

Wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego dla klasy 6 na rok szkolny 2025/2026

Obszar-wymaganie szczegółowe	Ocena niedostateczna	Ocena dopuszczająca	Ocena dostateczna	Ocena dobra	Ocena bardzo dobra	Ocena celująca
I PÓLROCZE						
WYMAGANIE OGÓLNE WYNIKAJACE Z PODSTAWY PROGRAMOWEJ						
<ul style="list-style-type: none"> • uczestniczenie w rozgrzewce i ćwiczeniach uzupełniających, <ul style="list-style-type: none"> • stosowanie zasad fair play, • aktywny udział w grach i ćwiczeniach, • przestrzeganie higieny i bezpieczeństwa. 						
I. LEKKOATLETYKA						
bieg 800 m (dz.), 1000 m (chł.)	Nie przebiega	bieg z przerwami	przebiega cały dystans	Dz. 4:10–4:30, Chł. 4:00–4:30	Dz. 3:50–4:09, Chł. 3:40–3:59	Dz. ≤3:49, Chł. ≤3:39
2. Bieg na dystansie 60m	Nie przebiega	marszobieg	bieg z błędami	Dz. 9,7–10,5 s, Chł. 9,0–9,7 s	Dz. 9,0–9,6 s, Chł. 8,5–8,9 s	Dz. ≤8,9 s, Chł. ≤8,4 s
3. Skok w dal z rozbiegu	uczeń nie spełnił wymagań na ocenę dopuszczającą	skok niezgodny ze swoimi możliwościami	skok w dal zgodnie ze swoimi możliwościami, bez względu na	skok na odległość: Dz 3,19 - 2,39 Chł. 3,53 - 2,73	skok na odległość: Dz. 3,20 – 3,59m Chł. 3,89-3,54m	skok na odległość: Dz. 3,60m i powyżej;

			uzyskaną długość skoku.			Cht. 3,90m i powyżej
II. GIMNASTYKA						
1. Przewrót w tył do podporu	Nie wykonuje	z dużą pomocą	wykonuje z błędami	poprawnie technicznie	płynnie i estetycznie	płynnie, w układzie gimnastycznym
III. MINI SIATKÓWKA						
Odbicia	Brak próby	bardzo niecelne	poprawne w miejscu	poprawne w ruchu	celne w parach	Celne w grze 2x2
IV. MINI KOSZYKÓWKA						
Kozłowanie i rzut	Brak próby	duże błędy	poprawnie w miejscu	poprawnie w biegu	płynne, ze zmianą ręki	ze zwodami + celny rzut
V. MINI PIŁKA NOŻNA						
Drybling	Brak próby	bardzo słabe	podstawowy, w miejscu	poprawny w biegu	szybki, w biegu z kierunkiem	zwody + sytuacyjne prowadzenie
VI. MINI PIŁKA RĘCZNA						
Podania w biegu	Brak próby	bardzo słabe	poprawne z miejsca	poprawne w biegu	precyzyjne w biegu	podania sytuacyjne w grze
WYMAGANIA OGÓLNE						
	uczeń nie przestrzega zasad bezpieczeństwa, nie uczestniczy aktywnie w zajęciach	z pomocą nauczyciela potrafi przestrzegać podstawowych zasad bezpieczeństwa i higieny	uczestniczy w zajęciach, zna podstawowe zasady higieny i bezpieczeństwa	aktywnie uczestniczy, dba o higienę, współpracuje w grupie	zawsze przestrzega zasad fair play, aktywnie działa w grupie, dba o higienę po wysiłku	wykazuje się ponadprzeciętną aktywnością, organizuje działania sportowe, jest wzorem dla grupy
II PÓŁROCZE						
WYMAGANIE OGÓLNE WYNIKAJACE Z PODSTAWY PROGRAMOWEJ						

- uczestniczenie w rozgrzewce i ćwiczeniach uzupełniających,
- stosowanie zasad fair play,
- aktywny udział w grach i ćwiczeniach,
- przestrzeganie higieny i bezpieczeństwa.

I. MINI KOSZYKÓWKA

Gra 3x3	Brak próby	uczestniczy biernie	gra z błędami	poprawna gra zespołowa	aktywna gra z taktyką	kreatywna gra, wysoka skuteczność
---------	------------	---------------------	---------------	------------------------	-----------------------	-----------------------------------

II. MINI PIŁKA RĘCZNA

Rzut z wyskoku	Brak próby	bardzo słaby	poprawny z miejsca	poprawny w ruchu	celny, mocny	celny, mocny w sytuacji meczowej
----------------	------------	--------------	--------------------	------------------	--------------	----------------------------------

III. MINI PIŁKA NOŻNA

Strzał do bramki	Brak próby	bardzo słaby	celny, słaby	celny, poprawny	celny, mocny	celny, mocny obiema nogami
------------------	------------	--------------	--------------	-----------------	--------------	----------------------------

IV. MINI PIŁKA SIATKOWA

Zagrywka dolna	Brak próby	niecelna	poprawna, ale krótka	poprawna przez siatkę	celna, z mocą	celna w określone sektory
----------------	------------	----------	----------------------	-----------------------	---------------	---------------------------

V. LEKKOATLETYKA

1. Rzut piłeczką palantową z rozbiegu	nie spełnił wymagań na ocenę dopuszczającą	wykonuje ćwiczenie niezgodnie ze swoimi możliwościami	ćwiczenie zgodnie ze swoimi możliwościami, bez względu na uzyskany wynik.	uczeń wykona rzut piłeczką na odległość: Dz. 25 – 19m Chł. 36 – 30m	uczeń wykona rzut piłeczką na odległość: Dz. 26 – 28m Chł. 37 – 39m	uczeń wykona rzut piłeczką na odległość: Dz. 29m i powyżej; Chł. 40m i powyżej
2. Rzut piłką lekarską w przód z nad głowy	nie spełnił wymagań na ocenę dopuszczającą	ćwiczenie niezgodne ze swoimi możliwościami	ćwiczenie zgodnie ze swoimi	uczeń wykona rzut piłeczką na odległość: Dz.	uczeń wykona rzut piłeczką na odległość: Dz.	– uczeń wykona rzut piłeczką na odległość: Dz.

			możliwościami, bez względu na uzyskany wynik.	5,19 – 4,49 m Cht. 5,79 – 4,99 m	5,20 - 5,69 m Cht. 5,80 – 6,49 m	5,70 m i powyżej; Cht. 6,50 m i powyżej
VI. GIMNASTYKA						
Stanie na rękach	Brak próby	Wymaga pełnej asekuracji	wykonuje z dużą pomocą	wykonuje z częściową pomocą	samodzielnie, 3 s	samodzielnie, 5– 10 s
WYMAGANIA OGÓLNE						
	uczeń nie przestrzega zasad bezpieczeństwa, nie uczestniczy aktywnie w zajęciach	z pomocą nauczyciela potrafi przestrzegać podstawowych zasad bezpieczeństwa i higieny	uczestniczy w zajęciach, zna podstawowe zasady higieny i bezpieczeństwa	aktywnie uczestniczy, dba o higienę, współpracuje w grupie	zawsze przestrzega zasad fair play, aktywnie działa w grupie, dba o higienę po wysiłku	wykazuje się ponadprzeciętną aktywnością, organizuje działania sportowe, jest wzorem dla grupy