

WYMAGANIA EDUKACYJNE 2026-2027

Wychowanie fizyczne – kl. 5

Ocena	Opis wymagania Uczeń:	Umiej. z podst. progr.
Dział I. Ćwiczenia ogólnorozwojowe		
<u>Pytanie wiodące:</u> Jakie ćwiczenia pomagają wzmacniać mięśnie posturalne, poprawiać gibkość i koordynację, a także kształtować prawidłową postawę ciała?		
niedostateczny	- nie realizuje wymagań na ocenę dopuszczającą;	
dopuszczający	<ul style="list-style-type: none"> - wykonuje bezpiecznie co najmniej jedno wybrane ćwiczenia zwinnościowo-akrobatyczne; - próbuje wykonywać statyczne i dynamiczne ćwiczenia wzmacniające mięśnie posturalne oraz ćwiczenia gibkościowe – indywidualnie; - próbuje wykonywać ćwiczenia rozwijające zdolności koordynacyjne – indywidualnie; - próbuje wykonywać wybrane ćwiczenia kształtujące nawyk prawidłowej postawy ciała. 	<p>1, 7</p> <p>1, 2, 6</p> <p>1, 6</p> <p>2, 7</p>
dostateczny	<ul style="list-style-type: none"> - wykonuje bezpiecznie co najmniej dwa wybrane ćwiczenia zwinnościowo-akrobatyczne; - wykonuje statyczne i dynamiczne ćwiczenia wzmacniające mięśnie posturalne oraz ćwiczenia gibkościowe – indywidualnie; - wykonuje ćwiczenia rozwijające zdolności koordynacyjne – indywidualnie; - wykonuje poprawnie wybrane ćwiczenia kształtujące nawyk prawidłowej postawy ciała; - przeprowadza poprawnie część rozgrzewki. 	<p>1, 7</p> <p>1, 2, 6</p> <p>1, 6</p> <p>2, 7</p> <p>2, 3</p>
dobry	<ul style="list-style-type: none"> - wykonuje poprawnie i bezpiecznie co najmniej trzy wybrane ćwiczenia zwinnościowo-akrobatyczne; - wykonuje poprawnie statyczne i dynamiczne ćwiczenia wzmacniające mięśnie posturalne oraz ćwiczenia gibkościowe – indywidualnie i z partnerem; - wykonuje poprawnie ćwiczenia rozwijające zdolności koordynacyjne – indywidualnie i z partnerem; - wykonuje poprawnie wybrane ćwiczenia kształtujące nawyk prawidłowej postawy ciała w pozycji stojącej, siedzącej i leżącej oraz w trakcie wykonywania różnych codziennych czynności; - przeprowadza poprawnie część rozgrzewki. 	<p>1, 7</p> <p>1, 2, 6</p> <p>1, 6</p> <p>2, 7</p> <p>2, 3</p>

bardzo dobry	<ul style="list-style-type: none"> - wykonuje prawidłowo technicznie i z zachowaniem zasad bezpieczeństwa i samoasekuracji co najmniej cztery wybrane ćwiczenia zwinnościowo-akrobatyczne; - wykonuje poprawnie technicznie statyczne i dynamiczne ćwiczenia wzmacniające mięśnie posturalne oraz ćwiczenia gibkościowe – indywidualnie i z partnerem; - wykonuje poprawnie technicznie ćwiczenia rozwijające zdolności koordynacyjne – indywidualnie i z partnerem; - wykonuje poprawnie technicznie ćwiczenia kształtujące nawyk prawidłowej postawy ciała w pozycji stojącej, siedzącej i leżącej oraz w trakcie wykonywania różnych codziennych czynności; - przeprowadza poprawnie rozgrzewkę lub jej część. 	<p>1, 7</p> <p>1, 2, 6</p> <p>1, 6</p> <p>2, 7</p> <p>2, 3</p>
celujący	<ul style="list-style-type: none"> - wykonuje prawidłowo technicznie i z zachowaniem zasad bezpieczeństwa i samoasekuracji co najmniej cztery wybrane ćwiczenia zwinnościowo-akrobatyczne; - wykonuje poprawnie technicznie statyczne i dynamiczne ćwiczenia wzmacniające mięśnie posturalne oraz ćwiczenia gibkościowe – indywidualnie i z partnerem; - wykonuje poprawnie technicznie ćwiczenia rozwijające zdolności koordynacyjne – indywidualnie i z partnerem; - wykonuje poprawnie technicznie ćwiczenia kształtujące nawyk prawidłowej postawy ciała w pozycji stojącej, siedzącej i leżącej oraz w trakcie wykonywania różnych codziennych czynności; - wskazuje grupy mięśniowe odpowiedzialne za prawidłową postawę ciała; - omawia znaczenie rozgrzewki i opisuje jej zasady, a także przeprowadza jej część. 	<p>1, 7</p> <p>1, 2, 6</p> <p>1, 6</p> <p>2, 7</p> <p>2, 7</p> <p>2, 3</p>
Dział II. Gry zespołowe i rekreacyjne		
Pytanie wiodące: W jaki sposób znajomość zasad i uczestnictwo w grach zespołowych pomaga rozwijać sprawność fizyczną oraz uczyć współpracy i odpowiedzialności w zespole?		
niedostateczny	- nie realizuje wymagań na ocenę dopuszczającą;	
dopuszczający	<ul style="list-style-type: none"> - próbuje w: <ul style="list-style-type: none"> a) koszykówce – poruszać się po boisku, kozłować i podawać piłkę oraz rzucać do kosza, b) piłce nożnej – poruszać się po boisku, prowadzić piłkę, podawać i strzelać do bramki, c) piłce ręcznej – poruszać się po boisku, kozłować piłkę, podawać piłkę i rzucać do bramki, d) siatkówce – przyjmować postawę siatkarską, odbijać piłkę, rozgrywać i wykonywać zagrywkę oraz uczestniczyć w rzucanie siatkarskiej; - próbuje bezpiecznie uczestniczyć w minimum jednej grze zespołowej lub mini-grach, innych niż wyżej wymienione, wybranych zgodnie z preferencjami uczniów, tradycją szkoły i środowiska lokalnego oraz warunkami organizacyjnymi szkoły; 	<p>1</p> <p>5</p>

	- próbuje bezpiecznie uczestniczyć w mini-grach oraz grach szkolnych i uproszczonych;	3, 6
dostateczny	<p>- próbuje poprawnie w:</p> <p>a) koszykówce – poruszać się po boisku, kozłować i podawać piłkę oraz rzucać do kosza,</p> <p>b) piłce nożnej – poruszać się po boisku, prowadzić piłkę, podawać i strzelać do bramki,</p> <p>c) piłce ręcznej – poruszać się po boisku, kozłować piłkę, podawać piłkę i rzucać do bramki,</p> <p>d) siatkówce – przyjmować postawę siatkarską, odbijać piłkę, rozgrywać i wykonywać zagrywkę oraz uczestniczyć w rzucance siatkarskiej;</p> <p>- uczestniczy bezpiecznie w minimum jednej grze zespołowej i mini-grach, innych niż wyżej wymienione, wybranych zgodnie z preferencjami uczniów, tradycją szkoły i środowiska lokalnego oraz warunkami organizacyjnymi szkoły;</p> <p>- uczestniczy bezpiecznie w mini-grach oraz grach szkolnych i uproszczonych;</p>	<p>1</p> <p>5</p> <p>3, 6</p>
dobry	<p>- potrafi poprawnie w:</p> <p>a) koszykówce – poruszać się po boisku, kozłować i podawać piłkę oraz rzucać do kosza,</p> <p>b) piłce nożnej – poruszać się po boisku, prowadzić piłkę, podawać i strzelać do bramki,</p> <p>c) piłce ręcznej – poruszać się po boisku, kozłować piłkę, podawać piłkę i rzucać do bramki,</p> <p>d) siatkówce – przyjmować postawę siatkarską, odbijać piłkę, rozgrywać i wykonywać zagrywkę oraz uczestniczyć w rzucance siatkarskiej;</p> <p>- uczestniczy z zaangażowaniem i bezpiecznie w dwóch grach zespołowych i mini-grach, innych niż wyżej wymienione, wybranych zgodnie z preferencjami uczniów, tradycją szkoły i środowiska lokalnego oraz warunkami organizacyjnymi szkoły;</p> <p>- uczestniczy z zaangażowaniem i bezpiecznie w mini-grach oraz grach szkolnych i uproszczonych;</p>	<p>1</p> <p>5</p> <p>3, 6</p>
bardzo dobry	<p>- potrafi poprawnie w:</p> <p>a) koszykówce – poruszać się po boisku, kozłować i podawać piłkę oraz rzucać do kosza,</p> <p>b) piłce nożnej – poruszać się po boisku, prowadzić piłkę, podawać i strzelać do bramki,</p> <p>c) piłce ręcznej – poruszać się po boisku, kozłować piłkę, podawać piłkę i rzucać do bramki,</p> <p>d) siatkówce – przyjmować postawę siatkarską, odbijać piłkę, rozgrywać i wykonywać zagrywkę oraz uczestniczyć w rzucance siatkarskiej;</p> <p>- uczestniczy z zaangażowaniem i zachowaniem zasad bezpieczeństwa w dwóch grach zespołowych i mini-grach, innych niż wyżej wymienione, wybranych zgodnie z preferencjami uczniów, tradycją szkoły i środowiska lokalnego oraz warunkami organizacyjnymi szkoły;</p> <p>- uczestniczy z zaangażowaniem i zachowaniem zasad bezpieczeństwa w mini-grach oraz grach szkolnych i uproszczonych;</p> <p>- organizuje z zachowaniem zasad bezpieczeństwa w gronie rówieśników co najmniej jedną grę sportową lub rekreacyjną.</p>	<p>1</p> <p>5</p> <p>3, 6</p> <p>6</p>

celujący	- omawia i stosuje przepisy wybranych gier sportowych i rekreacyjnych, w tym posługuje się nazewnictwem specyficznym dla poszczególnych gier zespołowych;	3
	- potrafi prawidłowo technicznie w: a) koszykówce – poruszać się po boisku, kozłować i podawać piłkę oraz rzucać do kosza, b) piłce nożnej – poruszać się po boisku, prowadzić piłkę, podawać i strzelać do bramki, c) piłce ręcznej – poruszać się po boisku, kozłować piłkę, podawać piłkę i rzucać do bramki, d) siatkówce – przyjmować postawę siatkarską, odbijać piłkę, rozgrywać i wykonywać zagrywkę oraz uczestniczyć w rzucanie siatkarskiej;	1
	- uczestniczy z zaangażowaniem i zachowaniem zasad bezpieczeństwa w dwóch grach zespołowych i mini-grach, innych niż wyżej wymienione, wybranych zgodnie z preferencjami uczniów, tradycją szkoły i środowiska lokalnego oraz warunkami organizacyjnymi szkoły;	5
	- uczestniczy z zaangażowaniem i zachowaniem zasad bezpieczeństwa w mini-grach oraz grach szkolnych i uproszczonych;	3, 6
	- organizuje z zaangażowaniem i zachowaniem zasad bezpieczeństwa w gronie rówieśników co najmniej jedną grę sportową lub rekreacyjną.	6
Dział III. Lekkoatletyka		
<u>Pytanie wiodące:</u> W jaki sposób biegi, skoki i rzuty w lekkoatletyce rozwijają sprawność fizyczną?		
niedostateczny	- nie realizuje wymagań na ocenę dopuszczającą;	
dopuszczający	- wykonuje z bieg i chód;	1, 7
	- uczestniczy bezpiecznie w niektórych grach i zabawach sztafetowych;	1, 3, 6
	- wykonuje pchnięcie i rzut lekkim przyborem z miejsca i wolnego biegu; uczestniczy bezpiecznie w niektórych grach i zabawach rzutnych;	1, 5
	- wykonuje bieg krótki ze startu wysokiego; uczestniczy bezpiecznie w niektórych grach i zabawach szybkościowych;	1, 7
	- wykonuje poprawnie skok w dal z miejsca; uczestniczy bezpiecznie w niektórych grach i zabawach skocznościowych;	1, 8
	- wykonuje marszobiegi; uczestniczy bezpiecznie w niektórych grach i zabawach wytrzymałościowych w sali i terenie.	1, 2, 7
dostateczny	- wykonuje z bieg i chód z zachowaniem poprawnej techniki;	1, 7
	- uczestniczy bezpiecznie w grach i zabawach sztafetowych;	1, 3, 6
	- wykonuje pchnięcie i rzut lekkim przyborem z miejsca i wolnego biegu; uczestniczy bezpiecznie w grach i zabawach rzutnych;	1, 5
	- wykonuje bieg krótki ze startu wysokiego; uczestniczy bezpiecznie w grach i zabawach szybkościowych;	1, 7
	- wykonuje poprawnie skok w dal z miejsca; uczestniczy bezpiecznie w grach i zabawach skocznościowych;	1, 8

	- wykonuje marszobiegi; uczestniczy bezpiecznie w grach i zabawach wytrzymałościowych w sali i terenie.	1, 2, 7
dobry	<ul style="list-style-type: none"> - wykonuje z zaangażowaniem bieg i chód z zachowaniem poprawnej techniki; - uczestniczy z zaangażowaniem i bezpiecznie w grach i zabawach sztafetowych; - wykonuje poprawnie pchnięcie i rzut lekkim przyborem z miejsca i wolnego biegu; uczestniczy z zaangażowaniem i bezpiecznie w grach i zabawach rzutnych; - wykonuje bieg krótki ze startu wysokiego; uczestniczy z zaangażowaniem i bezpiecznie w grach i zabawach szybkościowych; - wykonuje poprawnie skok w dal z miejsca; uczestniczy z zaangażowaniem i bezpiecznie w grach i zabawach skocznościowych; - wykonuje z zaangażowaniem marszobiegi; uczestniczy z zaangażowaniem i bezpiecznie w grach i zabawach wytrzymałościowych w sali i terenie. 	1, 7 1, 3, 6 1, 5 1, 7 1, 8 1, 2, 7
bardzo dobry	<ul style="list-style-type: none"> - wykonuje z zaangażowaniem bieg i chód z zachowaniem poprawnej techniki; - uczestniczy z zaangażowaniem i zachowaniem zasad bezpieczeństwa w grach i zabawach sztafetowych; - wykonuje poprawnie pchnięcie i rzut lekkim przyborem z miejsca i wolnego biegu; uczestniczy z zaangażowaniem i zachowaniem zasad bezpieczeństwa w grach i zabawach rzutnych; - wykonuje bieg krótki ze startu wysokiego; uczestniczy z zaangażowaniem i zachowaniem zasad bezpieczeństwa w grach i zabawach szybkościowych; - wykonuje poprawnie skok w dal z miejsca; uczestniczy z zaangażowaniem i zachowaniem zasad bezpieczeństwa w grach i zabawach skocznościowych; - wykonuje z zaangażowaniem marszobiegi; uczestniczy z zaangażowaniem i zachowaniem zasad bezpieczeństwa w grach i zabawach wytrzymałościowych w sali i terenie. 	1, 7 1, 3, 6 1, 5 1, 7 1, 8 1, 2, 7
celujący	<ul style="list-style-type: none"> - uczestniczy w grach i zabawach szybkościowych, rozwijających czas reakcji i wybieg startowy (prędkość biegu); - wykonuje bieg krótki ze startu niskiego; - wykonuje bieg przez przeszkody; - wykonuje pchnięcie i rzut zamachowy piłką z miejsca i krótkiego rozbiegu; - wybiera i pokonuje trasę marszobiegu lub biegu terenowego; - wykonuje przekazanie pałeczki w miejscu i lekkim biegu; - wykonuje skok w dal jednonóż z krótkiego rozbiegu. 	1, 7 1, 2 1, 8 1, 5 2, 8 1, 3 1, 7
Dział IV. Taniec		
Pytanie wiodące: Jak nauka prostych kroków i figur tanecznych w tańcach tradycyjnych i nowoczesnych pomaga rozwijać koordynację ruchową?		

niedostateczny	- nie realizuje wymagań na ocenę dopuszczającą;	
dopuszczający	- próbuje wykonać proste kroki i figury tańców tradycyjnych i nowoczesnych.	1, 5, 8
dostateczny	- próbuje wykonać poprawnie proste kroki i figury tańców tradycyjnych i nowoczesnych.	1, 5, 8
dobry	- wykonuje poprawnie proste kroki i figury tańców tradycyjnych i nowoczesnych.	1, 5, 8
bardzo dobry	- wykonuje z zaangażowaniem i poprawnie proste kroki i figury tańców tradycyjnych i nowoczesnych.	1, 5, 8
celujący	- wykonuje z zaangażowaniem, poprawnie i rytmicznie proste kroki i figury tańców tradycyjnych i nowoczesnych.	1, 5, 8
Dział V. Relaksacja i odpężenie		
<u>Pytanie wiodące:</u> W jaki sposób ćwiczenia oddechowe i rozciągające wpływają na relaksację organizmu?		
niedostateczny	- nie realizuje wymagań na ocenę dopuszczającą;	
dopuszczający	- próbuje poprawnie wykonywać ćwiczenia oddechowe i rozciągające o charakterze relaksacyjnym;	2, 7, 8
dostateczny	- wykonuje poprawnie ćwiczenia oddechowe i rozciągające o charakterze relaksacyjnym;	2, 7, 8
dobry	- wykonuje poprawnie ćwiczenia oddechowe i rozciągające o charakterze relaksacyjnym;	2, 7, 8
	- omawia korzyści płynące z podejmowania aktywności fizycznej na świeżym powietrzu.	2, 4, 5, 8
bardzo dobry	- wykonuje z zaangażowaniem i poprawnie ćwiczenia oddechowe i rozciągające o charakterze relaksacyjnym;	2, 7, 8
	- omawia korzyści płynące z podejmowania aktywności fizycznej na świeżym powietrzu.	2, 4, 5, 8
celujący	- wykonuje z zaangażowaniem i poprawnie ćwiczenia oddechowe i rozciągające o charakterze relaksacyjnym;	2, 7, 8
	- omawia korzyści płynące z podejmowania aktywności fizycznej na świeżym powietrzu, ze szczególnym uwzględnieniem jej wpływu na redukcję stresu i poprawę samopoczucia.	2, 4, 5, 8
Dział VI. Monitorowanie aktywności i sprawności fizycznej		
<u>Pytanie wiodące:</u> W jaki sposób testy sprawności fizycznej i analiza wyników pomagają lepiej poznać własne możliwości fizyczne?		
niedostateczny	- nie realizuje wymagań na ocenę dopuszczającą;	
dopuszczający	- stara się wykonać wybrane testy sprawności fizycznej, pozwalające ocenić szybkość, wytrzymałość tlenową, siłę lub gibkość.	2, 7

dostateczny	- wykonuje wybrane testy sprawności fizycznej, pozwalające ocenić szybkość, wytrzymałość tlenową, siłę lub gibkość.	2, 7
dobry	- wykonuje z zaangażowaniem testy sprawności fizycznej, pozwalające ocenić szybkość, wytrzymałość tlenową, siłę i gibkość, a z pomocą nauczyciela interpretuje wyniki.	2, 7
bardzo dobry	- wykonuje z zaangażowaniem testy sprawności fizycznej, pozwalające ocenić szybkość, wytrzymałość tlenową, siłę i gibkość, stara się poprawić ich wyniki, a z pomocą nauczyciela interpretuje wyniki.	2, 7
celujący	- wykonuje z zaangażowaniem testy sprawności fizycznej, pozwalające ocenić szybkość, wytrzymałość tlenową, siłę i gibkość, poprawia ich wyniki, a z pomocą nauczyciela interpretuje wyniki.	2, 7
Dział VII. Bezpieczeństwo w aktywności fizycznej		
Pytanie wiodące: W jaki sposób znajomość zasad bezpieczeństwa, odpowiedzialne korzystanie ze sprzętu sportowego i umiejętność reagowania na zagrożenia (w tym kontuzje) pozwalają czerpać radość z aktywności fizycznej i chronić się w różnych warunkach (np. nad wodą i w górach)?		
niedostateczny	- nie realizuje wymagań na ocenę dopuszczającą;	
dopuszczający	- przygotowuje się właściwie do wybranej formy aktywności fizycznej, uwzględniając miejsce jej realizacji i odpowiedni strój sportowy; - korzysta bezpiecznie ze sprzętu i urządzeń sportowych.	
dostateczny	- przygotowuje się właściwie do wybranej formy aktywności fizycznej, uwzględniając miejsce jej realizacji, odpowiedni strój sportowy i rozgrzewkę; - omawia, jak postępować przy najczęstszych kontuzjach, związanych z podejmowaniem aktywności fizycznej; - korzysta bezpiecznie ze sprzętu i urządzeń sportowych.	
dobry	- przygotowuje się właściwie do wybranej formy aktywności fizycznej, uwzględniając miejsce jej realizacji, odpowiedni strój sportowy i rozgrzewkę; - wyjaśnia, dlaczego należy przestrzegać ustalonych reguł w trakcie rywalizacji; - omawia, jak postępować przy najczęstszych kontuzjach, związanych z podejmowaniem aktywności fizycznej; - korzysta bezpiecznie ze sprzętu i urządzeń sportowych; - wykonuje elementy samoasekuracji w różnych formach aktywności fizycznej, uwzględniając własne bezpieczeństwo.	
bardzo dobry	- przygotowuje się właściwie do wybranej formy aktywności fizycznej, uwzględniając miejsce jej realizacji, odpowiedni strój sportowy i rozgrzewkę; - wyjaśnia, dlaczego należy przestrzegać ustalonych reguł w trakcie rywalizacji; - omawia, jak postępować przy najczęstszych kontuzjach, związanych z podejmowaniem aktywności fizycznej; - korzysta bezpiecznie ze sprzętu i urządzeń sportowych;	

	<ul style="list-style-type: none"> - wykonuje elementy samoasekuracji w różnych formach aktywności fizycznej, uwzględniając własne bezpieczeństwo; - omawia i stosuje zasady bezpiecznego zachowania nad wodą, w górach i na terenach zielonych, w różnych porach roku, oraz wyjaśnia, jak jego postawa i działania mogą wpływać na własne bezpieczeństwo. 	
celujący	<ul style="list-style-type: none"> - przygotowuje się właściwie do wybranej formy aktywności fizycznej, uwzględniając miejsce jej realizacji, odpowiedni strój sportowy i rozgrzewkę; - wyjaśnia, dlaczego należy przestrzegać ustalonych reguł w trakcie rywalizacji; - omawia, jak postępować przy najczęstszych kontuzjach, związanych z podejmowaniem aktywności fizycznej; - korzysta bezpiecznie ze sprzętu i urządzeń sportowych; - wykonuje elementy samoasekuracji w różnych formach aktywności fizycznej, uwzględniając własne bezpieczeństwo; - omawia i stosuje zasady bezpiecznego zachowania nad wodą, w górach i na terenach zielonych, w różnych porach roku, oraz wyjaśnia, jak jego postawa i działania mogą wpływać na bezpieczeństwo własne, innych oraz stan środowiska naturalnego. 	
Dział VIII. Kompetencje społeczne		
Pytanie wiodące: Jak aktywność fizyczna i sport pomagają budować relacje, rozwijać współpracę oraz kształtować szacunek, empatię i poczucie własnej wartości?		
niedostateczny	- nie realizuje wymagań na ocenę dopuszczającą;	
dopuszczający	<ul style="list-style-type: none"> - okazuje szacunek wobec przeciwnika, sędziego i współuczestników gry przez przestrzeganie przepisów gier zespołowych poznanych podczas zajęć; - stara się współdziałać w grupie, wiedząc, że sukces drużyny zależy od zaangażowania wszystkich uczestników; - stara się stosować zasady kulturalnego kibicowania; - stara się rozwiązywać nieporozumienia w sposób bezkonfliktowy zarówno w trakcie rywalizacji, jak i sytuacjach pozasportowych. 	
dostateczny	<ul style="list-style-type: none"> - okazuje szacunek wobec przeciwnika, sędziego i współuczestników gry przez przestrzeganie przepisów gier zespołowych poznanych podczas zajęć; - współdziała w grupie, wiedząc, że sukces drużyny zależy od zaangażowania wszystkich uczestników; - stosuje zasady kulturalnego kibicowania; - dąży do rozwiązania sytuacji problemowych; - współpracuje w grupie, szanując poglądy i wysiłki innych uczniów, wykazując asertywność i empatię; - stara się rozwiązywać nieporozumienia w sposób bezkonfliktowy zarówno w trakcie rywalizacji, jak i sytuacjach pozasportowych; - stara się wzmacniać poczucie własnej wartości. 	

dobry	<ul style="list-style-type: none"> - uczestniczy w rywalizacji sportowej jako zawodnik, przestrzegając zasad <i>fair play</i>; - okazuje szacunek wobec przeciwnika, sędziego i współuczestników gry przez przestrzeganie przepisów gier zespołowych poznanych podczas zajęć; - współdziała w grupie, wiedząc, że sukces drużyny zależy od zaangażowania wszystkich uczestników; - komunikuje się efektywnie w grupie i buduje relacje przez gry zespołowe i ćwiczenia w parach; - stosuje zasady kulturalnego kibicowania; - wykazuje kreatywność w poszukiwaniu rozwiązań sytuacji problemowych; - przez doświadczenia, takie jak wygrana czy przegrana, nazywa i rozumie emocje towarzyszące rywalizacji sportowej, co przekłada się na codzienne funkcjonowanie społeczne; - współpracuje w grupie, szanując poglądy i wysiłki innych uczniów, wykazując asertywność i empatię; - rozwiązuje nieporozumienia w sposób bezkonfliktowy zarówno w trakcie rywalizacji, jak i sytuacjach pozasportowych; - wzmacnia poczucie własnej wartości. 	
bardzo dobry	<ul style="list-style-type: none"> - uczestniczy w rywalizacji sportowej jako zawodnik, przestrzegając zasad <i>fair play</i>; - okazuje szacunek wobec przeciwnika, sędziego i współuczestników gry przez przestrzeganie przepisów gier zespołowych poznanych podczas zajęć; - współdziała w grupie, wiedząc, że sukces drużyny zależy od zaangażowania wszystkich uczestników; - komunikuje się efektywnie w grupie i buduje relacje przez gry zespołowe i ćwiczenia w parach; - pełni funkcję organizatora, sędziego i kibica w ramach szkolnych zawodów sportowych; - wyjaśnia zasady kulturalnego kibicowania; - wykazuje kreatywność w poszukiwaniu rozwiązań sytuacji problemowych; - traktuje problem jako motywację do działania, a nie barierę nie do pokonania; - przez doświadczenia, takie jak wygrana czy przegrana, nazywa i rozumie emocje towarzyszące rywalizacji sportowej, co przekłada się na codzienne funkcjonowanie społeczne; - współpracuje w grupie, szanując poglądy i wysiłki innych uczniów, wykazując asertywność i empatię; - motywuje innych uczniów do uczestniczenia w aktywności fizycznej, ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i zróżnicowanych potrzebach edukacyjnych; 	

	<ul style="list-style-type: none"> - przeciwdziała wykluczeniu uczniów mniej sprawnych fizycznie i promuje wzajemne wsparcie; - rozwiązuje nieporozumienia w sposób bezkonfliktowy zarówno w trakcie rywalizacji, jak i sytuacjach pozasportowych; - wzmacnia poczucie własnej wartości. 	
celujący	<ul style="list-style-type: none"> - rozumie znaczenie idei olimpizmu oraz wynikającej z niej zasady <i>fair play</i>; - uczestniczy w rywalizacji sportowej jako zawodnik, przestrzegając zasad <i>fair play</i>; - okazuje szacunek wobec przeciwnika, sędziego i współuczestników gry przez przestrzeganie przepisów gier zespołowych poznanych podczas zajęć; - współdziała w grupie, wiedząc, że sukces drużyny zależy od zaangażowania wszystkich uczestników; - komunikuje się efektywnie w grupie i buduje relacje przez gry zespołowe i ćwiczenia w parach; - pełni funkcję organizatora, sędziego i kibica w ramach szkolnych zawodów sportowych; - wyjaśnia zasady kulturalnego kibicowania; - wykazuje kreatywność w poszukiwaniu rozwiązań sytuacji problemowych; - traktuje problem jako motywację do działania, a nie barierę nie do pokonania; - przez doświadczenia, takie jak wygrana czy przegrana, nazywa i rozumie emocje towarzyszące rywalizacji sportowej, co przekłada się na codzienne funkcjonowanie społeczne; - współpracuje w grupie, szanując poglądy i wysiłki innych uczniów, wykazując asertywność i empatię; - motywuje innych uczniów do uczestniczenia w aktywności fizycznej, ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i różnicowanych potrzebach edukacyjnych; - przeciwdziała wykluczeniu uczniów mniej sprawnych fizycznie i promuje wzajemne wsparcie; - rozwiązuje nieporozumienia w sposób bezkonfliktowy zarówno w trakcie rywalizacji, jak i sytuacjach pozasportowych; - wzmacnia poczucie własnej wartości; - buduje pozytywny obraz siebie przez współpracę i wsparcie grupy. 	

Na podstawie Rozporządzenia Ministra Edukacji z dnia 21 lipca 2025 r. opracował:

mgr Mirosław Jaworski