poradnię specjalistyczną. W przypadku zwolnienia ucznia z zajęć w dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się "zwolniony(a)".
3. Uczeń ma prawo do składania egzaminów sprawdzających i poprawkowych. Program zostanie poddany ewaluacji. Uzyskane wyniki pozwolą na ewentualne wprowadzenie zmian.