

WYMAGANIA EDUKACYJNE**Wychowanie fizyczne – klasa V**

Wymagania niezbędne do otrzymania poszczególnych śródrocznych i rocznych ocen klasyfikacyjnych

Zakres stosowania. Dokument przygotowano dla klasy V w roku szkolnym 2026/2027. Dotychczasowa podstawa programowa z 2017 r., w zakresie wychowania fizycznego zmieniona przez Rozporządzenie Ministra Edukacji z dnia 21 lipca 2025 r. zmieniające podstawę programową w zakresie wychowania fizycznego (Dz.U. z 2025 r. poz. 1052), stosowana zgodnie z § 4 rozporządzenia Ministra Edukacji z dnia 11 marca 2026 r. (Dz.U. z 2026 r. poz. 378). Wymagania mają charakter ogólny i stosuje się je do treści realizowanych zgodnie z dopuszczonym programem nauczania.

Założenia

- Przy ustalaniu oceny z wychowania fizycznego uwzględnia się wiadomości i umiejętności, a przede wszystkim wysiłek wkładany w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć, systematyczność udziału oraz aktywność w działaniach szkoły na rzecz kultury fizycznej. Wynika to z § 9 rozporządzenia Ministra Edukacji i Nauki z dnia 22 lutego 2019 r. w sprawie oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych, w brzmieniu ogłoszonym w Dz.U. z 2023 r. poz. 2572.
- Poniższe poziomy opisują narastające wymagania w zakresie wiedzy i umiejętności. Przy ocenie wysiłku bierze się pod uwagę podejmowanie zadań w zakresie dostosowanym do możliwości ucznia, stosowanie wskazówek, ponawianie prób i dążenie do poprawy, a nie sam poziom sprawności lub wynik sportowy.
- Wymagania zapisano w pierwszej osobie liczby pojedynczej, z użyciem czasowników operacyjnych. Każdy wyższy poziom obejmuje wymagania poziomów niższych i odnosi się do treści rzeczywiście zrealizowanych na zajęciach.
- Wyniki obowiązkowych testów sprawnościowych służą diagnozie i planowaniu rozwoju; nie stanowią kryterium oceny. Wymagania dostosowuje się do indywidualnych potrzeb, możliwości psychofizycznych i ograniczeń zdrowotnych ucznia zgodnie z przepisami.
- Nie formułuje się wymagań na ocenę niedostateczną. Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który nie spełnia wymagań koniecznych na ocenę dopuszczającą, z uwzględnieniem ustawowych zasad oceniania wychowania fizycznego.

Zakres treści klasy V

W klasie V wymagania obejmują rozwijanie podstawowych umiejętności w grach zespołowych, lekkoatletyce, gimnastyce, tańcu i aktywności terenowej, monitorowanie własnej aktywności i sprawności, bezpieczeństwo, zdrowe nawyki oraz współpracę i zasady fair play.

Ocena dopuszczająca (2)

- rozpoznają i wykonują z pomocą poznane ćwiczenia gimnastyczne, lekkoatletyczne, taneczne i ogólnorozwojowe w zakresie realizowanym na zajęciach;
- stosują podstawowe zasady w elementach technicznych i taktycznych wybranych gier zespołowych;

- wykonuję wskazane czynności pozwalające obserwować wybrane próby sprawności, intensywność wysiłku i reakcje własnego organizmu;
- wymieniam podstawowe informacje dotyczące takich zagadnień jak zależności między aktywnością, sprawnością, postawą ciała, snem, żywieniem i samopoczuciem;
- rozpoznaję i stosuję podstawowe zasady organizacji bezpiecznej aktywności, asekuracji i podstawowego postępowania przy urazie;
- respektuję ustalone reguły, sygnały i decyzje osoby prowadzącej lub sędziego;
- podejmuję zadania ruchowe w zakresie dostosowanym do moich możliwości i stosuję otrzymane wskazówki;

Ocena dostateczna (3)

- wykonuję poprawnie poznane ćwiczenia gimnastyczne, lekkoatletyczne, taneczne i ogólnorozwojowe;
- wyjaśniam reguły i stosuję je podczas realizacji podstawowych elementów technicznych i taktycznych wybranych gier zespołowych;
- dokonuję pomiaru lub obserwacji wybranych prób sprawnościowych, intensywności wysiłku i reakcji własnego organizmu i opisuję wynik;
- wyjaśniam podstawowe korelacje między aktywnością, sprawnością, postawą ciała, snem, żywieniem i samopoczuciem;
- opisuję i stosuję zasady organizacji bezpiecznej aktywności, asekuracji i podstawowego postępowania przy urazie;
- współdziałam w parze lub zespole, realizując przydzieloną rolę i zasady fair play;
- wykorzystuję informację zwrotną do poprawienia sposobu wykonania zadania;

Ocena dobra (4)

- samodzielnie wykonuję i łączę poznane ćwiczenia gimnastyczne, lekkoatletyczne, taneczne i ogólnorozwojowe, kontrolując podstawowe elementy techniki;
- stosuję adekwatne rozwiązania techniczne lub taktyczne w zakresie: podstawowe elementy techniczne i taktyczne wybranych gier zespołowych;
- analizuję informacje dotyczące: wybrane próby sprawności, intensywność wysiłku i reakcje własnego organizmu i odnoszę je do własnego działania;
- stosuję w praktyce wiedzę obejmującą: zależności między aktywnością, sprawnością, postawą ciała, snem, żywieniem i samopoczuciem;
- analizuję i dobieram właściwe zasady organizacji bezpiecznej aktywności, asekuracji i podstawowego postępowania przy urazie;
- współpracuję i rozwiązuję prosty problem pojawiający się w zespole;
- oceniam własne wykonanie według ustalonych kryteriów i wskazuję konkretny sposób poprawy;

Ocena bardzo dobra (5)

- dobieram i wykonuję poznane ćwiczenia gimnastyczne, lekkoatletyczne, taneczne i ogólnorozwojowe odpowiednio do celu, warunków i własnych możliwości;
- analizuję sytuację oraz świadomie wykorzystuję: podstawowe elementy techniczne i taktyczne wybranych gier zespołowych;
- interpretuję dane obejmujące wybrane próby sprawności, intensywności wysiłku i reakcje własnego organizmu oraz wykorzystuję wnioski do planowania dalszej aktywności;
- planuję działanie prozdrowotne z uwzględnieniem takich zagadnień jak zależności między aktywnością, sprawnością, postawą ciała, snem, żywieniem i samopoczuciem;
- przewiduję zagrożenia i uzasadniam dobór działań obejmujących zasady organizacji bezpiecznej aktywności, asekuracji i podstawowego postępowania przy urazie;
- pełnię różne role organizacyjne i sportowe, podejmuję odpowiedzialne decyzje oraz wspieram współpracę;
- modyfikuję sposób wykonania zadania ruchowego na podstawie samooceny, obserwacji i informacji zwrotnej;

Ocena celująca (6)

- samodzielnie rozwiązuję złożone zadanie ruchowe, twórczo wykorzystując poznane ćwiczenia gimnastyczne, lekkoatletyczne, taneczne i ogólnorozwojowe;
- analizuję zmienną sytuację i dobieram skuteczne rozwiązania w zakresie: podstawowe elementy techniczne i taktyczne wybranych gier zespołowych;
- projektuję sposób monitorowania wybranych prób sprawnościowych, intensywności wysiłku i reakcji własnego organizmu oraz interpretuję wyniki i formułuję trafne wnioski;
- opracowuję realny plan aktywności uwzględniający: zależności między aktywnością, sprawnością, postawą ciała, snem, żywieniem i samopoczuciem;
- potrafię samodzielnie zorganizować bezpieczną przestrzeń do wykonywania zadania ruchowego, integrując zasady organizacji bezpiecznej aktywności, asekuracji i podstawowego postępowania przy urazie;
- argumentuję decyzje zgodnie z zasadami fair play, odpowiedzialności, szacunku i włączania innych;
- prezentuję oryginalne rozwiązanie problemu ruchowego lub prozdrowotnego;

Osiągnięcie tej oceny nie wymaga wyników przewyższających podstawę programową ani możliwości innych uczniów;

Podstawa opracowania

Podstawa prawna i programowa. Dotychczasowa podstawa programowa z 2017 r., w zakresie wychowania fizycznego zmieniona przez Rozporządzenie Ministra Edukacji z dnia 21 lipca 2025 r. zmieniające podstawę programową w zakresie wychowania fizycznego (Dz.U. z 2025 r. poz. 1052), stosowana zgodnie z § 4 rozporządzenia Ministra Edukacji z dnia 11 marca 2026 r. (Dz.U. z 2026 r. poz. 378). Zasady oceniania określa

również § 9 rozporządzenia Ministra Edukacji i Nauki z dnia 22 lutego 2019 r. w sprawie oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych, w brzmieniu ogłoszonym w Dz.U. z 2023 r. poz. 2572.

Zakres wychowania fizycznego w klasie V. podstawa programowa ujmuje część wymagań wspólnie dla klas V–VI. Dokument odnosi je do umiejętności, dyscyplin i zagadnień przewidzianych dla klasy V w dopuszczonym programie nauczania.

Zasady formułowania wymagań. „Wymagania edukacyjne w codziennej praktyce dydaktycznej. Doświadczenia, dobre praktyki nauczycieli. Rekomendacje”, Zespół do spraw Przyjaznej Edukacji, 2026.

Uwaga organizacyjna

Dokument stosuje się do aktywności i zagadnień przewidzianych dla klasy V w programie nauczania oraz możliwych do realizacji w warunkach szkoły. Kryteria zadania powinny określać oczekiwaną umiejętność, zasady bezpieczeństwa i sposób wykazania postępu.