

Wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego – klasy 1–4

Ocena	Klasa 1	Klasa 2	Klasa 3	Klasa 4
1	Uczestniczy w zajęciach w sposób niesystematyczny, podejmuje sporadyczne próby wykonania prostych ćwiczeń ruchowych, rozumie konieczność zachowania bezpieczeństwa. Nie uczestniczy w obowiązkowych próbach sprawnościowych. Liczba niećwiczeń przekracza 6.	Uczestniczy w zajęciach w sposób niesystematyczny, stara się wykonywać proste zadania ruchowe, zna podstawowe zasady bezpieczeństwa. Nie uczestniczy w obowiązkowych próbach sprawnościowych. Liczba niećwiczeń przekracza 6.	Uczestniczy w zajęciach nieregularnie, podejmuje działania ruchowe o niewielkiej złożoności, zna podstawowe reguły zabaw i gier. Nie uczestniczy w obowiązkowych próbach sprawnościowych. Liczba niećwiczeń przekracza 6.	Uczestniczy w zajęciach w sposób niesystematyczny, podejmuje próby wykonywania zadań ruchowych, zna podstawowe zasady aktywności fizycznej i bezpieczeństwa. Nie uczestniczy w obowiązkowych próbach sprawnościowych. Liczba niećwiczeń przekracza 6.
2	Wykonuje proste ćwiczenia ruchowe, rozpoznaje znaczenie rozgrzewki, stosuje się do poleceń nauczyciela. Uczestniczy w obowiązkowych próbach sprawnościowych. Dopuszczalne do 6 niećwiczeń.	Wykonuje podstawowe zadania ruchowe, rozumie znaczenie rozgrzewki i odpoczynku, respektuje ustalone zasady. Uczestniczy w obowiązkowych próbach sprawnościowych. Dopuszczalne do 6 niećwiczeń.	Stosuje się do reguł gier i zabaw, potrafi wykonać proste ćwiczenia z zakresu sprawności ogólnej. Uczestniczy w obowiązkowych próbach sprawnościowych. Dopuszczalne do 6 niećwiczeń.	Rozpoznaje znaczenie aktywności fizycznej dla zdrowia, uczestniczy w grach i ćwiczeniach według ustalonych reguł. Uczestniczy w obowiązkowych próbach sprawnościowych. Dopuszczalne do 6 niećwiczeń.
3	Prawidłowo wykonuje podstawowe ćwiczenia, zna proste zasady higieny i bezpieczeństwa podczas zajęć. Uczestniczy w obowiązkowych próbach sprawnościowych. Dopuszczalne do 5 niećwiczeń.	Potrafi wykonywać ćwiczenia w parach i grupach, stosuje podstawowe zasady higieny i bezpieczeństwa. Uczestniczy w obowiązkowych próbach sprawnościowych. Dopuszczalne do 5 niećwiczeń.	Stosuje poznane reguły gier i zabaw, wykonuje ćwiczenia w rytmie i tempie określonym przez nauczyciela. Uczestniczy w obowiązkowych próbach sprawnościowych. Dopuszczalne do 5 niećwiczeń.	Rozróżnia podstawowe formy aktywności ruchowej, wykonuje ćwiczenia zgodnie z zasadami poprawności ruchu. Uczestniczy w obowiązkowych próbach sprawnościowych. Dopuszczalne do 5 niećwiczeń.

4	Samodzielnie wykonuje proste zestawy ćwiczeń, rozumie wpływ aktywności fizycznej na zdrowie. Uczestniczy w obowiązkowych próbach sprawnościowych. Dopuszczalne do 4 niećwiczeń. Stara się postępować zgodnie z zasadami fair play, sprawiedliwości społecznej, szacunku i świadomości ekologicznej.	Potrafi współdziałać w grupie, poprawnie wykonuje proste elementy techniczne gier i zabaw ruchowych. Uczestniczy w obowiązkowych próbach sprawnościowych. Dopuszczalne do 4 niećwiczeń. Stara się postępować zgodnie z zasadami fair play, sprawiedliwości społecznej, szacunku i świadomości ekologicznej.	Zna wpływ aktywności na organizm, wykonuje ćwiczenia o zwiększonym stopniu trudności. Podejmuje próby monitorowania własnych postępów sprawności fizycznej. Uczestniczy w obowiązkowych próbach sprawnościowych. Dopuszczalne do 4 niećwiczeń. Stara się postępować zgodnie z zasadami fair play, sprawiedliwości społecznej, szacunku i świadomości ekologicznej.	Wykazuje się umiejętnością współdziałania, wykonuje ćwiczenia zgodnie z zasadami techniki i rytmu. Monitoruje swoje postępy w rozwoju sprawności fizycznej. Uczestniczy w obowiązkowych próbach sprawnościowych. Dopuszczalne do 4 niećwiczeń. Stara się postępować zgodnie z zasadami fair play, sprawiedliwości społecznej, szacunku i świadomości ekologicznej.
5	Sprawnie wykonuje różnorodne ćwiczenia, potrafi stosować poznane wiadomości o zdrowiu i bezpieczeństwie. Podejmuje próby poprowadzenia rozgrzewki. Uczestniczy w obowiązkowych próbach sprawnościowych. Dopuszczalne do 3 niećwiczeń. Promuje postawę fair play, sprawiedliwości społecznej, szacunku i świadomości ekologicznej.	Sprawnie uczestniczy w grach i zabawach, stosuje zasady fair play, wyjaśnia znaczenie aktywności fizycznej. Potrafi samodzielnie poprowadzić krótką rozgrzewkę. Uczestniczy w obowiązkowych próbach sprawnościowych. Dopuszczalne do 3 niećwiczeń. Promuje postawę fair play, sprawiedliwości społecznej, szacunku i świadomości ekologicznej.	Wykazuje poprawność techniczną w ćwiczeniach, zna i stosuje zasady higieny i bezpieczeństwa w praktyce. Monitoruje swoje postępy i potrafi określić mocne oraz słabsze strony sprawności. Uczestniczy w obowiązkowych próbach sprawnościowych. Dopuszczalne do 3 niećwiczeń. Promuje postawę fair play, sprawiedliwości społecznej, szacunku i świadomości ekologicznej.	Sprawnie i świadomie uczestniczy w zajęciach, rozumie wpływ aktywności na zdrowie i rozwój, stosuje zasady fair play. Samodzielnie prowadzi rozgrzewkę i monitoruje swoje postępy w sprawności. Uczestniczy w obowiązkowych próbach sprawnościowych. Dopuszczalne do 3 niećwiczeń. Promuje postawę fair play, sprawiedliwości społecznej, szacunku i świadomości ekologicznej.
6	Twórczo uczestniczy w zajęciach, samodzielnie układa proste zestawy	Samodzielnie proponuje własne rozwiązania ruchowe, aktywnie	Tworzy własne sekwencje ruchowe, potrafi wytłumaczyć znaczenie ćwiczeń i aktywności dla	Samodzielnie planuje aktywność fizyczną, proponuje ćwiczenia i zabawy,

	ćwiczeń, świadomie dba o bezpieczeństwo i zdrowie. Potrafi poprowadzić krótką rozgrzewkę. Uczestniczy w obowiązkowych próbach sprawnościowych. Dopuszczalne do 2 niećwiczeń. Promuje postawę fair play, sprawiedliwości społecznej, szacunku i świadomości ekologicznej.	wspiera współpracę w grupie, wykazuje inicjatywę. Samodzielnie prowadzi rozgrzewkę. Uczestniczy w obowiązkowych próbach sprawnościowych. Dopuszczalne do 2 niećwiczeń. Promuje postawę fair play, sprawiedliwości społecznej, szacunku i świadomości ekologicznej.	zdrowia. Prowadzi rozgrzewkę oraz monitoruje postępy własnej sprawności fizycznej. Uczestniczy w obowiązkowych próbach sprawnościowych. Dopuszczalne do 2 niećwiczeń. Promuje postawę fair play, sprawiedliwości społecznej, szacunku i świadomości ekologicznej.	kreatywnie uczestniczy w zajęciach, dba o zdrowie i bezpieczeństwo swoje i innych. Samodzielnie prowadzi rozgrzewkę i systematycznie monitoruje swoje postępy w sprawności. Uczestniczy w obowiązkowych próbach sprawnościowych. Dopuszczalne do 2 niećwiczeń. Promuje postawę fair play, sprawiedliwości społecznej, szacunku i świadomości ekologicznej.
--	--	--	--	---